

Humble Souls at Altars Kneel

By Elder Jeremy R. Jaggi
Of the Seventy

Ydmyge sjæle knæler ved alteret

Ældste Jeremy R. Jaggi
De Halvfjerds

October 2025 general conference

As we make and honor our covenants, we bind ourselves to the Savior, gaining greater access to His mercy, protection, sanctification, healing, and rest.

Thank you, choir, for your testimony through that new hymn.

The new sacrament hymn “Bread of Life, Living Water” fills my soul. One line in the hymn says, “Now I come before the altar, off’ring Him my broken heart.”

My understanding of those words deepened soon after our family departed Newbury Park, California, to serve in the Utah Ogden Mission in 2015. I received an invitation to tour Hill Air Force Base near Layton, Utah. I had never been on a military base, nor had I met a military chaplain or the men and women who work to provide safety and protection for their country.

Chaplain Harp, like thousands of other volunteer and professional chaplains who serve in our prisons, hospitals, and military installations around the world, inspired and uplifted me. Our last stop on the base was the sanctuary. I asked the chaplain if he administered services for all people who desired to ponder, pray, meditate, and worship. He went to the front wall of the chapel, and he pulled a cross from behind the curtains. He said he used the cross for Protestant and Catholic services. I asked what he used for our Jewish brothers and sisters, and he went to the other side of the front wall, and he pulled out a Star of David.

I then asked, “What do you do for Latter-day Saint services?” He pushed those symbols away and pointed to the large wooden altar in the

Når vi indgår og ærer vores pagter, binder vi os til Frelseren og får derved større adgang til hans barmhjertighed, beskyttelse, helliggørelse, helbredelse og hvile.

Tak, kære kor, for jeres vidnesbyrd gennem den nye salme.

Den nye nadversalme »Bread of Life, Living Water« mætter min sjæl. En linje i salmen lyder: »Nu træder jeg frem for alteret, tilbyder ham mit sønderknuste hjerte.«

Min forståelse af disse ord blev dybere, kort tid efter vores familie forlod Newbury Park i Californien for at tjene i Ogden-missionen i Utah i 2015. Jeg modtog en invitation til at besøge flyvestation Hill nær Layton i Utah. Jeg havde aldrig været på en militærbase, ej heller havde jeg mødt en feltpræst eller nogen af de mænd og kvinder, der arbejder for at sørge for sikkerhed og beskyttelse for deres land.

Feltpræst Harp inspirerede og opløftede mig, ligesom tusindvis af andre frivillige og professionelle feltpræster, der tjener i vores fængsler, hospitaler og militære anlæg rundt om i verden. Vores sidste stop på basen var kapellet. Jeg spurgte feltpræsten, om han holdt gudstjenester for alle mennesker, der ønskede at grunde, bede, meditere og tilbede. Han gik hen til den forreste væg i kapellet, og han trak et kors frem fra bag gardinerne. Han sagde, at han brugte korset til protestantiske og katolske gudstjenester. Jeg spurgte, hvad han brugte til vores jødiske brødre og søstre, og han gik over på den anden side af væggen, og han tog en Davidsstjerne frem.

Så spurgte jeg: »Hvad gør du til sidste dages helliges gudstjenester?« Han pakkede disse symboler væk og pegede på det store træalter

middle of the sanctuary. He said that members of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints prepare and bless the bread and water on the altar. I asked if the large, seemingly fixed altar was removed before the services of our Jewish, Muslim, Catholic, or Protestant brothers and sisters. He said that the altar stays in place, for several of those faiths also utilize the altar in some way.

Abraham built an altar, bound Isaac, and was ready to sacrifice his only son, but his hand was stayed, and he declared, like the Lord has declared, “Here am I”! How many times has the Great I Am or one of His prophets volunteered, “Here am I”?

During His Sermon on the Mount, the Savior invited us to reconcile with our brothers and sisters before we approach the altar. Paul taught that we are “sanctified” at the altar through the Atonement of Jesus Christ.

The prophet Lehi “left his house ... and his precious things. ... [Then] he built an altar ... and made an offering ... , and gave thanks unto the Lord.”

The Bible and the Book of Mormon teach us to worship the Son of God at altars. Why?

