

## Chamisso, Adelbert von: Mäßigung und Mäßigkeit (1809)

1 Laßt das Wort uns geben heute,  
2 Uns vom Trunke zu entwöhnen;  
3 Ziemp sich's für gesetzte Leute,  
4 Wüster Völlerei zu frönen?  
5 Nein, es ziemp sich Sittsamkeit.  
6 Gutes Beispiel will ich geben:  
7 Mäßigung und Mäßigkeit! –  
8 Stoßet an, sie sollen leben! –  
9 Mäßigung und Mäßigkeit! –  
10 Maß! Maß!  
11 Leert darauf das volle Glas!

12 Seht, ein Glas ist Gottes Gabe,  
13 Und das zweite stimmt uns lyrisch;  
14 Wenn ich gegen drei nichts habe,  
15 Machen viele doch uns tierisch;  
16 Trinket mehr nicht als genung!  
17 Und mein Lied will ich euch singen:  
18 Mäßigkeit und Mäßigung! –  
19 Laßt die vollen Gläser klingen! –  
20 Mäßigkeit und Mäßigung!  
21 Maß! Maß!  
22 Leert darauf das volle Glas!

23 Seht den Trunkenbold in schrägen  
24 Linien durch die Gassen wanken;  
25 Kommt die Hausfrau ihm entgegen,  
26 Hört sie keifen, hört sie zanken;  
27 Das verdient Beherzigung.  
28 Laßt uns an der Tugend haften:  
29 Mäßigkeit und Mäßigung!  
30 Pereant die Lasterhaften;  
31 Mäßigkeit und Mäßigung!

32 Maß! Maß!

33 Leert darauf das volle Glas!

34 Was hast, Schlingel, du zu lachen?

35 Will das Lachen dir vertreiben;

36 Dich moralisch auch zu machen,

37 Dir die Ohren tüchtig reiben,

38 Pack dich fort bei guter Zeit!

39 Doch ich will mich nicht erboßen:

40 Mäßigung und Mäßigkeit! –

41 Eingeschenkt und angestoßen! –

42 Mäßigung und Mäßigkeit!

43 Maß! Maß!

44 Leert darauf das volle Glas!

45 Modus, ut nos docuere,

46 Sit in rebus, sumus rati;

47 Medium qui tenuere

48 Nominati sunt beati;

49 C'est le juste Milieu zur Zeit!

50 Ergo! Ergel! – Deutsch gesprochen:

51 Mäßigung und Mäßigkeit! –

52 Frisch das Glas nur ausgestochen –

53 Mäßigung und Mäßigkeit!

54 Maß! Maß!

55 Leert darauf das volle Glas!

56 Nüchtern bin ich, – Wein her! Wein her! –

57 Immer nüchtern, – das versteht sich. –

58 Nur das Haus, der Boden, – Nein, Herr,

59 Nicht betrunken! – Wie doch dreht sich

60 Alles so um mich im Schwung?

61 Laß mich, Kellner, laß mich liegen!

62 Mäßigkeit und Mäßigung! –

63 Heute muß die Tugend siegen! –

- 64 Mäßigkeit und Mäßigung!
- 65 Maß! Maß!
- 66 Noch ein Glas – so – noch ein Glas!

(Textopus: Mäßigung und Mäßigkeit. Abgerufen am 23.01.2026 von <https://www.textopus.de/poems/56250>)