

Lære mere om bøn

AKTIVITET A

Aktivitet A. Hvilke årsager er der til, at vor himmelske Fader ønsker, at vi beder, mens Satan frister os til ikke at gøre det?

- Hvordan kan Satan friste os til ikke at bede?

En måde, hvorpå Satan kan »lære [os], at [vi] ikke skal bede«, er ved at forsøge at overbevise os om den løgn, at fordi vi har syndet, er vi ikke længere værdige til at bede.

Tænk over, hvilke velsignelser Satan kan forsøge at forhindre os i at modtage, idet I gør følgende:

Brug noget tid på at studere om bøn. I kan slå bøn op i Guide til Skrifterne eller søge efter generalkonferencetaler, der handler om bøn. Se efter bønnens velsignelser, mens I studerer. I kan også tænke på velsignelser, I har oplevet i forbindelse med bøn i jeres liv. Overvej ud fra jeres studium og jeres oplevelser, hvorfor vor himmelske Fader ønsker, at vi beder, og hvorfor Satan frister os til at lade være.

ChurchofJesusChrist.org

Skriv mindst to sandheder ned, I har lært om bøn. Medtag, hvorfor I tror, at vor himmelske Fader ønsker, at vi beder, og Satan frister os til ikke at gøre det.

AKTIVITET B

Hvad vil det sige, at vi altid skal bede?

Overvej at markere vendingen »altid skal bede og ikke miste modet« (2 Ne 32:9).

Læs Alma 34:21, 27, og søg efter indsigt i, hvad det kan betyde altid at bede.

- Hvorfor vil det være en velsignelse at bede »morgen, middag og aften« (Alma 34:21)?
- Hvordan kan vi vende vores hjerte til Gud, selv når vi ikke beder?

Ældste David A. Bednar fra De Tolv Apostles Kvorum har givet et eksempel på, hvad det kan betyde altid at bede:



[Rådfør jer] med vor himmelske Fader ... i [jeres] morgenbøn ...

I løbet af dagen har vi en bøn i vores hjerte om fortsat hjælp og vejledning ...

Ved slutningen af dagen knæler vi igen og rapporterer tilbage til vor Fader. Vi gennemgår dagens begivenheder og udtrykker dybfølt tak for de velsignelser og den hjælp, vi har modtaget. Vi omvender os, og med hjælp fra Herrens ånd kan vi finde frem til måder, hvorpå vi kan gøre det bedre og blive bedre i morgen. På denne måde bygger vores aftenbøn

videre på og er en fortsættelse af vores morgenbøn. Og vores aftenbøn er også en forberedelse til en meningsfuld morgenbøn. (David A. Bednar, »Bed altid«, *Liahona*, nov. 2008, s. 41-42)

Skriv med jeres egne ord, hvad I tror, det betyder altid at bede.

AKTIVITET C

Aktivitet C. Hvordan vil vor himmelske Fader hellige vores indsats til vores sjæls velfærd eller gavn?

Nefi gav denne instruktion: »Bed[] til Faderen i Kristi navn om, at han vil hellige din gerning for dig, så din gerning må blive til din sjæls velfærd« (2 Ne 32:9). At *hellige* betyder at gøre helligt eller indvie.

Tænk på mindst et eksempel på, hvor vor himmelske Fader velsignede nogen, da de bad og stræbte efter at gøre det, han ønskede. Det kan være en personlig oplevelse, et nutidigt eksempel, eller I kan finde en beretning i skrifterne (brug Guide til skrifterne til at finde et eksempel, hvis det er nødvendigt).

Skriv eksemplet ned, og hvad det lærte jer om, hvordan vor himmelske Fader vil velsigne vores indsats for at udføre hans vilje, når vi beder.