Our first parents, Adam and Eve, built and worshipped at altars. After they were cast out of the Garden of Eden and had worshipped for “many days,” an angel visited and asked a poignant question that could be asked of each of us: “Why dost thou offer sacrifices unto the Lord?”

Adam answered, “I know not.”

The angel’s response to Adam’s humble admission is stunning: “This ... is a similitude of the sacrifice of the Only Begotten of the Father. ... Wherefore, thou shalt do all that thou doest in the name of the Son, and thou shalt repent and call upon God in the name of the Son forevermore.”

The sacrament table and temple altars symbolize the sacrifice of Jesus Christ and His infinite Atonement.

As we make and honor our covenants, receiving the ordinances of the sacrament at church and the endowment and sealing at the temple, we bind ourselves to the Savior, gaining greater access to His mercy, protection, sanctification, healing, and rest.

Mercy and Protection Through Covenants

midt i kapellet. Han sagde, at medlemmerne af Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige forbereder og velsigner brødet og vandet på alteret. Jeg spurgte, om det store, tilsyneladende fastgjorte alter blev fjernet før gudstjenesterne for vores jødiske, muslimske, katolske eller protestantiske brødre og søstre. Han sagde, at alteret forbliver på sin plads, fordi flere af disse trosretninger også bruger alteret på en eller anden vis.

Abraham byggede et alter, bandt Isak og var rede til at ofre sin eneste søn, men hans hånd blev holdt tilbage, og han erklærede, som Herren har erklæret: »Her er jeg«! Hvor mange gange har den store Jeg Er eller en af hans profeter meldt sig frivilligt med: »Her er jeg«?

Under Frelserens bjergprædiken opfordrede han os til at forlige os med vores brødre og søstre, før vi nærmer os alteret. Paulus lærte os, at vi bliver »helliggjort« ved alteret gennem Jesu Kristi forsoning.

Profeten Lehi »forlod sit hus ... og sine kostbarheder ... Han byggede [så] et alter ... og bragte ... et offer og gav tak til Herren.«

Bibelen og Mormons Bog lærer os at tilbede Guds Søn ved altre. Hvorfor?

Vores første forældre, Adam og Eva, byggede og tilbad ved altre. Efter de var blevet kastet ud af Edens have og havde tilbedt i »mange dage«, kom en engel på besøg og stillede et dybt spørgsmål, der kunne stilles til os alle: »Hvorfor bringer du [ofrer] til Herren?«

Adam svarede: »Det ved jeg ikke.«

Englens svar på Adams ydmyge indrømmelse er forbløffende: »Dette er et sindbillede på Faderens Enbårnes offer ... Derfor skal du gøre alt, hvad du gør, i Sønnens navn, og du skal omvende dig og påkalde Gud i Sønnens navn for evigt.«

Nadverbordet og templets alter symboliserer Jesu Kristi offer og hans uendelige forsoning.

Når vi indgår og ærer vores pagter, modtager vi ordinancerne i form af nadveren i kirken og begavelsen og beseglingen i templet, binder vi os til Frelseren og får derved større adgang til hans barmhjertighed, beskyttelse, helliggørelse, helbredelse og hvile.

Barmhjertighed og beskyttelse gennem pagter

As a 15-year-old young man, I asked my dad if I could skip sacrament meeting—just one Sunday in January for a special American football game. He said I was old enough to make that choice for myself and asked me to consider one piece of counsel. He said, “If you choose to miss the sacrament once, it’s much easier to choose to miss it again.”

If the Savior is the great connector, then the adversary is the separator. He, Satan, tempts us to separate ourselves from our consecrated places of worship and from the protection of Jesus Christ. When we worship the Savior, we receive “power to go against the natural worldly flow.” When we spend time in communion with Him, we have a promise to be “delivered from Satan.” “Then, as we keep our covenants, He endows us with His... strengthening power.” Oh, how I cherish the experience of communing with the Savior through covenants made at holy altars.

Building an understanding of the Savior’s eternal Atonement line upon line, precept upon precept, provides a spiritual inoculation against the wiles of the adversary. Young Elder Jaggi in Mexico, Zuster Jaggi in Belgium, and other missionaries throughout the world are much more likely to see their friends claim the blessings of baptism and receiving the gift of the Holy Ghost if their friends attend sacrament meeting within the first week of contact.

