

1. Nåde: Å gå inn i et nytt år er en velsignelse som Herren gir enhver av oss. Det er ikke vår fortjeneste, det er av nåde. Når vi innvier våre gaver og talenter til Gud, vil han bruke oss til å velsigne dem vi kommer i kontakt med. (1.Kor.15,58) Takk Herren for privilegiet å være med på å spre hans nåde.

2. Fars oppgave. Herre, hver generasjon tenker at verdens ende er nær. Men du har gjort det klart at vi ikke trenger å stirre opp mot himmelen for å prøve å forstå når verden vil gå under. Derfor overlater jeg tanker rundt endetiden til deg. Jeg stoler på at det er min Fars oppgave. Utrust meg med din Ånd! (Apg. 1,8)

3. Rettferdighet opphøyer en nasjon: Kjære allmektige Gud, vi ber om tilgivelse for all vår synd. Vi bønnfaller deg i Jesu Kristi navn at Herren må styre og bestemme i menneskelige forhold. Gi oss karaktersterke ledere til å styre regjeringen på en ansvarlig måte! Måtte Herrens ord få komme tydelig fram (Ordsp.14,34).

4. Framtidsplaner: Hvor mange av oss er det ikke som planlegger og drømmer på starten av et nytt år? En klok mann gjennomfører dette med visdom og innsikt. Vær sikker på at du søker Guds ledelse: *«Menneskehjertet legger sine planer, men Herren legger svaret på hans tunge. En mann kan synes at hans ferd er ren, men Herren prøver tankene. Legg alt du gjør, i Herrens hånd, så skal dine planer lykkes.»* (Ordsp. 16,1-3)

5. Gud taler, du lytter: Himmelske Far, jeg har vært tilfreds med å samle kunnskap om deg. Men nå forstår jeg at du ønsker at jeg skal lære deg å kjenne. Få meg til å bli slik som Maria, som «valgte den gode del» da hun satt ved dine føtter (Luk.10,42).

6. Hva er galt?: Kjære Gud, ha barmhjertighet med oss. Få oss til å våkne opp. Vi har blitt selvtilfredse og likegyldige. Saltet vårt har mistet sin kraft og lyset er dimmet. Jeg angrer og gir meg under ditt herrevelde. Ta din rettmessige plass i livet mitt (1.Pet 4,17).

7. Godt arbeid: Kjære Gud, takk for at du skapte denne vakre verden med alle de fantastiske naturressursene for å fylle våre behov. Måtte vi ære deg mens vi forvalter jorda på en ansvarlig og respektfull måte (1.Mos 1,27-28).

8. Høyre eller venstre?: *«Så skal kongen si til dem på sin høyre side: 'Kom hit, dere som er velsignet av min Far, og ta i arv det riket som er gjort i stand for dere fra verdens grunnvoll ble lagt»* (Matt.25,34). Stå villig opp for det som er rett og ha omsorg for den fattige og den trengende i Kristi navn. Belønningen er sikker.

9. Bønn: *«Men jeg ba for deg at din tro ikke måtte svikte.»* (Luk.22,32) Slik Jesus ba for Peter, går Den hellige ånd i forbønn for oss (Rom.8,26). Bibelen oppmuntrer oss til å be for hverandre. Be Herren om at du må få være trofast i det å be for andre.

10. Vende tilbake: Det er en daglig øvelse å vende seg bort fra negative følelser, tanker, ord og gjerninger – og vende tilbake til Herren og elske ham helt og fullt. Be om å få styrke til det. (Luk. 22,32)

11. Oppmuntring: *«Og når du en gang vender om, da styrk dine brødre!»* (Luk.22,32) Når vi vender tilbake til Gud, opplever vi en ny kjærlighet for våre brødre i Kristus. Slik vil vi være i stand til å til å oppmuntre til å stole på Herren og leve ved hans kraft. Vær en mann som driver andre til Kristus!

