

## Sorgt nicht

Sorgt nicht, seht!  
Hockt nicht, steht!  
Bockt nicht, geht!

Schlaft nicht, wacht!  
Döst nicht, macht!  
Grinst nicht, lacht!

Zockt nicht, gebt!  
Drückt nicht, hebt!  
Träumt nicht, lebt!

Kneift nicht, schaut!  
Blockt nicht, baut!  
Schluckt nicht, kaut!

Heult nicht, singt!  
Schlagt nicht, ringt!  
Klaut nicht, bringt!

Schreit nicht, hört!  
Kuscht nicht, stört!  
Motzt nicht, klärt!

Kränkst nicht, heilt!  
Hetzt nicht, weilt!  
Schlampt nicht, feilt!

Borgt nicht, schenkt!  
Sperrt nicht, lenkt!  
Raucht nicht, denkt!

Welkt nicht, blüht!  
Spuckt nicht, sprüht!  
Friert nicht, glüht!

Olaf Trenn

DEUTSCHE POST AN  
ENTGELT BEZAHLT  
10997 BERLIN

Möchten Sie den paternoster  
regelmäßig per Post erhalten?  
Hier könnte Ihre Anschrift stehen!

**Aktuelle Termine** sind nicht hier abgedruckt,  
sondern im „Emmaus-Ölberg-Kalender“,  
der monatlich erscheint.  
Sie erhalten ihn in der Gemeinde  
und über das Internet:

<http://www.emmaus.de>