

Das Leben im Alter

Wie der Sand im Sanduhrglas
rinnt jeder Tag ohn' Unterlass
der Ewigkeit stets zu
und raubt uns Zeit und Ruh.

Das Leben gleicht dem Schaukelspiel.
Es hebt uns hoch und drückt uns nieder.
Mal kann man planen Ziel um Ziel,
Doch dann verläßt die Kraft uns wieder.

Darum sei ein jeder Tag
den uns das Schicksal schenkt
mit Optimismus, nicht mit Klag'
zur Zufriedenheit gelenkt.

Sie ist es die die Seele nährt
und mit Dankbarkeit erfüllt.
Aus ihr wird frei und unbeschwert
Glaube und Hoffnung dann gestillt.

Die Freude folgt gleich auf dem Fuß,
weil es uns doch gelungen,
worum wir bis zum Schluß
uns standhaft durchgerungen.

Maril Nahm

Das Wasser und seine Gewalt.

Des Tages Schwüle bedrückt Mensch und Tier.
Ein Unwetter läßt sich erahnen.
In der Ferne ein Grollen, noch ist es nicht hier.
Was werden die Götter wohl planen?

Die Wogen des Meeres sie tanzen und springen,
es peitscht der Wind sie gegen das Land.
Die Menschen in Angst die Hände ringen,
denn das Wasser gerät außer Rand und Band.

Die Wellen türmen sich auf zu riesiger Höhe
und öffnen den verzehrenden Rachen.
Sie fressen alles, was in der Nähe,
Menschen, Tiere und Sachen.

Zurück bleibt Vernichtung von Heimstatt und Leben,
ein Volk, das in Ohnmacht versinkt,
zerstört ist alltägliches Streben
und die Hoffnung, daß Rettung winkt.

Tsunami nennt man die Flut,
die alles vernichtet an Leben und Gut.
Ein unheilvoller Aufschrei von Mutter Natur
mit geballter Kraft und verheerender Spur.

Martl Nahm

Die schwarze Katz' vom Bauern Prell.

Ich, die Katz' vom Bauern Prell
will mit Euch einen $\frac{1}{2}$ heben.
Mir juckte zeitweis' schon das Fell
vom öden Katzenleben.

Weil doch heut' Weiberfasching' ist,
bin ich allein erschienen.
Ich hört' von alter Weiberlist
und will dem Frohsinn dienen.

Der Kater Felix, nun, der gafft
mir jetzt schon hinterher.
Kommt schon der Lenz, steigt ihm der Saft,
Enthaltbarkeit-die fällt ihm schwer.

Doch Felix tut wie mancher Mann,
will er 'ne Frau umgarnen.
er schmeichelt ihr, soviel er kann.
Davor sollt' man uns warnen!

Durch sein "Miau" um Mitternacht,
melodisch, doch ohn' Ende,
ist schon die Bäurin aufgewacht
und rang die beiden Hände.

Der Bauer hat ja so 'nen Zorn
auf Felix Hausherrn, Nachbarn Spieß,
weil er im Streit mit dem verlorn-
und dessen Sepp mag unsre Lies!

Und letzte Woche wie's so schön,
ich war so halb schon wach,
da hört ich Felix heißes Fleh'n
und hab' mich aufgemacht.

Da sieht er mich und kommt mir nah-
Ich zeig' ihm gleich die Zähne.
Ich fauch ihn an und siehe da!
Es sträubt sich seine Mähne.

Er springt zurück und hinterm Strauch
versteckt er sich im Grase.
Dort sehe ich ihn trotzdem auch
Es leuchtet seine Nase.

Er schleicht sich an auf
leisen Sohlen
und macht mir schöne Augen.
Es soll ihn doch der Teufel
holen!
Das Betteln kann nichts taugen.

Da springt er her und packt
mich fest
mit seinen Vordertatzen.
Losreißen, glaub' ich, ist das
Best'
und jetzt beginnt das Hatzen.

Ich kratze, beiß' und haue ~~ihn~~,
drein,
bis daß die Fetzen fliegen.
Jetzt beißt im Nacken er mir
rein-
Ich bleib ermattet liegen.

Da packt mich plötzlich ein
Gefühl,
im-Köpfe- Kopfe wird mir flau.
Ich zittre nur und halte still-
Was war denn das? Miau!

