

**Dr. Christian Nottmeier**  
**Evangelischer Rundfunkdienst**  
**Für Radio eins**

**Einsichten erste Woche 8.9.-14.9.2014**

**Einsichten für Montag, den 8. September 2014**

**Sommertag in Friedenau**

*Hans Ulrich Treichel*

Diesen Tag will ich loben,  
obwohl ich des Lobens unkundig  
bin, aber ich habe dem Glück  
ein Aspirin geopfert und meinem Leben  
eine Stunde im Straßencafé,  
alle schoben ihre Räder heran,  
niemand nahm mir eine Zeitung weg,  
alle blätterten in sich selbst,  
die stillen, die träumenden Frauen,  
ich sah ihre Schultern, ich trank  
meinen Tee, diesen Tag will ich  
loben, obwohl ich des Lobens,  
des Lebens unkundig bin.

In: Seit Tagen kein Wunder. Gedichte, Frankfurt am Main (Suhrkamp), 1990.

**Einsichten für Dienstag, den 9. September 2014**

**Sei ganz ruhig**

*Angelika Kraus*

Sei ganz ruhig.  
Das Leben besteht nicht aus Sensationen,  
es läuft nicht davon,  
es bietet keine verpassten Gelegenheiten,  
es wird nicht einmal weniger mit den Jahren.  
Dreh dich nur beiläufig um:  
es wird mehr.

In: Angelika Krauß: Ich muß mein Herz üben. Gedichte, Frankfurt am Main/Leipzig (Insel)  
2009

## **Einsichten für Mittwoch, den 10. September 2014**

### **Das Meer wirft seine Kronen an Land**

*Elisabeth Borchers*

Das Meer wirft seine Kronen an Land  
Nimm die dir gefällt  
Die Welt ist nah  
Die Welt ist dein.

In: Elisabeth Borchers: Eine Geschichte auf Erden. Gedichte, Frankfurt am Main (Suhrkamp) 2002.

## **Einsichten für Donnerstag, den 11. September 2014**

### **Dankbarkeit**

*Dietrich Bonhoeffer*

Im normalen Leben wird es einem oft gar nicht bewusst, dass der Mensch überhaupt unendlich mehr empfängt, als er gibt, und dass Dankbarkeit das Leben erst reich macht. Man überschätzt wohl leicht das eigene Wirken und Tun in seiner Wichtigkeit gegenüber dem, was man nur durch andere geworden ist.

In: Dietrich Bonhoeffer: Widerstand und Ergebung, Gütersloh (Gütersloher Verlagshaus) <sup>16</sup>1997

## **Einsichten für Freitag, den 12. September 2014**

### **Freude**

*Joachim Ringelnatz*

Freude soll nimmer schweigen.  
Freude soll sich offen zeigen.  
Freude soll lachen, glänzen und singen.  
Freude soll danken ein Leben lang.  
Freude soll dir die Seele durchschauern.  
Freude soll weiterschwingen.  
Freude soll dauern  
Ein Leben lang.

In: Kathrin Grothe (Hg.): Lebenslust mit Joachim Ringelnatz, Berlin (Insel) 2010.

## **Einsichten für Sonnabend, den 13. September 2014**

### **Spätsommer**

*Rose Ausländer*

Die Farben der Anemonen  
Werden bleich

Mach dir nichts vor  
es geht zu Ende

Unsichtbare Raubtiere  
Schleichen  
um  
deine Lebenslust

Angst durchbohrt  
Deinen Sommertraum

Bald  
Blühen Eisblumen

Erfinde  
Ein Apfelled

In: Rose Ausländer: Gesammelte Werke Band 5, Frankfurt am Main (S. Fischer) 1985

## **Einsichten für Sonntag, den 14. September 2014**

### **Die leise Wolke**

*Hermann Hesse*

Eine schmale, weiße  
Eine sanfte, leise  
Wolke weht im Blauen hin.  
Senke deinen Blick und fühle  
Selig sie mit weißer Kühle  
Dir durch blaue Träume ziehn.

In: Hermann Hesse: Die Gedichte, Frankfurt am Main (Suhrkamp) 2002.

## **Einsichten zweite Woche: 22.9.-28.9.2014**

### **Einsichten für Montag, den 22. September 2014**

#### **Schwächen**

*Bertolt Brecht*

Du hattest keine  
Ich hatte eine:  
Ich liebte.

In: Bertolt Brecht: Gedichte, Frankfurt am Main (Suhrkamp) 1993.

### **Einsichten für Dienstag, den 23. September 2014**

#### **Was auch geschieht!**

*Erich Kästner*

Was auch immer geschieht:  
Nie dürft ihr so tief sinken,  
von dem Kakao, durch den man euch zieht,  
auch noch zu trinken.

In: Erich Kästner: Kurz und Bündig. Epigramme, Zürich (Atrium) <sup>3</sup>1986

### **Einsichten für Mittwoch, den 24. September 2014**

#### **Freude**

*Hugo von Hofmannsthal*

Freude erfordert mehr Hingabe, mehr Mut als der Schmerz. Sich der Freude hingeben heißt,  
genau so weit das unbekannte Dunkle herausfordern.

In: Christian Leven (Hg.): Worte für die Seele, Freiburg (Herder) 2001

### **Einsichten für Donnerstag, den 25. September 2014**

#### **lichtung**

*Ernst Jandl*

manche meinen  
lechts und rinks  
kann man nicht velwechsern.  
werch ein illtum!

In: Ernst Jandl: Poetische Werke, München (Luchterhand) 1997

## **Einsichten für Freitag, den 26. September 2014**

### **Seelische Gesundheit**

*Eugen Roth*

Ein Mensch frisst viel in sich hinein:  
Missachtung, Ärger, Liebespein.  
Und jeder fragt mit stillem Graus:  
Was kommt da wohl einmal heraus?  
Doch seht! Nur Güte und Erbauung.  
Der Mensch hat prächtige Verdauung.

In: Eugen Roth: Je nachdem, München (dtv) <sup>4</sup>1987.

## **Einsichten für Sonnabend, den 27. September 2014**

### **Der schöne 27. September**

*Thomas Brasch*

Ich habe keine Zeitung gelesen.  
Ich habe keiner Frau nachgesehn.  
Ich habe den Briefkasten nicht geöffnet.  
Ich habe keinem einen Guten Tag gewünscht.  
Ich habe nicht in den Spiegel gesehn.  
Ich habe mit keinem über alte Zeiten gesprochen und  
mit keinem über neue Zeiten.  
Ich habe nicht über mich nachgedacht.  
Ich habe keine Zeile geschrieben.  
Ich habe keinen Stein ins Rollen gebracht.

In: Thomas Brasch: „Die nennen das Schrei“. Gesammelte Gedichte, Berlin (Suhrkamp) 2013

## **Einsichten für Sonntag, den 28. September 2014**

### **Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen**

*Rainer Maria Rilke*

Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen,  
die sich über die Dinge ziehn.  
Ich werde den letzten vielleicht nicht vollbringen,  
aber versuchen will ich ihn.

Ich kreise um Gott, den uralten Turm,  
und ich kreise jahrtausendelang;  
und ich weiß noch nicht: bin ich ein Falke, ein Sturm  
oder ein großer Gesang.

In: Rainer Maria Rilke: Die Gedichte, Frankfurt am Main (Insel) 1986.