

Atempause

Text und Musik: Frank Reintgen



1. Gönn dir ei - ne A - tem - pau - se, nimm dir Zeit, zieh dich zu - rück!
2. Lass Ge - dasnken ein - fach trei - ben, leb im Jetzt, im Au - gen - blick.
3. Ein - fach mal was an - dres machen, und dem All - tagstrott entfliehn.



Schalt mal ab und su - che Stil - le. Hab den Mut al - lein zu sein.
Trau - e dich, fang an zu träu - men, hör auf das, was in dir steckt.
Mei - de Lärm und ler - ne Schweigen. Ach - te auf den lei - sen Ton.