

Theater Zauberwort

# Lebensraum

## Mutmach-Lieder





## Lebensraum – Mutmach-Lieder

Manchmal reicht schon eine kleine Melodie, eine Tonfolge oder eine Liedzeile, die man vor sich hinsingt oder pfeift ... und schon fühlt sich alles etwas leichter an.

Als wir 2020 im ersten Shutdown für die „Evangelische Kirche in Hessen und Nassau“ das kurze Fernsehformat „LivingRoom – Lebensraum“ entwickelt haben, war allen Beteiligten klar: „Um trotz der äußeren Enge innerlich einen weiten Horizont zu behalten, hilft kaum etwas so gut wie Lieder, die ermutigen, die Seele berühren und uns miteinander verbinden.“

So sind in wenigen Wochen einige Kompositionen entstanden, die sich als „Mutmach-Lieder“ erwiesen haben. Und im Laufe des Jahres 2020 kamen noch ein paar weitere hinzu. Hier präsentieren wir Euch nun unsere CD „Lebensraum“.

Wir freuen uns, wenn Ihr Euch von den 12 Mutmach-Liedern bestärken und beleben lässt und mit uns die Erfahrung macht: „Manchmal ist Glücklich-Sein gar nicht so schwer“.

**Das Theater Zauberwart**



# Lebensraum

T: Fabian Vogt / Miriam Küllmer-Vogt, M: Parviz Mir-Ali / Miriam Küllmer-Vogt

Wenn der Wind sich dreht  
und die Zeit stillsteht,  
vieles nicht mehr geht  
in meiner Welt,  
wenn die Sorge drängt,  
uns're Schritte lenkt,  
sich der Blick verengt  
und nichts mehr hält:

Dann schenkst du  
Lebensraum.  
Es weht ein Hauch von Ewigkeit  
durch unsern Lebensraum.  
Und deine Liebe will bei uns  
zuhause sein.

Wenn der Sturm beginnt  
und im Gegenwind  
all mein Mut zerrinnt –  
ich mich verlier.  
Wenn die Sehnsucht brennt,  
sich in Wut verrennt,  
keine Zukunft kennt,  
schrei ich zu dir.

Dann schenkst du Lebensraum ...  
  
Hier ist Raum für dich,  
hier ist Raum für mich.  
Keiner bleibt für sich  
in dieser Zeit.

Denn du schenkst Lebensraum ...

Dieses Lied war der „Titelsong“ unserer kirchlichen Sendereihe im Frühling 2020. Mitten im Erschrecken darüber, dass man aus allen lieb gewordenen Gewohnheiten herausgerissen wird, erzählt es von der Zuversicht, dass auch im Chaos „Lebensraum“ gefunden werden kann.



## Kleine Zeichen

T+M: Fabian Vogt

Was brauch ich, wenn mein Blick sich  
wieder mal total verengt?

Ein kleines Hoffnungszeichen,  
das mir Weite schenkt:

Stell mir 'ne Rose vor die Tür,  
schreib mir ein Blatt voll Poesie.

Weck mich um Mitternacht noch auf  
und schwärm von unsrer Galaxie.

Sing mir ein Lied, das fröhlich macht,  
bring Brötchen mit, am besten warm,  
erzähl, worüber du gern lachst ...  
und leg ihn kurz mal um mich, deinen Arm.

Dann bist du wie ein Kompass,  
der mir sanft die Richtung zeigt.

Dass sich die Waage  
neu zum Leben neigt.

Zünd eine Kerze für mich an,  
hol eine Flasche guten Wein.  
Lock mich nach draußen an die Luft  
und träum mit mir vom Sonnenschein.  
Zeig mir das Vogelnest im Baum,  
lass ihn frech spielen, deinen Charme,  
tanz vor mir rum auf einem Bein ...  
und leg ihn kurz mal um mich, deinen Arm.

Manchmal ist so ein Zeichen  
alles, was ich grad begehrt:  
Manchmal ist Glücklich-Sein  
gar nicht so schwer.

Schau „Casablanca“ mit mir an,  
drück den Melancholie-Alarm,  
kauf Sommerhonig, gleich ein Fass ...  
und leg ihn kurz mal um mich, deinen Arm ...  
und leg ihn noch mal um mich, deinen Arm.

