

Gesundheitsthemen/Videoclips

Stand: Juni 2021

Anfang

Mobbing

Computer spielen

Umwelt, Klima, Gesellschaft

Beziehungen

Gewalt

Angst, Unsicherheit, Stress

Fehler machen, Versagen

Diskriminierung

Zukunft, Zukunftsängste

Neid, Eifersucht

Lästern

Social Media

Musik

Lachen, positives Denken

Rauchen

Konfliktlotsen, Konflikte

Bewegung

Entwickelt und verantwortet von Annette Quinton wird das Projekt Superklasse seit 2009- 2021 durchgeführt. Es ist von der BzGA als Good Practice Projekt ausgezeichnet. Finanziert wurde Superklasse von der Techniker Krankenkasse und der Behörde für Schule und Berufsbildung, Projektträgerin ist die Steg Hamburg mbH. Weitere Infos finden Sie unter www.projektsuperklasse.de oder schreiben Sie an annette.quinton@projektsuperklasse.de

[Zurück](#)

Mobbing

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Der Flieger	https://www.youtube.com/watch?v=Q9C1kSaSmfc	Songtext	4. Klasse
Worte	https://www.youtube.com/watch?v=41qxJYa2zwE	Songtext	7. Klasse
In meiner Welt	https://www.youtube.com/watch?v=GW7nHSAIHto	Songtext	6. Klasse
Schau nicht weg	https://www.youtube.com/watch?v=XX0jcR4T1Rg	Songtext	6. Klasse

Computer spielen

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Was ist mit mir los?	https://www.youtube.com/watch?v=BTs_pAzqoWc	Songtext	6. Klasse

Umwelt, Klima, Gesellschaft

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Unsere Zeit	https://www.youtube.com/watch?v=uW0O9VleapA	Songtext	6. Klasse
Grenzenlos	https://www.youtube.com/watch?v=PLzwIkqrti0	Songtext	8. Klasse
Der Held in mir	https://www.youtube.com/watch?v=A-vvfiAFt8l	Songtext	8. Klasse

Beziehungen

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Auf die Brücke gehen	https://www.youtube.com/watch?v=BTLY1a80JSw	Songtext	8. Klasse
Freund oder Feind?	https://www.youtube.com/watch?v=6e245Owv1AU	Songtext	6. Klasse
Auf meinem Weg	https://www.youtube.com/watch?v=gH9QbJ-CUwA	Songtext	6. Klasse
Ein Team	https://www.youtube.com/watch?v=IJOmKLt0kDI	Songtext	6. Klasse
Ist das richtig so?	https://www.youtube.com/watch?v=4z6vKEc_lgc	Songtext	6. Klasse
Danke	https://www.youtube.com/watch?v=zD2jmORSm1c	Songtext	6. Klasse
Anker im Sturm	https://www.youtube.com/watch?v=JV_sLEDVwDw	Songtext	6. Klasse

Gewalt

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Niemand gewinnt	https://www.youtube.com/watch?v=PvMfpnauqkY	Songtext	7. Klasse

Angst, Unsicherheit, Stress

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Mein Joker	https://www.youtube.com/watch?v=41kZ0ToDBR0	Songtext	6. Klasse
Ich will leben	https://www.youtube.com/watch?v=-bMH5Zg9r6Y	Songtext	6. Klasse
Nur im Kopf	https://www.youtube.com/watch?v=a2vx-jQinz0	Songtext	8. Klasse
Mach das Licht an	https://www.youtube.com/watch?v=rffqxpwlZnc	Songtext	6. Klasse
So nicht mehr! Stress	https://www.youtube.com/watch?v=UPUNTMfUYpc	Songtext	7. Klasse
Allein im Regen	https://www.youtube.com/watch?v=UKTdb6bEOM0	Songtext	6. Klasse
Give me the good news	https://www.youtube.com/watch?v=hrikBObqaZE&feature=youtu.be	Songtext	Oberstufe/ Lehrkräfte
Zwischenwelt	https://www.youtube.com/watch?v=Qz6qL8WbXtg	Songtext	8. Klasse

Fehler machen, Versagen

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Bin so viel mehr	https://www.youtube.com/watch?v=6-pj1F3-mFk	Songtext	8. Klasse

Diskriminierung

Songtitel	Songtitel	Songtitel	Songtitel
Schwarzweiß	https://www.youtube.com/watch?v=J8VZznzQYqk	Songtext	6. Klasse
Sag es laut	https://www.youtube.com/watch?v=juKzdwoilA0	Songtext	6.-7. Kl.
Jeder ist anders	http://www.youtube.com/watch?v=B1uv1E6r2dl	Songtext	4.-6. Kl.
Alle wissen es genau	https://www.youtube.com/watch?v=4focSUCe3FQ	Songtext	9. Klasse

Zukunft, Zukunftsängste

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Auf der Reise	https://www.youtube.com/watch?v=2_xXWAYsnGl	Songtext	8. Klasse
Durch meine Wand	https://www.youtube.com/watch?v=-vSJ_Ogymfl	Songtext	7. Klasse
Das Leben als Kind	https://www.youtube.com/watch?v=Wp0ELBmgct4	Songtext	8. Klasse

Neid, Eifersucht

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Aus dem Schatten	https://www.youtube.com/watch?v=SbRnXo30gpk	Songtext	6. Klasse

Lästern

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Hinter' m Rücken	https://www.youtube.com/watch?v=4_yjSaP4kUU	Songtext	7. Klasse

Socialmedia

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Scheinwelt	https://www.youtube.com/watch?v=7LTTH55QlcY	Songtext	7. Klasse

Musik

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Eine Art Magie	https://www.youtube.com/watch?v=Hi3cp7nLyFo	Songtext	7. Klasse

Lachen, positives Denken

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Lachen	https://www.youtube.com/watch?v=O_JTsaYYTTU	Songtext	7. Klasse

Rauchen

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Be smart, don't start	https://www.youtube.com/watch?v=zcfGKg0MAhg	Songtext	8. Klasse

Konfliktlotsen, Konflikte, Konflikt Sport Schule

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Konfliktlotsen	https://www.youtube.com/watch?v=A9MZdlhQspk	Kurzfilm	6. - 12. Kl.
Denk mal	https://www.youtube.com/watch?v=tMfYKRYff2Y	Slam	7. - 8. Kl.
Es juckt mich nicht	https://www.youtube.com/watch?v=fN0GDkcKKal	Songtext	8. Klasse

Bewegung

Songtitel	YouTube-Link	Text	Schuljahr
Sport ist mein Support	https://www.youtube.com/watch?v=oCg3DPXPCGQ	Songtext	7. Klasse

„Der Flieger“

Rap1

Immer wenn ich aufsteh'
Hab ich Angst vor meinem Tag
Tut mir meine Seele weh.
Weil ich nicht zur Schule mag
Kaum komm ich in den Raum
Alle Köpfe dreh'n sich um
Ich fühle was passiert
Und die meinen ich bin dumm
Was habt ihr gegen mich,
Ich versteh euch einfach nicht
Sagt mir was euch stört,
Und dann mitten ins Gesicht,
In der Pause geht es weiter
Alle Stimmen gegen mich
Liegt es an der dunklen Farbe
Oder liegt's an mein'm Gewicht
Oder liegt's an mein'm Gewicht?

Bridge

Ich seh nicht ganz so aus wie du
Bin auch nur ein Mensch, so tu mir nicht mehr weh
Ich bin doch ganz genau wie du
Nimm mich an, egal wie ich ausseh'

Refrain

Immer wenn der Flieger steigt, gehen meine Augen zu
Wenn er heute auf mich zeigt, finde ich keine Ruh'
Und diesmal wenn der Flieger steigt, mach' ich die Augen auf
Wenn er heute auf mich zeigt, find' ich was Schönes drauf?
Weil ich's brauch!

Rap2

Immer bin ich über
Ganz egal bei welchem Spiel
Auch bei Wahlen bin ich letzter
Dabei kämpf ich doch so viel
Warum könnt ihr das nicht lassen
Fühlt ihr euch denn gut dabei?
Ich will euch dafür nicht hassen

Frag mich nur wann geht's vorbei?
Was glaub ihr was ich fühl
Es ist ein Schlag in mein Gesicht
Keine Freunde, Freude
Und das juckt euch einfach nicht!
Was ich brauche das sind Freunde
Leute, die mich gut versteh'n
Vielleicht mach ich jetzt den Anfang
Und die Angst, die wird vergeh'n
Und die Angst die wird vergeh'n?

Bridge

Ich seh nicht ganz so aus wie du
Bin auch nur ein Mensch, so tu mir nicht mehr weh
Ich bin doch ganz genau wie du
Nimm mich an, egal wie ich ausseh'

Refrain

Immer wenn der Flieger steigt, gehen meine Augen zu
Wenn er heute auf mich zeigt, finde ich keine Ruh'
Und diesmal wenn der Flieger steigt, mach' ich die Augen auf
Wenn er heute auf mich zeigt, find' ich was Schönes drauf?
Weil ich's brauch!

Rap3

Rutsche bis an die Kante
Und dann stell ich noch'n Bein,
Kriege Ärger von ,nem Lehrer
Jeder kennt mich nur als Schwein
Immer spür ich diese Schwere
Die Gefühle müssen raus,
Nach der Schwere kommt die Leere
Und noch mega Stress Zuhause!
Was habt ihr gegen mich,
Versteht ihr mich denn nicht
Sagt mir was euch stört,
Vielleicht ändert `s meine Sicht.
Kein'Plan warum ich mobbe
Sehe darin keinen Sinn
Vielleicht mobb ich meine Freunde
Damit ich kein Opfer bin,
Damit ich kein Opfer bin?

Mittelteil

*Halt, stop, ich hab ein'n Plan
Versuch es anders, mache kein Alarm.
Ich sehe wie der Flieger kommt, doch diesmal ist es mir egal.
Ich fang ihn ein und schreib dann diesen Satz
Für dein Gedisse bin ich kein Landeplatz, Kein Landeplatz*

„Worte“

Intro

*Worte, Worte haben Macht,
hast du — daran schon mal gedacht
Worte die verletzen, tun oft so weh
Momente die entscheiden
Wie ich weiter durch mein Leben geh.*

Strophe1

*Worte, hart wie Schläge
Treffen und du kannst es sehen
Worte schwarz wie Lügen,
Keiner will mehr bei dir stehen
Du liegst richtig, du bist wichtig
Warum sind sie so gemein
Solche Worte bleiben kleben
Dringen in die Seele ein
Und zerstören dort das Leben
Machen jeden Menschen klein*

Refrain

*Worte, Worte haben Macht
hast du — daran schon mal gedacht
Worte die verletzen, tun oft so weh
Momente die entscheiden
Wie ich weiter durch mein Leben geh.*

Strophe2

Worte, hell wie Lichter

*Leuchten in der Dunkelheit
Worte, stark wie Liebe
Tragen sicher, tragen weit,
Ich fühl mich dadurch stärker
Und könnt vor Freude schreien
Solche Worte schenken Leben
Dringen in die Seele ein
Können neue Hoffnung geben
Für dich die Rettung sein.*

*Refrain
Worte, Worte haben Macht
Die Frage ist, was du damit machst?
Worte die mich stärken, tragen so weit
Mauern die zerbrechen
Ich fühl mich befreit
Worte, Worte haben Macht
hast du — daran schon mal gedacht
Worte die verletzen, tun oft so weh
Momente die entscheiden
Wie ich weiter durch mein Leben geh.
Weiter durch mein Leben geh*

*Bridge
Ich stehe jetzt hier und frag` mich
„Ergibt das einen Sinn?“
Das ist, was ich nicht kapiere
Hör doch mal genauer hin!
Was du sagst das geht hier nicht
Weil doch jeder von uns wichtig ist
Jeder von uns so wichtig ist*

*Refrain
Worte, Worte haben Macht
Die Frage ist, was du damit machst?
Worte die mich stärken, tragen so weit
Mauern die zerbrechen
Ich fühl mich befreit
Worte, Worte haben Macht
Hast du — daran schon mal gedacht?*

Worte die verletzen, tun oft so weh
Momente die entscheiden
Wie ich weiter durch mein Leben geh
Wie ich weiter durchs Leben geh
Durchs Leben geh
Durch mein ganzes Leben geh
Outro

„In meiner Welt“

Refrain

In meiner Welt
Wo jeder zu dem Andern hält
Gäb's keine Tränen mehr.
Das Leben wäre nicht so schwer
In meiner Welt
Wo jeder zu dem Andern hält
Gäb's keine Tränen mehr.
Das Leben wäre nicht so schwer
In meiner Welt
In meiner Welt

Strophe 1

Dauernd gibt es Streit und keiner bleibt mehr fair
Mir geht das zu weit, Regeln zähl'n nichts mehr.
Gibt es irgendwas, wie ich das ändern kann?
Wir werden oft gemein
Ich frag mich: „Muss das sein?“
Ich denke an was Anderes,
Ich stelle mir jetzt vor

Refrain

In meiner Welt
Wo jeder zu dem Andern hält
Gäb's keine Tränen mehr.
Das Leben wäre nicht so schwer
In meiner Welt
In meiner Welt

Strophe2

Ein fieses Wort zu viel , Tratschen nur aus Neid
Und jetzt bin ich das Ziel
Hallo, Einsamkeit!
Ich will dich gern versteh'n und was für dich so zählt
Will alles wenn es geht, mit deinen Augen sehn.
Ich denke an was Anderes
Ich stelle mir jetzt vor

Refrain

In meiner Welt
Wo jeder zu dem Andern hält
Gäb's keine Tränen mehr.
Das Leben wäre nicht so schwer
In meiner Welt
In meiner Welt

Rap

In meiner Welt ist der ein Held
Der jedem hilft der einmal fällt
Ihn wieder dann auf die Beine stellt
In meiner Welt ist der ein Held
Der weint, wenn dir nach Weinen ist
Der lacht, wenn du voll Freude bist.
Der dann an deiner Seite steht
Wenn was total daneben geht
Denn jeder zählt auf jeden
Machen, nicht nur reden!
Machen, nicht nur reden!

Refrain

In meiner Welt
Wo jeder zu dem Andern hält
Gäb's keine Tränen mehr.
Das Leben wäre nicht so schwer
In meiner Welt
In meiner Welt

„Schau nicht weg“

Rap1

Steh wieder auf, lass dich nicht unterkriegen
Denn du bist kein Ding zum rumschieben
Schau nicht weg, siehst du es nicht?
Ich steh' im Dreck und nie im Licht
Ich bin klein und kann nix dafür
Auf einmal stehst du vor meiner Tür
Du kommst mit `ner Gang und willst mich schlagen
Würdest du das auch alleine wagen?
Guck nicht weg, du denkst es hat kein' Zweck
Das Opfer geht zu Grunde, bewege deinen Munde
Es wird Zeit, guckt was passiert,
Ich bin der, der Prügel kassiert
Halt stopp ich werde gemobbt
Jeden verdammten Tag werde ich verkloppt
Du bis die Rettung also komm doch her
Sag doch was

Refrain

Schau nicht weg
Siehst du nicht was hier passiert?
Was geschieht, wenn keiner reagiert?
Schau nicht weg

Rap2

Ich kann nicht drauf stehen, sondern nur drauf gehen
Komme blutend/weinend nach Hause
Hab vom Mobbing keine Pause
Und schau nicht weg, denn du bist kein Dreck
Auch wenn es viele denken, die wollen nur kränken
Du verprügelst ihn weil du denkst er ist klein
Merkst du nicht was du tust ist gemein
Möchtest du das dir passiert, genau was er von dir kassiert?
Ihr nennt ihn Opfer jeden Tag in der Schule
In Wirklichkeit seid ihr die Loser
Ihr schafft doch selber nichts allein

*Seid ihr zueinander auch so gemein?
Ich sag stopp, du hörst nicht auf,
Ist dir egal du nimmst alles in Kauf
Für ihn ist es schlimm
doch für dich wird es schlimmer
In der Hölle bleibst du für immer*

*Refrain
Schau nicht weg,
Siehst du nicht was hier passiert?
Was geschieht, wenn keiner reagiert?
Schau nicht weg*

*Mittelteil
Es fängt mit einem an
Der sagt "Stopp" und dann, ist er nicht mehr allein
Du hast kein Herz aus Stein, du musst kein Superman sein
Schau nicht weg
Halt, stopp ich werde gemobbt
Halt, stopp ich werde gemobbt
Dann leiden wir, dann leiden wir, und nicht nur einer
Halt, stopp ich werde gemobbt
Halt, stopp ich werde gemobbt
Versuch es doch, versuch es doch, es braucht nur einen*

*Refrain
Schau nicht weg,
Siehst du nicht was hier passiert?
Was geschieht, wenn keiner reagiert?
Schau nicht weg*

[„Ist was mit mir los“](#)

*Rap1:
Du hast das Fußball aufgegeben
Draußen seh' ich dich auch nicht mehr
Ich kann nur online mit dir reden*

Nur beim Spielen bist du wer
Früher shoppen, heut' nur zocken
Echte Freundschaft – nichts mehr wert
Durch Tasten, Maus und Monitor
Ist dein Kopf total entleert!
Immer sagst du nur das Gleiche
Auf welchem Level du gerade bist
Es interessiert nicht wirklich einen
Ist doch nur ein Haufen Mist
Langeweile, keine Eile
Zeit vertreiben ist der Kick
Wenn ich Computer spiele
Ist das Leben plötzlich schick
Ich kann alles online kaufen
Brauche dafür nicht mal raus
Außer Handy brauch ich gar nichts
Gehe nicht mal aus dem Haus
Ich kapier' nicht deine Sorgen
Ist doch alles chico hier
Es gibt doch gar nichts Besseres
Bin gerne nur mit mir

Bridge

Bringt mich das hier weiter?
Oder hält es mich nur auf?
Wird mein Leben dadurch besser?
Oder geht die Zeit nur drauf?

Refrain

Was ist mit dir los?

Keiner für dich da?

Ich fühl mich doch so gut,

Es ist alles wunderbar.

Was ist mit dir los?

Freundschaft gibst du her?

Zocken gibt mir alles Brauche keine Freunde mehr

Ist was mit dir los?

Rap2

Erzähl ich nur das Gleiche,

Auf welchem Level ich grade bin?

Ist das vielleicht der wahre Grund

Warum ich so einsam bin?
Keiner ruft mich an, oder lädt mich ein
Ich hör sie nur im Spiel
Gilt das als eine Freundschaft?
Wenn ja, ist das nicht viel.
Ich hab kein gutes Vorbild
Keiner sieht mich wenn ich wein
Wo soll ich Hilfe finden
Hey, ich fühl mich so allein
Ich glaub ich will was ändern,
Langsam keinen Bock mehr allein.
Mit echten Freunden was erleben
Nicht alles nur online
Hey, du ja, ich ruf dich an
Dann machen wir was zusammen
Fußball, Schwimmen Fahrrad fahren
Das wird ein riesen Fun.
Ich stelle fest in meinem Leben
Da ist doch so viel mehr
Wenn ich mit Freunden spiele
Hat die Sucht es bei mir schwer

Bridge
Bringt mich das hier weiter?
Oder hält es mich nur auf?
Wird mein Leben dadurch besser ?
Oder geht die Zeit nur drauf?
Was ist mit dir los?
Real ist keiner da?
In Wirklichkeit allein
Ist das alles wunderbar?
Was ist mit dir los?
Brauchst du denn nicht mehr?
Ohne diese Sucht
Ich frag mich wie das wär?
Ist was mit mir los?

Mittelteil
Nur noch ein Spiel,
Dann fängt die Hausaufgabe an.
Nein, tue das nicht
Dann ist das Lernen niemals dran
Es macht doch Spaß,

*Und es tut auch keinem weh.
Du kommst zu nichts
Liebst nur noch deinen PC
Dir geht's nur gut
Wenn du in die Kiste schaust.
Dich packt die Wut,
Dass du in die Tasten haust
Hast du es drauf,
Dieser Drang wird leicht' ne Sucht.
Drum pass gut auf,
Manchmal hilft dir nur die Flucht*

Was ist mit dir los?
*Ist einer für mich da?
Ich fühl mich doch nicht gut
Es ist gar nichts wunderbar
Was ist mit dir los?*
*Freunde um dich her,
erleben tust du viel,
das vermisse ich so sehr
Ist was mit mir los?
Ist was mit mir los?*

[„Unsere Zeit“](#)

Strophe 1
*Ich sitz allein im Zimmer
Schau mir das alles an
Seh' im Fernsehen, in der Zeitung
Wie schlimm ist die Welt dran
Habe Angst vor meiner Zukunft
Kommt jetzt der Untergang?
Und die Welt zu lang' misshandelt
Es gibt keinen Notausgang*

Bridge

Ich warte nicht mehr
Ich weiß jeder ist dran
Wenn auch nur kleine Schritte
Muss was tun, ich fange an.

Refrain

Jeder von uns ist einfach, nur ein kleines Licht
Doch viele zusammen übersieht man wirklich nicht
Ich mach was ich kann, ich weiß es fällt mir nicht leicht
Ich sehe wie die Uhr tickt, wir verlieren unsere Zeit
Jetzt ist unsere Zeit

Rap1

Ich bin ja kein Politiker und auch kein Präsident
Kein Chef einer großen Firma
Ich bin einfach nur ein Kind
Wir denken viel zu klein
Müllen uns selber dabei ein
Kann trotzdem etwas tun
Will mich niemals ausruhen
Kämpf mit, für unsere Zukunft
Denn du bist ja nicht allein
Wenn wir jetzt etwas tun
Wird es für uns besser sein

Strophe2

Es sagen viele schlaue Leute
Warum andere schuldig sind
Doch in Wahrheit sind wir's alle
Und das erzählt euch jetzt ein Kind
Aber keiner will das hören
Legt euch alles schön zurecht
Und Verzicht ist nur ein Fremdwort
Auf dem Ohr hört ihr schlecht

Rap2

Wir trösten uns und denken oft
So schlimm wird es nicht sein
Sitzen dann bequem im Auto
Gehen keinen Schritt mehr allein
Denken Shoppen ist ein Hobby
Kaufen dabei zu viel ein

*Egal was wirklich drin steckt
Hauptsache billig muss es sein
Haben viel zu lang geredet
Haben viel zu lang erzählt
Warum geht es dann nicht weiter
Es ist das Handeln was uns fehlt*

Bridge

*Ich warte nicht mehr
Ich weiß jeder ist dran
Wenn auch nur kleine Schritte
Muss was tun, ich fange an*

Refrain

*Jeder von uns ist einfach nur ein kleines Licht
Doch viele zusammen übersieht man wirklich nicht
Ich mach was ich kann, ich weiß es fällt mir nicht leicht
Ich sehe wie die Uhr tickt, wir verlieren unsere Zeit
Jetzt ist unsere Zeit*

Freies Sprechen

*“Wir sind die Profis für die Zukunft”
“Ich wünsche weniger Plastik
“Wenn ich 50 bin wird es dann noch wilde Tiere geben?”
“Respektiert alle Lebewesen”
“Ich will Schnee in der Zukunft”
“Im Meer kann man nur noch Plastik angeln”
“In der Zukunft, wieviele Generationen werden es noch sein?”*

Refrain

*Jeder von uns ist einfach, nur ein kleines Licht
Doch viele zusammen übersieht man wirklich nicht
Ich mach was ich kann, ich weiß es fällt mir nicht leicht
Ich sehe wie die Uhr tickt, wir verlieren unsere Zeit
Jetzt ist unsere Zeit
Outro Refrain*

„Grenzenlos“

Intro

*Grenzenlos, grenzenlos,
Was ist das bloß?
Macht jeder was er will,
Ist das nicht gedankenlos?
Grenzenlos, grenzenlos
Was ist mit uns los?
Tun wir alle so?
Sind wir wirklich so machtlos?*

Rap1

*Viele wissen nicht wie gut es ihnen geht
Haben keine Ahnung von der Realität.
Um hierher zu kommen müssen sie tagelang segeln
Und hier bei uns ersticken wir in Regeln.
Bekommen die Richtigen Hilfe vom Staat?
So viele Probleme und das Leben ist hart.
Wer hat uns diese Grenzen gebaut,
Um einen aufzuhalten, der unsere Hilfe braucht
Wir haben geschworen alles besser zu machen
Haben keine Zeit für dumme Sachen
Denn es braucht nur eine Hand voll Leute
Die das alles hier versteh'n.
Nicht nur Netflix gucken, sondern welche die aufsteh'n
Hier wird nicht gelabert und auch nicht zugeschaut
Wie sich noch ein junger Mensch seine Zukunft voll verbaut.
Freiheit ohne Grenzen gibt es das?
Kostet dich meine Freiheit - was?*

Bridge

*Grenzenlos, grenzenlos,
Was ist das bloß?
Macht jeder was er will,
Ist das nicht gedankenlos?*

Refrain

*Grenzenlos, grenzenlos,
Was ist das bloß?*

*Macht jeder was er will?
Ist das nicht gedankenlos?
Grenzenlos, grenzenlos
Was ist mit uns los?
Die einen haben so viel
Und fühlen sich so groß
Gibt es diese Freiheit
Oder mauern wir uns hier nur ein?
Grenzenlos, grenzenlos
Was ist das bloß?
Tun wir alle so?
Sind wir wirklich so machtlos?*

Rap 2

*Viele lassen sich nur treiben
Wichtig hier ist nur der Schein
Während andere Hunger leiden
Hauen sie alles in sich rein
Zu Fußball, Pizza sag ich ja
Auch zu Freundschaft, das ist klar!
Zu Gier und Faulheit, sag ich nein!
Es klappt nur zusammen und nicht allein
Beklaugen, betrügen und belügen
Alles haben, auch mit Prügeln
Maßlos nehmen wir alles mit
Brauchen wir wirklich den ganzen Shit.
Viele wollen die Menschheit ändern
Kommen nicht aus den eigenen Wänden
Alle wollen das Beste haben
Egal ob sie jemand'n dabei schaden
Freiheit ohne Grenzen gibt es das?
Kostet mich meine Freiheit - was?*

Bridge

*Mal entgleiten, überschreiten.
Brech' ich manchmal aus dem Kreis.
Meine Spuren haben Folgen, alles hat seinen Preis.*

Refrain

*Grenzenlos, grenzenlos,
Was ist das bloß?
Macht jeder was er will,
Ist das nicht gedankenlos?*

Grenzenlos, grenzenlos
Was ist mit uns los?
Die einen haben so viel
Und fühlen sich so groß
Gibt es diese Freiheit
Oder mauern wir uns hier nur ein?
Grenzenlos, grenzenlos
Was ist das bloß?
Tun wir alle so?
Sind wir wirklich so machtlos?

Mittelteil:

Und ich hab die freie Wahl
Und ich merk es oft nicht mal
Was ich tue ist doch niemals ganz banal
Und Ich grenz' mich heute ein
Alles muss nicht immer sein.
Ich glaube das kann wirklich Freiheit sein

Refrain

Grenzenlos, grenzenlos,
Was ist das bloß?
Macht jeder was er will,
Ist das nicht gedankenlos?
Grenzenlos, grenzenlos
Was ist mit uns los?
Die einen haben so viel
Und fühlen sich so groß
Gibt es diese Freiheit
Oder mauern wir uns hier nur ein?
Grenzenlos, grenzenlos
Was ist das bloß?
Tun wir alle so?
Sind wir wirklich so machtlos?
Outro

„Der Held in dir“

Strophe 1

Du stehst nur einfach da,
Nun, greifst du hier jetzt ein?
Du spürst in dir das Richtige
Doch du bleibst hart wie Stein
Liegt das alles nur an dir?
Es wird täglich demonstriert
Dann zeig es doch den anderen
Wie man richtig reagiert

Refrain

Bist du für andere da, oder ein Egoist?
Bist du ein warmes Licht das man nicht schnell vergisst?
Geb etwas von dir her, dann magst du dich viel mehr
Nicht erst im Irgendwann, dein Platz ist jetzt und hier
Der Held in dir

Strophe 2

Es geht nicht hier um dich
Oder bist du hier allein?
Und wär' das alles anders rum
Wär' das dann gemein?
Er denkt nicht so wie du
Und kommt es dann zum Streit?
Hey, denkst du jetzt was anderes
Weil ein anderer nur noch schreit.

Refrain

Bist du für andere da, oder ein Egoist?
Bist du ein warmes Licht das man nicht schnell vergisst?
Geb etwas von dir her, dann magst du dich viel mehr
Nicht erst im Irgendwann, dein Platz ist jetzt und hier
Der Held in dir

Rap

Ein wahrer Held ist nicht wie Superman
Er fliegt auch nicht, braucht auch keinen Fan
Er hat ganz oft Angst, stark ist er nicht
Und in jedem Spiegel siehst du immer sein Gesicht
Er ist der, der an andere denkt
Und nicht sich selbst in den Vordergrund drängt

*Denn es ist zwar nett, wenn du superwichtig bist
aber wichtiger wäre es, wenn du supernett bist.
Es ist nicht schwer so ein Alltags-Held zu sein
Dafür braucht man keine Schule und auch sicher keinen Verein
Jeder kann es sein, scheint wie ein warmes Licht
Ein ganz normaler Mensch
So wie du und ich
So wie du und ich*

Refrain

*Bist du für andere da, oder ein Egoist?
Bist du ein warmes Licht das man nicht schnell vergisst?
Geb etwas von dir her, dann magst du dich viel mehr
Nicht erst im Irgendwann, dein Platz ist jetzt und hier
Der Held in dir*

„Das Leben als Kind“

Strophe1

*So viel Krankheit, Hass, Gewalt
Ist die Welt nur hart und kalt?
„Mama, ist das wirklich in der Nähe?“
Angst verdunkelt ihr Gesicht
Sagt, „Nein, hier gib´ s das nicht.“
Während ich das gerade im Fernseh´n sehe*

Strophe2

*Ich will nur alleine sein
Schließ mich in mein Zimmer ein
Ziehe mich zurück in meinen Traum
Wo ich um Hilfe fleh`
Dass ich einen Ausweg seh`
Hier ist für mich mein Rettungsraum*

Bridge

*Das Leben als Kind es geht doch viel zu schnell vorbei
So früh gefangen, und dann doch so kurz nur frei*

Refrain

Das sollten Kinder nicht erleben,
Dass Angst ihnen die Hoffnung raubt
Wir sind der Welt gegeben
Damit ihr an die Zukunft glaubt
Warum Kinder das erleben
Darf Angst ihnen die Träume nehmen?
Die Welt hat viel zu geben
Das wollen wir erleben!

Bridge

Das Leben als Kind es geht doch viel zu schnell vorbei
So früh gefangen, und dann doch so kurz nur frei

Strophe3

Ich will nach vorne sehen
Will eigene Wege gehen
Endlich bin ich wieder besser drauf
Neue Hoffnung ruft mich raus
Voller Mut geh` ich hinaus
Baue mir jetzt meine Zukunft auf

Rap

Was muss ich in die Zukunft geben, um Träume zu erleben
Heute ist ein schöner Tag und einer von den wenigen
Und vieles zu erledigen, morgen ist auch noch ein Tag
Ich bin gegen all die Sachen, die mich kaputt machen
Krasse Bilder im Kopf
Ich kann sie nicht verstehen, muss ich immer hinsehen
Find` nicht den roten Knopf
Jeden Tag, jede Stunde machen sie die Runde
Sie sind überall, immer da,
Sie gehen unter die Haut, Bilder zu laut
Sie gehen uns viel zu nah
Meine Hoffnung halt` ich fest, nicht auf der ganzen Welt
Dass sich doch etwas ändern kann
Das wollen wir erleben, die Masken abzulegen
Aber alles fängt im Kleinen an.

„Auf die Brücke gehen“

Strophe 1

*Ich kam in diese Klasse
Und die Wahl war schon vorbei
Jeder hat hier seine Clique
Und ich war vogelfrei
Ich hörte gleich die Frage
Wie lange bleibt die denn hier?
Damit stellten sie sicher
Das ich auf jeden Fall verlier*

Rap 1

*Kommen die vom anderen Planeten
Haben sie gar ein drittes Bein?
Was ist an denen so schlimm
Keiner ist doch gern allein?
Oder hab ich dir was angetan?
Starrst mich so komisch an
Darf ich denn gar nicht anders sein
Hast du Angst, dass ich was kann?
Unsichtbar wie ein Geist
Als wär ich gar nicht da
Und du siehst mich nicht einmal
Nimmst mich auch nicht wahr
Die Aufmerksamkeit willst du nur für dich allein
Du kannst überhaupt nicht teilen
Ich find dich so gemein*

Refrain

*Lasst uns lieber Brücken bauen
In der Hoffnung sich einander zu vertrauen
Ich bau eine Brücke und hoffe du auch
Und ich fange jetzt schon an
Und wir treffen uns auf dem Weg dann irgendwann
Ich verlass meine Mauer, ja ich gebe sie auf*

Bridge

*Es ist nie zu spät
Wenn sich einer dreht
Es versucht und dann versteht*

Und dann auf die Brücke geht

Strophe2

*Sie Reden ohne was zu sagen
Ihre Haltung ist ganz klar
Ich hab hier nichts zu suchen
Keiner fragt sich, ist das wahr
Und soll ich mich jetzt schämen
Darf nicht jeder etwas anders sein
Ein Leben ohne Grenzen
Ist das alles nur ein Schein?*

Rap2

*Nun steh ich herum, und frag mich was ich machen soll
Du hast doch deine Clique und die finden dich so toll
Das ganze Gebrüll und keinem Zuwendung schenken
Ist alles nur `ne Show, um von deinen Schwächen abzulenken
Du meinst du kannst es besser und weißt Bescheid dann
Freust du dich über jeden, der nicht mithalten kann
Für alle, die hinter ihrem Stacheldraht kauern
Das wahre Leben spielt nur außerhalb der Mauern
Außerhalb der Mauern*

Mittelteil

*Und die Mauer ist zu hoch und breit
Du denkst sie gibt dir viel Sicherheit
Wir bauen eine Brücke zu Zweit
Und verlassen dadurch die Dunkelheit
Und die Mauer ist zu hoch und zu breit
Hinter ihr verbirgt sich viel Traurigkeit
Wir bauen eine Brücke zu Zweit
Und durchbrechen damit die Einsamkeit*

Refrain

*Lasst uns lieber Brücken bauen
In der Hoffnung sich einander zu vertrauen,
Ich bau eine Brücke und hoffe du auch
Und ich fange jetzt schon an
Und wir treffen uns auf dem Weg dann irgendwann
Ich verlass meine Mauer, ich gebe sie auf
Es ist nie zu spät, wenn sich einer dreht
Es versucht und dann versteht
Und dann auf die Brücke geht*

„Auf meinem Weg“

Intro

*Hätte dich gern an meiner Seite
Trägt dein Licht mich weiter auf meinem Weg?*

Strophe1

*Wir waren zusammen das beste Team,
Als plötzlich diese Gang erschien
Du warst mein Licht, du warst mein Licht
Ich hab dich gar nicht mehr erkannt
Kein Geld, ich war uninteressant
Das war gemein, war so allein
Ab dann war ich nicht mehr dabei
Und kein Hallo und kein Goodbye
Das tat so weh, das tat so weh*

Bridge

*Ich möchte dich so gern verstehen
Hab ich dich verloren?
Ich habe Mängel, bin kein Engel
Bin nicht perfekt gebor'n*

Refrain

*Ich wünschte du wärst das hellste Licht
Weil Freundschaft uns doch so wichtig ist
Der Nebel der nimmt uns nicht die Sicht
Der Strahl durchbricht die Finsternis
Hätte dich gern an meiner Seite
Trägt dein Licht mich weiter auf mein Weg?
Trägt dein Licht mich weiter auf mein Weg?*

Strophe2

*Wir trafen uns bald jeden Tag,
Die besten Freunde, `ne Menge Spaß
Du warst mein Licht, du warst mein Licht.
Es kam der Tag, ich hörte nichts
Kam vorbei, Tür ins Gesicht
Das war gemein, war so allein.*

Bridge

*Ich möchte dich so gern verstehen
Hab ich dich verloren?
Ich habe Mängel, bin kein Engel
Bin nicht perfekt gebor'n*

Refrain

*Ich wünschte du wärst das hellste Licht
Weil Freundschaft uns doch so wichtig ist
Der Nebel der nimmt uns nicht die Sicht
Der Strahl durchbricht die Finsternis
Hätte dich gern an meiner Seite
Trägt dein Licht mich weiter auf mein Weg?
Trägt dein Licht mich weiter auf mein Weg?*

Rap

*Dein Licht, war so warm und hell
Strahlte Wärme aus, fühlte mich Zuhause
Dein Licht, jetzt schwach und kalt
Nimmt mir jede Sicht und gibt mir keinen Halt
Du warst so laut wie ein Löwe, und stark wie ein Tiger
Doch der Neid und der Zorn, sie brachten dich nieder
Danke, Bitte und es tut mir leid
Wären besseren Freunde als dein Streit und Neid
Wahre Freundschaft ist so wie ein Baum
Was zählt sind die Wurzeln, die Höhe wohl kaum
Falsche Freunde erkennt man nicht
Sie verstellen sich und betrügen dich.
Doch schaust du denen in die Augen rein
Dann erkennst du plötzlich all den Schein*

Refrain

*Ich wünschte du wärst das hellste Licht
Weil Freundschaft uns doch so wichtig ist
Der Nebel der nimmt uns nicht die Sicht
Der Strahl durchbricht die Finsternis
Hätte dich gern an meiner Seite
Trägt dein Licht mich weiter auf mein Weg?
Trägt dein Licht mich weiter auf mein Weg?*

„Freund oder Feind“

Strophe 1

Und neulich nach der Schule
Stand da dieser coole Typ an der Tür, schaute zu mir.
Meine Freundin gab die Zicke, wir tauschten böse Blicke
Sie oder ich?
Er meinte doch mich!
Am Ende gab's Geschrei, die Freundschaft ist vorbei.
Sie geht doch jetzt mit ihm, das Aus für „unser* Team“

Refrain

Du kannst zwei Wege gehen, an deren Ende stehen
Freund oder Feind, Freund oder Feind
Du kannst dich entscheiden, Freundschaft oder Leiden
Das ist gemeint mit - Freund oder Feind

Strophe 2

Ich wollte gern dein Freund sein
Doch allmählich sehe ich ein
Du fährst doch nur die Schnorrertour
Fragst jeden Tag nach Kohle und benutzt meine Konsole
Schreibst immer ab, ich hab das so satt
Freundschaft hin und her, ich will das so nicht mehr
Mann, bleib doch Zuhause, du nutzt mich nur so aus

Refrain

Du kannst zwei Wege gehen, an deren Ende stehen
Freund oder Feind, Freund oder Feind
Du kannst dich entscheiden, Freundschaft oder Leiden
Das ist gemeint mit - Freund oder Feind

Strophe 3

Wir kennen uns seit Jahren, was ist in sie gefahren
Merkt sie denn nicht, was in mir zerbricht
Warum schreibt sie tausend Lügen, über mich nur zum Vergnügen
Bei FB, das tut so weh
Sie weiß alles über mich, jetzt ist es öffentlich
Sie war mein Tagebuch, mein Albtraum und mein Fluch

Refrain

*Du kannst zwei Wege gehen, an deren Ende stehen
Freund oder Feind, Freund oder Feind
Du kannst dich entscheiden, Freundschaft oder Leiden
Das ist gemeint mit - Freund oder Feind
Hab ich etwas falsch gemacht?
Ich habe nachgedacht.
Und beim nächsten Mal, treff' ich `ne andre Wahl!
Freund oder Feind
Freund oder Feind*

„EinTeam“

Rap1

*Früher gab es ja dauernd Streit und das wegen jeder Kleinigkeit
Meine gegen deine Clique, Blödmann gegen Oberzicke
Und stellten dabei keine Fragen, lieber sofort zugeschlagen
Dann ständig beim Abteilungsleiter, nur beim Boxen gute Fighter
Das Reden war der erste Schritt, Singen, spielen war'n der Hit
Und lernten in die Augen schauen, was es heißt sich zu vertrauen*

Bridge

Ich fühl mich wie Zuhause, wir sind für einander da.

Refrain

*Und wir werden ein Team, alle wie wir sind
Das ist ein starkes Ziel
Wir werden ein Team , wir sind anders drauf
Das ist uns wirklich nicht zu viel
Und wir bleiben ein Team, alle wie wir sind
Das kriegt man nicht geschenkt
Wir bleiben ein Team, wir sind anders drauf
Nehmen jeden freundlich auf*

Rap2

Und Leid oder Neid haben bei uns keinen Platz

*Es gibt etwas anderes, und das ist ein Schatz
Die Schule, die ist mein zweites Zuhause
Es ist meine Klasse, da will ich nicht raus
Und wie kann ich den Streit besiegen, das haben wir dann auch erkannt
Da mache ich nicht mehr aus jeder Fliege, jedes Mal einen Elefant.
Und alles brauchte seine Zeit, ganz oft war es gar nicht leicht
Nun endlich war es dann so weit, wir hatten unser Ziel erreicht!
Ziel erreicht!*

Bridge

Ich fühl mich wie Zuhause, wir sind für einander da.

Refrain

*Und wir werden ein Team, alle wie wir sind
Das ist ein starkes Ziel
Wir werden ein Team, wir sind anders drauf
Das ist uns wirklich nicht zu viel
Und wir bleiben ein Team, alle wie wir sind
Das kriegt man nicht geschenkt
Wir bleiben ein Team, wir sind anders drauf
Nehmen jeden freundlich auf*

Mittelteil

*Einander zu vertrauen
Sich in die Augen schau'n
Einander zu verstehe'n
Miteinander geh'n
Und wir als ein Team, fällt uns manchmal schwer
Wir bilden ein Team, so wie Strand und Meer
Und nur zusammen kommen wir gut voran
Wir sind ein Team Gehen Hand in Hand*

Refrain

*Und wir werden ein Team, alle wie wir sind
Das ist ein starkes Ziel
Wir werden ein Team, wir sind anders drauf
Das ist uns wirklich nicht zu viel
Wir bleiben ein Team, alle wie wir sind
Wir sind, wir sind ein Team
Wir bleiben ein Team
Wir sind anders drauf
Wir nehmen jeden freundlich auf
Und wir sind ein Team!*

„Ist das richtig so“

Rap1

Ich komme heute ohne die Hausaufgaben
„Kann ich bitte einmal deine haben?
Gestern Zoff zuhause, Rumgeschreie ohne Pause.“
“Ich helf’ dir jedes Mal, doch das ist dir ganz egal.
Das ist dir egal.”

Worum es bei dem blöden Streit mal ging
War anfangs eigentlich gar kein Ding
Es war nur `ne Kleinigkeit, doch keiner war bereit
Seinen Fehler einzuseh`n, auf den andern zuzugeh`n.

Bridge:

Würdest du zu mir steh`n, mit mir durchs Feuer geh`n?
Mit mir zusammen durch, schwere Zeiten geh`n
Würdest du ehrlich sein und mich nicht hintergeh`n
Lässt du mich nicht allein, hier im Regen steh`n?

Refrain:

Ist das das wichtig so?
Bin ich nicht allein?
Seh ich das richtig so?
Dann könn’ wir Freunde sein.

Rap2

Dann plötzlich ist nichts mehr wie immer
Warum? Da habe ich bloß keinen Schimmer
Will von meiner Freundin wissen, warum mich jetzt alle dissen
Da erst hab` ich gecheckt, dass sie dahinter steckt.
Dass sie dahinter steckt!

Ich musste gestern meinem Freund erzählen,
Was mich alles für Gedanken quälen.
Hat geschworen nichts zu sagen,
Doch jetzt kommen blöde Fragen
Von den andern aus der Klasse
Mann, wie ich den Typ` hasse.
Wie ich den Typ` hasse

Bridge

Würdest du zu mir steh`n, mit mir durchs Feuer geh`n?
Mit mir zusammen durch, schwere Zeiten geh`n

*Würdest du ehrlich sein und mich nicht hintergeh`n
Lässt du mich nicht allein, hier im Regen steh`n?*

Refrain

*Ist das das wichtig so?
Bin ich nicht allein?
Seh ich das richtig so?
Dann könn' wir Freunde sein.*

Mittelteil

*Manchmal ist man ganz alleine
Und es bleibt dann nur der eine
Der an deiner Seite steht
Wenn jeder Andre von dir geht
Freunde kommen und sie gehen
Nur der Wahre wird verstehen
Wie du denkst und wer du bist
Was wirklich in dir ist
Einen besten Freund zu finden
Wünscht sich jeder irgendwann
Um den einen dann zu finden
Sucht man oft ein Leben lang*

Refrain:

*Ist das richtig so?
Bin ich da nicht allein?
Ist dir das wichtig so?
Wir könnten Freunde sein.
Seh ich das richtig so?
Seh ich das richtig so?*

[„Niemand gewinnt“](#)

Intro

*Niemand gewinnt, wenn Gewalt die Welt bestimmt
Wenn blinder Hass, dann das Steuer übernimmt
Und niemand gewinnt, wenn Gewalt die Welt zerstört*

Schreien gegen Wind, oder ist da jemand der uns wirklich hört

Rap1

*Wieder stehe ich allein vor dem Spiegel
Augen ganz blau von all deinen Prügeln
Weinen kann ich schon längst nicht mehr
Fühl` mich dafür viel zu leer
In mir war ein Schrei gefangen
Hat ganz leise angefangen
Hielt ihn überhaupt nicht aus
Er musste einfach raus
Was dann kam, war ja gar nicht gut
Denn mit den Jahren wuchs all diese Wut
Und gegen alles und auch gegen jeden
Erst mal schlagen und niemals reden.
Jetzt stehst du vor einem Spiegel
Kopf verletzt von meiner Prügel
In dir den gleichen Schrei
Du lässt ihn jetzt ganz frei
Wie ich lässt du ihn frei*

Bridge

Wohin wird Gewalt dich noch führen? Kannst du dich eigentlich spüren?

Refrain

*Niemand gewinnt, wenn Gewalt die Welt bestimmt
Wenn blinder Hass, dann das Steuer übernimmt
Und niemand gewinnt, wenn Gewalt die Welt zerstört
Schreien gegen Wind, oder ist da jemand, der uns wirklich hört*

Rap2

*Die Spirale dreht sich immer
Macht von selber niemals halt
Und es wird nur immer schlimmer
Auf Gewalt folgt denn Gewalt
Ich will andere Wege gehen
Ich brauch Liebe für mein Leben.
Brauch Respekt und Anerkennung,
Nähe, Freundschaft, keine Trennung.
Ich will frei sein von Gewalt
Und dadurch von Hass und Leid
Deshalb will ich anders denken*

*Meine Schritte anders lenken
Weil dann kann ich vor dir stehen
Und dir sagen "Zeit zu gehen"
Hass hat bei mir ab sofort
Nicht so leicht das letzte Wort
Hat nicht das letzte Wort.*

Bridge

Wohin wird Gewalt dich noch führen? Kannst du dich eigentlich spüren?

Refrain

*Niemand gewinnt, wenn Gewalt die Welt bestimmt
Wenn blinder Hass, dann das Steuer übernimmt
Und niemand gewinnt, wenn Gewalt die Welt zerstört
Schreien gegen Wind, oder ist da jemand der uns wirklich hört*

Bridge

*Wohin wird Gewalt dich noch führen?
Kannst du dich eigentlich spüren?
Es gibt keine Lösung mit Schlägen
Lieber will ich mit dir reden*

Refrain

*Niemand gewinnt, wenn Gewalt die Welt bestimmt
Wenn blinder Hass dann das Steuer übernimmt
Und niemand gewinnt, wenn Gewalt die Welt zerstört
Schreien gegen Wind, oder ist da jemand, der uns wirklich hört
Outro Refrain*

[„Mein Joker“](#)

Rap1

*Montagmorgen, echt kein Bock, es fängt schon wieder an
Hausaufgabe nicht gemacht und jetzt ist Mathe dran
Ich fühl mich schlapp, bin wie gelähmt
Hab mich letzte Woche schon richtig krass geschämt*

*Der Stoff ist zu viel, geht nicht bei mir rein
Bei dir scheint es alles so leicht zu sein
Egal was ich mache es reicht niemals aus
Ich hoffe ich fliege nicht aus der Schule raus*

*Ich wünsch mir Zuhause als besonderen Ort
Doch ich hör von meiner Mutter nur das eine Wort
Sie sagt zu viel Stress, aber was kann ich tun
Ich wäre dagegen so gern immun*

*Ich hatte die Zeit ja für's Lernen geplant
Doch alles kam anders, ich hab nichts geahnt
Ich ging in die Küche, sie weinte so sehr
Danach ging gar nichts mehr*

Bridge

*Und plötzlich sagst du was und wirfst einen kleinen Stein ins Meer.
Die Wellen werden größer, treffen mich so schwer*

Refrain

*Wie gefesselt im Kopf
Ich fühl ich kann nicht mehr
Der Realität hinterher
Ich bin gefesselt im Kopf
Du glaubst es geht noch mehr
Doch was du verlangst ist nicht fair
Ich spiel den Joker
Ich sag dem Druck jetzt bye bye
Ich spiel den Joker
Dann bin ich wieder frei
Ich spiel den Joker*

Rap2

*Ich hörte sie sagen, sie steckt uns ins Heim
Jetzt mach ich mir Gedanken, wie kann ich anders sein
Alpträume plagen mich seitdem jede Nacht
Und die Puppe meiner Schwester starrt mich an und lacht*

Über gute Noten werde ich von andern definiert

*Ansonsten werde ich so oft ignoriert
So sehr ich auch kämpfe, es gelingt mir kaum
An mein Ziel zu kommen bleibt für mich ein Traum*

*Ich möchte so gern ein Teil von euch sein
Doch mit meiner Hautfarbe komme ich niemals rein
Wie ein Blitz fährt diese Wut in mich hinein
In dem Moment will ich ganz anders sein*

*Ich halte die Sorgen kaum mehr aus
Und die Angst, die frisst mich weiter auf
Die Energie verfliegt, nicht mehr fähig zu denken
Ich möchte mir nur Ruhe schenken*

Bridge

*Und plötzlich sagst du was und wirfst einen kleinen Stein ins Meer.
Die Wellen werden größer treffen mich so schwer*

Refrain

*Wie gefesselt im Kopf
Ich fühl ich kann nicht mehr
Der Realität hinterher
Ich bin gefesselt im Kopf
Du glaubst es geht noch mehr
Doch was du verlangst ist nicht fair
Ich spiel den Joker.
Ich sag dem Druck jetzt bye bye
Ich spiel den Joker
Dann bin ich wieder frei
Ich spiel den Joker*

Mittelteil

*Ich steige aus mit meinem Joker
Wenn auch für kurze Zeit
Ängste weg, sorgenfrei
Ich bin von allem befreit
Die Last fällt ab, bin neu geboren
Ich tanze, atme auf
Ich gehe auf wie Dynamit
Ich seh wie der Stress - verfliegt*

Refrain

*Bin gefesselt, bin gefesselt
Ich bin gefesselt in meinem Kopf*

*Ich brauch meinen Joker
Ich sag dem Druck jetzt bye bye
Ich spiel den Joker
Ich brauch meinen Joker
Ich sag dem Druck jetzt bye bye
Ich spiel den Joker*

*Wie gefesselt im Kopf
Ich fühl ich kann nicht mehr,
Der Realität hinterher
Ich bin gefesselt im Kopf
Du glaubst es geht noch mehr
Doch was du verlangst ist nicht fair
Ich spiel den Joker.
Ich sag dem Druck jetzt bye bye
Ich spiel den Joker
Dann bin ich wieder frei
Ich spiel den Joker*

[„Ich will leben“](#)

Strophe 1

*Hab Angst mich zu blamier'n, die Achtung zu verlier'n.
Vielleicht lachst du mich aus, als Opfer geh ich raus
Ein Horrorfilm im Kopf, ich finde nicht den Knopf
Ich will mich so nicht sehen, als Loser dazustehen.*

Bridge:

*Ich habe mich versteckt
Die Musik laut aufgedreht, gehofft, geweint, gebetet
Dass die Angst vergeht denn ...*

Refrain:

*Ich will Leben, das Schöne darin sehn.
Ich will Leben und immer weiter geh'n.
Durch das Tal der Trauer geh'n und im Licht dann wieder stehen*

Strophe2

*Hab Angst dich zu verlier'n,
Und ich steh an deinem Bett
Kann deinen Atem spür'n.
Mein Chaos ist komplett.
Will nicht in den Verstand
Ich halte deine Hand
Warst immer da für mich.
Was mach ich ohne dich?*

Bridge:

*Ich habe mich versteckt
Die Musik laut aufgedreht, gehofft, geweint, gebetet
Dass die Angst vergeht denn ...*

Refrain

*Ich will Leben, das Schöne darin sehn.
Ich will Leben und immer weiter geh'n.
Durch das Tal der Trauer geh'n und im Licht dann wieder stehen*

Rap

*Vorbei wars mit dem Glück, ich war am Boden zerstört
Keine Hoffnung blieb zurück, hätt am liebsten aufgehört
Mit dem Leben, Schluß gemacht, aber das ist falsch gedacht
Und Ich habe gelernt, das Leben schlägt voll zu
Und es wird dich niemals fragen, bist du bereit dazu?
Und dann kommt diese Panik, es kann wieder geschehen
Wie soll ich jemals lernen damit umzugehen
Und verstehe was ich sage und höre was ich frage.
Ich will richtig leben, richtig leben,
Sonst hätt' ich schon verlor'n.*

Refrain

*Ich will Leben, das Schöne darin sehn.
Ich will Leben und immer weiter geh'n.
Durch das Tal der Trauer geh'n und im Licht dann wieder stehen*

„Nur im Kopf“

Intro

Nur im Kopf bin ich wirklich frei
Und niemand hört meinen Gedankenschrei
Ich mach` mich los von allem was mich hält
Der erste Schritt in meine neue Welt
Nur im Kopf

Strophe1

Ich fühle mich bedrängt, gefangen, eingezwängt
Niemand hört mich schrei'n, ich bin ganz allein
Wie komm´ ich hier heraus?
Halt es nicht mehr aus
Gedanken geben Licht
Grenzen gibt es nicht

Bridge

Frei nur in Gedanken, da gibt es keine Schranken
Der Anfang meiner Reise, bis zum Horizont und weiter

Refrain

Nur im Kopf bin ich wirklich frei
Und niemand hört meinen Gedankenschrei
Ich mach' mich los von allem was mich hält
Der erste Schritt in meine neue Welt
Dafür braucht es Mut, bis man's endlich tut, dann bin ich frei

Strophe2

Es fällt Kopf oder Zahl, das Leben trifft die Wahl
Doch es liegt bei mir, ob ich das akzeptier.
Jeder neue Schritt macht dann viel stärker, ich bleib dran
Jetzt sehe ich endlich Licht, Gedanken lenken mich

Bridge

Frei nur in Gedanken, da gibt es keine Schranken
Der Anfang meiner Reise, bis zum Horizont und weiter

Refrain

Nur im Kopf bin ich wirklich frei
Und niemand hört meinen Gedankenschrei
Ich mach' mich los von allem was mich hält

*Der erste Schritt in meine neue Welt
Dafür braucht es Mut, bis man's endlich tut, dann bin ich frei*

Rap

*Ich will frei sein, aber sag mir wie?
Freiheit ist keine Anarchie.
Freiheit in Gedanken, doch denken reicht nicht aus
Sie überwindet Schranken, aus dem Kopf ins Leben raus
Diese Sehnsucht spüren, kann mich zur Freiheit führen
Die Fesseln kann ich sprengen, die mein Leben noch beengen
Meine Freiheit reicht so weit, bis zur Grenze deiner Freiheit
Gehört mir nicht alleine, sie ist auch deine
Dann denke ich an dich, denn du träumst genau wie ich
Frei und ganz du selbst zu sein
Frei zu sein!*

Refrain3

*Nur im Kopf, bin ich wirklich frei
Und niemand hört meinen Gedankenschrei
Ich mach' mich los von allem was mich hält
Der erste Schritt in meine neue Welt
Dafür braucht es Mut, bis man's endlich tut, dann bin ich frei*

*Nur im Kopf, bist du wirklich frei
Und niemand hört, deinen Gedankenschrei
Du machst dich los von allem was dich hält
Der erste Schritt in deine neue Welt
Ich weiß man braucht viel Mut,
bis man's endlich tut, dann bist du frei*

Ich lass jetzt los, dann bist du frei

„Mach das Licht an“

Strophe 1

Mathetest - mein Kopf ist leer, ich verstehe gar nichts mehr
Hände feucht, die Klamotten kleben an mir
Ich spüre wie mein Herz einfriert und mein Kopf explodiert
Ich habe Angst und es wird so dunkel in mir

Refrain

Wer macht das Licht an, in der Dunkelheit
Ein Licht, das von der Angst befreit
Mach das Licht an, alleine schaff` ich es nicht
Mach das Licht an, dass ich wieder seh, dass ich nicht alleine geh
Mach das Licht an, alleine schaff` ich es nicht

Strophe 2

Vor dem Lehrer habe ich Angst, bei dem hab` ich keine Chance
Ganz allein, ich weiss ich schaffe es nicht
Meine Noten werden schlecht, ich mache es wirklich keinem recht
Der Lehrer ruft zu Hause an, jetzt bin ich dran

Refrain

Wer macht das Licht an, in der Dunkelheit,
Ein Licht, das von der Angst befreit
Mach das Licht an, alleine schaff` ich es nicht
Mach das Licht an, dass ich wieder seh, dass ich nicht alleine geh
Mach das Licht an, alleine schaff` ich es nicht

Rap

Hier ist alles um mich grau, weil ich mich doch nichts mehr trau
Keine Farbe mehr im Leben, fühl ich mich total daneben
Niemand, der mit mir mal spricht, kommt die Angst, dann geht das Licht.
Wage keinen Schritt zu gehen, denn der Weg ist nicht zu sehen.
Ich will nur ein schönes Leben, was hat sich für mich ergeben?
Will nicht immer Opfer sein, bin ich wirklich ganz allein?
Jetzt sehe ich, es geht nicht mehr, darum setz ich mich zur Wehr.
Ich komme wieder auf die Beine.
Ich bin nämlich NICHT alleine.

