

Be Thou Clean

By Elder D. Martin Goury
Of the Seventy

Bliv ren

Ældste D. Martin Goury
De Halvfjerds

October 2024 general conference

Daily repentance allows us to discern the guidance of the Lord through the Holy Ghost.

When I was about five years old, I was playing football with my friends behind the church in my small village in Côte d'Ivoire. I vividly remember the preacher's call to his congregation to cleanse their clothes in preparation for the Savior's arrival. Being young, I took this call literally. I ran home as fast as my little legs could carry me and begged my mother to clean my few clothes so that I could be spotless and ready for the Savior's coming the next day. Although my mother was skeptical about the Savior's imminent return, she still washed my best outfit.

The next morning, I put on the still slightly damp clothing and eagerly waited for the announcement of the Savior's arrival. As the day wore on and nothing happened, I decided to go to the meetinghouse. I was deeply disappointed to find that the church was empty and the Savior had not arrived. You can imagine my feelings as I slowly walked home.

Years later, as I was receiving the missionary lessons in preparation to join The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, I read the following: "And no unclean thing can enter into his kingdom; therefore nothing entereth into his rest save it be those who have washed their garments in my blood, because of their faith, and the repentance of all their sins, and their faithfulness unto the end."

The clarification I received at that time helped me to understand the important truth that had eluded my young mind many years prior. The preacher's message was centered on

Daglig omvendelse giver os mulighed for at øjne Herrens vejledning gennem Helligånden.

Da jeg var omkring fem år gammel, spillede jeg fodbold med mine venner bag kirken i min lille landsby i Côte d'Ivoire. Jeg husker tydeligt præstens opfordring til sin menighed, om at rense deres tøj som forberedelse på Frelserens komme. Fordi jeg var ung, tog jeg denne opfordring bogstaveligt. Jeg løb hjem, så hurtigt mine små ben kunne bære mig, og bad min mor om at vaske mine få stykker tøj, så jeg kunne være pletfri og klar til Frelserens komme næste dag. Selvom min mor var skeptisk i forhold til Frelserens forestående tilbagekomst, vaskede hun stadig mit bedste tøj.

Næste morgen tog jeg det stadig lettere fugtige tøj på og ventede spændt på meddelelsen om Frelserens ankomst. Som dagen gik, og intet skete, besluttede jeg mig for at tage hen til kirkebygningen. Jeg blev dybt skuffet over at opdage, at kirken var tom, og at Frelseren ikke var kommet. I kan forestille jer, hvordan jeg havde det, mens jeg langsomt gik hjem.

År senere, da jeg modtog missionærlektionerne som forberedelse til at tilslutte mig Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige, læste jeg følgende: »Og intet urent kan komme ind i hans rige; derfor går [ingen] ind til hans hvile, undtagen de, der har vasket deres klæder i mit blod på grund af deres tro og omvendelse fra alle deres synder og deres trofasthed til enden.«

Den afklaring, jeg modtog på det tidspunkt, hjalp mig til at forstå den vigtige sandhed, der var undsluppet mit unge sind mange år tidligere. Præstens budskab var centreret om vigtigheden

the importance of spiritual purity. He urged the congregation to seek repentance, make changes in their lives, and turn to the Savior for redemption.

Our Heavenly Father understands our mortal journey and the inevitability of sin in our lives. I am deeply thankful that He has provided a Savior to atone for our transgressions. Through the Savior's redemptive sacrifice, each of us can repent and seek forgiveness and become clean. Repentance, a foundational principle of the gospel, is essential for our spiritual development and resilience as we navigate life's challenges.

During the April 2022 general conference, President Russell M. Nelson invited every member of the Church to experience the joy of daily repentance. He said:

“Please do not fear or delay repenting. Satan delights in your misery. Cut it short. Cast his influence out of your life! Start today to experience the joy of putting off the natural man. The Savior loves us always but especially when we repent. ...

“If you feel you have strayed off the covenant path too far or too long and have no way to return, that simply is not true.”

If there is something that you have not fully repented of, I encourage you to heed President Nelson's call not to procrastinate your repentance. It may require some courage to engage in this process; however, I can assure you that the joy that emanates from genuine repentance surpasses understanding. Through repentance, our burdens of guilt are lifted and replaced with a sense of peace and tranquility. As we repent earnestly, we are sanctified through the Savior's blood, increasing our sensitivity to the promptings and influence of the Holy Ghost.

My eternal companion was born with a hearing impairment and as a result must wear hearing aids. Dust and sweat can affect the performance of these devices, and so each morning I observe her diligently cleaning the connecting tubes before wearing the aids. This simple yet consistent routine eliminates any dirt, moisture, or condensation, thereby improving her ability to hear and communicate effectively. When she overlooks this daily ritual, her ability to hear suffers throughout the day; spoken words gradually fade and eventually become inaudible. Just as

af åndelig renhed. Han opfordrede menigheden til at søge omvendelse, foretage ændringer i deres liv, og vende sig til Frelseren for forløsning.

