

18-25
JANUARI 2026

SVERIGES KRISTNA RÅD
BJUDER IN TILL EKUMENISKA
BÖNEVECKAN. WWW.SKR.ORG



FOTO: IVARS KUPCIS/WOO

EKUMENISKA BÖNEVECKAN 2026

EN ENDA KROPP OCH EN ENDA ANDE

Reflektioner och böner under de åtta dagarna

DAG 1

Vår kallelse

Dagens bibelvers

Jag uppmanar er alltså, jag som är fånge för Herrens skull, att leva värdigt er kallelse... (Efesierbrevet 4:1).

Ytterligare bibelställen

Mika 6:6–8
Psaltaren 133
Markusevangeliet 3:13–15

Reflektion

I Efesierbrevet 4:1 betonar Paulus vikten av att leva ”värdigt er kallelse”, en kallelse som är ouppslösigt förbunden med enheten i den kristna gemenskapen. Mitt i ett splittrat samhälle kallar evangeliet troende att övervinna hinder och främja försoning. Denna gudomliga kallelse är en inbjudan till att förkroppsliga Guds karaktär i de troendes gemenskap. Genom att leva i samklang med denna kallelse återspeglar vi inte bara Kristi undervisning utan bidrar också till enheten och växten i Kristi kropp. Att erkänna och omfamna denna kallelse är avgörande för att leva ut den kristna gemenskapens djupaste väsen och vårda harmoniska, stödjande relationer.

En fråga att fundera över

Hur inspireras du, när du reflekterar över den kallelse som beskrivs i Efesierbrevet 4:1, att aktivt bidra till enhet i din lokala församling och i bredare kyrkliga sammanhang?

Bön

Ljusets Gud, du har kallat oss ut ur mörkret till ditt ljus. Må vårt svar på din kallelse leda oss till att aktivt söka försoning och dela ditt ljus i världen.
Amen.

DAG 2

Att ha fördrag med varandra i kärlek

Dagens bibelvers

... alltid ödmjuka och milda. Ha fördrag med varandra i tålmod och kärlek (Efesierbrevet 4:2).

Ytterligare bibelställen

Sakarja 7:8–10
Psaltaren 25:6–10
Lukasevangeliet 10:30–36

Reflektion

Aposteln Paulus manar oss att leva på ett sätt som är värdigt vår kristna kallelse, genom att ge djupgående social vägledning. Han uppmanar de troende att alltid vara ”ödmjuka och milda” och att ”ha fördrag med varandra i tålmod och kärlek” (Efesierbrevet 4:2). Den här kallelsen från Gud handlar inte enbart om en personlig resa utan tar också gestalt på ett levande sätt i vårt samspel med andra. De fyra dygder som Paulus lyfter fram här – ödmjukhet, mildhet, fördragsamhet och tålmod – är avgörande för att vårda kärleksfulla relationer. Att förkroppsliga dessa dygder innebär att närma sig andra i en anda av genuin ödmjukhet, att visa mildhet även mot dem som prövar vårt tålmod och att ha fördrag med dem som utmanar oss. Djupast sett handlar det om att ha tålmod med varandra trots våra olikheter, och därigenom återspegla en kärlek som överskrider alla världsliga skiljelinjer och förkroppsligar den nåd som finns i Guds gränslösa barmhärtighet.

En fråga att fundera över

Hur kan dygderna ödmjukhet, mildhet, fördragsamhet och tålmod, som nämns i Efesierbrevet, hjälpa oss som troende att hantera splittringar och övervinna dem i våra lokala kristna församlingar?

Bön

Herre Jesus Kristus, du visar oss att vi ska ha tålmod med varandra i ödmjukhet och mildhet. Må det ljus som du har lyst upp vår väg med leda oss mot enhet och hjälpa oss att läka de sår av splittring och likgiltighet som ofta bryter isär gemenskaper.
Amen.

DAG 3**Med friden som band****Dagens bibelvers**

Sträva efter att med friden som band bevara den andliga enheten (Efesierbrevet 4:3).

Ytterligare bibelställen

Jesaja 11:6–9
Psaltaren 86:8–13
Johannesevangeliet 14:27–31

Reflektion

Fred är en avgörande faktor för att upprätthålla enhet i kyrkan. I Efesierbrevet 4:3 betecknar ”friden som band” en vital och aktiv princip som inte bara förenar utan också upprätthåller enheten i den kristna gemenskapen. Kristus, Fredsfursten (jfr Jesaja 9:6), predikade fred och försoning. Fred och frid är en av Andens frukter (jfr Galaterbrevet 5:22), både en gåva och ett resultat av Andens verk. ”Fridens band” är en aktiv kraft som upprätthåller kyrkans sammanhållning och håller samman olika medlemmar, trots skillnader i bakgrund eller åsikter. Fred främjar meningsfulla relationer, vilket gör det möjligt för troende att samspela med varandra och lättare förlåta varandra. Paulus betonar det faktum att sann enhet kräver ett kontinuerligt engagemang för fred – den kallar oss som medlemmar att aktivt odla och främja freden.

