

Be Thou Clean

By Elder D. Martin Goury
Of the Seventy

Bli ren!

Äldste D. Martin Goury
i de sjuttios kvorum

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

Daglig omvändelse gör det möjligt för oss att urskilja Herrens vägledning genom den Helige Anden.

När jag var omkring fem år gammal spelade jag fotboll med mina vänner bakom kyrkan i min lilla by i Elfenbenskusten. Jag minns tydligt predikantens uppmaning till sin församling att tvätta sina kläder som förberedelse för Frälsarens ankomst. Eftersom jag var ung tog jag den här uppmaningen bokstavligt. Jag sprang hem så fort mina små ben bar mig och vädjade till min mor att tvätta mina få kläder så att jag kunde vara fläckfri och redo för Frälsarens ankomst nästa dag. Mor var skeptisk till Frälsarens nära förestående ankomst, men hon tvättade ändå mina finaste kläder.

Morgonen därpå tog jag på mig de fortfarande något fuktiga kläderna och väntade ivrigt på tillkännagivandet av Frälsarens ankomst. När dagen gick och inget hände bestämde jag mig för att gå till möteshuset. Jag blev mycket besviken över att kyrkan var tom och att Frälsaren inte hade kommit. Ni kan föreställa er mina känslor när jag sakta gick hemåt.

Flera år senare, när jag fick missionärslektionerna som förberedelse för att bli medlem i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, läste jag följande: "Och inget orent kan komma in i hans rike. Därför kommer ingenting in i hans vila utom de som har tvättat sina kläder i mitt blod genom sin tro och omvändelse från alla sina synder och genom sin trofasthet intill änden."

Det förtydligande jag fick då hjälpte mig att förstå den viktiga sanning som hade undgått mitt unga sinne många år tidigare. Predikantens

prior. The preacher's message was centered on 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 her daily hearing aid cleaning allows her to hear

budskap handlade om vikten av andlig renhet. Han uppmanade församlingen att söka omvändelse, göra förändringar i sina liv och vända sig till Frälsaren för återlösning.

Vår himmelske Fader förstår vår jordiska resa och att synden är oundviklig i våra liv. Jag är djupt tacksam för att han har gett oss en Frälsare som sonar våra överträdelser. Genom Frälsarens återlösande offer kan var och en av oss omvända sig och söka förlåtelse och bli renad. Omvändelse, en grundläggande princip i evangeliet, är nödvändig för vår andliga utveckling och motståndskraft när vi navigerar genom livets utmaningar.

Under generalkonferensen i april 2022 uppmanade president Russell M. Nelson varje medlem i kyrkan att uppleva glädjen i daglig omvändelse. Han sa:

"Var inte rädd för och skjut inte upp din omvändelse. Satan gläds över dina kval. Gör slut på dem. Kasta ut hans inflytande ur ditt liv! Börja i dag med att uppleva glädjen i att lägga av den naturliga människan. Frälsaren älskar oss alltid, mensärskilt när vi omvänder oss ...

"Om du känner att du har irrat dig för långt bort från förbundsstigen eller för länge och inte kan återvända så är det helt enkelt inte sant."

Om det finns något som du inte har omvänt dig från helt uppmanar jag dig att följa president Nelsons uppmaning att inte skjuta upp din omvändelse. Det kan krävas en del mod för att börja denna process; men jag kan försäkra dig om att den glädje som kommer av äkta omvändelse övergår allt förstånd. Genom omvändelse lyfts våra skuld känslor och ersätts med en känsla av frid och lugn. När vi uppriktigt omvänder oss helgas vi genom Frälsarens blod, vilket ökar vår lyhördhet för den Helige Andens maningar och inflytande.