A young adult in Tonga or Samoa is much more likely to be sealed in the house of the Lord if they have prepared for and received their endowment soon after graduating from school. In the endowment, members are invited to live, obey, and keep five laws which imbue their lives with power and protection. As we make covenants with the Lord, a reciprocal relationship forms. We demonstrate our loyalty and love to Him. Our strength and power grow with each promise made and kept.

Reflection and Sanctification

When we humbly and symbolically kneel at the altars of the Lord, it is an opportunity for reflection, “checked as to the pride of [our] hearts, ... [humbling ourselves] before God.” Before I went out with my friends as a youth, my mother would often say, “Remember who you are, and check in when you get home.” Some nights I missed my check-in because I arrived home too

Som 15-årig spurgte jeg min far, om jeg måtte springe nadvermødet over – bare én søndag i januar på grund af en særlig amerikansk fodboldkamp. Han sagde, jeg var gammel nok til selv at træffe det valg, og bad mig om at overveje et enkelt råd. Han sagde: »Hvis du vælger at gå glip af nadveren én gang, er det meget lettere at vælge at udeblive fra den igen.«

Hvis Frelseren er det store forbindelsesled, så er modstanderen den, der skiller os. Han, Satan frister os til at lægge afstand mellem os og vores indviede steder for tilbedelse og Jesu Kristi beskyttelse. Når vi tilbeder Frelseren, modtager vi »kraft til at gå imod den naturlige verdslige strøm«. Når vi tilbringer tid i fællesskab med ham, har vi et løfte om at blive »udfriet fra Satan«. »Derpå skænker han os, når vi holder vores pagter, hans... styrkende kraft.« Åh, hvor værdsætter jeg dog oplevelsen af at være forbundet med Frelseren gennem pagter indgået ved hellige altre.

Opbygning af en forståelse af Frelserens evige forsoning linje på linje, forskrift på forskrift, tilvejebringer en åndelig barriere mod modstanderens list. Unge ældste Jaggi i Mexico, Zuster [søster] Jaggi i Belgien og andre missionærer over hele verden er meget mere tilbøjelige til at se deres venner gøre krav på velsignelserne ved dåb og modtagelse af Helligåndsgaven, hvis deres venner deltager i nadvermødet inden for den første uge efter deres kontakt.

Der er større sandsynlighed for, at en ung voksen i Tonga eller Samoa bliver besejlet i Herrens hus, hvis de har forberedt sig til og modtaget deres begavelse kort tid efter, at de er færdige med skolen. I begavelsen opfordres medlemmer til at efterleve, adlyde og holde fem love, som indgyder deres liv kraft og beskyttelse. Når vi indgår pagter med Herren, dannes der et gensidigt forhold. Vi viser ham vores loyalitet og kærlighed. Vores styrke og kraft vokser for hvert løfte, der afgives og holdes.

Refleksion og helliggørelse

Når vi ydmygt og symbolsk knæler ved Herrens altre, er det en mulighed for refleksion med henblik på, om vi er »tilbageholdende med hensyn til [vores] hjertes stolthed ... [og ydmyger os] for Gud«. Inden jeg gik ud med mine venner som ung, sagde min mor ofte: »Husk på, hvem du er, og giv besked, når du kommer hjem.« Nogle nætter fik jeg ikke givet besked, fordi jeg

late. I regret missing those important visits with Mom.

Today I look forward to check-in connections with Heavenly Father. In my daily pattern of personal worship, I kneel in prayer, next to my bed or gathered with family, and I envision myself kneeling at the altars, reflecting on and examining my life. I think about the sacrament, even whole pieces of bread, broken and torn for us, each a symbol of our Savior's broken body. I'm reminded of President Dallin H. Oaks's teaching that "each piece of bread is unique, just as the individuals who partake of it are unique." When I kneel in prayer, I think on how I can give God my will.

Elder David A. Bednar taught that "the ordinance of the sacrament is a holy and repeated invitation to repent sincerely and to be renewed spiritually. The act of partaking of the sacrament, in and of itself, does not remit sins. But as we prepare conscientiously and participate in this holy ordinance with a broken heart and a contrite spirit, then the promise is that we may always have the Spirit of the Lord to be with us. And by the sanctifying power of the Holy Ghost as our constant companion, we can always retain a remission of our sins."

