

Stress und Termine

Im Haushalt gibt's die modernsten Geräte,
der Stromzähler läuft, es glühen die Drähte.
Die Technik ist auf dem neusten Stand,
trotzdem haben wir Termine, am laufenden Band.

Die Kinder zur Schule, der Hund muss raus,
sofort nach dem Aufstehen, ist Stress im Haus.
Das Bad ist besetzt, Klamotten suchen,
das Durcheinander perfekt, alle am fluchen.

Der Mann muss zum Arzt, um 8 Uhr Termin,
das Haus schnell putzen, bis alles clean.
Jetzt zum Frisör und dann zur Massage,
an der Haustür die Post, die Frau ist in Rage.

Die Kinder wieder von der Schule abholen,
schlechte Nachricht, der Sohn hat gestohlen.
Dann rasch nach Hause, die Freundin wartet,
vorher ins Bad und die Waschmaschine gestartet.

Der Mann ist krank und liegt im Bett,
Bandscheibe kaputt, jetzt hat er sein Fett.
Die Frau ist zur Gymnastik, in ihrem Verein,
der Hund ist allein und macht alles klein.

Die Tochter ruft an, sie muss zum Reiten,
die Freundin ist da und will sie begleiten.
Der Sohn muss zum Fußball, der Haushund bellt,
so sieht sie aus, unsere schnelllebige Welt.

Tag ein, Tag aus, nur Stress und Termine,
man ist nur am rennen, kriegt nichts auf die Schiene.
So ist der Ablauf, wenn man mobil ist und frei,
das ganze Leben ist nur Hetzerei.

Der Stress macht krank, der Blutdruck steigt,
der Arzt ist böse, weil man zum Herzinfarkt neigt.
Das alles nur, weil wir zu viel wollen,
wir nehmen alles mit, schöpfen nur aus dem Vollen.

Wir sollten dran denken, wie es früher war,
eine andere Zeit, das ist schon klar.
Aber man hatte noch Muse, sich auf die Bank zu setzen,
anstatt den ganzen Tag herumzuhetzen.

Unser Stress und unsere Hektik, kosten Menschenleben,
wir sollten uns besinnen, anstatt dauernd abzuheben!



Stress macht krank!