

## Irgendwas ist immer...



### Impuls

Der Männertag in Liebenzell am 04.02.2017 verlief prima. Die Referate und Themen waren absolut ansprechend. Zufrieden und geflasht fuhr ich als Mitmoderator nach Hause. Ich freute mich auf meine Familie und vor allem auf „die zwei B's“ (Bier und Bundesliga). Doch zu Hause angekommen, erwischte es mich kalt. Meine Frau erklärte mir, dass unsere 10jährige Tochter noch um 21 Uhr von einem Kindergeburtstag abgeholt werden muss. Da es regnete und sehr dunkel und sie grippig war, übernahm ich den Part. Also erst zum 21.30 Uhr endlich Feierabend und „runterfahren“?

Ich griff zum Telefonhörer und rief dort an. Fragte, ob es nicht möglich wäre, unser Kind schon eine halbe Stunde früher abzuholen. Dabei war ich wohl etwas frech. So zumindest empfand es meine Frau. Ich hatte mich aufgrund meiner „Dünnhäutigkeit“ regelrecht im Ton vergriffen. Das wurde mir selber mehr und mehr bewusst. Leider erst dann, nachdem ich aufgelegt hatte. „Du Volldepp!“ dachte ich... Ich ärgerte mich über mich selber. Und dann meldete sich auch mein schlechtes Gewissen. Schon auf der Autofahrt nahm ich mir fest vor, mich deutlichst bei der Mama des Geburtstagskindes zu entschuldigen, was ich auch tat. Zuhause ankommen meinte ich zu meiner Frau: „Wie gut ist es doch, um Vergebung bitten zu dürfen, damit wieder reine Luft in zwischenmenschlichen Beziehungen entsteht.“ Wie gut, dass ich in Jesus einen Gott habe, der mir immer wieder all mein tägliches Versagen vergibt, sodass echter Frieden einkehren darf.



### Das gute Wort aus der Bibel

Indem Jesus sein Blut für uns vergossen hat, sind wir erlöst; durch ihn sind uns unsere Verfehlungen vergeben. (Epheser 1, 7)



### Der Witz

Ein Schlagerstar wird von einem Mann aufgehalten: »Ach gut, dass ich Sie treffe! Seit Monaten verfolge ich alle ihre Konzerte. Die sind ziemlich schlecht besucht, oder?«  
»Keineswegs. Alle ausgebucht!«  
»Aber ihre letzte CD war doch ein Flop, oder?«  
»Keineswegs. Über eine Million Mal verkauft! Aber warum fragen Sie als Fan so komische Sachen?«  
»Fan? Ich bearbeite beim Finanzamt ihre letzte Steuerklärung!«

### Fit im Büro – Workout im Sitzen

1. Für kräftige Beine: Den Rücken fest gegen den Stuhl drücken und am Sitz festhalten. Den rechten Fuß über den linken legen, Knie anwinkeln und Beine zur Brust anheben und wieder senken. Füße abwechseln, mehrfach wiederholen.
2. Für starke Schultern: Gerade sitzen, die Hände mehr als schulterbreit auf der Tischplatte abstützen und sich mit Armen und Beinen 15 Mal nach oben stemmen.
3. Für einen entspannten Nacken: Aufrecht hinsetzen, Bauch anspannen und Brustmuskeln dehnen. Den Kopf abwechselnd nach rechts und links zur Seite neigen, sodass sich das Ohr der Schulter nähert.



### Dank an...

Impuls: Jörg Breitling; Fitnessstipp: Wirtschaftswoche, Bild: www.bilderbox.com

### Das Kleingedruckte

Weitere Informationen zur MännerMail finden Sie unter <http://www.maennermail.de>. Sie wollen die MännerMail empfehlen? Klasse! Interessierte können die Männermail durch Anmeldung über oben genannten Link beziehen. Wenn Sie die MännerMail nicht mehr erhalten möchten, schreiben Sie bitte eine Nachricht an [maennermail@lgv.org](mailto:maennermail@lgv.org) - Betreff: Austragung Newsletter. Die Rechte an den geistlichen Impulsen der MännerMail liegen beim Liebenzeller Gemeinschaftsverband. Sie können gerne unter Angabe der Quelle (MännerMail.de) und des Internetlinks ([www.maennermail.de](http://www.maennermail.de)) zitiert werden. © MännerMail-Team