

## Pátttaka í einlægri bænagjörð



Kennið þessar  
ritningargreinar  
og tilvitnanir í  
bænaranda eða

aðrar reglur, ef þörf er á því, sem  
verða systrunum til blessunar sem  
þið heimsækið. Berið vitni um  
kenninguna. Bjóðið þeim sem þið  
heimsækið að segja frá því hvað  
þeim finnst og þær hafi lært.

### Í einlægri bæn býr styrkur

**Julie B. Beck, aðalforseti**

**Liknarfélagsins:** „Hugsið ykkur  
sameiginlegan styrk okkar, ef allar  
systurnar bæðust fyrir af einlægri  
kvölds og morgna eða, það sem  
betra er, bæðust látlaust fyrir, líkt og  
Drottinn hefur boðið. Ef allar fjöl-  
skyldur hefðu daglegar fjölskyldu-  
bænin . . . , værum við öflugri“  
("What Latter-day Saint Women Do  
Best: Stand Strong and Immovable,"  
*Liahona* nóv. 2007, 110).

**Öldungur Bruce R. McConkie**

**(1915–85) í Tólfpostulasveitinni:**  
„Bænin breytir líf okkar. Við komumst  
nær Drottni með henni og hann réttir  
finger sinn að okkur og snertir okkur,  
svo við verðum aldrei söm að nýju.

Bænin er uppspretta styrks, stólpi  
óendanlegs réttlætis, öflugur kraftur  
sem færir fjöll og frelsar sálir“ ("Patterns

of Prayer," *Ensign*, maí 1984, 32).

**Öldungur M. Russell Ballard**

**í Tólfpostulasveitinni:** „Sérhver einlæg  
og heiðarleg bæn bætir einum hluta  
við alvæpni okkar. . . . Ein mikilvæg-  
asta leiðin til að íklæðast alvæpni  
Guðs er að tryggja að bænin—  
einlæg, heiðarleg og stöðug bæn  
—sé hluti af okkar daglega lífi“  
("Be Strong in the Lord," *Ensign*,  
júli 2004, 10).

**K&S 112:10:** „Ver auðmjúkur og  
Drottinn Guð þinn mun leiða þig sér  
við hönd og svara bænum þínum.“

### Einlæg bæn er helg tjáskipti

**James E. Faust forseti (1920–**

**2007), annar ráðgjafi í Æðsta  
forsætisráðinu:** „Í fyrsta lagi þá er  
bænin auðmjúk viðurkenning á  
því að Guð er faðir okkar og að  
Drottinn Jesús Kristur er frelsari  
okkar og lausnari. Í öðru lagi þá er  
hún einlæg játning synda okkar og  
misgjörð og bón um fyrirgefningu.  
Í þriðja lagi þá er hún viðurkenn-  
ing á því að við þörfnumst hjálpar  
utan eigin getu. Í fjórða lagi þá  
veitir hún tækifæri til að færa skap-  
ara okkar þakkir. Það er mikilvægt  
að við segjum oft: „Þakka þér . . . ,  
,Við viðurkennum frammi fyrir  
þér . . . , ‘Við erum þér þakklát . . . ‘

Og í fimmta lagi þá veitir hún þau  
forréttindi að biðja Guðdóminn um  
ákveðnar blessanir.

. . . Einlæg bæn kemur frá hjart-  
anu. Einlæg væn krefst þess vissu-  
lega að við tjáum okkur af einlægri  
hjartans“ ("The Lifeline of Prayer,"  
*Liahona*, júlí 2002, 62).

**Öldungur David A. Bednar í**

**Tólfpostulasveitinni:** „Innihaldsrík  
bæn krefst bæði helgra samskipta  
og erfiðis. Blessanir krefjast ein-  
hverrar fyrirhafnar af okkar hálfu  
áður en að okkur hlotnast þær, og  
bænin, sem fyrirhöfn, . . . er tilnefnt  
hjálparkæmi til að hljóta æðstu bless-  
un allra“ (Bible Dictionary, 'Prayer,'  
753). Við höldum áfram og gefumst  
ekki upp í hinni helgu bænagjörð,  
eftir að við höfum sagt ,amen,' með  
því að gera það sem við getum  
af því sem við höfum rætt um við  
himneskan föður“ ("Ask in Faith,"  
*Liahona*, maí 2008, 95).

**Thomas S. Monson forseti:** „Þegar  
við flytjum Drottni fjölskyldubænin  
og einkabænin, skulum við geta það  
í trú og trausti á hann. Minnumst  
fyrirmæla Páls postula til Hebrea: „Því  
að sá, sem gengur fram fyrir Guð,  
verður að trú á því, að hann sé til og  
að hann umbuni þeim, er hans leita.“  
Ef einhver okkar hefur verið seinn  
til að hlusta á ráðin um að biðja  
án afláts, er engin betri stund til að  
byrja en nú“ ("A Royal Priesthood,"  
*Liahona*, nóv. 2007, 61).