

Thomas Knodel



Lass uns die Zeit verpfeifen

Glücksgedichte zum Genießen
und Verweilen

Verlag am Eschbach



SO WÜNSCHE ICH ES DIR

Das Glück ist ein Hüpf,
manchmal ein Tüpf.
Ein Leicht und ein Schweb,
ein Lassen und Geb.
Ein Lachen, ein Wir.
So wünsch ich es dir.

Das Glück
ist ein Hüpf



WAS BRAUCHST DU DENN ZUM GLÜCKLICHSEIN?

Vielleicht gar nicht so viel:

Den Blick zum Himmel wünsch ich dir
und das Gefühl: Ich bin gern hier.

Den Morgen, der dich frisch erweckt
zu einem Tag, nicht nur perfekt.

Den Freund, der gern sein Ohr dir leiht,
so wird das Enge manchmal weit.

Den Menschen, der gern bei dir ist
und den du, wenn er fehlt, vermisst.

Das Brot, das dir zum Leben reicht,
und Liebe, die nicht von dir weicht.

Den Abend, der dir Ruhe schenkt.
Die Nacht, die manches überdenkt.

Ein gutes Wort, vielleicht von mir?
Ich schenk es gern von Herzen dir.

LEBENSGLÜCKSMOMENT

Es ist kostbar und hat keinen Preis.
Es ist der Moment, an dem ich es weiß:
Der Ort, an dem ich bin,
der Augenblick voll Sinn.
Der Atem, der sich gibt,
das Leben, das mich liebt.



TU SO

Tu so, als wäre das Leben
jeden Tag neu:
Der Blick durch das Fenster
Der Duft von Kaffee
Der Wind vor dem Haus
Die Blume im Garten
Die Berge am Horizont
Das Kind, das lacht
Die Menschen an deiner Seite
Tu so, als wäre das Leben
jeden Tag neu.

Lebensglücksmomente

PAUSENÜBUNG

Mach doch einfach einmal Pause,
reib die Augen, streck dich aus,
sauge Luft ein wie ein Lurch,
atme tief und ruhig durch.

Fühl dich wie ein Fliegenflügel,
schauet jetzt den Wolken nach.
Leicht und luftig und beschwingt
hörst du, was nun in dir singt.

Dehne dich mit off'nem Munde,
gähne was das Zeug jetzt hält.
Wie der Esel beim I-A
bist du wieder wach und da.

Schicke die Gedanken weiter.
Gönne dir den Augenblick.
Mach dir selbst ein Kompliment.
Nimm die Pause als Präsent.



Zum Autor:

Thomas Knodel, geboren 1953, arbeitete als Diakon in der Kinder-, Jugend- und Gemeindearbeit der Evangelischen Kirchengemeinden Backnang und Illingen bei Vaihingen/Enz. Von 2004 bis 2018 war er als Bildungsreferent und Geschäftsführer des Evangelischen Bildungswerks Mühlacker tätig. Heute lebt er im Ruhestand und widmet sich freischaffend seiner Leidenschaft für Sprache und Musik. Er schreibt Gedichte, verfasst Liedtexte und komponiert Songs, die er als Liedermacher gemeinsam mit seiner Frau Rotraut Knodel auf Konzerten im Großraum Stuttgart präsentiert. Weitere Informationen unter www.dieknodels.de

Bildnachweis:

Gestaltet mit Bildern von:

iStock: Oksana Bashlieva, Purple-Bird, stellalevi, zzorik.

shutterstock: Anastasia Lembrik, Anastasia Nio, amitapol, lisima, Nature Notes, Oksana Alekseeva, Val_Iva.

Alle Rechte vorbehalten

© 2026 Verlag am Eschbach

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern

Im Alten Rathaus/Hauptstraße 37

D-79427 Eschbach/Markgräflerland

www.verlag-am-eschbach.de

Gestaltung und Satz: Angelika Kraut, Verlag am Eschbach

Kalligrafie: Ulli Wunsch, Wehr

Druck: Grafisches Centrum Cuno GmbH & Co. KG, Calbe

Hergestellt in Deutschland

ISBN 978-3-98700-211-3



Gedruckt auf umweltfreundlichem Papier, ausgezeichnet mit dem EU Ecolabel und FSC®-zertifiziert.

Näheres zur Nachhaltigkeitsstrategie der Verlagsgruppe Patmos finden Sie auf unserer Website www.verlagsgruppe-patmos.de/nachhaltig-gut-leben

Dieses Produkt entspricht den Regeln der EU-Verordnung zur allgemeinen Produktsicherheit (GPSR). Näheres dazu auf unserer Website www.verlagsgruppe-patmos.de/produktsicherheit. Bei Fragen zur Produktsicherheit wenden Sie sich bitte an produktsicherheit@verlagsgruppe-patmos.de

Dieser Baum steht für Erhaltung unserer natürlichen Lebensgrundlagen, umweltschonende Ressourcenverwendung und nachhaltige Herstellung.
Individuell und mit Liebe gemacht.



