Hvernig geturðu gert bænir þínar innihaldsríkari?

Þetta vinnublað hjálpar þér að skoða samband þitt við Guð.

INNIHALD

Stendur þú þig að því að segja það sama í bænum þínum aftur og aftur? Ef sú er raunin skaltu prófa þetta:

Skrifaðu niður þrennt sem þú ert þakklátur fyrir.

1. _____
2. _____
3. _____

„Mér þykir vænna um Jehóva þegar ég þakka honum, því þá fer ég að hugsa um allt það góða sem hann hefur gert fyrir mig. Og þá verð ég þakklátari.“ – Jeanette.

Skrifaðu niður þrennt sem veldur þér erfiðleikum.

1. _____
2. _____
3. _____

„Því meira sem ég úthellti hjarta mínu fyrir Jehóva minnkaði örvæntingin og því nánari vinur fannst mér hann vera.“ – Kiara.

Nefndu þrjá einstaklinga sem þú þekkir sem glíma við erfiðleika.

1. _____
2. _____
3. _____

„Það er gott að biðja fyrir trúsystkinum í fjarlægum löndum sem ganga í gegnum erfiðleika eða einhverjum sem er nálægt okkur og á erfitt.“ – Shelby.

Nú hefurðu komið auga á níu atriði sem þú getur gert að bænarefni.

Ráð: ***„Gott er að gera lista yfir bænarefni og líta á listann áður en þú ferð með bæn. Með tímanum lengist listinn og það verður auðveldara að tala við Jehóva um hvaðeina sem hvílir á þér.“ – Ciara.***

www.jw.org © 2017 Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania

GÆÐI

Hvað finnst *þér* mesta áskorunin varðandi bænina?

DÝPT
(Sjá Hebreabréfið 5:7.)

HVERSU OFT
(Sjá 1. Þessaloníkubréf 5:17.)

LENGD
(Sjá 1. Samúelsbók 1:12.)

Hvaða markmið gætirðu sett þér varðandi bænir þínar?

„Stundum finnst mér bænir mínar vera yfirborðslegar. Ég verð að leggja mig alla fram við að segja Jehóva hvernig mér líður.“
– Lauren.

Markmið mitt: _____

„Við tökum okkur tíma til að senda vinum skilaboð og tala við þá í síma. En mikilvægasta ‚samtal‘ sem við getum átt er við Jehóva. Það ætti að hafa forgang.“
– Alana.

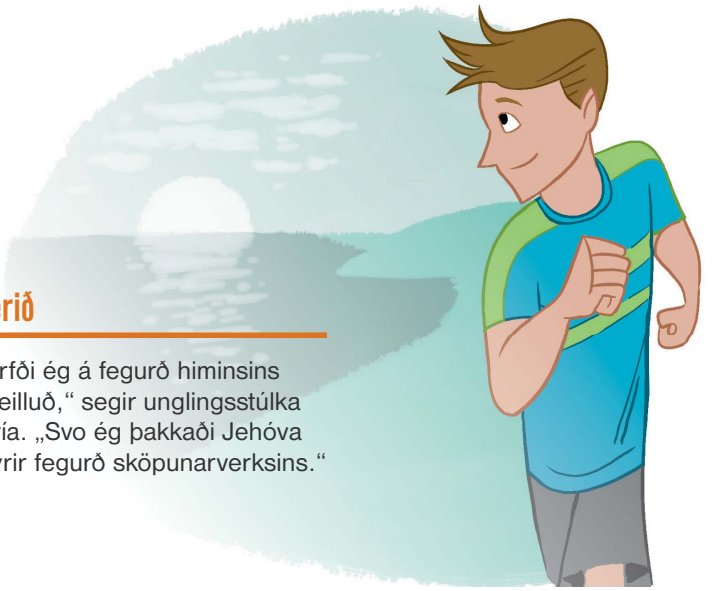
Markmið mitt: _____

„Það er gott að staldra við þegar við förum með bæn. Því lengur sem við gerum það því betur opnum við hjarta okkar.“
– Teresa.

Markmið mitt: _____

www.jw.org © 2017 Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania

RÁÐ:



Gríptu tækifærið

„Um daginn horfði ég á fegurð himinsins og var alveg heilluð,“ segir unglingsstúlka sem heitir María. „Svo ég þakkaði Jehóva þegar í stað fyrir fegurð sköpunarverksins.“

Finndu kyrrlátan stað

„Stundum sit ég úti og fer með bæn til Jehóva,“ segir unglingsstúlka sem heitir Kimberly. „Þegar ég hef sköpunarverk hans fyrir augunum finnst mér ég vera nær honum, eins og hann sé viðstaddur þegar ég bið til hans.“

Kyrrlátir staðir þar sem ég gæti farið með bæn:

_____

_____

_____

Lestu bænir sem er að finna í Biblíunni

„Það er yndislegt að lesa í Sálmunum,“ segir ung kona sem heitir Helena. „Mér finnst gagnlegt að sjá hvernig aðrir hafa tjáð hugsanir sínar við Jehóva og þá langar mig til að tjá mig eins frjálslega og þeir.“

Bænir í Biblíunni sem mér finnst vera hvetjandi:

_____

_____

_____

www.jw.org © 2017 Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania