



## Luft raus

Luft raus – so erging es mir schon bei so mancher Ausfahrt mit dem Rad. Ob mit Rennrad, Gravel oder MTB – vor einem Platten ist man nie 100%ig geschützt. Und wenn das entsprechende Equipment nicht eingepackt ist, kann das böse enden. Ein Freund von mir musste sein Rad einige Kilometer durch den Wald schieben, bis er von seiner Frau abgeholt wurde...

Luft raus – so geht's uns Männern auch manchmal. Man hat den Eindruck: Irgendwie fehlt mir die Kraft und die Begeisterung. Irgendwie wird es Zeit das Projekt oder die Aufgabe an den Nagel zu hängen – ganz egal ob es der aktuelle Job, die Teilnahme in einer gemeindlichen Gruppe oder ein Ehrenamt ist.

Luft raus – da kann oftmals Abhilfe geschaffen werden. Mit einer CO<sub>2</sub>-Kartusche oder Luftpumpe bekommt der Reifen neuen Druck. Und dann kann man nochmal eine Runde drehen. Das eine oder andere lässt sich nochmal angehen. Bis man wieder zum Stehen kommt und sich erneut fragt: Wie geht's weiter?

Luft raus – meistens braucht es eine grundsätzliche Veränderung: Ein neuer Schlauch muss eingezogen, neue Dichtmilch eingefüllt oder ein neuer Reifen montiert werden. Und auch im Leben ist es mit oberflächlichen Reparaturen

manchmal nicht getan. Oftmals sind grundsätzliche Veränderungen nötig, damit es gut weitergeht.

Luft raus – auch als Christ kenne ich dieses Gefühl. Doch ich weiß: Gott ist da und mit ihm seine göttliche Kraft und Weisheit. Gemeinsam können wir es angehen. Oft habe ich es dann erlebt, dass er mir nicht nur „neue Luft“ schenkt, sondern mit seiner Kraft Unglaubliches möglich wird. Er ermöglicht einen neuen Blick und lässt mich erkennen, wie es weiter geht.

Was machst du, wenn bei dir die Luft raus ist?

### JETZT MITMACHEN!



#### NO SHAVE FOR FAITH NOVEMBER 2022

Gemeinsam Bärte wachsen lassen, im Glauben Schritte wagen, die Arbeit in Ecuador unterstützen und so die Nöte vor Ort bekämpfen, um Leben nachhaltig zu verändern!

Weitere Infos unter [www.liebenzell.org/noshave](http://www.liebenzell.org/noshave)

### WITZ

Ein Arbeiter erzählt seinem Kumpel was er seiner Frau zu Weihnachten schenkt:  
 “Meine Frau bekommt von mir einen neuen Mantel und eine Kette.”  
 “Kannst du dir das noch leisten, wo doch alles teurer wird?”  
 “So schlimm ist das nicht. Ist ja für ihr Fahrrad!”

### DAS GUTE WORT AUS DER BIBEL:

Gott gibt den Erschöpften neue Kraft, und die Schwachen macht er stark. Selbst junge Menschen ermüden und werden kraftlos, starke Männer stolpern und brechen zusammen. Aber alle, die ihre Hoffnung auf den HERRN setzen, bekommen neue Kraft. Sie sind wie Adler, denen mächtige Schwinge wachsen. Sie gehen und werden nicht müde, sie laufen und sind nicht erschöpft.

Jesaja 41,29-31

### Danke...

Impuls: Daniel Keller, Calw-Altburg | Bildrechte: © über Stock.Adobe.com

### DAS KLEINGEDRUCKTE

Weitere Informationen zur MännerMail finden Sie unter [maennermail.lgv.org](http://maennermail.lgv.org)

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 (LGV | MännerMail) und des Internetlinks ([maennermail.lgv.org](http://maennermail.lgv.org)) zitiert werden.

© MännerMail-Team (Redakteur: Klaus Ehrenfeuchter | Grafik: Christian Kafferlein)