

LEBENSZEICHEN

Anleitung zum Träumen:

Nimm Dir Zeit.

Setze dich an einen schönen Ort.

Wenn Du möchtest:

Schließe die Augen.

Höre auf deinen Atem.

Atme tief ein und aus.

Genieße den Augen-Blick.

Lass die Gedanken kommen und gehen.

Das ist gut so.

Das ist träumen.

ICH TRÄUME

Text und Musik: Jochen Straub

Chords: C, Am, Dm, G

1. Ich träu-me, ich träu-me. Al - les ist jetzt gut. Al - les ist jetzt gut.
2. Ich träu-me, ich träu-me. Ich fühl mich so wohl. Ich fühl mich so wohl.
3. Ich träu-me, ich träu-me. Gott gibt auf mich acht. Gott gibt auf mich acht.

Chords: C, Am, Dm, G, C

1. Ich träu-me, ich träu-me. Al - les ist jetzt gut, al - les gut.
2. Ich träu-me, ich träu-me. Ich fühl mich so wohl, fühl mich wohl.
3. Ich träu-me, ich träu-me. Gott gibt auf mich acht, auf mich acht.

Dieses Lied finden Sie auf der CD „Lebenslieder - Einfach träumen“



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

Barbara Seehase, Behindertenhilfe der St. Augustinus Gruppe, Neuss

und Jochen Straub, Bistum Limburg

Bestellung und Zusatzinformationen:

www.lebenszeichen.bistumlimburg.de

LEBENSZEICHEN TRÄUMEN

LEBENSZEICHEN

Träumen ist schön.
Ich sitze einfach hier.
Gedanken kommen und gehen.
Ich fühle mich wohl.
Das tut gut.

LESEZEICHEN

Jakob träumt:
Jakob sieht eine Treppe.
Die Treppe reicht bis zum Himmel.

Auf der Treppe steht Gott.
Gott sagt zu Jakob:
Ich bin Dein Gott.
Ich bin bei dir.
Ich beschütze dich immer.

Aus der Bibel in Leichte Sprache übersetzt:
Buch Genesis, Kapitel 28, Verse 12 bis 15

SEGENSZEICHEN

Guter Gott.
Schenke mir:

- Zeit zum Träumen.
- Orte zum Träumen.
- Schöne Träume.

Darum bitte ich:
Gott Vater,
Sohn
Und Heiliger Geist.
Amen.