12. Prioritet: *«Ingen husslave kan tjene to herrer ... Dere kan ikke tjene både Gud og mammon.»* (Luk.16,13) Som kristen forstår jeg at alt er betrodd meg av Gud, til glede for meg, og for å stille det til Guds disposisjon. Be om visdom til å ta Guds arbeid på alvor.

13. Takknemlighet: *«Velsign Herren, min sjell! Glem ikke alt det gode han gjør.»* (Sal.103,2)

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

Når ditt Gudsforhold er preget av takknemlighet og tilfredshet, vil det farge alle dine relasjoner og gjøre deg til en velsignelse i ditt ekteskap og i din familie. Takk Gud for det i dag.

14. Vandre med Gud: En disippel er en etterfølger av Jesus, som lærer av Hans personlighet. Du kan utvikle et nært fellesskap med Herren gjennom å lese og grunne på Bibelen, ved bønn og ved å memorere skriftavsnitt. Ha som mål å ha *«hele Kristi fylde»* (Ef.4,13).

15. Ekteskap: Et ekteskap mellom mann og kvinne er sammenliknet med Kristi forhold til menigheten, som er hans brud. Som menn er vi kalt til å ha Jesus som forbilde i vår framferd og vår holdning til våre ektefeller. *«Dere menn: Elsk deres hustruer, liksom Kristus elsket kirken og ga seg selv for den.»* (Ef.5,25)

16. Barn: *«Dere foreldre, vekk ikke sinne og trass hos barna deres, men gi dem omsorg, så de får en oppdragelse og rettledning som er etter Herrens vilje.»* (Ef.6,4) Som foreldre er det vårt privilegium å vise våre barn hvem Jesus er. Be Herren å hjelpe deg som far til å inspirere dine barn til å følge Jesus av sin frie vilje.

17. Eiendeler: Måten vi bruker våre eiendeler på avslører våre verdier. *«Den gavmilde får gode dager, den som øser ut til andre, får rikelig tilbake.»* (Ordsp. 11,25) Som kristen representerer du Guds rike, med det du har å gi. Vær derfor en glad giver!

18. Renhet: Verden fremmer en livsstil uten hemninger. Men ekte kjærlighet er ren og søker å lyde Gud. *«La ekteskapet holdes i ære av alle, og la ektesengen bevares ren. For Gud vil dømme dem som driver hor eller bryter ekteskapet.»* (Hebr.13,4) Mann, *«vær et forbilde for de troende i ord og livsførsel, i kjærlighet, tro og renhet.»* (1.Tim 4,12)

19. Mot: *«Jeg har jo sagt deg: Vær modig og sterk! La deg ikke skremme, og mist ikke motet! For Herren din Gud er med deg overalt hvor du går.»* (Jos. 1,9) Når vi

hører Guds befaling og adlyder, må vi aldri tvile eller frykte, men heller stå heller fram i tro. Gud setter pris på dit mot og vil handle på dine vegne

20. Anstrengelse: «*Alt dine hender kan gjøre, gjør det med den kraften du har.*» (Fork. 9,10) Når vi er på linje med Gud, sørger han for anledninger til å gjøre gode gjerninger. Gjør alltid det beste du kan. Du er det beste vitnet for Herren når du er trofast.

21. Besluttosomhet: De kristne lever i en verden som er fiendtlig innstilt til evangeliet. En må være besluttosom for å stå opp for Kristus. Mist derfor ikke motet dersom du møter hindringer på din vei (Jes. 50,7).

22. Dømmekraft: De mange stemmene og motstridende meningene vi hører, gjør det vanskelig å forstå og se hva som er rett og galt. En kan bli forvirret når ikke alt ligger klart i dagen. Be om dømmekraft, og prøv alt mot Guds ords absolutte sannhet (2. Kor. 2,11).