Im „Social Distancing“ hat sich die Kunst des „Distant Socializing“ entwickelt: Zuneigung und Nähe kann man nämlich nicht nur im direkten Kontakt, sondern auch durch kleine symbolische Zeichen zum Ausdruck bringen. Und irgendwie ist das äußerst inspirierend – vielleicht auch für die Zeit nach der Krise?



# Schaut hin

T+M: Fabian Vogt

Schaut hin! (Schaut hin)  
Und seht, was passiert ...  
Schaut hin! (Schaut hin)  
... wenn Gott die Herzen berührt,  
wenn Augen erstrahlen –  
das Schwere wird leicht,  
wenn das Brot für alle reicht,  
wenn das Brot für alle reicht.

Entdeckt die kleinen Zeichen:  
Achtsam und ganz zart  
zeigt sich dem, der hinschaut,  
Gottes Gegenwart.

Erkennt den Lebenshunger,  
sehnsuchtsvoll und wild,  
den am Ende doch nur  
Gottes Liebe stillt.

Schaut hin ...

Erspäht im tiefsten Dunkel  
am Horizont das Licht.  
Denn uns trägt vor allem  
Gottes Zuversicht.

Schaut hin! (Schaut hin!)  
Hört hin! (Hört hin!)  
Geht hin! (Geht hin!)  
Damit das Leben blüht!

Der Pandemie-Digitalisierungsschub hat die Gesellschaft nachhaltig verändert. Auch den 3. Ökumenischen Kirchentag, der im Frühsommer 2021 mehr als 100.000 Menschen nach Frankfurt einladen wollte. Sein Leitwort „schaut hin“ lädt zum Perspektivwechsel ein, gerade dann, wenn etwas aussichtslos erscheint.

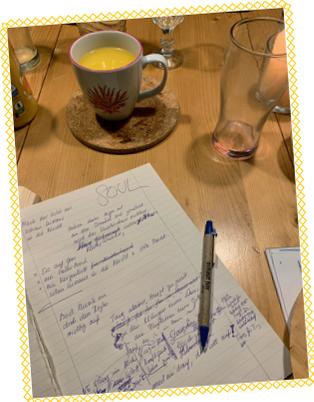
## Sei mir nah

T: Fabian Vogt / Miriam Küllmer-Vogt, M: Parviz Mir-Ali

Ja, wenn du da bist, bin ich  
endlich die, die ich bin,  
kann so sein, wie ich will.  
Und wenn du da bist, erkenn  
ich im Träumen den Sinn,  
und mein Sturm steht still.

Sei mir nah  
mit all deiner Sanftheit,  
die mich freier atmen lässt.  
Sei mir nah,  
ganz nah.

Ja, wenn du da bist, komm ich  
endlich an, bin zuhaus,  
bin zum Bleiben bereit.  
Und wenn du da bist, sing ich  
mein Lied frei heraus,  
und mein Blick wird weit.



Sei mir nah  
mit all deiner Sanftheit,  
die mich freier atmen lässt.  
Sei mir nah,  
ganz nah.

Es ist schon eine krasse Ansage, wenn alte, kranke und hilfsbedürftige Menschen nicht mehr besucht werden dürfen – um sie vor einer Infektion zu schützen. Was uns in Krisenzeiten hilft, ist doch gerade die Nähe anderer Menschen. Dieses Lied ist den Menschen gewidmet, die sich in diakonischen Einrichtungen engagieren.



# Der Himmel auf Erden

T+M: Fabian Vogt

Mutmach-Wort in rauen Zeiten,  
Freunde, die mich treu begleiten,  
plötzlich neue Möglichkeiten,  
spüren: Du bist da!  
Grenzenlosigkeit entdecken.  
Alles ist ganz nah.

Das ist der  
Himmel auf Erden,  
Himmel auf Erden,  
Himmel auf Erden,  
jetzt und hier.

Den ersehnten Mensch getroffen,  
erster Kuss nach langem Hoffen,  
wissen: Die Welt steht mir offen,  
tanzen, ich bin frei.  
Die Begeisterung genießen,  
dann ein Freudenschrei.

Das ist der Himmel auf Erden ...

