

Be Thou Clean

By Elder D. Martin Goury
Of the Seventy

Bli ren

Av eldste D. Martin Goury
i De sytti

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 gjør det mulig for oss å skjelne Herrens veiledning gjennom Den hellige ånd.

Da jeg var omkring fem år gammel, spilte jeg fotball sammen med vennene mine bak kirken i den lille landsbyen min i Côte d'Ivoire. Jeg husker tydelig predikantens oppfordring til forsamlingen om å rengjøre klærne sine som forberedelse til Frelserens ankomst. Som ung tok jeg denne oppfordringen bokstavelig. Jeg løp hjem så fort de små bena kunne bære meg, og ba mor om å rengjøre de få klærne mine slik at jeg kunne være plettfri og klar til Frelserens komme dagen etter. Selv om mor var skeptisk til at Frelseren snart skulle komme tilbake, rengjorde hun likevel mitt beste antrekk.

Neste morgen tok jeg på meg de fortsatt litt fuktige klærne og ventet ivrig på kunngjøringen om Frelserens komme. Etter hvert som dagen gikk og ingenting skjedde, bestemte jeg meg for å dra til møtehuset. Jeg var dypt skuffet over å finne at kirken var tom og at Frelseren ikke hadde kommet. Dere kan forestille dere hva jeg følte mens jeg sakte gikk hjem.

Mange år senere, da jeg mottok misjonærleksjonene som forberedelse til å bli medlem av Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige, leste jeg følgende: "Og intet urent kan komme inn i hans rike. Derfor inngår intet til hans hvile unntatt de som har tvettet sine klær i mitt blod på grunn av sin tro og har omvendt seg fra alle sine synder og har vært trofaste til enden."

Klargjøringen jeg fikk den gangen, hjalp meg å forstå den viktige sannheten som hadde unngått mitt unge sinn mange år tidligere. Predikantens budskap dreide seg om betydningen

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

av åndelig renhet. Han oppfordret menigheten til å søke omvendelse, gjøre endringer i sitt liv og vende seg til Frelseren for forløsning.

Vår himmelske Fader forstår vår jordiske reise og at synd er uunngåelig i vårt liv. Jeg er dypt takknemlig for at han har sørget for en Frelser for å sone for våre overtredder. På grunn av Frelserens forløsende offer, kan hver enkelt av oss omvende oss og søke tilgivelse og bli ren. Omvendelse, et grunnleggende prinsipp i evangeliet, er avgjørende for vår åndelige utvikling og robusthet når vi navigerer gjennom livets utfordringer.

Under generalkonferansen i april 2022 oppfordret president Russell M. Nelson alle medlemmer av Kirken til å oppleve gleden ved daglig omvendelse. Han sa:

"Vær så snill å ikke frykte eller utsette omvendelse. Satan fryder seg over din elendighet. Gjør kort prosess. Kast hans innflytelse ut av ditt liv! Begynn i dag å oppleve gleden ved å legge av deg det naturlige menneske. Frelseren elsker oss alltid, mens spesielt når vi omvender oss ...

Hvis du føler at du har kommet for langt bort fra paktens sti eller vært borte for lenge og ikke har noen måte å vende tilbake på, er det ganske enkelt ikke sant."

Hvis det er noe du ikke har omvendt deg fullstendig fra, oppfordrer jeg deg til å følge president Nelsons oppfordring om ikke å utsette din omvendelse. Det kan kreve litt mot å engasjere seg i denne prosessen. Jeg kan imidlertid forsikre deg om at gleden som kommer av ekte omvendelse, overgår all forstand. Gjennom omvendelse blir vår byrde av skyld løftet bort og erstattet med en følelse av fred og ro. Når vi omvender oss oppriktig, blir vi helliggjort ved Frelserens blod, noe som øker vår følsomhet for Den hellige ånds tilskyndelser og innflytelse.