23. Enhet: «*Se, hvor godt og hvor vakkert det er når brødre bor sammen!*» (Sal.133,1) Mangelen på tillit og broderlig kjærlighet gjør menigheten, Kristi legeme, sykt og kraftløst. En av fiendens ondsinnede planer er å så splid mellom brødre. Vær på vakt, og be om å være en som sprer fred og forsoning.

24. Herreveldig: «*For i ham er alt blitt skapt, i himmelen og på jorden, det synlige og det usynlige, troner og herskere, makter og åndskrefter –alt er skapt ved ham og til ham.*» (Kol. 1,16). Dersom du har betrodd ditt liv til Jesus, er du sikker for all evighet. Vit og tro at han er herre over alt.

25. Guds arv: «*Herren skal ta Juda i arv som sin eiendom på hellig jord og velge ut Jerusalem enda en gang.*» (Sak.2,16) Guds måte å behandle Israel på kan synes gåtefull for oss, men det er et klart løfte om det i Bibelen. Be om fred for Jerusalem og at mange må anerkjenne og akseptere Jesus som Kristus og Messias.

26. Endetiden: Gud elsker synderen og ønsker å få ham til å omvende seg. Vær aldri taus og gå heller ikke på kompromiss med verdens måte å leve på. La lyset skinne, og bekreft frimodig hva du tror på og de bibelske normene (Matt. 24,12-13).

27. Falsk fred: Når verdens fyrste til slutt oppretter et totalitært styre uten absolutter og hemninger, vil Gud bringe dom over jorden. Våg å være annerledes. Tjen Jesus, fredsfyrsten (1. Tess. 5,3).

28. Evangeliets fremgang: Den 21. september 2025 fulgte over 5 millioner mennesker minnesmarkeringen til C. Kirk på TV, med tre kraftfulle framstillinger av evangeliet. Gud når verden gjennom moderne media – la oss takke for det (Matt. 24,14).

29. Aldri en minoritet: «*For hvor to eller tre er samlet i mitt navn, der er jeg midt iblant dem.*» (Matt.18,20) En mann som lever med Gud, er aldri en minoritet. Den levende Kristus har lovet å være med oss gjennom sin Hellige ånd når vi samles i hans navn. Tro på dette løftet. Må hans ånd få fylle deg og hans forunderlige fred få lede deg.

30. Absolutt sannhet: «*Og jeg vil be min Far, og han skal gi dere en annen talsmann, som skal være hos dere for alltid.*» (Matt 14,16) Vår verden er fortaapt i relativisme, men Guds ord er den absolutte sannhet. Be om at Den hellige ånds ledelse. Bli en virkelig fredens mann med et formål og fullføringsevne.

31. Seierherre: «*Den som seirer, vil jeg la sitte sammen med meg på min trone, slik jeg selv har seiret og satt meg med min Far på hans trone.*» (Åp.3,21) Livet er fullt av utfordringer og ulike faser. Gi derfor aldri opp! Belønningen er sikker.



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

Les mer på
TROENSMENN.no



Bønn for januar 2026

Kjære forbeder

Et nytt år innebærer for mange nyttårsforsetter. Har du satt deg noen mål?

Jeg for min del har lyst å få ned skjermtiden på telefonen min. Den stjeler mye tid og oppmerksomhet. Ikke sjelden forstyrrer den *Tid med Gud*.

Jeg kan anbefale å ta i bruk foreldrekontroll på mobilen din. Det er ikke bare barn som trenger å få kontroll på dopamin-maskinene våre. Kanskje er det vi voksne som trenger det mest.

Så, 2026 håper jeg skal bli det året jeg løsriver meg fra algoritmene, og bruker mer *Tid med Gud*. Kanskje du til og med kan starte opp ei mannsgruppe? Blir du med på utfordringen? Så kan vi evaluere under mannshelga på Evjetun 10-12 april. Meld deg på via checkin.no

Godt nytt år!
Harald Endresen