

Holiness to the Lord in Everyday Life

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

Kabanalan sa Panginoon sa Pang-araw-araw na Buhay

Ni Elder Gerrit W. Gong
Ng Korum ng Labindalawang Apostol

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 sa-

Ang kabanalan sa Panginoon ay ginagawang sagrado ang pang-araw-araw na buhay. Mas inilalapit at pinasasaya tayo nito sa Panginoon at sa isa’t isa.

Ang Gong family reunion namin kamakailan ay may kasamang masayang talent show, pati na ng paligsahan ng dad jokes.

Ngunit pambihira ang paligsahang ito. Nasa isang team si Lolo (ako) at ang dalawa sa mga apo, edad 12 at 11. Ang nasa kabilang team ay isang artificial intelligence (AI) program na dinidiktahan ng isang pinsan na magsabi ng dad jokes sa estilo ni Gerrit W. Gong. Lolo Gerrit Gong laban kay AI Gerrit Gong.

Kami ng mga apo ko ang nauna.

Ano ang tawag ninyo sa dinosaur na nagwasak ng kotse niya? Tyrannosaurus Wrecks.

Ang utos kay AI Gerrit Gong—mag-isip na tulad ni Gerrit W. Gong. Gayahin ang pagsasalita niya.

AI Gerrit Gong—“Narito ang isang dad joke na parang si Gerrit W. Gong ang nagsasalita, na ginagaya ang kanyang magiliw, maalalahanin, at nakasisiglang estilo: Bakit pinangiti ng abang puno ang mga tao? Dahil nakaugat ito sa pagmamahal at nagkaroon ng mga sanga ng kabaitan. Gaya ng punong iyon, makasusumpung din tayo ng lakas sa ating mga ugat at galak sa pagpapakita ng kabaitan sa iba.”

Ano sa palagay ninyo? Kaya nga tinawag ang mga ito na dad jokes.

Sa ating paligid may mga oportunidad na tumawa, matuwa, tumingin nang may pasasalamat. Ang nasa atin ay isang ebanghelyo ng kagalakan at kabanalan sa pang-araw-araw na buhay. Ibinubukod ng kabanalan ang mga bagay-bagay para

cred—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 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

sa sagradong layunin. Ngunit kabanalan din ang nag-aanyaya sa atin na haluan ng mga bagay na sagrado ang pang-araw-araw na pamumuhay—na magalak sa mga pagpapala at karanasan natin araw-araw sa gitna ng mga problema at hamon ng mundong ito. Para makalakad na kasama ng Panginoon, kailangang maging banal tayo, dahil Siya ay banal, at para matulungan tayong maging banal, inaanyayahan tayo ng Panginoon na lumakad na kasama Siya.

Bawat isa sa atin ay may sariling kuwento. Kapag nakikipagkita kami ni Sister Gong sa inyo—na mga miyembro at kaibigan ng Simbahan sa maraming lugar at sitwasyon—nabibigyang-inspirasyon kami ng inyong mga kuwento ng kabanalan sa Panginoon sa pang-araw-araw na buhay. Ipinamumuhay ninyo ang pitong P: pagdarasal sa Diyos, pamayanan o komunidad at pagkakaroon ng habag sa isa’t isa, pagiging tapat at pakikipagtipan sa Diyos, pamilya at mga kaibigan—pagtuon sa Panginoong Jesucristo.

Itinatampok ng dumaraming katibayan ang kapansin-pansing katotohanang ito: karaniwa’y mas masaya, mas malusog, at mas matagumpay ang mga naniniwala sa relihiyon kaysa roon sa mga walang espirituwal na katapatan o koneksyon. Kaligayahan at kasiyahan sa buhay, kalusugan ng isipan at katawan, kahulugan at layunin, pagkatao at kabutihan, malapit na pakikihalubilo sa lipunan, maging pinansyal at materyal na katatagan—sa bawat katagorya, umuunlad ang mga relihiyoso.

Nagtatamasa sila ng higit na malusog na katawan at isipan at higit na kasiyahan sa buhay sa lahat ng edad at lugar.

