



IMPULS

Stark sein – ist so ein Männerthema. Die meisten Männer wollen stark sein! Ob am Baugerüst oder am Schreibtisch: Wir alle brauchen Kraft. Mein Physiotherapeut hat mal gesagt: „Du musst deinen Rumpf stärken – da ist dein Zentrum!“ Ich weiß: Da sollte ich mehr machen – stärker werden...

Aber nicht nur körperlich. Auch innerlich brauchen wir Stärke – innere Stärke – damit wir bei Rückschlägen, Krisen und Stress nicht aufgeben und untergehen, sondern weitergehen. Wer das kann, kommt besser klar. Doch wie wird man innerlich stark?

Drei Gedanken, die für mich als Christ, leitend sind:

1. Würde & Wert

Du bist nicht stark, weil du viel leistest. Du bist stark, weil du wertvoll bist – einfach so. In der Bibel ist davon die Rede, dass wir als Menschen Ebenbilder Gottes sind. Das gibt dir Würde – unabhängig von deinem Erfolg. Samuel Koch hat mal geschrieben: „Wir sind schon wertvoll, einfach weil wir sind.“ Das macht stark!

2. Sinn & Perspektive

Viktor Frankl hat sich viel mit Überlebenden des Holocausts beschäftigt. Er hat sich gefragt: Was versetzt Menschen in die Lage, in Krisenzeiten seelisch heil zu bleiben. Sein Fazit: „Wer ein Warum zum Leben hat, erträgt fast jedes Wie.“ Glaube heißt: Ich lebe als Gegenüber Gottes. Ich bin gewollt. Ich bin Teil einer größeren Geschichte. Das gibt Sinn und Perspektive. Das macht stark!

3. Verbindung & Kraft

Ein Einzelner ist stark. Aber wer mit dem Starken verbunden ist – der hat Zugriff auf mehr.

Paulus, einer der ersten großen Theologen der frühen Christenheit, hat es so ausgedrückt: „Werdet stark durch eure Verbundenheit mit dem Herrn. Lasst euch stärken durch seine Kraft.“ (Epheser 6,10 - BasisBibel)

In Beziehung mit Jesus fließt Kraft, die über deine Grenzen hinausgeht.

Vielleicht kennst du Gott schon – dann halte dich an ihn – jeden Tag aufs Neue. Vielleicht bist du aber auch noch suchend – dann probier's aus. Ein einfaches Gebet reicht: „Gott, ich will dich kennenlernen. Lass mich deine Gegenwart und Kraft erfahren.“

Zitat aus der Bibel

Ich bitte Gott, den Vater, euch aus seinem unerschöpflichen Reichtum Kraft zu schenken, damit ihr durch seinen Geist innerlich stark werdet. Mein Gebet ist, dass Christus durch den Glauben in euch lebt. In seiner Liebe sollt ihr fest verwurzelt sein; auf sie sollt ihr bauen.

Epheser 3,16+17 – Hoffnung für alle

WITZ

Verzweifelt kommt ein Mann zum Arzt: „Herr Doktor, Sie haben mir dieses Röhrchen mit dem Stärkungsmittel gegeben.“
„Ja – und?“
„Ich krieg es nicht auf.“

Danke...

Impuls: Daniel Keller, Remchingen
Bildrechte: über Adobe.Stock

DAS KLEINGEDRUCKTE

Sie erhalten diesen Newsletter, weil Sie ihn über www.lgv.org bestellt haben. Sollten Sie den Newsletter abbestellen oder Ihre Bezugsdaten ändern wollen, schicken Sie bitte eine E-Mail an: maennermail@lgv.org – Betreff: Austragung Newsletter. Sie wollen die MännerMail empfehlen? Klasse! Interessierte können die Männermail durch Anmeldung über oben genannten Link beziehen. 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) zitiert werden.

Weitere Informationen zur MännerMail finden Sie unter maennermail.lgv.org

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