

Divine Helps for Mortality

By President Dallin H. Oaks
First Counselor in the First Presidency

Guddommelige hjelpemidler for jordelivet

Av president Dallin H. Oaks
Førsterådgiver i Det første presidentskap

April 2025 general conference

Our Heavenly Father's plan provides helps to guide us through our mortal journeys.

Vår himmelske Faders plan gir oss hjelpemidler til å veilede oss gjennom vår jordiske reise.

I.

Through the Prophet Joseph Smith, the Lord revealed a few things about our pre-earth life. There we existed as spirit children of God. Because God desired to help His children progress, He decided to create an earth on which we could receive a body, learn through experience, develop divine attributes, and be proven to see if we would keep God's commandments. Those who qualified would "have glory added upon their heads for ever and ever" (Abraham 3:26).

To establish the conditions of this divine plan, God chose His Only Begotten Son to be our Savior. Lucifer, whose suggested alternative would destroy the agency of man, became Satan and was "cast down." Banished to the earth and denied the privilege of mortal life, Satan was permitted to attempt "to deceive and to blind men, and to lead them captive at his will, even as many as would not hearken unto [God's] voice" (Moses 4:4).

Essential to God's great plan for the mortal growth of His children was for them to experience "opposition in all things" (2 Nephi 2:11). Just as our physical muscles cannot be developed or maintained without straining against the law of gravity, so mortal growth requires us to strain against Satan's temptations and other mortal opposition. Most important for spiritual growth is the requirement to choose between good and evil. Those who choose good would progress toward their eternal destiny. Those who choose

I.

Gjennom profeten Joseph Smith, åpenbarte Herren flere ting om vårt førjordiske liv. Der levde vi som Guds åndebarn. Fordi Gud ønsket å hjelpe sine barn å ha fremgang, besluttet han å skape en jord hvor vi kunne motta et legeme, lære ved erfaring, utvikle guddommelige egenskaper og bli prøvet for å se om vi ville holde Guds bud. De som kvalifiserte seg, skulle "forøkes i herlighet evindelighet og alltid" (Abraham 3:26).

For å fastsette betingelsene for denne guddommelige planen, valgte Gud sin enbårne Sønn til å være vår Frelser. Lucifer, hvis foreslåtte alternativ ville ødelegge menneskets handlefrihet, ble Satan og ble "kastet ned". Da han ble forvist til jorden og nektet det privilegium jordelivet gir, fikk Satan tillatelse til å forsøke "å bedra og forblinde menneskene, og ... å føre dem fanget etter sin vilje, ja, så mange som ikke ville lytte til [Guds] røst" (Moses 4:4).

Avgjørende for Guds store plan for sine barns jordiske vekst, var at de skulle oppleve "motsetning i alle ting" (2 Nephi 2:11). Akkurat som våre fysiske muskler ikke kan utvikles eller opprettholdes uten å anstrenge seg mot tyngde-loven, krever jordisk vekst at vi anstrenger oss mot Satans fristelser og annen jordisk motstand. Den viktigste faktoren for åndelig vekst er kravet om å velge mellom godt og ondt. De som velger det gode, vil ha fremgang mot sitt evige mål. De som velger ondskap – slik alle vil gjøre i jorde-

evil—as all would do in the various temptations of mortality—would need saving help, which a loving God designed to provide.

II.

By far, God's strongest mortal help was His provision of a Savior, Jesus Christ, who would suffer to pay the price and provide forgiveness for repented sins. That merciful and glorious Atonement explains why faith in the Lord Jesus Christ is the first principle of the gospel. His Atonement "bringeth to pass the resurrection of the dead" (Alma 42:23), and it "atone[s] for the sins of the world" (Alma 34:8), erasing all of our repented sins and giving our Savior power to succor us in our mortal infirmities.

Beyond that glorious erasing of sins committed and being forgiven, the plan of a loving Father in Heaven provides many other gifts to protect us, including protecting us from sinning in the first place. Our mortal life always begins with a father and a mother. Ideally, both are present, with different gifts to guide our growth. If not, their absence is part of the opposition we must overcome.

III.

Our Heavenly Father's plan provides other helps to guide us through our mortal journeys. I will speak of four of these. Please don't hold me to my number offour, because these helps are overlapping. Moreover, there are other merciful protections in addition to these.