Min evige ledsager ble født med nedsatt hørsel og må derfor bruke høreapparat. Støv og svette kan påvirke ytelsen til disse apparatene, så hver morgen ser jeg henne flittig rengjøre lydtrørene før hun bruker hjelpemidlene. Denne enkle, men konsekvente rutinen eliminerer smuss, fuktighet eller kondens, og forbedrer dermed hennes evne til å høre og kommunisere effektivt. Når hun overser dette daglige ritualet, går det ut over hennes evne til å høre hele dagen. Uttalte ord forsvinner gradvis og blir til slutt uhørlige. Akkurat som hennes daglige rengjøring

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 engagement. As we traveled back to the stake center,

av høreapparatet lar henne høre tydelig, gjør daglig omvendelse det mulig for oss å skjelne Herrens veiledning gjennom Den hellige ånd.

Nær slutten av Herrens jordiske virke, og før han dro til Getsemane, forberedte han sine disipler til å møte de kommende prøvelsene. Han forsikret dem og sa: "Men talsmannen, [som er] Den Hellige Ånd, som Faderen skal sende i mitt navn, han skal lære dere alle ting, og minne dere om alt det som jeg har sagt dere."

En av Den hellige ånds avgjørende funksjoner er å advare, lede og veilede enhver som lytter til den milde, indre røsten. Akkurat slik de blokkerte lydrørene i et høreapparat kan hindre riktig funksjonalitet, kan også vårt åndelige bånd til vår himmelske Fader bli svekket, noe som fører til farlige misoppfatninger eller at vi ikke bryr oss om hans råd. Internett har gjort informasjon mer tilgjengelig enn noen gang tidligere. Dette kan få oss til å vende oss til verden for å få veiledning istedenfor til Gud. President Russell M. Nelson har undervist: "I tiden fremover vil det ikke være mulig å overleve åndelig uten Den hellige ånds veiledende, rettleidende, trøstende og konstante innflytelse."

Jeg er takknemlig for at vi alle kan mota Den hellige ånds gave når vi blir bekreftet. President Dallin H. Oaks advarte imidlertid at "velsignelsene som er tilgjengelig gjennom Den hellige ånds gave, er betinget av verdighet og 'Herrens Ånd bor ikke i vanhellige templer' [Helaman 4:24]."

Når vi bevisst velger å følge veiledning fra profeter og apostler, vokser vår evne til å ha Den hellige ånd som en konstant ledsager. Den hellige ånd sørger for klarhet når vi skal ta avgjørelser, og tilskynder til tanker og inntrykk som er i overensstemmelse med vår himmelske Faders vilje. Å ha Den hellige ånd som en konstant ledsager, er avgjørende for vår åndelige vekst.

Jeg fikk nylig i oppdrag å presidere over en stavskonferanse i Salt Lake Granger vest stav i Utah. Under dette møtet møtte jeg en stavspresident som flittig har utviklet sin evne til å skjelne Den hellige ånds tilskyndelser gjennom rettferdig livsførsel og daglig omvendelse. Som en del av vår tjeneste, koordinerte vi besøk til tre husstander. Etter vårt siste besøk hadde vi ca. 30 minutter igjen til neste avtale. På reisen tilbake til stavssenteret, fikk president Chesnut en tilskyndelse om å besøke en annen familie. Vi var begge

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.

enige om å følge denne tilskyndelsen.

Vi dro videre til familien Jones, der vi oppdaget at søster Jones var sengeliggende på grunn av sykdom. Det var tydelig at hun trengte en prestedømsvelsignelse. Med hennes tillatelse salvet vi henne. Da vi forberedte oss til å dra, spurte søster Jones hvordan vi visste om hennes presserende behov for en velsignelse. Sannheten er at vi visste det ikke. Vår himmelske Fader, som var klar over hennes behov, kjente imidlertid og inspirerte president Chesnut til å besøke henne. Når vi er mottagelige for veiledning fra den milde, lave røsten, er vi bedre rustet til å hjelpe de trengende mer effektivt.

Jeg vitner om en snill og kjærlig himmelsk Fader. Jesus Kristus er menneskehetens Frelser og Forløser. Jeg vitner om at Jesu Kristi forsoning er reell, og at når vi lærer å følge Den hellige ånds veiledning, vil han lede oss til å omvende oss og anvende kraften i Frelserens forsoning i vårt liv. President Russell M. Nelson er Herrens sanne og levende profet, med alle prestedømsnøkler på jorden i dag. I Jesu Kristi navn. Amen.