Sternenhimmel, kaum zu fassen,  
bald das Krankenhaus verlassen,  
fröhlich feiern, nichts verpassen,  
trunken sein vor Glück.  
Wirklich Ja zum Leben sagen –  
vorwärts, nicht zurück.

Das ist der Himmel auf Erden ...

Im Mai 2020 gab es ein Aufatmen, als der erste Shutdown zu Ende ging. Ein verrückter Sommer, in dem vieles wieder möglich war. Glücksmomente, die sich ein bisschen anfühlen wie „der Himmel auf Erden“ und unseren Alltagsrhythmus durcheinander bringen, so wie der Walzer in diesem Refrain, der sich auf den Disco-Beat setzt.



## Mal mir die Träume vor Augen

T+M: Fabian Vogt

Das kleine Mädchen kniet dort  
ganz stolz am Straßenrand,  
es schaut auf seine Bilder,  
die Kreide in der Hand.  
Quer bis zur andern Seite  
ist alles bunt bemalt.  
Und als ich frage: „Was ist das?“,  
da seh ich, wie sie strahlt:

Ich mal mir die Träume vor Augen  
was ich mir wünsche und das, was mir fehlt.  
Mal mir die Träume vor Augen, dann seh' ich  
plötzlich, was mein Herz beseelt,  
in lauter bunten Farben,  
bis alles um mich strahlt  
und das Graue in mir übermalt.

Ich nehme mir eine Farbe,  
setz mich einfach dazu.

Ich zeichne meine Träume  
und komm dabei zur Ruh.  
Dann kauf ich selber Kreide,  
voll Übermut und wild,  
die stell ich an die Straße  
mit einem großen Schild:

Komm, mal dir die Träume vor Augen ...

Am nächsten Abend traue  
ich meinen Augen kaum:  
Der Asphalt voller Bilder,  
ein Hundert-Meter-Traum  
von vielen andern Menschen,  
wer hätte das gedacht?  
Die haben wirklich alle  
voll Sehnsucht mitgemacht.

Ich mal mir die Träume vor Augen ...

Wenn wir selbst keine Hoffnung mehr haben, ist es gut, wenn andere uns ihre Hoffnungsbilder vor Augen malen. Im Shutdown haben Menschen auf unterschiedliche Weise angefangen, einander zu ermutigen und zu motivieren. Und es ist ja kein Geheimnis, dass es oft die Kinder sind, die uns neu die Augen für die Welt öffnen.



# Sehnsucht

T+M: Fabian Vogt

Zwischen Woher und Wohin  
frag ich leise, wer ich bin,  
und ich falle.

Wer fängt mich auf?  
Zwischen Trümmern aus Zeit  
bin ich lang noch nicht bereit.  
Und ich falle.

Wer fängt mich auf?  
Verliert nicht alles, was ich hab,  
seinen Sinn an einem Grab?

Dann breitet meine Sehnsucht ihre Arme aus,  
und ich klammer mich fest wie ein kleines Kind,  
meine Tränen schwämmen all die Fragen raus,  
die sonst lieber tief in mir verborgen sind;  
weil mein Herz nicht versteht,  
dass die Welt sich weiterdreht,  
auch wenn man geht.

Zwischen Traum und Verstand  
hab' ich mich so oft verrannt,  
und ich falle.

Wer fängt mich auf?  
Zwischen Hoffen und Ziel  
will ich immer viel zu viel,  
und ich falle.

Wer fängt mich auf?  
Finde ich nicht erst den Sinn,  
wenn ich ahne, wer ich bin?

Und ich frag: Was bleibt,  
wenn man einmal von mir schreibt  
nach all der Zeit.

Fang mich auf,  
denn ich falle!

Dieses Lied ist schon etwas älter. Es stammt aus der Produktion „Gott – ein Musical“ und erzählt von einer Frau, die an einem Grab steht und fragt, was ihrem Leben Halt und Sinn gibt. Und das ist ja auch eine der Erfahrungen des Jahres 2020: Es sind nicht immer die Dinge wesentlich, die wir bislang dafür gehalten haben.



