

1. Bønn: «Svar meg når jeg roper, du min rettferds Gud! Du viser meg en vei ut av nøden. Vær meg nådig og hør min bønn!» (Sal. 4:2) Vi kan legge fra alt som plager oss til Gud i bønn. La oss aldri glemme at han alltid er der for å høre og hjelpe oss.

2. Beskyttelse: «Vit at Herren gjør under for den som er trofast mot ham. Herren hører når jeg roper til ham». (Sal. 4:4) Gi slipp på dine bekymringer og vit at du er trygg hos Gud samme hva som måtte skje.

3. Håp: Mange sier: «Hvem kan gi oss lykke? La lyset fra ditt ansikt skinne over oss, Herre!». (Sal. 4:7) Vårt håp er grunnfestet i Jesus Kristus. Han fullførte forsoningsverket og han er med oss. Vær klar til å bli brukt av Herren som en budbærer for håp.

4. Større glede: «Du gir meg større glede i hjertet enn andre får av korn og vin i overflod.» (Sal. 4: 8) Vi kan glede oss over at vi lykkes i vårt arbeid og at vi får utbytte av det vi investerer i. Likevel er den største og varige gleden å leve et liv sammen med Gud.

5. Trygghet: «I fred vil jeg legge meg ned og sove. For du, Herre, du alene lar meg hvile trygt.» (Sal. 4:9) Fred med Gud er nøkkelen til et godt ekteskap og et harmonisk familieliv.

6. En ny skapning: Da du tok imot Jesus som din frelser og Herre, ble du en ny skapning. «Nei, den som er i Kristus, er en ny skapning. Det gamle er borte, se, det nye er blitt til!» (2.Kor. 5:17) Han gir deg kraft til å overvinne synd, og han gir deg et evig liv sammen med seg. Takk Gud!

7. Et kall: Da du tok imot Jesus som din Herre og Frelser, fikk du et spesielt kall. «Gå derfor og gjør alle folkeslag til disipler: Døp dem til Faderens og Sønnens og Den hellige ånds navn» (Matt. 28.19) Be om at Gud må hjelpe deg til å lede andre til troen på Jesus.

8. Full rustning: Vonde krefter arbeider intenst med å frarøve deg et nært fellesskap med Jesus. «Ta på Guds

fulle rustning, så dere kan stå dere mot djevelens listige knep.» (Ef. 6: 11) Takk Gud for at Han har utrustet deg for kamp. Sørg for at du alltid har rustningen på.

9. Fellesskap: Be om at Herren må hjelpe deg med å vokse i hellighet dag for dag ved at du har et nært fellesskap med ham. «Spør etter Herren og hans makt, søk alltid hans ansikt! (1.Krøn. 16:11)

10. Kamp: «Salige er de som har sin styrke i deg.» (Sal. 84:6a) Som en etterfølger av Kristus, er du gjenstand for en pågående åndelig kamp. Takk Gud, for at Han vil sette deg i stand til å seire, når du velger å stole på Ham.

11. Gode nyheter: Mennesker strever ofte med å finne svar på livets spørsmål. Be om visdom og styrke til å dele evangeliet når du møter noen av dem. «La alt dere sier, være vennlig, og la det ha salt og kraft, så dere vet hvordan dere skal svare hver enkelt.» (Kol.4:6)

12. Vær med: På et fotballstadion strever 22 karer med å vinne spillet, mens en talløs skare av mennesker passivt følger med. Dessverre kan dette bildet overføres til kristent arbeid. Be om at flere troende vil engasjere seg i misjons- og evangeliseringsarbeid. (Matt. 9:37-38)

13. Engasjer deg: Ingen kan gjøre alt, men alle kan gjøre noe. Be at Gud må vise deg hvordan du kan bli aktivt engasjert i kristent arbeid (Matt 25:23)

14. En lidenskap: «men hold Kristus hellig som Herre i hjertet!» (1.Pet. 3:15a). Vær en glødende og hengiven mann. La Kristi Ånd få styre din tanke, tale og gjøren. Måtte det bli sagt om deg at du er en mann som vandrer med Gud.