When Amy and I look closely at our life experiences, we celebrate the gift of Jesus Christ's perfect love and sacrifice. We also see how hell's fury has been loosed. How can we overcome stares of judgment, anxiety, depression, cancer, diabetes, online bullying, stolen identity, lost pregnancies, the loss of a child, a brother, and a father? Because Jesus took of the bitter cup of trembling, the cup of fury—for me, for my family, for all of us!

Gethsemane, by Adam Abram, courtesy of altusfineart.com © 2025

The "bitter cup" He drank in the Garden of Gethsemane and His suffering, "intensified" on the cross at Calvary, allow us to lay the hard, the insolent, the violent, the furious, and the trembling upon the altars of the Lord and be "sanctified by the reception of the Holy Ghost," always.

Sister Patricia Holland said, "My deepest prayer for you and for myself today is that we will give over completely, lay ourselves at the altar of God's promises and peace no matter where we are and no matter what we have done."

kom for sent hjem. Jeg fortryder, at jeg gik glip af de vigtige stunder med mor.

I dag ser jeg frem til at tale og være forbundet med vor himmelske Fader. I mit daglige mønster af personlig tilbedelse knæler jeg i bøn ved siden af min seng eller samlet med min familie, og jeg forestiller mig, at jeg knæler ved altrene og reflekterer over og gransker mit liv. Jeg tænker på nadveren, ja, hele stykker brød, brudt og revet i stykker for os, hvor hvert er et symbol på vor Frelsers sønderbrudte legeme. Jeg kommer i tanke om præsident Dallin H. Oaks' belæring om, at »hvert stykke brød er unikt, ligesom de mennesker, der nyder det, er unikke«. Når jeg knæler i bøn, tænker jeg på, hvordan jeg kan give Gud min vilje.

Ældste David A. Bednar har sagt, at »nadverordinancen er en hellig og gentagen invitation til oprigtig omvendelse og åndelig fornyelse. Selve den handling at deltage i nadveren giver ikke i sig selv forladelse for vores synder. Men hvis vi har forberedt os samvittighedsfuldt og deltager i denne hellige ordinance med et sønderknust hjerte og en angerfuld ånd, så har vi løftet om, at vi altid vil have Herrens Ånd hos os. Og ved Helligåndens helliggørende kraft og dens konstante ledsagelse kan vi altid have forladelse for vores synder.«

Når Amy og jeg ser nærmere på vores livserfaringer, fejrer vi gaven ved Jesu Kristi fuldkomne kærlighed og offer. Vi ser også, hvordan helvedes vrede er blevet sluppet løs. Hvordan kan vi overvinde fordømmende blikke, angst, depression, kræft, diabetes, online mobning, stjålet identitet, mistede graviditeter, tabet af et barn, en bror og en far? Fordi Jesus drak af det skælvende, bitre bæger, vredens bæger – for mig, min familie, for os alle!

Getsemane [Gethsemane], af Adam Abram, med tilladelse fra altusfineart.com © 2025

Det »bitre bæger«, han drak i Getsemane have, og hans »intensiverede« lidelse på korset på Golgata giver os mulighed for at lægge det hårde, uforskammede, voldelige, vrede og skælvende på Herrens altre og altid blive »helliggjort ved modtagelsen af Helligånden«.

Søster Patricia Holland sagde: »Min dybeste bøn for jer og for mig i dag er, at vi vil give helt efter, lægge os på Guds alter af løfter og fred, uanset hvor vi er, og uanset hvad vi har gjort.«

A Place of Healing and Rest

When we come to the altar, we aren't earning a reward; we are learning about the Gift Giver. In that learning and covenant binding comes healing. Nephi said, "He hath filled me with his love, even unto the consuming of my flesh." And our loving Savior invited, "Will ye not now return unto me, and repent of your sins, and be converted, that I may heal you?"

