

Holiness to the Lord in Everyday Life

By Elder Gerrit W. Gong
Of the Quorum of the Twelve Apostles

Hellighet til Herren i hverdagen

Av eldste Gerrit W. Gong
i De tolv apostlers quorum

October 2024 general conference

Holiness to the Lord makes daily living sacred. It draws us closer and happier to the Lord and each other.

Our recent Gong family reunion included a fun talent show, complete with a dad jokes contest.

But this contest was unusual. On one team was Grandpa (me) and two of the grandchildren, ages 12 and 11. On the other team was an artificial intelligence (AI) program prompted by a cousin to tell dad jokes in the style of Gerrit W. Gong. Grandpa Gerrit Gong versus AI Gerrit Gong.

The grandchildren and I went first.

What do you call a dinosaur who crashes his car? Tyrannosaurus Wrecks.

AI Gerrit Gong was instructed—think like Gerrit W. Gong. Talk like him.

AI Gerrit Gong—“Here is a dad joke as if spoken by Gerrit W. Gong, embracing his warm, thoughtful, and uplifting style: Why did the humble tree make people smile? Because it was rooted in love and reached out with branches of kindness. Like that tree, we too can find strength in our roots and joy in extending kindness to others.”

Well, what do you think? That’s why they’re called dad jokes.

All around us are opportunities to laugh, delight, see with grateful eyes. Ours is a gospel of joy and holiness in everyday life. Holiness sets things apart for sacred purpose. But holiness also invites us to infuse daily living with the sacred—to rejoice in daily bread amidst this world’s thistles and thorns. To walk with the Lord, we must become holy, for He is holy, and to help us

Hellighet til Herren gjør dagliglivet hellig. Det bringer oss nærmere og lykkeligere til Herren og hverandre.

På familien Gongs siste familiesammenkomst hadde vi et morsomt talentshow, med konkurranse i pappavitser.

Men denne konkurransen var uvanlig. På det ene laget var bestefar (meg) og to av barnebarna på 12 og 11 år. På det andre laget instruerte et søskenbarn et kunstig intelligens (KI)-program til å fortelle pappavitser i Gerrit W. Gong-stil. Bestefar Gerrit Gong mot KI Gerrit Gong.

Barnebarna og jeg var først.

Hva kaller du en dinosaur som krasjer bilen sin? Tyrannosaurus Wrecks [vraker].

KI Gerrit Gong ble instruert – tenk som Gerrit W. Gong. Snakk som ham.

KI Gerrit Gong – “Her er en pappavits som om den ble fortalt av Gerrit W. Gong, med hans varme, gjennomtenkte og oppløftende stil: Hvorfor fikk det ydmyke treet folk til å smile? Fordi den var rotfestet i kjærlighet og strakte seg ut med grener av godhet. I likhet med det treet, kan vi også finne styrke i våre røtter og glede i å vise vennlighet mot andre.”

Vel, hva synes dere? Det er derfor de kalles pappavitser.

Overalt rundt oss er det anledninger til å le, glede seg og se med takknemlighet. Vårt evangelium handler om glede og hellighet i hverdagen. Hellighet avsetter ting til en hellig hensikt. Men hellighet innbyr oss også til å fylle dagliglivet med det hellige – til å glede oss over daglig brød, midt blant denne verdens tistler og torner. For å vandre med Herren, må vi bli hellige, for han er

become holy, the Lord invites us to walk with Him.

We each have a story. As Sister Gong and I meet you—Church members and friends in many places and circumstances—your stories of holiness to the Lord in everyday life inspire us. You live seven Cs: communion with God, community and compassion with each other, commitment and covenant with God, family, and friends—centered in Jesus Christ.

Growing evidence highlights this striking fact: religious believers are on average happier, healthier, and more fulfilled than those without spiritual commitment or connection. Happiness and life satisfaction, mental and physical health, meaning and purpose, character and virtue, close social relationships, even financial and material stability—on each measure, religious practitioners flourish.

They enjoy better physical and mental health and greater life satisfaction across all ages and demographic groups.

