

## Reiseproviant



### Impuls

Ich war gerade mit dem Auto auf dem Weg nach Hause. Da stand am Straßenrand ein Mann und gestikuliert wild mit seinen Händen. Er kam offensichtlich nicht aus Deutschland. Normalerweise nehme ich keine Fremden im Auto mit, aber irgendwie hatte ich das Gefühl, der Mann könnte in einer Notlage sein. Er stieg ein, wir fuhren los und er bat mich, schnell zum nächsten Bahnhof zu fahren. Er hatte seine Tasche in der Bahn vergessen und hoffte, dass wir den Zug noch rechtzeitig erreichen.

Wir unterhielten uns. Ich erfuhr, dass er aus Nigeria stammt. Und dass er Christ ist. Er zeigte mir seinen Rucksack. Den hatte er noch bei sich. Viel war nicht drin. Nur ein Buch. Die Bibel. „Die habe ich immer dabei. Sie gibt mir alles. Sie ist mein bester Reiseproviant.“

Diese Begegnung hat mich nachdenklich gemacht. Mein Rucksack ist häufig ziemlich voll. Aber meine Bibel ist oft nicht drin. Die Begegnung mit dem Mann aus Nigeria hat mich aber auch neu motiviert: Gottes Wort gibt mir alles. Das will ich nicht so schnell wieder vergessen.

Übrigens: Wir kamen noch rechtzeitig am Bahnhof an. Der Mann rannte zum Gleis, stieg in den Zug, holte seine Tasche und streckte sie mir jubelnd entgegen...



### Das gute Wort aus der Bibel

Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang, und ich werde bleiben im Hause des Herrn immerdar. (Psalm 23,6)



### Der Witz

Ein Trabbi bleibt auf einer sechsspurigen Kreuzung in New York stehen. Der Fahrer steigt aus und schaut in den Motorraum.

Plötzlich schalten sich rundum Lautsprecher ein: „Der Mann mit dem Rucksack bitte sofort die Kreuzung verlassen!“

### Gesund durch die Erkältungssaison

Draußen nasskalt und dunkel, drinnen trockene Heizungsluft: ideale Bedingungen für Viren & Co. So schützen Sie sich vor Erkältung: Legen Sie ein feuchtes Tuch mit einem Spritzer Pfefferminzöl auf die Heizung und trinken Sie Thymian- oder Lindenblütentee mit Zitrone, das hält die Schleimhäute feucht. Kalzium stärkt Ihre Killerzellen - besonders viel davon sind in Johannisbeeren, Frischkäse und Ziegenjoghurt. Reichlich abwehrstärkendes Vitamin C liefern neben Zitronen auch Tomaten, rote Paprika, Kresse und Radieschen. Zu Fuß gehen statt Busfahren, häufiges Händewaschen und Nasenduschen mit Salzlösung verringern ebenfalls das Ansteckungsrisiko.

### Safe the Date

Großer Männertag am Samstag, 3. Februar 2018 in Bad Liebenzell mit Pfr. Hanspeter Wolfsberger.  
Musik: Andi Weiss.

Ein Rückblick auf den letzten Männertag am 4. Februar 2017 mit Prof. Schimmel und Yassir Eric unter: [www.maennertag.lgv.org](http://www.maennertag.lgv.org)



### Dank an...

Impuls: Christoph Kiess; Fitnesstipp: Seiwert-Tipp, E-Newsletter No 42,10/08, Bild: privat

### 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