Ang tinatawag ng mga researcher na “katatagan sa istruktura ng relihiyon” ay nag-aalok ng kalinawan, layunin, at inspirasyon sa gitna ng mga di-inaasahang kaganapan. Nilalabanan ng sambahayan ng pananampalataya at komunidad ng mga Banal ang paghihiwalay ng sarili sa iba at ang kawalan ng mga kaibigan. Ang kabanalan sa Panginoon ay tumatanggi sa kabastusan, sa kasungitan na humahamak sa iba, sa mga social media na kumikita sa paghikayat sa mga tao na magalit at patuloy na magbasa ng partikular na mga bagay. Ang kabanalan sa Panginoon ay tina-tangkilik ang sagrado at mapitagan, ang pagiging pinakamalaya, pinakamaligaya, pinakatunay, pinakamainam na pagkatao habang sinusundan natin Siya nang may pananampalataya.

Paano nakikita ang kabanalan sa Panginoon

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 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.

sa pang-araw-araw na buhay?

Ang kabanalan sa Panginoon sa pang-araw-araw na buhay ay tulad ng dalawang matapat na young adult, na isang taon nang kasal, na tunay na nagsasalo nang may matalas na pakiramdam sa mga tipan ng ebanghelyo, sakripisyo, at paglilingkod habang lumalaon sa kanilang buhay.

Pagsisimula ng babae, “Sa high school, nasa madilim na lugar ako. Pakiramdam ko, wala roon ang Diyos para sa akin. Isang gabi, sabi ng isang kaibigan ko sa text, ‘Oy, nabasa mo na ba ang Alma 36?’

“Nang magsimula akong magbasa,” sinabi niya, “napuspos ako ng kapayapaan at pagmamahal. Nadama ko na tila may yumayakap sa akin nang mahigpit. Nang mabasa ko ang Alma 36:12, nalaman ko na nakita ako ng Ama sa Langit at alam na alam Niya ang nararamdaman ko.”

Sabi pa niya, “Bago kami nagpakasal, ipinagtapat ko sa nobyo ko na wala akong patotoo sa ikapu. Bakit kailangan ng Diyos na magbigay kami ng pera samantalang napakarami namang maibibigay ang iba? Ipinaliwanag ng nobyo ko na hindi iyon tungkol sa pera kundi sa pagsunod sa inuutos sa atin. Hinamon niya ako na magsimulang magbayad ng ikapu.

“Talagang nakita kong lumago ang aking patotoo,” sabi niya. “Kung minsa’y wala kaming gaanong pera, pero nakita namin ang napakaraming pagpapala, at kahit paano’y sumapat ang suweldo namin.”

Gayundin, “sa nursing class ko,” sabi niya, “ako lang ang miyembro ng Simbahan at may-asawa. Maraming beses kong nilisan ang klase na naiinis o umiiyak dahil nadama ko na ibinubukod ako ng mga kaklase ko at may sinasabi silang hindi maganda tungkol sa mga paniniwala ko, sa pagsusuot ko ng garments, o pag-aasawa ko nang bata pa.”

Gayunman, patuloy niya, “Nitong nakaraang semestre nalaman ko kung paano mas ipahayag ang aking mga paniniwala at maging mabuting halimbawa sa pamumuhay ng ebanghelyo. Lumago ang aking kaalaman at patotoo dahil nasubukan ang kakayahan kong manindigang mag-isa at maging matatag sa pinaniniwalaan ko.”

Dagdag ng bata pa niyang asawa, “Bago ako nagmisyon may mga nag-alok sa akin na maglaro ng baseball sa kolehiyo. Nang gawin ko ang mahirap na desisyon, isinantabi ko ang mga alok na iyon at naglingkod ako sa Panginoon. Hindi ko ipagpapalit ang dalawang taon na iyon sa

“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.”

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,”

anuman.

“Nang makauwi ako,” sabi niya, “inasahan ko na maninibago ako pero natuklasan ko na mas matibay, mas mabilis, at mas malusog ako. Mas malakas akong maghagis ng bola kaysa noong umalis ako. Mas maraming alok sa akin na maglaro kaysa noong umalis ako, pati na ang pangarap kong paaralan. At, ang pinakamahalaga,” sabi niya, “umaasa ako sa Panginoon nang higit kailanman.”

Pagtatapos niya, “Noong missionary ako, itinuro ko na nangangako sa atin ang Ama sa Langit ng kapangyarihan sa ating mga panalangin, ngunit kung minsan, nalilimutan ko mismo iyan.”

