

Einfach gehen, gehen immer =
weiter gehen – und das Leben
mit neuen Augen sehen



Und vertrauen, trauen, trauen

auf die Liebe bauen

mal nach innen,

mal nach aussen schauen

und weitergehen, weitergehen 2x

dm am dm dm – dm C F F II: F F C C

- dm dm A A – dm am dm 1.C :II 2.am

c g c c – c B Es Es

Es Es B B – c c G G – c g c 1.B/2.g 2x

Kapo3-5: a e a a – a G C C

C C G G – a a E E – a e a 1.G/2.e 2x

Amei Helm

«Einfach gehen»

vereinfachte Version

Dieses Lied eignet sich gut für den Anfang einer Singgruppe.

Tänze / Bewegung:

- Individuell frei im Raum herumgehen/tanzen
- In Reihen: [Tanz-Spirale](#) ... oder andere Raumwege (Wellenweg, Kreuz- oder Diagonalwege, ...) ertanzen und die unterschiedlichen Raumformen erspüren.
- Tanz-Choreographie von Amei Helm zur Original-Version >siehe **Amei Helm «Der Erde eine Stimme geben»** Buch/CD

Weitere Inspirationen zum Lied:

Im Kreis:

- Zuerst Lied im Kreis (mit individuellen Bewegungen) singen, bis die Leute es auswendig, resp. inwendig können

Singend im Raum herum gehen:

- Innen: Fokus bei mir, wie geht es mir gerade
- Aussen-Teile (immer wieder abwechseln mit Innen-Fokus):
 - Raum entdecken
 - andere TeilnehmerInnen anschauen (auch bei Bekannten neugierig als sähe ich sei zum ersten Mal
 - Begegnungen mit Handschlag
 - zu zweit: ein Paar bilden (mit oder ohne Berührung) und nebeneinander durch den Raum gehen > wenn jemand dazukommt, muss jemand gehen, d.h. es sind immer nur 2 Leute.
 - zu viert – acht – sechzehnt – ... offenlassen, was daraus entsteht.
 - ...

Im Kreis:

- Am Schluss singend wieder im Kreis zusammenkommen
-

