

Dankbar



Impuls

Kommenden Sonntag wird in vielen Gottesdiensten „Erntedank“ gefeiert. Vielleicht sind auch einige Papas dabei, wenn Kindergartenkinder ihren Auftritt haben, ihre Körbchen mit Lebensmitteln mitbringen und ein Lied singen. Auch wenn es Männer gibt die froh sind, dass ihnen das erspart bleibt, lohnt es sich zu fragen: Für was kann ICH danken?

- O Ich habe eine Frau, die zu mir steht.*
- O Ich habe Kinder, die mich achten als Papa.*
- O Ich habe ein Auto und Geld für Sprit und Versicherung.*
- O Ich habe Sinne, die ich gebrauchen kann.*
- O Ich habe einen Job.*
- O Ich kann das Leben genießen.*
- O Ich habe einen Hund, der mich versteht.*
- O Ich habe W-Lan zuhause und Nebelleuchten am Auto.*
- O Ich bin in einer christlichen Gemeinde/Kirche zuhause.*
- O Ich habe gute Nachbarn.*
- O Mein Kühlschrank ist voll.*
- O Ich hatte im letzten Jahr keinen Unfall.*
- O Ich brauche einen Kamm, weil ich genügend Haare habe.*
- O Ich kann gut reden.*
- O Ich hatte im Sommer einen super Urlaub.*
- O Ich habe einen Freund.*
- O Mein Darm funktioniert...*

Wer nicht mindestens drei Dinge ankreuzen kann, sollte jemand suchen, mit dem er mal über seine Lebenssituation sprechen kann.

Und jetzt praktisch: Danke Gott für alles, was Dich im Blick auf Deine Lebenssituation dankbar macht.



Das gute Wort aus der Bibel

Voller Vertrauen blicke ich in die Zukunft, mein Gott; darum will ich singen und dir danken, Herr! Fasse neuen Mut, mein Herz! Wach auf! (Psalm 108,2 – Hoffnung für alle)



Der Witz

Zwei Matrosen unterhalten sich auf einem Schiff. Der eine ist bekannt dafür, dass er für alles dankbar ist. Den anderen nervt das ziemlich und er fragt: „Gibt es wirklich nicht auch mal Situationen, wo du nicht mehr danken kannst?“ Kaum gefragt, erleichtert sich eine Möwe über den beiden und lässt ihre weißgraue Masse auf die Stirn des Dankbaren fallen. „Kannst Du jetzt auch noch danken?“ fragt der Genervte lachend? „Ja“, sagt der Dankbare, „ich danke Gott, dass Kühe keine Flügel haben...“



Gesundheitstipp: Rote Ampel nutzen

Jede rote Ampel bedeutet 50 Sekunden Trainingszeit. Mit isometrischen Übungen lässt sich das Warten ausgezeichnet für ein Krafttraining nutzen: Lenkrad mit beiden Händen anfassen und zusammendrücken, anschließend auseinander ziehen. Das ist eine hochwirksame Brustmuskelstärkung. Pressatmung vermeiden, also normal weiteratmen...



Dank an...

Impuls: Klaus Ehrenfeuchter; Gesundheitstipp: Gert v. Kunhardt; 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 - 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) zitiert werden. © MännerMail-Team