First, I speak of the Light or Spirit of Christ. In his great teaching in the book of Moroni, Moroni quotes his father that "the Spirit of Christ is given to every man, that he may know good from evil" (Moroni 7:16). We read this same teaching in modern revelations:

"And the Spirit giveth light to every man that cometh into the world; and the Spirit enlighteneth every man through the world, that hearkeneth to the voice of the Spirit" (Doctrine and Covenants 84:46).

Again: "For my Spirit is sent forth into the world to enlighten the humble and contrite, and to the condemnation of the ungodly" (Doctrine and Covenants 136:33).

President Joseph Fielding Smith explained these scriptures: "The Lord has not left men

livets forskjellige fristelser – vil trenge frelsende hjelp, som en kjærlig Gud vil sørge for.

II.

Guds desidert sterkeste hjelpemiddel for jordelivet, var at han sørget for en Frelser, Jesus Kristus, som ville lide for å betale prisen og sørge for tilgivelse for omvendte synder. Denne barmhjertige og strålende forsoningen forklarer hvorfor tro på Herren Jesus Kristus er evangeliets første prinsipp. Hans forsoning "tilveiebringer de dødes oppstandelse" (Alma 42:23) og den "sone[r] for verdens synder" (Alma 34:8), visker ut alle synder vi har omvendt oss fra, og gir vår Frelser kraft til å hjelpe oss i våre jordiske skrøpeligheter.

Utover denne strålende utviskingen av synder som er begått og å bli tilgitt, gir planen til en kjærlig Fader i himmelen mange andre gaver som beskytter oss, herunder å beskytte oss mot å synde i første omgang. Vårt jordiske liv begynner alltid med en far og en mor. Ideelt sett er begge til stede med forskjellige gaver for å veilede vår vekst. Hvis ikke, er deres fravær en del av motstanden vi må overvinne.

III.

Vår himmelske Faders plan gir oss andre hjelpemidler til å veilede oss gjennom vår jordiske reise. Jeg skal tale om fire av disse. Det totale antallet vil ikke nødvendigvis blifire, fordi disse hjelpemidlene overlapper hverandre. Videre er det andre barmhjertige beskyttelser i tillegg til disse.

Først taler jeg om Kristi lys eller Ånd. I sin store undervisning i Moronis bok, siterer Moroni sin far på at denne Ånd "er gitt til alle mennesker, så de kan skjelne godt fra ondt" (Moroni 7:16). Vi leser den samme læresetningen i nyere åpenbaringer:

"Og Ånden gir lys til hvert menneske som kommer til verden, og Ånden opplyser hvert menneske i verden som lytter til Åndens røst" (Lære og pakter 84:46).

Igen: "For min Ånd er sendt ut i verden for å opplyse de ydmyke og angrende og til de ugudeliges fordømmelse" (Lære og pakter 136:33).

President Joseph Fielding Smith forklarte disse skriftstedene: "Herren har ikke overlatt

(when they are born into this world) helpless, groping to find the light and truth, but every man ... is born with the right to receive the guidance, the instruction, the counsel of the Spirit of Christ, or Light of Truth.”

Thesecondof the great assistances provided by the Lord to help us choose what is right is a cluster of divine directions in the scriptures as part of the plan of salvation (plan of happiness). These directions are commandments, ordinances, and covenants.

Commandmentsdefine the path our Heavenly Father has marked out for us to progress toward eternal life. People who imagine commandments as the way God decides who to punish fail to understand this purpose of God’s loving plan of happiness. On that path, we can gradually achieve the needed relationship with our Savior and qualify for an increase of His power to help us on our way to the destination He desires for all of us. Our Heavenly Father desires all of His children to return to the celestial kingdom, where God and our Savior reside, and to have the kind of life of those who reside in that celestial glory.

Ordinancesandcovenantsare part of the law that defines the path to eternal life. Ordinances, and the sacred covenants we make with God through them, are required steps and essential guardrails along that path. I like to think of the role of covenants as demonstrating that under God’s plan, His highest blessings are given to those who promise in advance to keep certain commandments and who keep those promises.

Other God-given helps for making right choices are the manifestationsof the Holy Ghost. The Holy Ghost is the third member of the Godhead. His function, defined in scripture, is to testify of the Father and the Son, to teach us, to bring all things to our remembrance, and to guide us into all truth. The scriptures include many descriptions of the manifestations of the Holy Ghost, such as a spiritual witness in response to an inquiry about the truth of the Book of Mormon. A manifestation is not to be confused with the gift of the Holy Ghost, which is conferred following baptism.