En fråga att fundera över

Hur påverkas våra dagliga samspel och relationer i våra samhällen av Paulus undervisning om att fred och frid är en Andens frukt, särskilt när det finns behov av försoning eller förlåtelse?

Bön

Herre Jesus Kristus, du är Fredsfursten.
Stärk fredens band mellan oss och i vår oroliga värld.
Förvandla hjärtan hos alla som för krig, rör vid såren på alla som är drabbade av krig.
Vi ber särskilt för folken i Armenien, Artsakh och deras släktingar över hela världen.
Låt ljuset från din kärlek lysa på alla mörka platser i vår värld och påskynda den dag då alla folk kan leva tillsammans i en rättvis fred.
Amen.

DAG 4**Kallade till ett och samma hopp****Dagens bibelvers**

... en enda kropp och en enda ande, liksom ni en gång kallades till ett och samma hopp (Efesierbrevet 4:4).

Ytterligare bibelställen

5 Moseboken 6:4–9
Psaltaren 24:1–6
Johannesevangeliet 17:20–26

Reflektion

I Efesierbrevet 4:4 lyfter aposteln Paulus fram den djupa enhet som binder samman kyrkan över hela världen. Denna enhet är rotad i en enda Ande och ett enda hopp som förenar alla kristna i deras tro. På pingstdagen tände den heliga Anden kyrkans globala mission. Samma Ande ger oss kraft och näring åt vårt gemensamma uppdrag i dag, genom att främja en universell kyrka som överskrider nationella och kulturella gränser. Vårt gemensamma hopp om frälsning genom Jesus Kristus är hörnstenen i denna enhet, som för samman olika folk till en helig, katolsk (allmänlig) och apostolisk kyrka. Som kristna definieras vi av detta gemensamma hopp och denna Ande genom vilken vi döps och förnyas. Vår uppgift är att se till att denna enhet inte bara blir en fin tanke utan en levande verklighet, som stärker vårt gemensamma uppdrag och vår kärlek till varandra.

En fråga att fundera över

På vilka sätt kan vi, som kyrka eller gemenskap, ta oss an utmaningen att ha en gemensam kallelse, samtidigt som vi behåller vår unika identitet och våra egna traditioner?

Bön

Jesus Kristus, du förde oss samman, i all vår mångfald, som din familj och kyrka.
När vi står inför så många situationer på jorden där hoppet har gett vika för förtvivlan och sårade hjärtan, förnya vårt hopp till den heliga Andens förmåga att förändra världen.
Förmå oss att sprida detta hopp till alla, överallt.
Du är det sanna ljuset, som driver ut syndens mörker och lyser in i våra hjärtan med den glädjen och det hopp som din eviga kärlek ger.
Amen.

DAG 5**En är tron, ett är dopet****Dagens bibelvers**

En är Herren, en är tron, ett är dopet (Efesierbrevet 4:5).

Ytterligare bibelställen

Sakarja 14:6–9
Psaltaren 100
Matteusevangeliet 28:16–20

Reflektion

I Efesierbrevet 4:5 betonar aposteln Paulus att dopet stärker de kristnas enhet genom att markera den enskildes inträde i kyrkans gemenskap, vilket bekräftar deras gemensamma tillhörighet till samme Herre. Dopet skapar den kollektiva identitet som kyrkan utgör, eftersom vi är ett i Herrens kropp. Det här sakramentet är en kraftfull påminnelse om att även om medlemmar kan komma från olika bakgrunder, så överbryggar deras enhet i tron och dopet alla splittringar. Genom att fokusera på dessa enande element kan kyrkan glädjas över sin mångfald samtidigt som den förblir orubbligt enad. Detta utmanar oss att prioritera vår gemensamma identitet i Kristus framför våra olikheter, och därmed stärka det band som förenar alla kristna.

En fråga att fundera över

Vilka gemensamma initiativ kan våra olika samfund ta för att tillsammans fira vår gemensamma tro på Jesus Kristus och den enhet som skapas genom dopet?

Bön

Guds Ande, sann Gud, som steg ned över Jordanfloden och ned i övre salen, som upplyste oss genom dopets heliga vatten, vi har syndat mot himlen och mot dig.
Rena oss igen med din gudomliga eld, så som du renade apostlarna med tungor av eld.
Ha barmhärtighet med dina skapade varelser och särskilt med oss.
Amen.

Nerses den Nådige (anpassad)

DAG 6**En Herre och Fader****Dagens bibelvers**

En är Gud och allas fader, han som står över allting, verkar genom allt och finns i allt (Efesierbrevet 4:6).

