

# Das Bandtagebuch mit EINSHOCH6

Lauf

## Der Songtext

### LAUF

Das Leben ist ein **Marathon**, alle **laufen davon**.  
Keiner, der, der auf dich wartet, also komm, komm.  
Hast noch so viel zu tun, keine Zeit zu **ruhen**.  
Willst noch so viel **beweisen**, willst noch so viel erreichen.  
Also lauf, ob du wach bist oder schläfst.  
Wichtig, wichtig, wichtig ist nur, ist nur, dass du dich bewegst.  
Renn, renn, damit du weißt, wo du stehst.  
Renn, renn, damit du weißt, dass du lebst.

Du musst laufen, **hetzen**, jagen  
seit den **allerersten** Tagen,  
**geplagt** von **Herzrasen**, nur aus Angst zu **versagen**.  
Immer höher, weiter, schneller, immer **professioneller**.  
Du willst raus aus dem Keller, denn weiter oben wird es heller.

Lauf! Lauf! Lauf! Lauf!

Die Vergangenheit hat gerade eben begonnen.  
Du willst weiterkommen, dir läuft die Zeit davon.  
Du hast **dich verrannt** mit dem Rücken an der Wand,  
völlig **ausgebrannt** verlierst du den Verstand.  
**Kommst** nicht **hinterher**,  
dein Herz **rast** wild, deine Beine werden schwer.  
Du bekommst keine Luft, deine Brust **zerreißt**,  
dein ganzes Leben **zieht noch mal** an dir **vorbei**.

Lauf! Lauf! Lauf! Lauf!

### Glossar

**Marathon** (m., nur im Singular) – ein Wettlauf, der 42 Kilometer lang ist; hier: das dauernde Rennen; die ständige Eile

**davon|laufen** – vor etwas weglaufen

**ruhen** – sich entspannen; eine Pause machen

**etwas beweisen** – hier: zeigen, dass man etwas kann

**hetzen** – in Eile sein; sich schnell bewegen

**allererste** – erste

**geplagt** – gequält; so, dass man unter etwas leidet

**Herzrasen** (n., nur im Singular) – das sehr schnelle Klopfen des Herzens

**versagen** – hier: nicht schaffen, was gefordert wird; keinen Erfolg haben

**professionell** – hier: sehr gut im Beruf; fachmännisch

**sich verrennen** – den falschen Weg nehmen; nicht weiterkommen; keinen Erfolg haben

**ausgebrannt** – krank durch zu viel Stress; ohne Energie

**nicht hinterher|kommen** – nicht schnell genug sein; nicht so gut sein wie die anderen

**rasen** – hier: sich sehr schnell bewegen

**zerreißen** – kaputtgehen; auseinandergehen

**noch mal an jemandem vorbei|ziehen** – hier: sich an etwas so stark erinnern, dass es wie ein Film vor einem abläuft