Den Leichtsinn dieser Früh-
lingsnacht
hab' ich allein zu tragen,
bald werden kleine Kätzchen
sacht
die Muttermilch einklagen.

Und Vater Felix, der Halunke?
Der späht nach andern Fraun.
Da warne ich, indiesem Punkte-
da ist doch keinem Mann
zu traun!!



Ein erfülltes Leben ist an seinem Ziele angekommen.

Einem Wassertropfen gleich
rinnt jeder Tag aus unserer Lebensschale.
mal wiegt er schwer, dann wieder leicht,
er verrinnt mit einem Male.

Wir woll'n ihn halten, ihn bewahren,
doch ihn entwindet in uns die Zeit.
Da hilft kein Murren wild' Gebaren-
wir sind ein Teil der Ewigkeit.

Nur einer hilft den Krug zu füllen,
den uns das Dasein reicht zum Trunk.
Nach unseres Schöpfers heil'gem Willen
erhalten wir des Lebens Schwung.

Den hat sie eisern sich erhalten
so konnt sie sich des Daseins freu'n.
Um ihre Zeit schön zu gestalten
war sie bemüht tagaus tagein.

Ihr Lebensweg, an Optimismus reich,
dem Lichte zugewandt,
erfüllt von Lieb' und Lebensfreude –
so hat man sie gekannt.

Ein gar biblisch hohes Alter
hat das Schicksal ihr gewährt
und auch wohl die Geistesfrische
bis zum Schluss beschert.

Nun hat im Licht der Ewigkeit
erfüllt sich ihre Lebenszeit.
Sie ist am Ziele angelangt.
Für all die Gnade seit dem Herrn gedankt.

--

Martl Nahm

Ein freundliches Lächeln

Es kostet nichts und bringt viel ein-
bereichert Dich nicht nur zum Schein.

Wer es empfängt - ihm wird es wärmer,
der Geber wird deshalb nicht ärmer.

Man kann unendlich viel verschenken
und Zutrau'n in die Herzen lenken.

Es sprüht Funken, die verbinden
wenn Menschen sich zusammenfinden.

Kurz wie der Blitz dringt es ins Herz,
ist Balsam für des Alltags Schmerz,

bringt den Verzagten Glück ins Haus,
macht Mut und treibt den Ärger aus.

Im nu kann es die Zunge lösen
und hilft, die Sorgen zu vergessen.

Es gibt Hoffnung und macht heiter,
bringt den Zauderer oft weiter.

Man kann es weder kaufen, noch erbitten.
Manch einer hätt' es gern erstritten,

doch wirkt es nur, wenn's wer verschenkt
und jeder brauchts, wenn man's bedenkt.

Es ist ein Wundermittel der Natur-
die Medizin zur Seelenkur.

Wer kein Lächeln übrig hat,
braucht's von Dir, schreite zur Tat!

Verschenk Dein Lächeln jederzeit,
es bringt Dir selbst und andern Freud'!

A handwritten signature in cursive script, likely belonging to the author of the poem.

Ein neuer Tag bricht an.

Baum und Strauch von Nebelschleiern zart umhüllt
verwehren uns den klaren Blick.
Harz- und Erdgeruch den Atem kühlt,
behutsam weicht die Nacht zurück.

Tautropfen funkeln an den Halmen,
ein erster Vogellaut durchdringt die Ruh',
wie gerufen zu den Psalmen
jubiliert der Vögel Chor dazu.

Gleißend dringt ein Sonnenstrahl
Durch des Waldes dichte Wand,
und nun ist mit einem Mal
die Königin der Nacht verbannt.

Ein neuer Tag bläht seine Schwingen
Einem jungen Vogel gleich.
In der Natur beginnt ein Ringen
ums Sein in diesem Erdenreich.

Martl Nahm

Zum Geburtstag

Einem Wassertropfen gleich
rinnt jeder Tag aus Deiner Lebensschale.
Mal wiegt er schwer, dann wieder leicht -
doch er verrinnt mit einem Male.
Du willst ihn halten, ihn bewahren,
doch ihn entwindet Dir die Zeit.
Da hilft kein Murren wild' Gebaren -
wir sind ein Teil der Ewigkeit.