# Tanzhaltung

T: Miriam Küllmer-Vogt, M: Parviz Mir-Ali / Daniel Stelter

Mach das Licht aus,  
schau hinaus in die Nacht.  
Haben deine Augen sich  
an das Dunkel erst gewöhnt,  
wird das Unscheinbare sichtbar,  
kleine Wunder, unverzichtbar,  
wird das Unscheinbare sichtbar,  
kleine Wunder, unverzichtbar.

Eis auf Gras,  
ein halber Mond,  
ein Kerzenlicht,  
schau hinaus, schau hinaus ...  
Eis auf Gras,  
ein halber Mond,  
ein Kerzenlicht,  
schau hinaus in die Nacht:  
stille Pracht.

Mach Musik an,  
dreh den Regler richtig auf.  
Tanz alleine, tanzt zu zweit.  
Tanzt, die ihr im Hause seid.  
Zu den Klängen eures Lebens,  
zu den Rhythmen eurer Zeit.  
zu den Klängen eures Lebens,  
zu den Rhythmen eurer Zeit.

Glanz im Blick,  
die Kraft nimmt zu  
mit jedem Schritt.  
Dreh voll auf, dreh voll auf ...  
Glanz im Blick,  
die Kraft nimmt zu  
mit jedem Schritt.  
Bis zum Morgen dreh voll auf,  
mach ein ´n drauf.

Als entschieden wurde, dass der 3. Ökumenische Kirchentag nicht in analoger Form stattfinden kann und nahezu alle Planungen der letzten drei Jahre für die Tonne waren, hat mich die Reaktion von einigen Mitarbeitenden schwer beeindruckt. Sie haben ein Wochenende lang in ihrer WG durchgetanzt – bis es ihnen wieder gut ging.



Mach die Tür auf,  
spring hinaus in den Tag.  
Fühl die Kälte, sei hellwach,  
wirf dein Lachen bis zum Dach,  
fang es wieder auf und geh  
in die Sonne, in den Schnee,  
in den Regen und den Nebel  
und die Obstwiesen von Stedten

Du winkst mir zu,  
Hand voll Glück,  
Gruß zurück!  
Mmh ...  
Du winkst mir zu,  
Hand voll Glück,  
Gruß zurück.

Neue Hoffnung, lang vermisst,  
wachgeküsst.  
Neue Lieder, Lobgesang,  
Neuanfang.  
Wir geh'n weiter, Glockenschlag,  
neuer Tag.





# Unterm Sternenhimmel

T: Fabian Vogt / Miriam Küllmer-Vogt, M: Parviz Mir-Ali

Unterm Sternenhimmel  
wird die Seele weit,  
füllt sich leise  
mit Unendlichkeit,  
dehnt sich aus  
über Raum und Zeit.  
Unterm Sternenhimmel  
wird die Seele weit.

Unterm Sternenhimmel  
blühen Träume auf.  
Voll Verheißung:  
„Mensch, dein Lebenslauf  
sei ein Segen!  
Freu dich schon darauf.“  
Unterm Sternenhimmel  
blühen Träume auf.

Unterm Sternenhimmel  
wächst auch mein Vertrauen,  
kann gelassen  
in die Zukunft schauen.  
Will mein Leben  
mutig darauf baun.  
Unterm Sternenhimmel  
wächst auch mein Vertrauen.

Weil dort oben  
jeder Stern verspricht:  
Sieh doch!  
Bei Gott brennt Licht.  
Dieses Licht  
brennt für dich und für mich.  
Dieses Licht  
brennt für mich und für dich!

Ein Blick in den Sternenhimmel schenkt Momente der Sehnsucht und der Träume, des Vertrauens und der Verheißung. Unser Lied „Unterm Sternenhimmel“ haben wir für den Hessestag 2021 geschrieben. Der Hessestag wurde, wie so vieles, abgesagt. Aber der Blick in den Sternenhimmel bleibt.



## Zusammen sind wir stärker als allein

T: Fabian Vogt / Miriam Küllmer-Vogt (nach Pred 5,9–12), M: Parviz Mir-Ali

Wenn einer hinfällt,  
braucht's einen andern,  
der ihm freundlich sagt:  
„Ich helf' Dir wieder auf!“

Zusammen sind wir stärker als allein.  
Wir träumen von morgen,  
jeden Tag ein Stück.  
Wir schaffen 's zusammen:  
vorwärts, nicht zurück!