What researchers call “religious structural stability” offers clarity, purpose, and inspiration amidst life’s twists and turns. The household of faith and community of Saints combat isolation and the lonely crowd. Holiness to the Lord says no to the profane, no to snarky cleverness at others’ expense, no to algorithms that monetize anger and polarization. Holiness to the Lord says yes to the sacred and reverent, yes to our becoming our freest, happiest, most authentic, best selves as we follow Him in faith.

What does holiness to the Lord in everyday life look like?

Holiness to the Lord in everyday life looks like two faithful young adults, married for a year, sharing with authenticity and vulnerability gospel covenants, sacrifice, and service in their unfolding lives.

She begins, “In high school, I was in a dark place. I felt like God wasn’t there for me. One night, a text from a friend said, ‘Hey, have you read Alma 36 ever?’

“As I started reading,” she said, “I was overcome with peace and love. I felt like I was being given this big hug. When I read Alma 36:12, I knew Heavenly Father saw me and knew exactly how I was feeling.”

She continues, “Before we got married, I was honest with my fiancé that I didn’t have a great testimony of tithing. Why did God need us to

hellig. Og for å hjelpe oss til å bli hellige, oppfordrer Herren oss til å vandre med ham.

Vi har alle en historie. Når søster Gong og jeg møter dere – Kirkens medlemmer og venner på mange steder, og i mange omstendigheter – inspirerer deres historier om hellighet til Herren i hverdagen oss. Dere etterlever fire prinsipper: Fellesskap med Gud, samfunn og medfølelse med hverandre, forpliktelse og pakt med Gud, familie og venner – sentrert i Jesus Kristus.

Stadig flere bevis fremhever dette slående faktum: Religiøst troende er i gjennomsnitt lykkeligere, sunnere og mer tilfredse enn dem som er uten åndelig engasjement eller tilknytning. Lykke og livstilfredshet, psykisk og fysisk sunnhet, mening og hensikt, karakter og dyd, nære sosiale relasjoner, til og med økonomisk og materiell stabilitet – religionsutøvere blomstrer på alle områder.

De har bedre fysisk og psykisk helse og er mer tilfreds med livet på tvers av alle aldre og demografiske grupper.

Det forskere kaller “religiøs strukturell stabilitet” gir klarhet, hensikt og inspirasjon midt i livets forviklinger og omveltninger. Troens hus og de helliges samfunn, bekjemper isolasjon og den ensomme folkemengden. Hellighet til Herren sier nei til det blasfemiske, nei til snerten kløkt på andres bekostning, nei til algoritmer som tjener penger på sinne og polarisering. Hellighet til Herren sier ja til det hellige og ærbødige, ja til at vi blir vårt frieste, lykkeligste, mest autentiske og beste jeg når vi følger ham i tro.

Hvordan ser hellighet til Herren ut i hverdagen?

Hellighet til Herren i hverdagen ser ut som to trofaste unge voksne, gift i et år, som med oppriktighet og sårbarhet deler evangeliets pakter, offer og tjeneste i sin livsutfoldelse.

Hun begynner: “På videregående skole var jeg på et mørkt sted. Jeg følte som om Gud ikke var der for meg. En kveld fikk jeg en tekstmelding fra en venn: ‘Har du lest Alma 36 noen gang?’

“Da jeg begynte å lese,” sa hun, “ble jeg overveldet av fred og kjærlighet. Jeg følte det som om jeg fikk en stor klem. Da jeg leste Alma 36:12, visste jeg at min himmelske Fader så meg og visste nøyaktig hvordan jeg følte meg.”

Hun fortsetter: “Før vi giftet oss, var jeg ærlig med min forlovede om at jeg ikke hadde et sterkt vitnesbyrd om tiende. Hvorfor trengte Gud at vi

give money when others had so much to give? My fiancé helped explain it's not about money but following a commandment asked of us. He challenged me to start paying tithing.

"I really saw my testimony grow," she said. "Sometimes money gets tight, but we saw so many blessings, and somehow paychecks were enough."

Also, "in my nursing class," she said, "I was the only member of the Church and the only one married. Many times I left class frustrated or crying because I felt classmates singled me out and made negative comments about my beliefs, my wearing my garments, or my being married so young."

Yet she continues, "This past semester I learned how to better voice my beliefs and be a good gospel example. My knowledge and testimony grew because I was tested in my ability to stand alone and be strong in what I believe."

The young husband adds, "Before my mission I had offers to play college baseball. Making the difficult decision, I put those offers aside and went to serve the Lord. I wouldn't trade those two years for anything."

"Returning home," he said, "I expected a difficult transition but found myself stronger, faster, and healthier. I was throwing harder than when I left. I had more offers to play than when I left, including my dream school. And, most importantly," he said, "I rely upon the Lord more than ever."

He concludes, "As a missionary I taught that Heavenly Father promises us power in our prayers, but sometimes I forget that for myself."

Our treasury of missionary holiness-to-the-Lord blessings is rich and full. Finances, timing, and other circumstances are often not easy. But when missionaries of all ages and backgrounds consecrate holiness to the Lord, things can work out in the Lord's time and way.

Now with a 48-year perspective, a senior missionary shares, "My dad wanted me to get a college education, not go on a mission. Shortly after that, he had a heart attack and died at age 47. I felt guilty. How could I make things right with my father?"

"Later," he continues, "after I decided to serve a mission, I saw my father in a dream. Peaceful and contented, he was happy I would serve."

ga penger, når andre hadde så mye å gi? Min forlovede forklarte at det ikke handler om penger, men om å følge et bud slik vi er blitt bedt om. Han utfordret meg til å begynne å betale tiende.

"Jeg opplevde virkelig at vitnesbyrdet mitt vokste," sa hun. "Noen ganger blir det lite penger, men vi fikk så mange velsignelser, og på en eller annen måte var lønningene nok."

Videre: "I sykepleierklassen," sa hun, "var jeg det eneste medlemmet av Kirken og den eneste som var gift. Mange ganger gikk jeg frustrert eller gråtende fra klassen fordi jeg følte at klassekameratene hengt meg ut og kom med negative kommentarer om min tro, at jeg brukte tempelkledningen min eller at jeg giftet meg så ung."

Likevel fortsetter hun: "Det siste semesteret lærte jeg hvordan jeg bedre kunne uttrykke min tro og være et godt eksempel på evangeliet. Min kunnskap og mitt vitnesbyrd vokste fordi jeg ble prøvet i min evne til å stå alene og være sterk i det jeg tror på."

Den unge ektemannen tilføyer: "Før misjonen fikk jeg tilbud om å spille baseball på universitetet. Jeg tok den vanskelige avgjørelsen, satte disse tilbudene til side og dro for å tjene Herren. Jeg ville ikke byttet de to årene mot noe."

Da jeg kom hjem," sa han, "forventet jeg en vanskelig overgang, men jeg var blitt sterkere, raskere og sunnere. Jeg kastet bedre enn da jeg dro. Jeg hadde flere tilbud om å spille enn da jeg dro, herunder fra drømmeskolen min. Og viktigst av alt," sa han, "jeg stoler mer på Herren enn noensinne."

Han avslutter: "Som misjonær underviste jeg at vår himmelske Fader lover oss kraft i våre bønner, men noen ganger glemmer jeg dette selv."

Vårt skattkammer av misjonær-hellighet-til-Herren-velsignelser, er rikt og fullt. Økonomi, tidsplan og andre omstendigheter er ofte ikke enkle. Men når misjonærer i alle aldre, og med alle bakgrunner, innvier hellighet til Herren, kan ting ordne seg i Herrens tid og på hans måte.

Nå med et 48 år langt perspektiv, forteller en seniormisjonær: "Pappa ønsket at jeg skulle ta utdanning, ikke reise på misjon. Kort tid etter fikk han hjerteinfarkt og døde 47 år gammel. Jeg følte meg skyldig. Hvordan kunne jeg forsone meg med min far?"

"Senere," fortsetter han, "etter at jeg bestemte meg for å reise på misjon, så jeg min far i en drøm. Fredelig og tilfreds var han glad for at jeg

This senior missionary continues, “As-Doctrine and Covenants section 138 teaches, I believe my father could serve as a missionary in the spirit world. I picture my father helping our great-grandfather, who left Germany at age 17 and was lost to the family, be found again.”

His wife adds, “Among the five brothers in my husband’s family, the four who served missions are the ones with college degrees.”

