

# Meine Seele

## Martina vom Hövel

01. Wie ein Adler
02. Meine Seele
03. Das ist der Traum
04. Wie geht das
05. Flieg mit dem Wind
06. Mein Weg
07. Ich traue mich
08. Mein Kellerkind
09. Die Wunder um dich
10. Halt mich zärtlich
11. Rose of Love
12. Mit der Mondin
13. Aus eigener Kraft
14. Tiefe Quellen
15. An dem Ort angekommen
16. Für Birgit (gest. 15.08.2002)

Ich lade Euch ein, mit mir zu singen.  
Viel Freude dabei.

---

### **wie ein adler**

wie ein adler kann ich fliegen  
breit meine flügel aus  
wie ein adler kann ich sehen  
vom höchsten punkte aus  
wie ein adler lass ich mich tragen  
vom wind der mich berührt  
und ich fliege, ich fliege, ich fliege zu mir  
und ich fliege, ich fliege, ja ich fliege auch zu dir

wie ein adler bin ich alleine  
mit der sonne die mich wärmt  
wie ein adler muß ich mich lösen  
vom felsen der mich hält  
wie ein adler lass ich mich tragen  
vom wind der mich berührt  
und ich fliege, ich fliege, ich fliege zu mir  
und ich fliege, ich fliege, ja ich fliege auch zu dir

wie die adler können wir fliegen  
breiten unsre flügel aus  
wie die adler können wir fliegen  
zur sonne hoch hinaus  
wie die adler werden wir getragen  
vom wind der uns berührt

und wir fliegen, wir fliegen, wir fliegen wie s uns bestimmt  
und wir fliegen, wir fliegen

und zwei federn bleiben zurück

---

### **meine seele**

sie kann spüren  
dass dort irgendetwas ist  
etwas altes, wohlbekanntes  
das sich noch nicht greifen läßt  
wie durch nebel kann ich sehen  
spür, wie es immer näher rückt  
und ich wünsch mir durchzugehen  
und dass der mut mich nicht verläßt

möchte aushalten, wenn es weh tut  
möchte geduldig mit mir sein  
möchte hinschauen und annehmen  
diesen langverlorenen teil  
möchte ihn in die arme nehmen  
und ihn wiegen wie ein kind  
denn ich beginne zu verstehen  
dass ich es selbst war  
die einst ging

---

### **das ist der traum**

das ist der traum  
der wirklichkeit werden möchte  
er singt sein lied in mir  
ich bin berührt von den worten  
und erkenn eine alte melodie

ich hör den traum  
der wirklichkeit werden möchte  
er singt sein lied in mir  
und ich versteh seine worte  
und entdeck meine eigne melodie

*ich hör meinen traum  
ich sing meinen traum  
vertraue der stimme in mir*

komm mit zum traum  
der wirklichkeit werden möchte  
ja er singt sein lied auch in dir  
lass dich berührn von den worten  
und erkenn diese alte melodie

vertrau dem traum  
der wirklichkeit werden möchte  
denn er singt sein lied in dir  
drum stimme ein in die worte  
und entdeck deine eigne melodie

*hör deinen traum  
sing deinen traum  
vertraue der stimme in dir*

leb deinen traum

---

### **wie geht das**

wie geht das  
den eignen weg zu finden  
wie geht das  
den nächsten schritt zu tun  
wie geht das  
der stimme zu vertrauen  
die leise  
in meinem herzen ruft

---

### **flieg mit dem wind**

flieg mit dem wind  
flieg hoch hinaus  
lass dich fallen  
breit deine flügel aus

spüre den fels  
auf dem du stehst  
er wird dich tragen  
wohin du auch gehst

lausche dem meer  
hör was es spricht  
bewahr´ es tief in  
vergiss es nicht

---

### **mein weg**

fragen um fragen  
in meinen gedanken  
die antwort darauf  
fällt mir unendlich schwer  
soll ich weiter gehn oder

alles so lassen  
was mach ich mit diesem  
karussell in mir

mir wird es ganz schwindlig  
wenn ich daran denke  
was kommen wird und  
was vielleicht dann geschieht  
kann ich die verantwortung  
wirklich so tragen  
oder ist es nicht besser  
wieder umzudrehn

*doch mir ist ganz bewusst  
dass ich ihn gehen muss  
meinen weg  
ganz allein  
dass ich ihn gehen muss  
von anfang bis zum schluss  
jeder schritt  
muss meiner sein*

was mich heut noch hält  
sind die alten geschichten  
was darf ich  
was soll ich  
was müsste ich tun  
wann wag ich  
das bild einzureißen  
das da ist  
und laut ja zu sagen  
zu dem was ich tu

die angst überwinden  
ich könnte verschwinden  
wenn ich dir erlaube  
mir ganz nah zu sein  
dir anzuvertrauen  
wo ich mich nicht traue  
den weg einzuschlagen  
der deutlich vor mir liegt

*wann wird mir ganz bewusst....*

wohin ich auch gehe  
und was ich auch sehe  
selbst dort wo ich es nicht  
versteh  
will ich mich bereiten  
mich öffnen und zeigen  
mit allen gefühlen  
mit freude angst und schmerz

der ruhe der stimme  
und dem tiefen wissen  
die in mir ganz da sind  
wenn ich bei mir bin

den platz mehr zu geben  
bewusster zu leben  
um sie deutlich zu spüren  
die große kraft in mir

*denn mir ist ganz bewusst...*

und manchmal geh ich nicht allein  
manchmal bist du dabei

*doch mir ist ganz bewusst...*

jeder schritt wird meiner sein

---

### **ich traue mich**

da gibt es ecken und kanten  
ja auch alte narben  
und seiten komm zum vorschein  
die ich an mir selbst nicht mag  
große ängste und lügen und manch heimlichkeiten  
die summe der erfahrung macht sich noch immer breit

*doch ich traue mich  
ja ich traue mich  
ja ich traue mich  
auch das von mir zu zeigen  
ja ich traue mich  
ja ich traue mich  
ja ich traue mich  
mir zu vertraun*

neue wege zu gehen  
die ich noch nicht kenne  
sie zeigen mir die grenzen  
und sie fordern mich heraus  
denn wo so manche steine  
noch auf dem weg liegen  
das muss ich mich erst trauen  
bin vielleicht mal nicht bereit

*doch ich traue mich....*

---

### **mein kellerkind**

mein kellerkind ist ausgezogen  
hinaus in die weite welt  
die türe und die fenster sind geöffnet  
und durch mein zimmer weh ein neuer wind

*und mit dir tanz ich barfuß durch die wiese  
lass seifenblasen steigen und wünsche mir  
dass mein zimmer von den farben und den klängen  
der liebe und des lebens durchflutet wird*

so lange zeit hat es mich begleitet  
manch dunkle stunde mit mir verbracht  
die wurzeln sind ganz tief gewachsen  
und sie zu lösen kostet mich viel kraft

*doch mit dir tanz ich barfuß auf der wiese...*

verborgen in ganz tiefen ecken  
dort holte es mich immer wieder hin  
und keiner konnt mich dort besuchen  
denn dort ließ ich niemanden hin

*doch mit dir tanz ich barfuß auf der wiese...*

---

### **die wunder um dich**

*die wunder um dich sie sind ganz leise  
sie lächeln dir zu und sie hoffen ganz fest  
dass du sie bemerkst dich berühren lässt  
und lächelst ganz still und leise*

die knospe im frühling ein schmetterling  
die sonne die am horizont versinkt  
das lachen eines clowns und der erste kuss  
und ein mädchen das sich im tanze dreht

bei sommerregen barfuß durch das gras  
mit seifenblasen auf die reise gehn  
bei klarer sicht auf hohen bergen stehn  
den adler bei seinem flug zu seh'n

*die wunder um dich sie sind ganz leise...*

der regenbogen der von hoffnung spricht  
denn nach jedem regen folgt der sonnenschein  
das leise lied das tief mein herz berührt  
und mir erlaubt zu sehen was du sonst nicht zeigst

ein lagerfeuer das die nacht erhellt  
die mondin die unsern schlaf bewacht  
der blick in deine augen und deine hand  
und das wissen genau so ist 's gedacht

*die wunder um dich sie sind ganz leise...*

---

## **halt mich zärtlich**

*halt mich zärtlich halt mich fest  
in deinen armen  
halt mich zärtlich halt mich fest  
ganz nah bei dir  
halt mich zärtlich halt mich fest  
in deinen armen  
halt mich zärtlich halt mich fest  
das brauch ich heut so sehr*

manchmal fehlen mir die worte  
mein herz ist ganz schwer  
ich weiß du bist da  
doch der weg zu dir fällt mir schwer  
ich habe angst und bin gefangen  
gedanken drehn sich im kreis  
tränen in meinen augen  
und mein herz das ruft ganz leis

*halt mich zärtlich halt mich fest...*

und dann siehst du mich an  
kommst auf mich zu  
ich spüre deinen arm und hör deiner stimme zu  
ich hör die worte die ich dachte  
spür den wunsch auch in dir  
ich weiß es ist nicht einfach  
doch du wagst es und sagst zu mir

*halt mich zärtlich halt mich fest...*

---

## **rose of love**

du hast sie mir geschenkt  
die rose der liebe  
und ich hab sie genommen  
in einem augenblick  
nun breitet sie sich aus  
mit ihren süßen düften  
inmitten meines herzens  
my rose of love

---

## **mit der mondin**

die mondin sie lächelt mich an  
zieht mich ganz und gar in ihren bann  
die mondin sie lächelt mich an  
flüstert leise dein weg er fängt hier an

und ich löse mich aus deinem arm  
und mit tränen sehe ich dich an  
jetzt zu gehen das fällt mir unsagbar schwer  
doch ich weiß meine weg er ruft nach mir  
ja ich weiß mein weg er ruft nach mir

mit der mondin geh ich durch die nacht  
große ängste was das mit mir macht  
doch die mondin sie flüstert mir zu  
deine schritte geh sie ganz in ruh  
geh mit mir am rand der klippe entlang  
geh zum meer und hör den uralten gesang  
bis am horizont sich dann schon bald die sonne zeigt  
und immer höher steigt  
ja und immer höher steigt

die sonne scheint mir ins gesicht  
schenkt mir wärme hüllt mich in ihr licht  
mein herz ist voller glück  
und ich geh den weg zurück  
und am fenster da stehst du  
siehst mich an lächelst mir zu  
und ich weiß warum ich gehen musste dieses stück  
nur für diesen augen-blick  
allein für diesen augen-blick

---

### **aus eigener kraft**

stehe  
stehe und spür den herzschatz der erde  
stehe  
stehe und spüre deine eigne kraft

brenne  
brenne und spür die wärme deiner liebe  
brenne  
brenne und leb die kraft der liebe in dir

fließe  
fließe zum meer und tanze mit den wellen  
fließe  
fließe und spür die kraft der wellen in dir

fliege  
fliege davon auf flügeln des vertrauens  
fliege  
fliege davon aus eigener kraft

stehe  
brenne  
fließe  
flieg

aus eigener kraft

---

### **tiefe quellen**

tiefe quellen verborgen in mir  
war´n schon immer da  
tiefe quellen sie leuchten in mir  
hell und wunderbar  
hatte den weg bisher noch nicht gewagt  
aus angst furcht und aus scham  
doch gestern da war dieser nebel dann fort  
und ich staunte was ich dort sah  
tief in mir tief in mir  
ganz tief in mir  
tief in mir

---

### **an dem ort angekommen**

an dem ort angekommen  
wo die angst mich nicht besiegt  
wo ich die sicherheiten spüre  
die ich brauch zum nächsten schritt  
an dem ort angekommen  
wo ich mich nicht verlier  
um wieder zu erfahren  
dieser ort er ist in mir

---

### **für birgit - gest. 15.08.2002**

einen rosengarten  
hast du mir oft geschenkt  
in allen bunten farben voller pracht  
und heute steh ich hier  
und hab zum abschied dir  
eine rose mitgebracht

*und dann scheint mir die sonne  
ganz zärtlich ins gesicht  
und der wind er spielt mit meinem haar  
ein eichhörnchen springt  
ganz munter durch die welt  
und ich spüre dich ganz nah*

so vieles was du mir gegeben hast  
das werde ich vermissen - sicherlich  
doch trost ist in mir  
wenn ich in meinem herzen spür

dass die liebe niemals stirbt

*und dann scheint mir die sonne....*