

Spiritually Whole in Him

By President Camille N. Johnson
Relief Society General President

Åndelig hel i Ham

Av president Camille N. Johnson
Hjelpeforeningens generalpresident

April 2025 general conference

Wholeness does not necessarily mean physical and emotional restoration in this life. Wholeness is born of faith in and conversion to Jesus Christ.

Ten lepers hollered to the Savior, “Have mercy on us.” And Jesus did. He told them to show themselves to the priest, and as they went, they were cleansed of the disease.

And one of them, when he saw that he was healed, shouted praises to God. He returned to the Savior, fell at His feet, and expressed gratitude.

And the Savior said to him who was thankful, “Thy faith hath made thee whole.”

Jesus Christ had healed ten lepers. But one, coming back to the Savior, received something in addition. He was made whole.

Nine lepers were physically healed.

One was physically healed and made spiritually whole.

In pondering this story, I have wondered if the converse is true. If healing and wholeness are not the same, can one be made spiritually whole by Him but not yet physically and emotionally healed?

The Master Healer will heal all our afflictions—physical and emotional—in His time. But in the waiting to be healed, can one be whole?

What might it mean to be spiritually whole?

We are whole in Jesus Christ when we exercise our agency to follow Him in faith, submit our hearts to Him so He can change them, keep His commandments, and enter a covenant relationship with Him, meekly enduring and learning from the challenges of this earthly estate until we return to His presence and are healed in every

Helhet betyr ikke nødvendigvis fysisk og følelsesmessig gjenopprettelse i dette liv. Helhet kommer ved tro på og omvendelse til Jesus Kristus.

Ti spedalske ropte til Frelseren: “Miskunn deg over oss!” Og Jesus gjorde det. Han ba dem vise seg for presten, og mens de gikk, ble de renset for sykdommen.

Og en av dem som så at han var blitt helbredet, priste Gud med høy røst. Han vendte tilbake til Frelseren, falt ned for hans føtter og uttrykte takknemlighet.

Og Frelseren sa til han som var takknemlig: “Din tro har frelst deg.”

Jesus Kristus hadde helbredet ti spedalske. Men én, som kom tilbake til Frelseren, mottok noe i tillegg. Han ble gjort hel.

Ni spedalske ble fysisk helbredet.

Den ene ble fysisk helbredet og gjort åndelig hel.

Når jeg har grunnet på denne historien, har jeg lurt på om det motsatte også er tilfelle. Hvis helbredelse og helhet ikke er det samme, kan man da bli gjort åndelig hel av Ham, uten å bli fysisk og følelsesmessig helbredet samtidig?

Mesterlegen vil helbrede alle våre lidelser – fysiske og følelsesmessige – i sin egen beleilige tid. Men mens man venter på å bli helbredet, kan man være hel?

Hva vil det si å være åndelig hel?

Vi er hel i Jesus Kristus når vi utøver vår handlefrihet til å følge ham i tro, underkaste oss ham slik at han kan forandre vårt hjerte, holde hans bud og inngå et paktsforhold til ham, saktmodig holde ut og lære av utfordringene i denne jordiske tilværelse til vi vender tilbake til hans nærhet og blir helbredet på alle måter. Jeg kan

way. I can be whole while I wait for healing if I am wholehearted in my relationship with Him.

Faith in Jesus Christ begets hope. I find hope in striving to be whole—a wholeness born of faith in Jesus Christ. Faith in Him increases my hope for healing, and that hope reinforces my faith in Jesus Christ. It is a powerful cycle.

The Lord told Enos his faith had made him “whole.” Wholeness came as Enos pondered on the words of his prophet-father, Jacob, as he hungered to understand the opportunity for eternal life, as he cried unto God in mighty prayer. And in that state of desire and humility, the voice of the Lord came to him, announcing his sins were forgiven. And Enos asked the Lord, “How is it done?” And the Lord responded, “Because of thy faith in Christ, ... thy faith hath made thee whole.”

Through our faith in Jesus Christ, we can seek to be spiritually whole while we wait and hope for physical and emotional healing.

By virtue of His atoning sacrifice, and when we sincerely repent, the Savior heals us from sin, as He did with Enos. His infinite Atonement also reaches our griefs and sorrows.

But He may not provide healing from illness and disease—chronic pain, autoimmune disorders like multiple sclerosis, cancer, anxiety, depression, and the like. That kind of healing is on the Lord’s time. And in the meantime, we can choose to be made whole by exercising our faith in Him!

To be whole means to be complete and full. Much like the five wise virgins who had their lamps full with oil when the bridegroom came, we can be whole in Jesus Christ as we fill our lamps with the nourishing oil of conversion to Him. In that way, we are prepared for the symbolic wedding supper, His Second Coming.