Wenn einer kalt wird,  
braucht's eine and're,  
die ihr freundlich sagt:  
„Ich wärm dich wieder auf!“

Zusammen sind wir stärker als allein.  
Wir träumen von morgen,  
jeden Tag ein Stück.  
Wir schaffen's zusammen,  
vorwärts, nicht zurück.

Eine kann man besiegen,  
aber zwei könn'n widerstehen.  
Und ist die Schnur erst dreifach,  
ja, dann reißt sie nicht so leicht,  
du wirst schon sehen:

Zusammen sind wir stärker als allein.  
Wir träumen von morgen,  
den Himmel fest im Blick.  
Wir schaffen's zusammen,  
vorwärts, nicht zurück.

Krisen übersteht man am besten in Gemeinschaft. Davon schwärmt die Bibel seit Jahrtausenden. In diesem Lied haben wir eine ungewöhnliche Heilungsgeschichte Jesu und starke Ermutigungsworte aus dem biblischen Buch „Prediger“ miteinander verknüpft.



# Mein Moment!

T+M: Fabian Vogt

Plötzlich dieses Gefühl im Magen:  
„Jetzt kommt es drauf an.“  
Zeit, der Welt und mir zu sagen,  
was ich glauben kann.  
Doch dann lauter graue Blicke,  
die ich kaum versteh.  
Warum tut denn Ehrlichkeit oft so weh?

Soll ich wirklich Flagge zeigen?  
Duck ich mich nur weg?  
Soll ich reden oder schweigen?  
Siegt der Schreck?  
Tiefes Atmen, einmal schlucken,  
Hoffnung eingeklinkt.  
Diesmal werd' ich mich nicht ducken,  
weil es in mir singt:

Ja, hier steh ich.  
Ich kann nicht anders.  
Genau so soll es sein!

Denn das ist mein Moment,  
auch wenn mein Herz noch rennt,  
weil da was in mir brennt:  
Heut macht mein Lied  
einen Unterschied!  
Ja, das ist mein Moment,  
der keine Angst mehr kennt:  
Alles ist ganz präsent,  
und dieser Mut  
tut einfach gut.

„Bin hindurch“ – ein lautes Lachen,  
hätt' ich nie gedacht,  
spür die Zukunft neu erwachen  
nach der Nacht.  
Fühlt sich gut an, mein Gewissen,  
bin ganz anders froh.  
Hab die Mauer eingerissen, volles Risiko.

Als sich Martin Luther 1521 vor dem Wormser Reichstag weigerte, seine Kritik an der Kirche zu widerrufen, wusste er: „Jetzt geht es um Leben und Tod!“ Aber seine Ideale waren größer als seine Ängste. Das Projekt „Der Luther-Moment“ zeigt, dass es auch 500 Jahre später Menschen braucht, die Haltung zeigen. Hier ist der Titelsong!



Ja, hier steh ich. Ich kann nicht anders.  
Genau so soll es sein!

Denn das ist mein Moment ...

Liegt auch an mir, ob sich was ändert.  
Liegt auch an mir: Jetzt fang ich an.  
Liegt auch an dir, ob sich was ändert.  
Liegt auch an dir. Mutig voran!

Denn das ist dein Moment,  
auch wenn dein Herz noch rennt,  
weil da was in dir brennt:  
Heut macht dein Lied  
einen Unterschied!

Ja, das ist dein Moment,  
der keine Angst mehr kennt:  
Alles ist ganz präsent,  
und dieser Mut  
tut einfach gut.

## Der Herr segne Dich

T: Aaronitischer Segen, M: Martin Schultheiß

Der Herr segne Dich  
und behüte Dich.  
Er lasse sein Angesicht  
leuchten über Dir

und sei Dir gnädig.  
Der Herr erhebe  
sein Angesicht auf Dich  
und schenke Dir seinen Frieden.

Der wundervolle Brauch, einander nach jeder Begegnung für den kommenden Weg zu segnen, ist ein wenig aus der Mode gekommen. Schade. Vermutlich laufen wir alle leichtfüßiger weiter, wenn wir – bewusst oder unbewusst – spüren: Da hat uns jemand „geistlichen Proviant“ mitgegeben.



*Manchmal ist Glücklich-Sein  
gar nicht so schwer.*