Vor himmelske Fader forstår vores jordiske rejse og uundgåeligheden af synd i vores liv. Jeg er dybt taknemmelig for, at han har sørget for en Frelser, der kan sone for vores overtrædelser. Gennem Frelserens forløsende offer kan vi hver især omvende os og søge tilgivelse og blive rene. Omvendelse, et grundlæggende princip i evangeliet, er afgørende for vores åndelige udvikling og modstandskraft, når vi navigerer gennem livets udfordringer.

Under aprilkonferencen 2022 opfordrede præsident Russell M. Nelson alle medlemmer af Kirken til at opleve glæden ved daglig omvendelse. Han sagde:

»Frygt eller forhal venligst ikke omvendelse. Satan fryder sig over jeres elende. Forhal den ikke. Smid hans påvirkning ud af jeres liv! Begynd i dag med at opleve glæden ved at aflægge det naturlige menneske. Frelseren elsker os altid, men især når vi omvender os ...

Føler I, at I er kommet på afveje og for langt og længe væk fra pagtens sti, og at der ingen vej er tilbage, så er det ganske enkelt ikke sandt.«

Hvis der er noget, som I ikke har omvendt jer fuldstændigt fra, opfordrer jeg jer til at give agt på præsident Nelsons opfordring, om ikke at udsætte jeres omvendelse. Det kan kræve en vis mængde mod at engagere sig i denne proces; men jeg kan forsikre jer om, at den glæde, der udspringer af ægte omvendelse, overgår enhver forstand. Gennem omvendelse bliver vores byrder af skyld løftet og erstattet af en følelse af fred og ro. Når vi oprigtigt omvender os, bliver vi helliggjort gennem Frelserens blod, hvilket øger vores følsomhed over for Helligåndens tilskyndelser og indflydelse.

Min evige partner blev født med nedsat hørelse, og skal derfor bruge høreapparater. Støv og sved kan påvirke disse apparaters ydeevne, og derfor ser jeg hende hver morgen flittigt rengøre slangerne, før hun tager høreapparaterne på. Denne enkle, men konsekvente rutine, fjerner snavs, fugt eller kondens, og forbedrer derved hendes evne til at høre og kommunikere effektivt. Når hun tilsidesætter denne daglige rutine, svækkes hendes evne til at høre hele dagen; de talte ord falmer gradvist og kan til sidst slet ikke høres. Ligesom hendes daglige rengøring af

her daily hearing aid cleaning allows her to hear clearly, daily repentance allows us to discern the guidance of the Lord through the Holy Ghost.

Near the end of the Lord's mortal ministry and before His departure to the Garden of Gethsemane, He prepared His disciples to face the upcoming trials. He assured them, saying, "But the Comforter, which is the Holy Ghost, whom the Father will send in my name, he shall teach you all things, and bring all things to your remembrance, whatsoever I have said unto you."

One of the Holy Ghost's essential functions is to caution, lead, and guide every individual who listens to the soft, inner voice. Just as the blocked communication tubes of a hearing aid can hinder proper functionality, our spiritual connection with our Heavenly Father can also be impaired, leading to dangerous misconceptions or a failure to heed His counsel. The advent of the internet has made information more accessible than ever before. This can lead us to turn to the world for guidance rather than to God. President Russell M. Nelson taught, "In coming days, it will not be possible to survive spiritually without the guiding, directing, comforting, and constant influence of the Holy Ghost."

I am grateful that each of us can receive the gift of the Holy Ghost at the time of our confirmation. However, President Dallin H. Oaks warned that "the blessings available through the gift of the Holy Ghost are conditioned upon worthiness [and] 'the Spirit of the Lord doth not dwell in unholy temples' [Helaman 4:24]."

When we consciously choose to follow the guidance of prophets and apostles, our capacity to have the Holy Ghost as a constant companion grows. The Holy Ghost provides clarity in decision-making, prompting thoughts and impressions that align with our Heavenly Father's will. Having the Holy Ghost as a constant companion is crucial for our spiritual growth.

I was recently assigned to preside over a stake conference at the Salt Lake Granger West Stake in Utah. During this event, I met a stake president who has diligently developed his ability to discern the promptings of the Holy Ghost through righteous living and daily repentance. As part of our ministering efforts, we coordinated visits to three households. Upon completing our final visit, we found ourselves with approximately 30 minutes remaining before our next engage-

høreapparatet giver hende mulighed for at høre tydeligt, giver daglig omvendelse os mulighed for at opfange Herrens vejledning gennem Helligånden.