Ytterligare bibelställen

1 Kungaboken 8:56–60
Psaltaren 148:7–13
Matteusevangeliet 5:44–48

Reflektion

I Efesierbrevet 4:6 betonar Paulus Guds djupa enhet och förklarar att han är ”över allting, verkar genom allt och finns i allt”. Gud är både transcendent – existerande bortom allt – och immanent – aktivt närvarande i sin skapelse. Denna grundläggande sanning innebär en kallelse till kyrkan att förkroppsliga och leva ut den enhet som har sin grund i den gemensamma tron på en enda sann Gud som är alla troendes Fader. ”Alla” betyder att varje person är skapad till Guds avbild och står under Guds makt. Att tillbe en enda Gud skapar ett starkt band av enhet mellan kristna. Liksom familjemedlemmar får en gemensam grund genom kärleken till en förälder, är kristna kallade att vara förenade i sin hängivenhet till samme Fader.

En fråga att fundera över

På vilka sätt kan bilden av Gud som allas kärleksfulle och omtänksamme Fader integreras i våra olika församlingars uppdrag och tjänst för att främja ett mer enat kristet vittnesbörd i världen?

Bön

Vi bekänner med tro och tillber dig, kärleksfulle Fader, för du är i himlen bortom alla ord, och på jorden bortom allt förstånd, genom din Son, Jesus Kristus.
Med din ömma omsorg är du alltings början och fullbordan.
Ära vare dig i evighet, Fader, med Sonen och den heliga Anden.
Amen.

Gregorios av Narek (anpassad)

DAG 7**Guds gåva given i dopet****Dagens bibelvers**

Var och en av oss har fått just den nåd som Kristus har velat ge honom (Efesierbrevet 4:7).

Ytterligare bibelställen

Jeremia 1:4–9
Psaltaren 131
Matteusevangeliet 25:14–18

Reflektion

Kyrkorna och alla lokala församlingar är i sin gudagivna enhet samtidigt olika varandra, med den nåd som Kristus ger och som bygger upp Guds rike. Dessa andliga gåvor ges av en gemensam Herre, i ett gemensamt dop, med ett gemensamt syfte. Enhet i mångfald: detta är den unika Kristus-centrerade rikedom och kraft som kyrkan har i den heliga Andens rörelse.

En fråga att fundera över

Hur kommer våra relationer att förändras om vi accepterar att en mångfald av gåvor inte är skäl till motsättningar och konkurrens utan till ömsesidigt stärkande och delande?

Bön

Herre Jesus Kristus, genom den heliga Andens verkan i ett och samma dop har du skänkt oss underbar nåd och en mångfald av gåvor för att bygga upp din kropp, kyrkan. Ge oss nu villighet att till fullo uppskatta rikedomerna i denna mångfald och använda den till fullo för att främja evangeliets spridning.
I ditt namn ber vi.
Amen.

DAG 8**Att växa in i Kristus****Dagens bibelvers**

De gåvor han skänkt är till för att bygga upp Kristi kropp, tills vi alla kommer fram till enheten i tron och i kunskapen om Guds son, blir fullvuxna och når en mognad som svarar mot Kristi fullhet (jfr Efesierbrevet 4:13).

Ytterligare bibelställen

Ordspråksboken 9:10–12
Psaltaren 119:97–104
Johannesevangeliet 17:3–7

Reflektion

I Efesierbrevet 4:13 sammanfattar aposteln Paulus visionen av Kristi kropp i tre nyckelområden: enhet i tro, mognad i kunskap och fullhet i Kristus. Mognad kommer genom en ständigt fördjupad kunskap om Jesus Kristus. Det är en livsförvandlande kunskap som leder oss till att förnya våra sinnen och till praktisk handling, snarare än bara intellektuell förståelse. Vi kommer att likna honom mer och mer i takt med att vi lär känna honom bättre. För att få denna kunskap måste man både studera hans undervisning och dagligen leva efter den i lydnad. "En mognad som svarar mot Kristi fullhet" är målet för kristen växt. Det innebär att bli mer lik Jesus på alla sätt: att älska som han älskar, tjäna som han tjänar och återspegla hans sinnelag. Vi är kallade att utvärdera vår andliga resa, söka enhet med varandra, växa i vår kunskap om Guds son och sträcka oss mot hans fullhet i oss.

En fråga att fundera över

Hur växer vi i vår kunskap om Kristus och låter den vetskapen forma våra handlingar, tankar och relationer?

Bön

Kristus, världens sanna ljus, gör min själ värdig att med glädje se din härlighets ljus på min kallelse dag och att vila med hopp om det goda i de rättfärdigas hus, intill dagen för din stora återkomst.
Förbarma dig över din skapelse och över mig, en stor syndare.
Ära vare Fadern och Sonen och den heliga Anden, nu och alltid och i evigheters evighet.
Amen.