In the parable all ten of the virgins were in the right location, awaiting the bridegroom. Every one of them came with a lamp.

But when He came, at the unexpected midnight hour, the five foolish did not have sufficient oil for their lamps. They were not described as wicked but rather as foolish. The foolish failed to adequately prepare to keep their lamps burning with the oil of conversion.

And so, in response to their petition to be permitted to enter the wedding supper, the bride-

være hel mens jeg venter på helbredelse, hvis jeg er helhjertet i mitt forhold til Ham.

Tro på Jesus Kristus avler håp. Jeg finner håp i å strebe etter å bli hel – en helhet født av tro på Jesus Kristus. Tro på ham øker mitt håp om helbredelse, og dette håpet styrker min tro på Jesus Kristus. Det er en mektig syklus.

Herren fortalte Enos at hans tro hadde gjort ham “hel”. Helheten kom da Enos grunnet på ordene til sin profet-far Jakob, idet han hungret etter å forstå muligheten for evig liv, da han ropte til Gud i mektig bønn. Og i denne tilstanden av ønske og ydmykhet kom Herrens røst til ham og fortalte at hans synder var tilgitt. Og Enos spurte Herren: “Hvordan er det gått til?” Og Herren svarte: “På grunn av din tro på Kristus ... [har] din tro ... gjort deg ren.”

Gjennom vår tro på Jesus Kristus, kan vi søke å bli åndelig hel mens vi venter og håper på fysisk og følelsesmessig helbredelse.

I kraft av sitt sonoffer, og når vi oppriktig omvender oss, helbreder Frelseren oss fra synd, slik han gjorde med Enos. Hans altomfattende forsoning når også våre sorger og smerter.

Men han vil kanskje ikke gi helbredelse for sykdom og lidelse – kroniske smerter, autoimmune lidelser som multippel sklerose, kreft, angst, depresjon og lignende. Den slags helbredelse er i Herrens beleilige tid. Ogi mellomtiden kan vi velge å bli gjort hel ved å utøve vår tro på ham!

Å være hel, betyr å bli fullstendig og komplett. Omtrent som de fem kloke jomfruene som hadde lampene fulle av olje da brudgommen kom, kan vi være hel i Jesus Kristus når vi fyller våre lamper med den nærende oljen av omvendelse til ham. På den måten blir vi forberedt til det symbolske bryllupsmåltidet, Hans annet komme.

I lignelsen var alle de ti jomfruene på rett sted og ventet på brudgommen. Alle kom med en lampe.

Men da han kom, ved den uventede midnattstimen, hadde de fem uforstandige ikke nok olje til lampene sine. De ble ikke beskrevet som ugudelige, men snarere som uforstandige. De uforstandige klarte ikke å forberede seg tilstrekkelig til å holde sine lamper brennende med omvendelsens olje.

Som svar på deres anmodning om å få lov til å komme inn til bryllupsmåltidet, svarte brud-

groom responded, “Ye know me not.”

Implying, then, that the five wise virgins did know Him. They were whole in Him.

Their lamps were full of the precious oil of conversion, which allowed the wise virgins to enter the marriage feast on the right hand of the bridegroom.

As expressed by the Savior, “Be faithful, praying always, having your lamps trimmed and burning, and oil with you, that you may be ready at the coming of the Bridegroom.”

Five Wise Virgins, by Ben Hammond

A magnificent sculpture depicting the five wise virgins was recently placed on Temple Square, just outside the doors to the Relief Society Building and in the shadow of the Salt Lake Temple.

It is a location befitting application of the parable. Because when we make and keep covenants, particularly those available in the house of the Lord, we fill our lamps with the oil of conversion.

While the women represented as the five wise virgins are not sharing the oil of their conversion, they are sharing their light as they hold up their lamps, which are full of oil and burning brightly. Significantly they are depicted supporting one another—shoulder to shoulder, an arm around another, making eye contact and beckoning others to come to the light.

Indeed, “[we] are the light of the world.” The Savior declared:

“I give unto you to be the light of this people. A city that is set on a hill cannot be hid.

“... Do [we] light a candle and put it under a bushel? Nay, but on a candlestick; and it giveth light [unto] all that are in the house;

“Therefore let your light so shine before this people, that they may see your good works and glorify your Father [which] is in heaven.”

We are commanded to share His light. So keep your lamp full of the oil of conversion to Jesus Christ and be prepared to keep your lamp trimmed and burning bright. Then let that light shine. When we share our light, we bring the relief of Jesus Christ to others, our conversion to Him is deepened, and we can be whole even while we wait for healing. And as we let our light shine brightly, we can be joyful even while we wait.

