



## Bænir

Kristnir menn fara með bænir sem eru einskonar samtali við Guð. Í bæn sinni lofa þeir Guð, þakka honum eða biðja um fyrirgefningu. Einnig leita þeir eftir styrk til að fara eftir því sem Guð boðar eða biðja fyrir öðrum. Kristnir menn fara með bænir hvort heldur með öðrum, eins og í guðþjónustu, eða í einrúmi. Bænastellingar kristinna manna geta verið ólíkar en algengast er að spenna greipar, loka augunum, krjúpa á kné eða standa uppréttur og lyfta höndum.



Þekktasta bæn kristinna manna er *Faðir vor* og er sú bæn sem kristnir menn fara með um víða veröld, óháð kirkjudeildum.

*Faðir vor, þú sem ert á himnum.  
Helgist þitt nafn,  
til komi þitt ríki,  
verði þinn vilji, svo á jörðu sem á himni.  
Gef oss í dag vort daglegt brauð.  
Fyrirgef oss vorar skuldir,  
svo sem vér og fyrirgefum vorum skuldunautum.  
Og eigi leið þú oss í freistni, heldur frelsa oss frá illu.  
Því að þitt er ríkið, mátturinn og dýrðin að eilífu, amen.*  
(Mt6.9–13)

## Spurningar

1. Hvað er bæn?
2. Hver er þekktasta bæn kristinna manna?
3. Hvers vegna heldur þú að fólk fari með bænir?
4. Ferð þú með bænir eða þekkir einhvern sem gerir það? Ef svo, hvernig bænir?