Holiness to the Lord in everyday life looks like a young returning missionary who learned to let God prevail in his life. Earlier, when asked to bless someone who was very sick, this missionary said, “I have faith; I will bless him to recover. Yet,” the returning missionary says, “I learned in that moment to pray not for what I wanted but for what the Lord knew the person needed. I blessed the brother with peace and comfort. He later passed away peacefully.”

Holiness to the Lord in everyday life feels like a spark arcing across the veil to connect, comfort, and strengthen. An administrator at a major university says he feels individuals he knows only by reputation praying for him. Those individuals devoted their lives to the university and continue to care about its mission and students.

A sister does her best each day, after her husband was unfaithful to her and the children. I deeply admire her and others like her. One day while folding laundry, her hand on a stack of garments, she sighed to herself, “What’s the point?” She felt a tender voice assure her, “Your covenants are with me.”

For 50 years, another sister yearned for a relationship with her father. “Growing up,” she says, “there were my brothers and my dad, and then there was me—the only daughter. All I ever wanted was to be ‘good enough’ for my dad.

“Then my mom passed away! She was my only liaison between my dad and me.

“One day,” the sister said, “I heard a voice say, ‘Invite your dad and take him to the temple with you.’ That was the beginning of a twice-a-month date with my daddy to the house of the Lord. I told my dad I loved him. He told me he loved me too.

“Spending time in the house of the Lord has healed us. My mom could not help us on earth. It took her being on the other side of the veil to help mend what was broken. The temple com-

skulle tjene.”

Denne seniormisjonæren fortsetter: “Som-Lære og pakter kapittel 138 underviser, tror jeg min far kunne virke som misjonær i åndeverdenen. Jeg ser for meg min far som hjelper vår oldefar, som forlot Tyskland da han var 17 år gammel og var borte for familien, å bli funnet igjen.”

Hans hustru tilføyer: “Blant de fem brødrene i min manns familie, er de fire som har vært på misjon, de som har høyere utdanning.”

Hellighet til Herren i hverdagen ser ut som en ung hjemvendt misjonær som lærte å la Gud råde i sitt liv. Tidligere, da han ble bedt om å velsigne noen som var veldig syk, sa denne misjonæren: “Jeg har tro. Jeg vil velsigne ham så han kan bli frisk. Likevel,” sier den hjemvendte misjonæren, “lærte jeg i det øyeblikket å be ikke om det jeg ønsket, men om det Herren visste at vedkommende trengte. Jeg velsignet broren med fred og trøst. Han døde senere fredelig.”

Hellighet til Herren i hverdagen føles som en gnist som strekker seg over sløret for å knytte seg til, trøste og styrke. En administrator ved et stort universitet sier han føler at personer han bare kjenner av omdømme ber for ham. Disse personene viet sine liv til universitetet og fortsetter å bry seg om sitt oppdrag og sine studenter.

En søster gjør sitt beste hver dag etter at hennes mann var utro mot henne og barna. Jeg beundrer henne og andre som henne. En dag mens hun brettet tøy, med hånden på en stabel med klær, sukket hun for seg selv: “Hva er vitsen?” Hun følte en kjærlig stemme forsikre henne: “Dine pakter er med meg.”

I 50 år lengtet en annen søster etter et forhold til sin far. “Da jeg vokste opp,” sier hun, “var det mine brødre og pappa, og så var det meg – den eneste datteren. Alt jeg noensinne ønsket var å være ‘god nok’ for pappa.

Så døde mamma! Hun var mitt eneste bindeledd mellom pappa og meg.

En dag,” sa søsteren, “hørte jeg en røst si: ‘Inviter din far, og ta ham med deg til tempelet.’ Det var begynnelsen på en to-ganger-i-månedens-avtale med pappa i Herrens hus. Jeg sa til pappa at jeg var glad i ham. Han sa at han var glad i meg også.

Å tilbringe tid i Herrens hus har helbredet oss. Mamma kunne ikke hjelpe oss på jorden. Det krevde at hun var på den andre siden av sløret for å hjelpe til med å reparere det som var

pleted our journey to wholeness as an eternal family.”

The father says, “The temple dedication was a great spiritual experience for me and my only daughter. Now we attend together and feel our love strengthen.”

Holiness to the Lord in everyday life includes tender moments when loved ones pass. Earlier this year, my dear mother, Jean Gong, slipped into the next life days before her 98th birthday.