A scriptural example is useful in reinforcing

gdommen: “Dere kjenner meg ikke.”

Antydning altså med det at de fem kloke jomfruenekjente Ham. De var hel i Ham.

Lampene deres var fulle av omvendelsens dyrebare olje, som gjorde det mulig for de kloke jomfruen å komme inn til bryllupsfesten ved brudgommens høyre hånd.

Som uttrykt av Frelseren: “Vær trofaste, be alltid, sørg for at deres lamper er gjort istand og brenner, og ha olje med dere så dere kan være rede til Brudgommens komme.”

Five Wise Virgins[Fem kloke jomfruer], av Ben Hammond

En nydelig skulptur av de fem kloke jomfruen ble nylig plassert på Temple Square like utenfor dørene til Hjelpeforeningsbygningen og i skyggen av Salt Lake tempel.

Det er et sted som passer til anvendelsen av lignelsen. Fordi når vi inngår og holder pakter, spesielt de som er tilgjengelige i Herrens hus, fyller vi våre lamper med omvendelsens olje.

Selv om kvinnene som er representert ved de fem kloke jomfruen, ikke deler sin omvendelsesolje, deler de sitt lys når de holder opp sine lamper, som er fulle av olje og brenner klart. Det er betydningsfullt at de er fremstilt mens de støtter hverandre – skulder ved skulder, en arm rundt en annen, med øyekontakt og leder andre til å komme til lyset.

Ja, “[Vi] er verdens lys.” Frelseren erklærte:

“Jeg befaler dere å være et lys for dette folk. En by som ligger på en høyde, kan ikke skjules. [Tenner vi] et lys og setter det under en skjeppe? Nei, men i lysestaken, og det lyser for alle som er i huset.

La derfor deres lys skinne for dette folk, så de kan se de gode gjerninger dere gjør og prise deres Fader som er i himmelen.”

Vi er befalt å dele hans lys med andre. Så hold lampen deres full av omvendelsens olje til Jesus Kristus, og vær forberedt på å holde lampen gjort istand og brennende klar. La så dette lyset skinne. Når vi deler vårt lys med andre, bringer vi Jesu Kristi lindring til andre, vår omvendelse til ham blir dypere, og vi kan være hel selv om vi venter på helbredelse. Og når vi lar vårt lys skinne klart, kan vi være glade selv mens vi venter.

Et eksempel fra Skriftene er nyttig for å

ing the principle that we can be whole as we are converted to Jesus Christ and draw strength from Him, even while we wait for healing.

The Apostle Paul had some kind of affliction—what he described as a “thorn in the flesh,” which three times he had asked the Lord to remove. And the Lord said to Paul, “My grace is sufficient for thee: for my strength is made perfect in weakness.” To which Paul declared:

“Most gladly therefore will I ... glory in my infirmities, that the power of Christ may rest upon me.

“Therefore I take pleasure in infirmities, ... in distresses for Christ’s sake: for when I am weak, then am I strong.”

Paul’s example suggests that even in our weakness, our strength in Jesus Christ can be made perfect—that is, complete and whole. Those who wrestle with mortal struggles and turn to God in faith like Paul can receive the blessings of becoming acquainted with God.

Paul was not healed of his affliction, but he was spiritually whole in Jesus Christ. And even in his adversity, the light of his conversion to and strength from Jesus Christ was shining, and he was joyful. In his Epistle to the Philippians, he exclaimed, “Rejoice in the Lord alway[s]: and again I say, Rejoice.”

Sisters and brothers, the answer is yes, we can be spiritually whole, even while we wait for physical and emotional healing. Wholeness does not necessarily mean physical and emotional restoration in this life. Wholeness is born of faith in and conversion to Jesus Christ and in letting the light of that conversion shine.

“Many are called, but few [choose to be] chosen.”

All will be physically and emotionally healed in the Resurrection. But will you choose now to be whole in Him?

I declare with joy that I am converted to the Lord Jesus Christ. I am striving to be whole in Him. I am sure that all things will be restored and healing will come, in His time, because He lives.

Mary Magdalene was a woman healed of Jesus Christ. And she was a woman whole in Jesus Christ. As His disciple, she followed the Savior throughout Galilee and ministered to Him.

She was present at the foot of the cross, a witness to His death.

underbygge prinsippet om at vi kan bli hel når vi er omvendt til Jesus Kristus og henter styrke fra ham, selv mens vi venter på helbredelse.