When our two oldest daughters, Mackenzie and Emma, were little, one of their favorite stories was *The Chronicles of Narnia: The Lion, the Witch and the Wardrobe*. We all fell in love with the lion, Aslan. One of our most memorable nights reading the book was when the great lion gave his life for Edmund. Memorable because parents and daughters shed tears as the lion's life was taken on the Stone Table by the Witch. Memorable because hope persisted, despite the tragedy, until the spectacular happened. Squeals of joy resounded in that little bedroom when Aslan was resurrected and said, "If [the Witch knew the true meaning of sacrifice], ... she would [know] that [if] a willing victim who had committed no treachery [died] in a traitor's stead, the [Stone] Table would crack and Death itself would [begin to unwind]."

Jesus Christ heals all wounds. Jesus Christ makes it possible to live again.

In his October 2022 general conference talk, President Russell M. Nelson described a tour group coming through a temple open house. A young boy was there. President Nelson taught:

"When the tour group entered an endowment room, the boy pointed to the altar, where people kneel to make covenants with God, and said, 'Oh, that's nice. Here is a place for people to rest on their temple journey.'"

"... He likely had no idea about the direct connection between making a covenant with God in the temple and the Savior's stunning promise:

"Come unto me, all ye that labour and are heavy laden, and I will give you rest."

"Take my yoke upon you, and learn of me; ... and ye shall find rest unto your souls."

"For my yoke is easy, and my burden is light" [Matthew 11:28-30; emphasis added]."

"The Son of Man has no place to lay his head," yet He invited His disciples, you and me, to

Et helende og hvilefuldt sted

Når vi kommer til alteret, gør vi os ikke fortjent til en belønning; vi lærer om Giveren af gaven. I den læring og pagtsbinding kommer healing. Nephi sagde: »Han har fyldt mig med sin kærlighed, ja, som om mit kød skulle fortæres.« Og vor kærlige Frelser har opfordret os: »Vil I nu ikke vende tilbage til mig og angre jeres synder og blive omvendt, så jeg kan helbrede jer?«

Da vores to ældste døtre, Mackenzie og Emma, var små, var en af deres yndlingshistorier *Narnia-fortællingerne: Løven, heksen og garderobeskabet*. Vi blev alle forelsket i løven, Aslan. En af vores mest mindeværdige aftener, hvor vi læste bogen, var, da den store løve gav sit liv for Edmund. Mindeværdig, fordi forældre og døtre fældede tårer, da løvens liv blev taget på stenbordet af heksen. Mindeværdig, fordi håbet varede ved på trods af tragedien, indtil det spektakulære skete. Hvin af glæde genlød i det lille soveværelse, da Aslan opstod og sagde: »Hvis heksen kendte den sande betydning af et offer ... ville hun have vidst, at hvis et villigt offer, som ikke har begået forræderi, dør i en forræders sted, revner Stenbordet og selve Døden bliver besejret.«

Jesus Kristus helbreder alle sår. Jesus Kristus gør det muligt at leve igen.

I sin tale ved generalkonferencen i oktober 2022 beskrev præsident Russell M. Nelson en rundtur for en gruppe ved et åbent-hus-arrangement i templet. En ung dreng var med. Præsident Nelson har sagt:

»Da gruppen gik ind i et begavelsesværelse, pegede drengen på alteret, hvor folk knæler for at indgå pagter med Gud, og sagde: »Åh, det er dejligt. Her er et sted, hvor folk kan hvile sig på deres tempelrejse« ...

Han havde sandsynligvis ingen idé om den direkte forbindelse mellem at indgå en pagt med Gud i templet og Frelserens fantastiske løfte:

»Kom til mig, alle I, som slider jer trætte og bærer tunge byrder, og jeg vil give jer hvile.

Tag mit åg på jer, og lær af mig ... så skal I finde hvile for jeres sjæle.

For mit åg er godt, og min byrde er let« [Matt 11:28-30; fremhævelse tilføjet].«

»Menneskesønnen har ikke et sted at hvile sit hoved«, alligevel inviterede han sine disciple, jer

the sacrament table to rest with Him there. When
“humble souls at altars kneel,” peace abounds.
Our Savior’s arms are outstretched; His table is
spread. Come worship the Son of God at His
holy altars. In the name of Jesus Christ, amen.

og mig, til nadverbordet for at hvile sig sammen
med ham der. Når »ydmyge sjæle knæler ved
alteret«, er der fred i overflod. Vor Frelzers arme
er udstrakte; hans bord er dækket. Kom og tilbed
Guds Søn ved hans hellige altre. I Jesu Kristi
navn. Amen.