

# LEBENSZEICHEN

Manche Menschen sagen:  
Angst ist wie ein Tunnel.  
Im Tunnel ist es dunkel.  
Nach dem Tunnel wird es hell.

## ICH HAB SO GROSSE ANGST

$\text{♩} = 100$

Em H/D# Cadd9 Dadd9 Em7

1. Ich hab so gro - ße Angst. Ich ha - be Angst um dich.  
2. Ich hab so gro - ße Angst. Was macht der Tod mit dir?  
3. Ich hab so gro - ße Angst. Wie wird das oh - ne dich?

Em Cadd9 Dadd9 G

1. Ich hab so gro - ße Angst. Ich ha - be Angst um mich.  
2. Ich hab so gro - ße Angst. Was macht der Tod mit mir?  
3. Ich hab so gro - ße Angst. Wer ist jetzt da für mich?

Am Em H/D# Em

Ich ha - be sol - che Angst. Angst ge - hört zum Le - ben.

C D Em D/F# D<sup>7</sup>/F# C/G G

Doch ich darf mei - ne Angst in dei - ne Hän - de le - gen.

G C D G C D<sup>4</sup> D G H<sup>7</sup>

So kann ich le - ben, kann ich bes - ser le - ben.

Text: Jochen Straub | Musik: Robert Haas  
© 2023 Robert Haas Musikverlag, 87439 Kempten | www.robert-haas.de | aus: CD Ich bin traurig du bist da



Caritas Behindertenhilfe und Psychiatrie e.V. | Reinhardtstr. 13 | 10117 Berlin | www.cbp.caritas.de  
Bundesverband evangelische Behindertenhilfe e.V. | Invalidenstr. 29 | 10115 Berlin | www.beb-ev.de

Geprüft durch Fach-Leute Leichte Sprache der St. Augustinus Gruppe, Neuss

In Zusammen-Arbeit mit  
Georg Schwikart, Armin Gissel, Robert Haas, Verena Maria Kitz,  
Barbara Seehase, Behindertenhilfe der St. Augustinus Gruppe, Neuss  
und Jochen Straub, Bistum Limburg  
Bestellung und Zusatzinformationen:  
[lebenszeichen.bistumlimburg.de](http://lebenszeichen.bistumlimburg.de)

# LEBENSZEICHEN

## ANGST

# LEBENSZEICHEN

Angst ist ein ganz normales Gefühl.  
Angst ist wie ein blaues Tuch.  
Es liegt über mir.  
Ich vertraue dem Leben nicht mehr.

Ich spreche mit anderen darüber.  
Ich erzähle:  
Das bedrückt mich.  
Das hilft mir.  
Ich darf Angst haben.

# LESEZEICHEN

Jesus sagt:  
Ich verspreche euch:

- Ich bin bei euch.
- Jeden Tag.
- Bis ans Ende von der Welt.

Aus der Bibel in Leichte Sprache übersetzt:  
Evangelium von Matthäus, Kapitel 28, Vers 20

# SEGENSZEICHEN

Gott segnet dich.  
Gott nimmt dir die Angst.  
Gott füllt dir dein Herz.  
Gott ist dir nahe.

Bei allem:

- Was du denkst.
- Was du fühlst.
- Was du tust.

Amen.