If you asked my mother, “Would you like rocky road, white chocolate ginger, or strawberry ice cream?” Mom would say, “Yes, please, may I taste each one?” Who could say no to your mother, especially when she loved all of life’s flavors?

I once asked Mom which decisions had most shaped her life.

She said, “Being baptized a member of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints and moving from Hawaii to the mainland, where I met your father.”

Baptized as a 15-year-old, the only member of her large family to join our Church, my mother had covenant faith and trust in the Lord that blessed her life and all our family generations. I miss my mother, as you miss members in your family. But I know my mother is not gone. She is just not here now. I honor her and all who pass as valiant examples of everyday holiness to the Lord.

Of course, holiness to the Lord in everyday life includes coming more often to the Lord in His holy house. This is true whether we are Church members or friends.

Three friends came to the Bangkok Thailand Temple open house.

“This is a place of super healing,” said one.

In the baptism, another said, “When I am here, I want to be washed clean and never sin again.”

The third said, “Can you feel the spiritual power?”

With nine sacred words, our temples invite and proclaim:

“Holiness to the Lord.

“The House of the Lord.”

Holiness to the Lord makes daily living sacred. It draws us closer and happier to the Lord and each other and prepares us to live with God our Father, Jesus Christ, and our loved ones.

As did my friend, you may wonder if your

ødelagt. Tempelet fullførte vår reise til helbredelse som en evig familie.”

Faren sier: “Tempelinnvielsen var en stor åndelig opplevelse for meg og min eneste datter. Nå drar vi dit sammen og føler at vår kjærlighet blir styrket.”

Hellighet til Herren i hverdagen innbefatter gripende øyeblikk når våre kjære går bort. Tidligere i år gikk min kjære mor, Jean Gong, inn i det neste livet noen dager før sin 98-årsdag.

Hvis du spurte moren min: “Vil du ha iskrem med sjokolade og nøtter, hvit sjokolade og ingefær, eller jordbær?” ville mamma si: “Ja takk, kan jeg smake på alle sammen?” Hvem kunne si nei til moren sin, spesielt når hun elsket alle livets smaker?

Jeg spurte en gang mamma hvilke avgjørelser som hadde formet livet hennes mest.

Hun sa: “Å bli døpt og bli medlem av Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige og flytte fra Hawaii til fastlandet, der jeg møtte din far.”

Da hun ble døpt som 15-åring, det eneste medlemmet av sin store familie som sluttet seg til vår kirke, hadde min mor paktstro på, og tillit til Herren, som velsignet henne og alle generasjoner i vår slekt. Jeg savner moren min, slik dere savner medlemmer av deres familie. Men jeg vet at min mor ikke er borte. Hun er bare ikke her nå. Jeg hedrer henne og alle som går foran som tapre eksempler på hverdagshellighet til Herren.

Hellighet til Herren i hverdagen innbefatter naturligvis å komme oftere til Herren i hans hellige hus. Dette gjelder enten vi er medlem av Kirken eller venner.

Tre venner kom til åpent hus i Bangkok Thailand tempel.

“Dette er et sted for super helbredelse,” sa en.

I dåpsrommet sa en annen: “Når jeg er her, ønsker jeg å bli vasket ren og aldri synde igjen.”

Den tredje sa: “Kan dere føle den åndelige kraften?”

Med fem hellige ord innbyr og erklærer våre templer:

“Hellighet til Herren.

Herrens hus.”

Hellighet til Herren gjør hverdagslivet hellig. Det bringer oss nærmere og lykkeligere til Herren og hverandre, og forbereder oss til å bo hos Gud vår Fader, Jesus Kristus og våre kjære.

I likhet med min venn, lurer dere kanskje på

Heavenly Father loves you. The answer is a resounding, absolute yes! We can feel His love as we make holiness to the Lord ours each day, happy and forever. May we do so, I pray in the sacred name of Jesus Christ, amen.

om deres himmelske Fader elsker dere. Svaret er et rungende, absolutt ja! Vi kan føle hans kjærlighet når vi gjør hellighet til Herren vår, hver dag, lykkelig og for alltid. Jeg ber om at vi må gjøre det, i Jesu Kristi navn. Amen.