Ang kaban ng mga pagpapala ng mga missionary dahil sa pagpapakita nila ng kabanalan sa Panginoon ay mayaman at puno. Ang pera, tiyempo, at iba pang mga sitwasyon kadalasan ay hindi madali. Ngunit ang mga missionary sa iba’t ibang edad at pinagmulan ay lubos na nagla-laan ng kabanalan sa Panginoon, mga bagay na maaaring maging epektibo sa panahon at paraan ng Panginoon.

Ngayong may pananaw na ng isang 48 anyos, ipinahayag ng isang senior missionary, “Ang gusto ng tatay ko ay magtapos ako sa kolehiyo, hindi ang magmisyon. ’Di naglaon pagkaraan niyon, inatake siya sa puso at namatay sa edad na 47. Nakonsiyensya ako. Paano ko maitutuwid ang mga bagay-bagay sa aking ama?”

“Kalaunan,” patuloy niya, “matapos mag-desisyon na magmisyon, napanaginipan ko ang tatay ko. Payapa at kontento, masaya siya na maglilingkod ako.”

Nagpatuloy ang senior missionary na ito, “Tulad ng turo sa Doktrina at mga Tipan bahagi 138, naniniwala ako na maaaring maglilingkod ang tatay ko bilang missionary sa daigdig ng mga espiritu. Naiisip ko ang tatay ko na tinutulongan ang aming lolo-sa-tuhod, na umalis ng Germany sa edad na 17 at nawala sa pamilya, na matagpuang muli.”

Dagdag pa ng asawang babae, “Sa limang magkakapatid na lalaki sa pamilya ng asawa ko, ang apat na nagmisyon ang nagtamo ng mga degree sa kolehiyo.”

Ang kabanalan sa Panginoon sa pang-araw-araw na buhay ay tulad ng isang papauwing bintang missionary na natutong hayaan na manaig ang Diyos sa kanyang buhay. Bago iyon, nang hilingang basbasan ang isang taong malubha ang

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 completed our journey to wholeness as an eternal family.”

The father says, “The temple dedication was

sakit, sinabi ng missionary na ito, “May pananamalataya ako; babasbasan ko siya para siya gumaling. Subalit,” sabi ng papauwing missionary, “nalaman ko sa sandaling iyon na ipagdasal hindi ang gusto kong mangyari, kundi kung ano ang alam ng Panginoon na kailangan ng taong iyon. Binasbasan ko ang brother ng kapayapaan at ginhawa. Kalaunan ay pumanaw siya nang mapayapa.”

Ang kabanalan sa Panginoon sa pang-araw-araw na buhay ay tulad sa isang kislap na tinatawid ang tabing upang kumonekta, magpaginhawa, at magpalakas. Sinabi ng isang administrator sa isang pangunahing unibersidad na nararamdaman niya ang mga taong kilala lamang niya ayon sa reputasyon na ipinagdarasal siya. Inilaan ng mga indibiduwal na iyon ang kanilang buhay sa unibersidad at patuloy na nagmamalasakit sa misyon nito at sa mga estudyante.

Ginagawa ng isang sister ang lahat ng makakaya niya bawat araw, matapos magtaksil sa kanya at sa kanilang mga anak ang kanyang asawa. Lubos ko siyang hinahangaan at ang iba pang katulad niya. Isang araw habang nagtutupi ng mga bagong laba, habang nakapatong ang kamay sa isang buntong ng garments, bumuntong-hininga siya at bumulong, “Para saan pa?” Narinig niya ang isang magiliw na tinig na nagbigay-katiyakan sa kanya, “Nakipagtipan ka sa akin.”

Sa loob ng 50 taon, isa pang sister ang nanabik na maging malapit sa kanyang ama. “Noong lumalaki ako,” wika niya, “naroon ang mga kuya ko at si Itay, tapos ako—ang kaisa-isang anak na babae. Ang gusto ko lang noon ay ‘ipagmalaki’ ako ng tatay ko.

“Tapos, pumanaw si Inay! Siya lang ang nag-uugnay sa amin ni Itay.

“Isang araw,” sabi ng sister na ito, “may narinig akong tinig na nagsasabing, ‘Anyayahan mo ang tatay mo at isama mo siya sa templo.’ Iyon ang naging simula ng pagpunta namin ni Itay sa bahay ng Panginoon nang dalawang beses sa isang buwan. Sinabi ko kay Itay na mahal ko siya. Sinabi rin niya sa akin na mahal niya ako.