15. Diskuter: «Vær alltid klare til forsvar når noen krever dere til regnskap for det håp dere eier.» (1.Pet. 3:15b). Mye av den moderne vitenskapen er basert på antagelser, men Bibelen står stødig som en klippe. Menn, vær klare til å argumentere fornuftig for evangeliets sannhet.

16. Kontroll: «Vi vet at vi er av Gud, og at hele verden ligger i det onde.» (1.Joh. 5:19). Enhver som tror på Jesus, er satt fri fra den ondes kontroll på grunn av Jesu seier på korset. Tro, og la Guds Ånd få styre alt du gjør privat, hjemme og på arbeidsplassen

17. Gudfryktig regjeringsmakt: «Enhver skal være lydig mot de myndigheter han har over seg ... For de som styrer, skal ikke skape frykt hos den som gjør det gode ... Styresmakten er en Guds tjener, til beste for deg.» (Rom.13:1 – 4). Legg vinn på å be om at Gud må få herske i saker som har med mennesker å gjøre og sørge for en regjering som fremmer det gode og straffer det onde.

18. En velsignet nasjon: «Salig er det folk som har Herren til Gud, det folk han har valgt til sin eiendom!» (Sal. 33:12). Vær en mann som ber om moralsk og åndelig vekkelse i dag. Vær forberedt på at Gud kan begynne med deg.

19. Innsikt: «av Jissakars stamme 200 førere, som hadde innsikt i å tyde tidene, så de visste hva Israel burde gjøre, og alle slektningene som var under dem» (1.Krøn.12:32). For et fantastisk vitnesbyrd! Dette var resultatet av mange rette valg. La oss også være menn som søker innsikt og forståelse, som handler klokt og er lojale i alle forhold.

20. Grunnvoll: «Lær den unge veien han skal gå, så forlater han den ikke når han blir gammel.» (Ordsp. 22:6) Grunnvollen for tro, de prinsippene og det lynne vi menn legger ned i våre familier, vil være med og avgjøre framtiden for våre barn. Vær et ydmykt eksempel.

Registrer deg som forbeder ved å sende SMS:
BØNN MENN til 2065

21. Det er så enkelt: Herre, det ser ut som at alt i livet er så vanskelig. Jeg er trett av alt det. Takk for at du tilbyr et enkelt liv. Det livet er i Kristus. Jeg tror ganske enkelt at du lever ditt liv gjennom meg, at du gjør arbeidet. Takk for at du lar meg få glede meg over livet i Kristus – som er mitt liv. (2. Kor 11:3)

22. Kilden til styrke: Herre Jesus, jeg erkjenner at du er kilden til alt. Siden du lever i meg, er du kilden i mitt liv. Hjelp meg til å huske det, selv om kjødet er svakt. Du er min styrke. Din mektige kraft bor i meg. Utrust meg med din Ånd i alt jeg sier og gjør. «*Alt makter jeg i ham som gjør meg sterk.*» (Fil 4:13)

23. Fullkommen fred: Herre Jesus, det hender at jeg møter problemer som virkelig plager meg, og jeg vet ikke hva jeg skal gjøre. Men du er Fredsfyrsten, og du har lovet å gi meg fullkommen fred. Derfor stoler jeg på at din Ånd leder, rettleder og beskytter meg. Takk! «*Du gir varig fred til dem som har et stødig sinn, for de stoler på deg. Stol på Herren til alle tider, for han, Herren, er en evig klippe.*» (Jes.26:3-4)

24. Livet er til for å leves: Herre Jesus, jeg takker for at da jeg tok imot deg som min frelser og Herre, tok du bolig i meg. Du, livets Herre, har nå blitt mitt liv. Derfor stoler jeg på at du er deg selv i meg og at du får din vilje med meg. Gjør deg selv kjent for meg og gjennom meg. Jeg priser deg, Herre. (Gal. 2:20)