Min eviga livskamrat föddes med en hörselskada och måste därför använda hörapparat. Damm och svett kan påverka dessa enheters prestanda, så varje morgon ser jag henne flitigt rengöra anslutningsrören innan hon använder hörapparaterna. Denna enkla men konsekventa rutin avlägsnar all smuts, fukt och kondens och förbättrar därmed hennes förmåga att höra och kommunicera effektivt. När hon förbiser denna dagliga ritual försämras hennes förmåga att höra under dagen; talade ord tonas gradvis ner och blir till slut ohörbara. Liksom rengöringen av hörapparaterna gör att hon hör tydligt kan

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, President Chesnut received an impression to visit

daglig omvändelse hjälpa oss att urskilja Herrens vägledning genom den Helige Anden.

Mot slutet av Herrens jordiska verksamhet och innan han begav sig till Getsemane trädgård förberedde han sina lärjungar på att möta de kommande prövningarna. Han lugnade dem och sa: "Men Hjälparen, den helige Ande som Fadern ska sända i mitt namn, han ska lära er allt och påminna er om allt som jag sagt er."

En av den Helige Andens viktiga funktioner är att varna, leda och vägleda var och en som lyssnar på den mjuka, inre rösten. Precis som de blockerade kommunikationsrören i en hörapparat kan hindra dem från att fungera korrekt kan vår andliga kontakt med vår himmelske Fader också försämrats, vilket kan leda till farliga missuppfattningar eller att vi inte följer hans råd. Internet har gjort information mer tillgänglig än någonsin tidigare. Det kan göra att vi vänder oss till världen för vägledning i stället för till Gud. President Russell M. Nelson har sagt: "I kommande dagar blir det inte möjligt att överleva andligt utan den Helige Andens ledande, tröstande och ständiga inflytande."

Jag är tacksam för att var och en av oss kan ta emot den Helige Andens gåva när vi konfirmeras. Men president Dallin H. Oaks har varnat för att "de välsignelser som kan fås genom den Helige Andens gåva, kommer på det villkoret att vi är värdiga [och att] 'Herrens Ande inte bor i oheliga tempel' [Helaman 4:24]."

När vi medvetet väljer att följa profeternas och apostlarnas vägledning växer vår förmåga att ha den Helige Anden som ständig ledsagare. Den Helige Anden ger klarhet i beslutsfattandet och väcker tankar och intryck som stämmer överens med vår himmelske Faders vilja. Att ha den Helige Anden som ständig ledsagare är avgörande för vår andliga tillväxt.

Jag fick nyligen uppdraget att presidera över en stavskonferens i Grangers västra stav i Salt Lake City i Utah. Vid det tillfället träffade jag en stavspresident som flitigt har utvecklat sin förmåga att urskilja den Helige Andens meningar genom att leva rättfärdigt och omvända sig dagligen. Som en del av vårt stödverksamhetsarbete samordnade vi besök till tre hushåll. När vi var klara med vårt sista besök hade vi ungefär 30 minuter kvar till vårt nästa möte. På väg tillbaka till stavscentret fick president Chesnut en känsla av att vi skulle besöka ytterligare en familj. Vi var

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.

båda överens om att följa maningen.

Vi besökte familjen Jones och upptäckte att syster Jones var sängbunden på grund av sjukdom. Det var uppenbart att hon behövde en prästadömsvälsignelse. Med hennes tillåtelse välsignade vi henne. När vi var på väg ut frågade syster Jones hur vi visste att hon så innerligt behövde en välsignelse. Sanningen är den att vi inte visste. Men vår himmelske Fader, som var medveten om hennes behov, visste och inspirerade president Chesnut att besöka henne. När vi är mottagliga för vägledningen från den milda och stilla rösten är vi bättre rustade att mer effektivt hjälpa behövande.

Jag vittnar om en god och kärleksfull himmelsk Fader. Jesus Kristus är mänsklighetens Frälsare och Återlösare. Jag vittnar om att Jesu Kristi försoning är verklig och att när vi lär oss att följa den Helige Andens vägledning så leder han oss till att omvända oss och använda kraften i Frälsarens försoning i våra liv. President Russell M. Nelson är Herrens sanne och levande profet, med alla prästadöms nycklar på jorden i dag. I Jesu Kristi namn, amen.