“Ang paggugol ng oras sa bahay ng Panginoon ay naglapit sa amin sa isa’t isa. Hindi kami natulungan ni Inay sa lupa. Kinailangan niyang sumakabilang-buhay para ayusin ang aming relasyon. Kinumpleto ng templo ang paglalakbay namin tungo sa pagiging buong bilang isang walang-hanggang pamilya.”

Sabi ng ama, “Ang paglalaan ng templo ay

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:

isang malaking espirituwal na karanasan para sa akin at sa kaisa-isang anak kong babae. Ngayoy magkasama kaming dumadalo at nadarama namin na tumitibay ang aming pagmamahal.”

Kasama sa kabanalan sa Panginoon sa pang-araw-araw na buhay ang magigiliw na sandali kapag pumapanaw ang mga mahal sa buhay. Sa pagsisimula ng taong ito, payapang pumanaw ang mahal kong inang si Jean Gong, ilang araw bago sumapit ang kanyang ika-98 kaarawan.

Kung tatanungin ninyo ang aking ina, “Gusto ba ninyo ng rocky road, white chocolate ginger, o strawberry ice cream?” Ang isasagot ni Inay ay, “Sige nga, puwede ko bang tikman silang lahat?” Sino ang makapagsasabi ng hindi sa nanay mo, lalo na kapag gustung-gusto niya ang lahat ng karanasan sa buhay?

Tinanong ko minsan si Inay kung aling mga desisyon ang pinakahumubog sa kanyang buhay.

Sabi niya, “Nang mabinyagan akong miyembro ng Ang Simbahan ni Jesucristo ng mga Banal sa mga Huling Araw at lumipat kami sa mainland ng Estados Unidos mula sa Hawaii, kung saan ko nakilala ang iyong ama.”

Nabinyagan sa edad na 15 anyos, ang tang-ing miyembro ng kanyang malaking pamilya na sumapi sa ating Simbahan, ang aking ina ay may pananampalataya sa tipan at tiwala sa Panginoon na nagpala sa buhay niya at sa lahat ng henerasyon ng aming pamilya. Nangungulila ako sa aking ina, tulad ng pangungulila ninyo sa inyong pamilya. Ngunit alam ko na hindi nawala ang aking ina. Wala lang siya rito ngayon. Ikinarangal ko siya at ang lahat ng namatay na naging magigiting na halimbawa ng pang-araw-araw na kabanalan sa Panginoon.

Siyempre pa, kasama sa kabanalan sa Panginoon sa pang-araw-araw na buhay ang pagdalawang mas madalas sa Panginoon sa Kanyang banal na bahay. Totoo ito, mga miyembro man tayo o mga kaibigan ng Simbahan.

Tatlong magkakaibigan ang nagpunta sa Bangkok Thailand Temple open house.

“Ito ay isang lugar ng napakainam na pagpapahilom,” sabi ng isa.

Sa bautismuhan, sabi ng isa pa, “Kapag narito ako, gusto kong mahugasan nang malinis at hindi na muling magkasala.”

Sabi ng pangatlo, “Nararamdaman ba ninyo ang espirituwal na kapangyarihan?”

Sa pitong sagradong salita, nag-aanyaya at nagpapahayag ang ating mga templo:

“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 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.

“Kabanalan sa Panginoon.

“Ang Bahay ng Panginoon.”

Ang kabanalan sa Panginoon ay ginawang sagrado ang pang-araw-araw na buhay. Ito ay nagpapalapit at nagpapasaya sa atin sa Panginoon at sa isa’t isa at naghahanda sa atin na mamuhay kasama ang ating Diyos Ama, si Jesucristo, at ang ating mga mahal sa buhay.

Tulad ng aking kaibigan, maaaring iniisip ninyo kung mahal ba kayo ng inyong Ama sa Langit. Ang sagot ay isang matunog at tiyak na oo! Madarama natin ang Kanyang pagmamahal kapag ginagawa nating bahagi ng ating buhay ang kabanalan sa Panginoon sa bawat araw, masaya at magpakailanman. Nawa’y gawin natin ito, ang dalangin ko sa sagradong pangalan ni Jesucristo, amen.