Apostelen Paulus hadde en eller annen form for lidelse – det han beskrev som en “torn i kjødet” som han tre ganger hadde bedt Herren om å fjerne. Men Herren sa til Paulus: “Min nåde er nok for deg, for min kraft fullendes i skrøpelighet.” Til dette erklærte Paulus:

“Derfor vil jeg helst rose meg av min skrøpelighet, for at Kristi kraft kan bo i meg.

Derfor er jeg vel tilfreds i skrøpelighet ... i trengsler for Kristi skyld. For når jeg er skrøpelig, da er jeg sterk!”

Paulus’ eksempel antyder at selv i vår svakhet, kan vår styrke i Jesus Kristus fullkommes – det vil si fullstendig og hel. De som kjemper med jordiske utfordringer og vender seg til Gud i tro, som Paulus, kan motta velsignelsene ved å bli kjent med Gud.

Paulus ble ikke helbredet for sin lidelse, men han var åndelig hel i Jesus Kristus. Og selv i hans motgang skinte lyset fra hans omvendelse til og styrke fra Jesus Kristus, og han var glad. I sitt brev til filipperne utbrøt han: “Gled dere i Herren alltid! Igjen vil jeg si: Gled dere!”

Søstre og brødre, svaret er ja, vi kan bli åndelig hel, selv mens vi venter på fysisk og følelsesmessig helbredelse. Helhet betyr ikke nødvendigvis fysisk og følelsesmessig gjenopprettelse i dette liv. Helhet kommer ved tro på og omvendelse til Jesus Kristus og ved å la lyset fra denne omvendelsen skinne.

“Mange er kalt, men få [velger å være] utvalgt.”

Alle vil bli fysisk og følelsesmessig helbredet i oppstandelsen. Men vil du velge å være hel i Ham nå?

Jeg erklærer, med glede, at jeg er omvendt til Herren Jesus Kristus. Jeg streber etter å være hel i ham. Jeg er sikker på at alle ting vil bli gjenopprettet og helbredelse vil komme, i Hans tid, fordi Han lever.

Maria Magdalena var en kvinne som var helbredet av Jesu Kristus. Og hun var en kvinne som var hel i Jesus Kristus. Som hans disippel fulgte hun Frelseren gjennom hele Galilea og betjente ham.

Hun var til stede ved foten av korset, et vitne til hans død.

She went to His tomb to complete the burial preparations and discovered that the stone covering had been taken away, that the Lord's body was gone. Mary was at the tomb weeping when she was asked, first by the angels and then by the Savior Himself, "Woman, why weepest thou? whom seekest thou?"

Mary cried, "They have taken away my Lord, and I know not where they have laid him."

And Jesus tenderly called her by name, "Mary." And she recognized Him and reverently replied, "Rabboni; ... Master."

Prophesying of the Savior, Isaiah said, "He will swallow up death in victory; and the Lord God will wipe away tears from off all faces."

His Resurrection allowed Mary's tears to be wiped away. Surely He will wipe away yours too.

Mary was the first witness of the resurrected Savior. And she was the first to witness to others of what she had seen.

I humbly add my testimony to Mary's. He is risen. Jesus Christ lives. Ultimately all will be healed, physically and emotionally, in Him. And in the waiting for that healing, faith in the Master Healer will make us spiritually whole. In the name of Jesus Christ, amen.

Hun gikk til graven hans for å fullføre forbedelsene til begravelsen og oppdaget at steindekket var fjernet, at Herrens legeme var borte. Maria var ved graven og gråt da hun ble spurt, først av englene og deretter av Frelseren selv: "Kvinne, hvorfor gråter du? Hvem leter du etter?"

Maria svarte: "De har tatt min Herre bort, og jeg vet ikke hvor de har lagt ham!"

Og Jesus kalte henne kjærlig ved navn: "Maria". Og hun gjenkjente ham og svarte ærbødig, "Rabbuni ... Mester."

Jesaja profeterte om Frelseren og sa: "Han skal oppsluke døden for evig. Og Herren Herren skal tørke tårene av alle ansikter."

Hans oppstandelse gjorde det mulig for Marias tårer å bli tørret bort. Han vil ganske sikkert tørre bort deres også.

Maria var det første vitnet om den oppstandne Frelseren. Og hun var den første til å vitne for andre om det hun hadde sett.

Jeg tilføyer ydmykt mitt vitnesbyrd til Marias. Han er oppstått. Jesus Kristus lever. Til slutt vil alle bli helbredet, fysisk og følelsesmessig, i Ham. Og når vi venter på denne helbredelsen, vil tro på Mesterlegen gjøre oss åndelig hel. I Jesu Kristi navn. Amen.