



## Ein Gedanke

Gottes Macht dir zu helfen, ist so groß, dass er immer einen Weg und eine Hilfe für dich hat. Aus Epheser 3,20.

Schön wär's, denken sie – so manche ausweglose Situation steht vor uns: die Krankheit, die uns getroffen hat, die Sorgen um den Arbeitsplatz, die Gedanken um die Zukunft unserer Kinder. Viele unlösbare Fragen, die uns beschäftigen. Angesichts dieser Fragen kommen wir uns hilflos und ausgeliefert vor. Wenn wir auf uns schauen bleiben wir an unserer Niederlage, Enttäuschung und Frustration hängen. Deshalb ist ein Blickwechsel nötig, Gottes Macht und Hilfe ist unbegrenzt. Er kann über



Bitten und Verstehen eingreifen. Seine Macht ist unendlich größer als unsere Ängste und Sorgen. Er, der uns Menschen gemacht hat, kennt und liebt uns. Das Beispiel von Ruth in der Bibel (nachzulesen in Buch Rut) zeigt wie Gott Wege geht, wie er Hilfe schenkt in Situationen, wo es menschlich gesehen keinen Ausweg gibt. Ruth, eine Fremde, geht mit ihrer Schwiegermutter zurück nach Bethlehem. Sie entscheidet sich für diesen Gott. Obwohl Sie dort keine Möglichkeit bekommt zu heiraten geht sie mit und vertraut Gott. Er versorgt sie beide und später heiratet Ruth Boas. Ihr Beispiel zeigt, dass wir trotz allen Umständen getrost und mutig vorwärtsgehen können, im Vertrauen darauf, dass Gott Wege und Hilfe hat. Er hat die Macht.



## Eine Idee Rezept „Reissalat“

Zutaten: 500g Reis / 2-3 Paprika / 1 Dose Mais / 3 EL Gemüsebrühe (Pulver) / 2 EL Öl / 2 EL Essig / Salz, Pfeffer, Paprikapulver.

Zubereitung: Reis in Gemüsebrühe kochen. (Gemüsebrühe mit ins Wasser geben.) Reis abkühlen lassen. Paprika in kleine Würfel schneiden. Reis, Paprika, Mais, Essig und Öl mischen. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Guten Appetit!



## Ein Wort Bibelvers

Wo du hingehst, da will ich auch hingehen; wo du bleibst, da bleibe ich auch. Dein Volk ist mein Volk, und dein Gott ist mein Gott.

Rut 1,16

## Ein Termin

Letzte Woche startete die Fastenzeit. Auf was im Alltag kann verzichtet werden, um bewusst Zeit für Gott zu haben. Smartphone beiseitelegen? Surfen im Internet? Fernsehen? Einkaufsbummel?

Die Fastenzeit, nicht nur als Zeit des Verzichtens, sondern als Zeit des bewussten Alltagsgestaltens.

### Dank an

Impuls: Ursula Blutbacher aus Tauberbischofsheim / Rezept: Daniela Rauen aus Ludwigsburg.

### Das Kleingedruckte

Weitere Informationen zur FrauenMail finden Sie unter <http://frauenmail.lgv.org>

Wenn Sie die FrauenMail nicht mehr erhalten möchten, schreiben Sie bitte ein Nachricht an [frauenmail@lgv.org](mailto:frauenmail@lgv.org) - Betreff: Austragung Newsletter.

Die Rechte an den geistlichen Impulsen der FrauenMail liegen beim Liebenzeller Gemeinschaftsverband.

© FrauenMail-Team (Redakteurin: Alisa Ott)