

Atme

Kurt Algeier
Text und Melodie 1981

Raaja Fischer
Arrangement 2021

1. C C Em Em Am Am

Bist du trau - rig, dann ge - he hi naus und lass Dich von der Na -

7 F G C Em
tur hei - len. Dreh dich im Wind und rie - che an Blu - men,

13 Am F G C Em
lauf ü - ber Wie - sen so schnell du kannst At - me, at - me dich

20 Am F G **2.**

27 frei, frei von al - len Sor - gen. Geh in die Stadt, um -

32 ar - me die Men - schen, die trau - rig in die Welt drein -

37 schau - en. Such dei - ne Freun - de, rei ß sie raus aus dem Frust und

41 tanz' mit ih - nen ü - ber Wie - sen.

49 **3.** At me, at - me dich frei, frei von al - len Sor - gen.

55 Leg' dich ins Gras, at - me tief ein, schau dem Flug der

61 Vö - gel nach. Wirf Agg - re - ssio - nen ab, die dich be - glei - ten

67 mach's so - fort lass kei - ne Zeit ver - strei - chen. At - me,

at - me dich frei, frei von al - len Sor - gen. At - me

ATME

1. Strophe

Bist Du traurig, dann gehe hinaus
Und lass´ dich von der Natur heilen.
Dreh´ dich im Wind und rieche an Blumen,
Lauf´ über Wiesen so schnell du kannst.

Refrain

Atme, atme dich frei, frei von allen Sorgen. 2x

2. Strophe

Geh´ in die Stadt, umarme die Menschen,
Die traurig in die Welt dreinschauen.
Such´ deine Freunde, rei sie ´raus aus dem Frust
Und tanz´ mit ihnen über Wiesen.

Refrain

Atme, atme dich frei, frei von allen Sorgen. 2x

3. Strophe

Leg´ dich ins Gras, atme tief ein,
Schau´ dem Flug der Vögel nach.
Wirf Aggressionen ab, die dich begleiten.
Mach´s sofort, lass keine Zeit verstreichen.

Refrain

Atme, atme dich frei, frei von allen Sorgen. 4x

Tief einatmen

Atme