Nur einer hilft den Krug zu füllen,
den Dir Dein Dasein reicht zum Trunk.
Nach unsres Schöpfers heil'gem Willen
erhältst Du Deines Lebens Schwung.
Ihn mög' er Dir noch lang erhalten,
dass Du Dich kannst des Lebens freun -
und um es sinnvoll zu gestalten -
dazu flößt er Dir Kräfte ein.

Die sollst Du allzeit eifrig nützen,
um zu schmieden Plan um Plan.
Dein Glaube kann Dich dabei stützen -
besinne Dich und bleibe dran!
Ein Wunder ist's, was in Dir ruht
und was im Alter erst wird wach.
Es ist in Dir ererbtes Gut
aus Genen, wie Du's nicht gedacht.

Dies kann Dir zur Erfüllung werden
in Tagen, die Dir oftmals grau -
und zur Zufriedenheit Dir werden
bei der Talente-Schau.
Dass Wohlbehagen Dich beglücke,
ein jeder Tag Dich neu erfreu,
keine Sorgenlast Dich je bedrücke
ist das, was Dir zu wünschen sei.

Martha Nahm

Freude ist Antrieb,
ist himmlische Kraft-
Freude ist Motor,
der Lebensmut schafft.
Freude ist Nahrung
für's hungernde Herz,
Freude ist Balsam
auf Kummer u. Schmerz.
Freude ist wandeln
auf göttlichem Grund,
Freude hält Leib
und Seele gesund.
Und gibst Du sie weiter
und teilst sie aus,
so kehrt sie vermehrt
zurück in Dein Haus.
Drum freu' Dich des Daseins -
schließ alle mit ein!
Dann wird sie die Sonne
des Lebens Dir sein.

K. Kuhn

Lebenslauf

Beständig tickt die Lebensuhr,
sie mahnt uns lebt bewußt
und nicht so oberflächlich nur
erfüllt von seichter Lust.

Als Kind fehlt dir der Zeiteinn,
du möchtest groß sein wie Mama,
wenn doch die Jugend nie verrinn',
sobald sie endlich da.

In dieser Blüte deines Lebens
denkst du nicht nach, wie schnell es ging,
ist sie vorbei wünschst du vergebens,
daß sie noch mal von vorn anfing.

Dein Pflichtenkreis umfängt dich ganz
ist das Erwachsensein gekommen.
Du tust nun mit beim Erdentanz
bis du den Berg erklommen.

Die Zeit vergeht schnell wie im Traum,
sie streift nur unser Leben
und spinnt um dich, man merkt es kaum,
dabei des Schicksals Fäden.

Der Tag, da du die Welt erschaut,
mahnt dich alljährlich wieder,
erinnert dich, bis du ergraut,
daß wir nur Gottes Glieder.

Drum dank dem Herrn für jeden Morgen,
der dich den Tag beginnen läßt.
Und drücken dich des Alltags Sorgen,
zu leben sei für dich ein Fest.

Martl Nahm

Zum Geburtstag

Einem Wassertropfen gleich
rinnt jeder Tag aus Deiner Lebensschale.
Mal wiegt er schwer, dann wieder leicht -
doch er verrinnt mit einem Male.
Du willst ihn halten, ihn bewahren,
doch ihn entwindet Dir die Zeit.
Da hilft kein Murren wild' Gebaren -
wir sind ein Teil der Ewigkeit.

Nur einer hilft den Krug zu füllen,
den Dir Dein Dasein reicht zum Trunk.
Nach unsres Schöpfers heil'gem Willen
erhältst Du Deines Lebens Schwung.
Ihn mög' er Dir noch lang erhalten,
dass Du Dich kannst des Lebens freun -
und um es sinnvoll zu gestalten -
dazu flößt er Dir Kräfte ein.

Die sollst Du allzeit eifrig nützen,
um zu schmieden Plan um Plan.
Dein Glaube kann Dich dabei stützen -
besinne Dich und bleibe dran!
Ein Wunder ist's, was in Dir ruht
und was im Alter erst wird wach.
Es ist in Dir ererbtes Gut
aus Genen, wie Du's nicht gedacht.

Dies kann Dir zur Erfüllung werden
in Tagen, die Dir oftmals grau -
und zur Zufriedenheit Dir werden
bei der Talente-Schau.
Dass Wohlbehagen Dich beglücke,
ein jeder Tag Dich neu erfreu,
keine Sorgenlast Dich je bedrücke
ist das, was Dir zu wünschen sei.

Martha Nahm