



ein Gedanke

In meinem Sommerurlaub war ich einen Tag auf Föhr und habe dort meine Familie besucht. Den ganzen Morgen hatte es in Strömen geregnet. Mit meinem gelben Regenmantel pendelte ich von Unterstand zu Unterstand und versuchte, die Zeit zu überbrücken. Von einem Laden zum nächsten, die Straße hoch und wieder runter. Irgendwann hatte ich alles gesehen, meine Füße taten weh, mir war kalt und trotzdem war noch Zeit übrig. Ich fragte mich, was ich noch sehen könnte. Aber eigentlich wollte ich nur noch sitzen.

Und plötzlich stand ich vor einem kleinen Café. Da kam mir der Gedanke: „Ach Svenja, du könntest jetzt auch einfach Pause machen.“ Und schwupps saß ich mit meiner Regenjacke unter dem Vorzelt des Cafés und bestellte einen Föhrer Klassiker – Friesenschwarztee. Kurz darauf brachte mir die Bedienung einen ganzen Pott Tee mit Tasse und ordentlich Kandiszucker. Da saß ich nun: gut eingepackt im strömenden Regen, mit heißem Tee in der Hand, und beobachtete die Menschen, die durch die Straße hetzten.

Manchmal tut eine Pause einfach gut. Im turbulenten Familienalltag, bei der Arbeit oder wenn wir das Gefühl haben, nur von einem Termin zum nächsten zu rennen. In solchen Momenten zu Gott zu kommen und bei ihm Ruhe zu finden, ist etwas ganz arg Schönes.

ein Wort

Früh am Morgen, als es noch völlig dunkel war, stand Jesus auf, verließ das Haus und ging an einen einsamen Ort, um dort zu beten.

Markus 1, 35

eine Idee

Suche dir deinen Lieblingstee oder Kaffee und nimm dir 20 Minuten Pause von deinem Alltag. Setze dich irgendwo in Ruhe hin und genieße jeden einzelnen Schluck davon.

ein Termin

breathe – Meine Mamazeit

Noch bis Montag, 19.10.2026, gibt es wieder „Breathe – Meine Mamazeit“. Christl Hertler teilt ihre Gedanken zum Thema „Neustart“.

Alle Infos hier: <https://breathe.lgv.org/>

Danke... Gedanke und Idee: Svenja Müller, Ihringen

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 Breitling | Grafik: Christian Kafferlein) | Bildrechte: © über Stock.Adobe.com