Mod slutningen af Herrens jordiske tjenestegerning, og inden han tog af sted til Getsemane have, forberedte han sine disciple på de kommende prøvelser. Han trøstede dem, idet han sagde: »Men Talsmanden, [som er] Helligånden, som Faderen vil sende i mit navn, han skal lære jer alt og minde jer om alt, hvad jeg har sagt til jer.«

En af Helligåndens væsentlige opgaver er at advare, lede og vejlede enhver, der lytter til den milde, indre røst. Ligesom tilstoppede slanger i et høreapparat kan hindre korrekt funktionalitet, kan vores åndelige forbindelse med vor himmelske Fader også blive svækket, hvilket fører til farlige misforståelser eller manglende agtpågivenhed over for hans råd. Fremkomsten af internettet har gjort information mere tilgængelig end nogensinde før. Det kan føre til, at vi vender os til verden for at få vejledning, i stedet for til Gud. Præsident Russell M. Nelson har sagt: »I den kommende tid vil det ikke være muligt at overleve åndeligt uden Helligåndens vejledende, anvisende, trøstende og konstante indflydelse.«

Jeg er taknemmelig for, at vi alle kan modtage Helligåndsgaven, når vi bliver bekræftet. Men præsident Dallin H. Oaks advarede om, at »de velsignelser, som kan opnås gennem Helligåndens gave, er betinget af værdighed, [og at] ›Herrens Ånd ikke bor i vanhellige templer‹ [Hel 4:24].«

Når vi bevidst vælger at følge profeters og apostles vejledning, vokser vores evne til at have Helligånden som en konstant ledsager. Helligånden giver klarhed i en beslutningstagen, giver os tanker og indtryk, der er i overensstemmelse med vor himmelske Faders vilje. At have Helligånden som en konstant ledsager er afgørende for vores åndelige vækst.

Jeg fik for nylig til opgave at præsidere over en stavskonference i Salt Lake Granger West Stav i Utah. Ved denne begivenhed mødte jeg en stavspræsident, som flittigt har udviklet sin evne til at høre Helligåndens tilskyndelser, gennem retscaffen levevis og daglig omvendelse. Som en del af vores omsorgsindsats aftalte vi at besøge tre husstande. Efter at have afsluttet vores sidste besøg havde vi ca. 30 minutter til overs før vores næste aftale. Da vi vendte tilbage mod stavscen-

ment. As we traveled back to the stake center, President Chesnut received an impression to visit one additional family. We both agreed to follow this prompting.

We proceeded to visit the Jones family, where we discovered Sister Jones confined to bed due to illness. It was apparent that she needed a priesthood blessing. With her permission, we administered to her. As we prepared to depart, Sister Jones asked how we knew of her urgent need for a blessing. The truth is, we didn't know. However, our Heavenly Father, who was aware of her needs, did know and inspired President Chesnut to visit her home. When we are receptive to the guidance of the still, small voice, we are better equipped to more effectively minister to those in need.

I testify of a kind and loving Heavenly Father. Jesus Christ is the Savior and Redeemer of mankind. I testify that the Atonement of Jesus Christ is real and that as we learn to follow the guidance of the Holy Ghost, He will lead us to repent and use the power of the Savior's Atonement in our lives. President Russell M. Nelson is the true and living prophet of the Lord, with all priesthood keys on the earth today. In the name of Jesus Christ, amen.

tret, modtog præsident Chesnut en tilskyndelse til at besøge endnu en familie. Vi blev begge enige om at følge denne tilskyndelse.

Vi tog hen for at besøge familien Jones, hvor vi opdagede, at søster Jones var sengeliggende på grund af sygdom. Det var tydeligt, at hun havde brug for en præstedømmevelsignelse. Med hendes tilladelse gav vi hende en velsignelse. Da vi forberedte os på at tage af sted, spurgte søster Jones, hvordan vi kunne vide, at hun havde et akut behov for en velsignelse. Sandheden er, at det vidste vi ikke. Men vor himmelske Fader, der var opmærksom på hendes behov, vidste det, og inspirerede præsident Chesnut til at besøge hende. Når vi er modtagelige for vejledning fra den stille, sagte røst, er vi bedre rustet til mere effektivt at hjælpe dem i nød.

Jeg vidner om en venlig og kærlig himmelsk Fader. Jesus Kristus er menneskehedens Frelser og Forløser. Jeg vidner om, at Jesu Kristi forsoning er virkelig, og at når vi lærer at følge Helligåndens vejledning, vil han lede os til omvendelse og til at bruge kraften i Frelserens forsoning i vores liv. Præsident Russell M. Nelson er Herrens sande og levende profet og har alle præstedømmenøgler på jorden i dag. I Jesu Kristi navn. Amen.