



ein Gedanke

Ich habe kürzlich erlebt, wie jemand sehr großzügig zu mir war, obwohl ich es eigentlich nicht „nötig“ gehabt hätte. Es ging um eine finanzielle Zuwendung.

Meine erste Reaktion war nicht Dankbarkeit. Ich war überrascht und überfordert. Die Gabe war willkommen, aber ich konnte sie nicht einordnen. Ich hatte sie mir nicht verdient und es wurde keine Gegenleistung erwartet. Ich fragte mich: Wie kann ich das wiedergutmachen und mich revanchieren? Wie verhindere ich, bei der anderen Person in der Schuld zu stehen? Und steckt vielleicht doch eine Erwartung dahinter?

Inzwischen sehe ich das anders. Ich bin dankbar und berührt und habe mich entschieden, die Gabe als das anzunehmen, was sie ist: ein unverdientes Geschenk.

Mir wurde neu bewusst, dass es oft schwerer ist, anzunehmen als zu geben. Annehmen macht verletzlich. Ich bin lieber unabhängig, aber schließt das aus, beschenkt zu werden?

Darin liegt wohl die Herausforderung, aber auch der Kern der Gnade: etwas zu empfangen, das wir weder verdient noch erarbeitet haben. Gott begegnet uns so, oft durch andere. Wenn wir versuchen, jede Gabe zurückzuzahlen, auszugleichen oder zu rechtefertigen, machen wir aus einem Geschenk einen Handel.

Jedes Geschenk braucht jemanden, der bereit ist, es anzunehmen. Empfangen zu können ist Teil der Gnade – und vielleicht das Einzige, was erwartet wird.

Danke...

Gedanke: Steffi Barth, Bad Wildbad
Idee: Miriam Müller, leckerleckerliese@gmx.de

ein Wort

und dass sie für gerecht erklärt werden, beruht auf seiner Gnade. Es ist sein freies Geschenk aufgrund der Erlösung durch Jesus Christus.

Römer 3,24 (NGÜ)

eine Idee

Frühstücksglück

Zutaten (für 1 Glas): 4 EL Haferflocken
ca. 80 ml Milch 2-3 EL Naturjoghurt
1 TL Honig 1 EL TK-Himbeeren
2 EL frische Orange in Stücken

Topping nach Wahl (z. B. Sonnenblumenkerne, Schokoraspel)

So viele Gläser mit Schraubdeckel bereitstellen, wie fürs Frühstück benötigt werden. Sehr geschickt sind z. B. kleinere Marmeladengläser mit Schraubdeckel oder auch Weckgläser. Zuerst die Haferflocken in jedes Glas verteilen, dann so viel Milch, dass die Haferflocken bedeckt sind. Joghurt und Honig zugeben, umrühren. Obst und Topping nach Wahl darauf geben, verschließen und in den Kühlschrank stellen. Am nächsten Morgen umrühren und genießen.

Tipp: Der Phantasie sind hier wirklich keine Grenzen gesetzt, es passt jede Obstsorte.

zwei Termine

Breathe 08.06.-06.07.2026

Noch bis zum 06. Juli 2026 läuft breathe!
Die Folge ist jeweils montags und dienstags online. Hier ist der Link zur Playlist: <https://www.youtube.com/playlist?list=PLLu2qynBIXxLLF8cq43npZsWbs5FoGrpc>

Lebensart – Ein Tag für dich und deine Freundinnen

Am Samstag, 11. Juli, findet von 9:30 bis 17:00 Uhr der Lebensart Tag im Monbachtal statt. Zu den weiteren Infos und der Anmeldung geht es hier: <https://monbachtal.de/veranstaltung/lebensart-5/>

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: frauenmail@lgv.org – Betreff: Austragung Newsletter. Weitere Informationen zur FrauenMail finden Sie unter frauenmail.lgv.org | Die Rechte an den geistlichen Impulsen der FrauenMail liegen beim Liebenzeller Gemeinschaftsverband.
© FrauenMail-Team (Redaktion: Alisa Ott und Tamara Breiting) | Grafik: Christian Kafferlein) | Bildrechte: © über Stock.Adobe.com