25. Bønn er en måte å leve på: Himmelske Far, det er en ære å få være ditt barn. Jeg er også glad for at du er hører min stemme. Du er hellig og rettferdig. Derfor vil jeg ære deg på alle mine veier. Du er den allmektige Gud. Når jeg ber i tro, kan jeg også være forventningsfull (Matt 6:9)

26. Vær sterk: Enhver kultur har en felles tendens til å lokke mennesker inn i en tilstand der personligheten sakte visner og blir demoralisert. La oss be om at kristne menn må bruke Guds rustning til hver dag for å kunne stå imot på fristelsens vonde dag (Ef. 6:10-18).

27. Det står skrevet: Da Jesus fastet og ba, er det skrevet at «fristeren» kom til ham. Djevelen prøvde å tirre ham til synd. Jesus bet ikke på agnet. Jesus siterer fra Skriften («*Det står skrevet*») og djevelen måtte fly. Be om at menn måtte få være Ordets menn og kjempe imot satan (Matt. 4:1 – 11)

28. Stå opp: Menn trenger å lære hvordan de kan tilgi seg selv og gå videre. Alle trenger vi nåde. «*Sju ganger kan den rettferdige falle og reise seg opp igjen, men de urettferdige snubler i det som er ondt*». (Ordsp. 24:16). La oss be at vi må være menn som ikke blir liggende når vi faller, men står opp for å vandre tettere med Jesus enn før.

29. Karakter: Ordet «karakter» beskriver en manns dype moralske og etiske egenskaper, hans herskende lidenskaper, som gir liv til og styrer hans hjerte. La oss be at Gud må meisle ut vår kjerne og gjøre oss til gudfryktige rene menn som kan grunnfeste vår Kristusliknende karakter. «*Salige er de rene av hjertet, for de skal se Gud*». (Matt 5:8)

30. Ordets menn: Å eie en bibel skaper ikke en gudfryktig karakter. Vi må lese, studere og be at budskapet må smelte sammen med oss og komme til uttrykk gjennom våre liv. Far, overbevis oss og gjør oss til disiplinerte Ordets menn som prioriterer å lese og leve ut Bibelens budskap. (Hebr. 4:2)

31. Skapelse: «*Med visdom grunnla Herren jorden, han grunnfestet himmelen med forstand.*» (Ordsp. 3:19). Naturens lover og skapelsens majestetiske prakt er et vitnesbyrd om Guds guddommelige natur og storhet. Tilbed og tjen ham helhjertet.



Norea Mediemisjon
Bergtorasvei 120, 4633 Kristiansand
38 14 50 20 · post@norea.no

Les mer på
TROENSMENN.no



Bønn for oktober 2025

Har du tenkt over hvorfor det er så vanskelig å få menn til å disippelgjøre andre menn? De har sittet årevis på kirkebenken, lyttet til tusenvis av taler, er generelt gode mennesker, men får de spørsmål om å gi det de har lært videre til en ung mann som nylig er blitt kristen, da drar de seg unna og kommer med unnskyldninger.

Karer, vi trenger dere, og særlig deg som har vandret med Gud gjennom mange år. Din erfaring er gull verd. Ikke la djevelen ta fra deg frimodigheten. Du er frikjøpt av Jesus, og Han kaller deg til å gi det videre til andre. Er du usikker på hvordan, så kan Troens Menn være til hjelp. Bestill bøkene, og begynn å investere i og bygge menn.

PS: Du kan også gi Jesus til de som aldri har hørt om han ved å støtte Norea Mediemisjon. Vi er en spesialenhet for de vanskeligste oppdragene, dit misjonærer ikke når inn.

Vipps: 74066 (velg gave)

Bank: 3000 63 49494

Broderhilsen fra Harald.