One of the most significant of God’s helps for His faithful children is the gift of the Holy Ghost. The importance of this gift is evident in the fact that it is formally conferred after repentance and baptism by water, “and then [the scriptures explain] cometh a remission of your sins by fire

menneskene (når de blir født i denne verden) hjelpeløse så de må famle omkring for å finne lys og sannhet, for alle mennesker ... har en medfødt rett til å motta veiledning, instruksjon og råd fra Kristi ånd eller Sannhetens lys.”

Denandreav de store hjelpemidlene Herren har gitt for å hjelpe oss å velge det rette, er en samling guddommelige veiledninger i Skriftene som en del av frelsesplanen (lykkens plan). Disse rettleidingene er bud, ordinanser og pakter.

Buddefinerer veien vår himmelske Fader har staket ut for oss for å ha fremgang mot evig liv. De som forestiller seg bud som måten Gud bestemmer hvem han skal straffe, forstår ikke hensikten med Guds kjærlige plan for lykke. På denne veien kan vi gradvis oppnå det nødvendige forholdet til vår Frelser og kvalifiserer oss til en økning av hans kraft for å hjelpe oss på veien til målet han ønsker for oss alle. Vår himmelske Fader ønsker at alle hans barn skal vende tilbake til Det celestiale rike, hvor Gud og vår Frelser bor, og ha den slags liv som dem som bor i denne celestiale herlighet har.

Ordinanserogpakterer en del av loven som definerer veien til evig liv. Ordinanser og de hellige pakter vi inngår med Gud gjennom dem, er nødvendige trinn og vesentlige rekkverk langs denne veien. Jeg liker å tenke på paktenes rolle som at de viser at ifølge Guds plan, blir hans største velsignelser gitt dem som på forhånd lover å holde visse bud, og som holder disse løftene.

Andre gudgitte hjelpemidler for å ta riktige valg er Den hellige åndstilkjennegivelser. Den hellige ånd er det tredje medlemmet av Guddommen. Hans funksjon, definert i Skriftene, er å vitne om Faderen og Sønnen, å undervise oss, å minne oss på alle ting og lede oss til all sannhet. Skriftene inneholder mange beskrivelser om Den hellige ånds tilkjennegivelser, for eksempel et åndelig vitne som svar på spørsmål om Mormons boks sannhet. En tilkjennegivelse må ikke forveksles med Den hellige ånds gave, som overdras etter dåpen.

En av de mest betydningsfulle av Guds hjelpemidler til sine trofaste barn er Den hellige ånds gave. Betydningen av denne gaven kommer tydelig frem i den kjensgjerning at den formelt overdras etter omvendelse og dåp med vann, “og så kommer [slik Skriftene forklarer det] en forla-

and by the Holy Ghost” (2 Nephi 31:17). Persons who have this remission of sins—and then regularly renew their cleansing by daily repentance and living according to the covenants they make through the ordinance of the sacrament—qualify for the promise that the Holy Ghost, the Spirit of the Lord, “may always ... be with them” (Doctrine and Covenants 20:77).

Thus, President Joseph F. Smith taught that the Holy Ghost will “enlighten the minds of the people with regard to the things of God, to convince them at the time of their conversion of their having done the will of the Father, and to be in them an abiding testimony as a companion through life, acting as the sure and safe guide into all truth and filling them day by day with joy and gladness, with a disposition to do good to all men, to suffer wrong rather than to do wrong, to be kind and merciful, long suffering and charitable. All who possess this inestimable gift, this pearl of great price, have a continual thirst after righteousness. Without the aid of the Holy Spirit,” President Smith concluded, “no mortal can walk in the straight and narrow way.”

IV.

With so many powerful helps to guide us in our mortal journeys, it is disappointing that so many remain unprepared for their appointed meeting with our Savior and Redeemer, Jesus Christ. His parable of the ten virgins, spoken of so frequently in this conference, suggests that of those invited to meet Him, only half will be prepared.

We all know examples of the unprepared: returned missionaries who have interrupted their spiritual growth by periods of inactivity, youth who have jeopardized their spiritual growth by separating themselves from Church teaching and activities, men who have postponed their ordination to the Melchizedek Priesthood, men and women—sometimes the posterity of noble pioneers or worthy parents—who have departed the covenant path short of making and keeping covenants in the holy temple.

Many of such deviations occur when members fail to follow the fundamental spiritual maintenance plan of personal prayer, regular scripture study, and frequent repentance. In contrast, some neglect weekly renewal of covenants by not partaking of the sacrament. Some say the Church is not meeting their needs; those sub-

telse for deres synder ved ild og ved Den hellige ånd” (2 Nephi 31:17). Personer som har denne syndsforlatelsen – og deretter regelmessig fornyer sin renselse ved daglig omvendelse og etterlever paktene de inngår gjennom nadverdens ordinans – kvalifiserer seg til løftet om at Den hellige ånd, Herrens ånd, “alltid kan være hos dem” (Lære og pakter 20:77).

Derfor underviste president Joseph F. Smith at Den hellige ånd vil “opplyse menneskenes sinn angående det som er av Gud, å overbevise dem om at de har gjort Faderens vilje når de har omvendt seg, og være et vedvarende vitnesbyrd hos dem som ledsager dem hele livet, og er den sikre og trygge veileder til all sannhet og fyller dem dag etter dag med fryd og glede, med tilbøyelighet til å gjøre godt mot alle mennesker, å lide urett heller enn gjøre urett, å være vennlig og barmhjertig, langmodig og nestekjærlig. Alle som er i besittelse av denne uvurderlige gave, denne kostelige perle, har en stadig tørst etter rettferdighet. Uten Den hellige ånds hjelp,” konkluderte president Smith, “kan ingen dødelig vandre på den trange og smale vei.”

IV.

Med så mange mektige hjelpemidler til å veilede oss på vår jordiske reise, er det skuffende at så mange forblir uforberedt til sitt oppnevnte møte med vår Frelser og Forløser Jesus Kristus. Hans lignelse om de ti jomfruer, som det er blitt talt ofte om på denne konferansen, antyder at av dem som blir invitert til å møte ham, vil kun halvparten være forberedt.

Vi kjenner alle til eksempler på de uforberedte: Hjemvendte misjonærer som har avbrutt sin åndelige vekst i perioder med inaktivitet, ungdom som har satt sin åndelige vekst på spill ved å ta avstand fra Kirkens undervisning og aktiviteter, menn som har utsatt sin ordinasjon til Det melkisedekske prestedømme, menn og kvinner – noen ganger etterkommere av edle pionerer eller verdige foreldre – som har forlatt paktens sti uten å inngå og holde pakter i det hellige tempel.

Mange slike avvik oppstår når medlemmer ikke følger den grunnleggende åndelige vedlikeholdsplanen som er personlig bønn, regelmessig skriftstudium og hyppig omvendelse. I motsetning til noen som forsømmer ukentlig fornyelse av pakter ved å ikke ta del i nadverden. Noen sier at Kirken ikke dekker deres behov, de setter det

stitute what they perceive as their future needs ahead of what the Lord has provided in His many teachings and opportunities for our essential service to others.

Humility and trust in the Lord are the remedies for such deviations. As the Book of Mormon teaches, the Lord “doth bless and prosper those who put their trust in him” (Helaman 12:1). Trusting in the Lord is a particular need for all who wrongly measure the commandments of God and the teachings of His prophets against the latest findings and wisdom of man.

I have spoken of the many mortal helps our loving Father in Heaven has given to help His children return to Him. Our part in this divine plan is to trust in God and seek and use these divine helps, most notably the Atonement of His Beloved Son, our Savior and Redeemer, Jesus Christ. I pray that we will teach and live these principles, in the name of Jesus Christ, amen.

de oppfatter som sine fremtidige behov foran det Herren har gitt oss i sine mange læresetninger og muligheter for vår viktige tjeneste for andre.

Ydmykhet og tillit til Herren er botemidlene for slike avvik. Mormons bok lærer oss at Herren “velsigner og lar det bli vel med dem som setter sin lit til ham” (Helaman 12:1). Tillit til Herren er et spesielt behov for alle som feilaktig måler Guds bud og hans profeters læresetninger opp mot menneskers nyeste funn og visdom.

Jeg har talt om de mange jordiske hjelpemidler som vår kjærlige Fader i himmelen har gitt for å hjelpe sine barn å vende tilbake til ham. Vår rolle i denne guddommelige planen er å stole på Gud og søke og bruke disse guddommelige hjelpemidlene, ikke minst hans elskede Sønns, vår Frelser og Forløser Jesu Kristi forsoning. Jeg ber om at vi må undervise om og etterleve disse prinsippene, i Jesu Kristi navn. Amen.