Bridge

Denn ich weiß Bescheid, Freunde stehen bereit

*Sie geben Mut das tut mir gut
Und sie zeigen mir den Weg in das Licht*

Refrain

*Ich mach das Licht an, dann kannst du wieder sehen
Du siehst den Weg, fang an zu gehen
Ich mach das Licht an, alleine bist du doch nicht
Nun geht das Licht an, ich stehe wieder auf
Fasse Mut und geh hinaus
Mit dem Licht an, alleine bin ich doch nicht
Ich spür das Licht*

Alleine bin ich doch nicht

Outro

[„So nicht mehr“](#)

Rap1

*Ich hasse meinen Wecker, aus der Küche kommt Gemecker
Wollte endlich essen, meine Mutter hat vergessen
Neue Milch zu kaufen und die hier ist abgelaufen
Das ist echt nicht wahr, denn jetzt wird mir klar
Dass ich gleich im Bus Mathe machen muss.
Gestern war nix drin, es hatte keinen Sinn
Denn die ganze Zeit gab's Zuhause Streit
Weil ich dann keinen Sitzplatz habe, bleib ich ohne Hausaufgabe.*

Bridge

*Stress, ich bin total verwirrt
Stress, weiß nicht was hier passiert*

Refrain

*Stopp! und hört mal her
Es ist zu viel, das ist nicht fair
Mein Leben wirbelt wild herum
Mal ruf ich laut, mal bleib ich stumm
So, nicht mehr!*

Rap2

*In der Schule dann kommt'n Lehrer an
„Machst du nix Zuhause?“ und ich raste aus
Ich bin wie blockiert, alle sind schockiert
Der Lehrer guckt schief, das gibt ein` Brief
Tage später dann kommt er bei uns an
Papa tickt gleich aus, ich renne heulend raus
Ich schmeiße gleich den Computer an
Ballerspiele sind jetzt dran.*

Rap3

*Ich sitz` jetzt hier vor der weißen Tür
Steht im Schulbericht mit dem stimmt was nicht
Hab`s schwarz auf weiß, ist totaler Scheiß
Bin nur ich gestört weil mich keiner hört?
Hältst du mich fest wenn mich alles stresst?
Sonst flieg ich weg, lande voll im Dreck
Alles geht schon jetzt daneben,
Wohin geht's mit meinem Leben?*

Bridge

*Stress, ich bin total verwirrt
Stress, weiß nicht was hier passiert*

Refrain

*Stopp! und hört mal her
Es ist zu viel, das ist nicht fair
Mein Leben wirbelt wild herum
Mal ruf ich laut, mal bleib ich stumm
So, nicht mehr!*

*Stress, ich bin vollgestopft, aber nichts kommt wirklich raus
Stress, alle wollen was, in der Schule und Zuhause*

Refrain

*Stopp! und hört mal her
Es ist zu viel, das ist nicht fair
Mein Leben wirbelt wild herum
Mal ruf ich laut, mal bleib ich stumm
So, nicht mehr!*

„Allein im Regen“

Intro

*Niemand der mir Wärme gibt
Ist da jemand der mich liebt?
Wolken die sich nicht bewegen
Ich steh allein im Regen*

Strophe1

*Gestern war sie doch noch hier, ich bin sauer, doch auf wen?
Jetzt bin ich hier allein mit mir, warum müssen Menschen geh'n?
Ich schau zurück, doch dann voraus, neue Ziele werden draus
Ich stell mir vor was werden kann, morgen fängt schon heute an*

Bridge

*Für mich steht die Welt ganz still, ganz egal was ich auch will
Wolken die sich nicht bewegen, ich steh allein im Regen*

Refrain

*Nichts ist mehr, so wie vorher
denn das Leben hat die Welt für mich auf den Kopf gestellt
Nichts ist mehr, so wie vorher
Neue Hoffnung hat die Welt für mich auf den Kopf gestellt*

Strophe2

*Ich möchte wieder an den Ort ,an dem ich einmal war.
Und ich wäre gerne unsichtbar, wünschte mich von hier weit fort
Mein altes Leben hätte ich gern, doch es geht kein Weg zurück
Ich stehe in der Gegenwart, neues Leben, neues Glück*

Bridge

*Niemand der mir Wärme gibt, ist da jemand der mich liebt?
Wolken die sich nicht bewegen, ich steh allein im Regen*

Refrain

*Nichts ist mehr, so wie vorher
denn das Leben hat die Welt für mich auf den Kopf gestellt
Nichts ist mehr, so wie vorher
Neue Hoffnung hat die Welt für mich auf den Kopf gestellt*

Rap

*Vor mir steht ein Bild von Dir
Aber ohne Leben nur ein Stück Papier
Ich habe in mir dieses Sehnen
Manchmal fließen stumme Tränen
Grade jetzt würde ich dich brauchen und tief in deinen Trost eintauchen
Deine Schulter, deinen Arm, neue Hoffnung hell und warm
Alte Freunde, neue Leute, Menschen den' ich was bedeute
Geben Kraft nicht aufzugeben, Chancen auf ein neues Leben
Ist es Pech oder doch ein Segen? Ich steh allein im Regen*

Refrain

*Nichts ist mehr, so wie vorher
denn das Leben hat die Welt für mich auf den Kopf gestellt
Nichts ist mehr, so wie vorher
Neue Hoffnung hat die Welt für mich auf den Kopf gestellt*

„Bin so viel mehr“

Rap1

*Dann nachts um vier, fragte mich, was mach ich hier?
Ich schaute in den Spiegel und weinte dann in mir.
Und die Trauer war zu groß, dachte: bin das noch ich?
Hab immer gedacht, ich lass mich niemals im Stich!
Ich hab meine Mutter echt am Boden gesehen.
Ich meinte es wird was Besseres, was Gutes geschehen.
Sie hat für mich so viele Tränen vergossen
Und das zu erleben hat mein Herz gebrochen.
Du schaffst das schon, wenn du fleißig lernst
Meine Mutter sagte mir, nimm das Ganze ernst
Ich konnte gar nicht schlafen, hab das nicht akzeptiert
Hab zu viel Mist gebaut, war mit Faulheit infiziert
Ich wachte auf, es war kalt, ich fühlte mich schrecklich alt
Ich schlug mit den Händen gegen Wände – mit Gewalt
War nichts mehr zu machen und ich schaute nur
Wie meine Freunde weitergehen, in Richtung Abitur*

Bridge

*Ich fall nur hin, lieg nicht ein Leben lang
Steh` wieder auf, heut ist ein Neuanfang*

Refrain

*Läuft was schief, lern ich viel daraus.
Zu Fehlern steh'n, macht die Leute aus.
Wer nicht verliert hat gar nichts ausprobiert
Will nicht immer hörn, was damals war
Ich weiß das war nicht wunderbar
Wer von uns steht wirklich sauber da?
Mein Wert kennt keinen Zähler
Hör zu was ich erzähle
Ich bin mehr als meine Fehler*

Rap2

*Ich war nicht immer fair und hab auch Lügen erzählt
Und nur zu Gewinnen hat in dem Moment gezählt
Jetzt sag mir die Wahrheit lieber voll ins Gesicht
Ich kann es gut ertragen, Lügen brauch ich wirklich nicht
Ich machte einen Neustart, aber der war hart
Von jetzt an mach ich es auf eine andere Art
Ich kann es nicht vergessen, aber will mir selbst vergeben
Diese bittere Erfahrung will ich nicht noch mal erleben
Geflogen von der Schule, hab ich Pech gehabt?
Hab ich meine Noten wirklich alle so verkackt?
All meine Fehler wirfst du mir immer wieder vor
Es dauert nicht mehr lange bis zum Eigentor
Das Gefühl der Einsamkeit nimmt mir jede Sicht
Die Ignoranz des Lebens nimmt mir meine Zuversicht
Sie hat mich aufgebaut und ich hab sie stolz gemacht
Dann sah ich meine Mutter wie sie endlich wieder lacht*

Bridge

*Ich fall nur hin, lieg nicht ein Leben lang
Steh` wieder auf, heut ist ein Neuanfang*

Refrain

*Läuft was schief, lern ich viel daraus
Zu Fehlern steh'n, macht die Leute aus
Wer nicht verliert hat gar nichts ausprobiert
Will nicht immer hörn, was damals war
Ich weiß das war nicht wunderbar*

*Wer von uns steht wirklich sauber da?
Mein Wert kennt keinen Zähler
Hör zu was ich erzähle
Ich bin mehr als meine Fehler*

Mittelteil1

*Leben ist ein schmaler Pfad
Und Jeder macht's auf seine Art
Jeder steht allein an seinem eignen Start
Ich denk nicht nach was wär
Renn auch niemals hinterher
Ich weiß genau, ich bin doch so viel mehr*

Mittelteil2

*Leben fordert mich heraus
Und du probierst dich weiter aus
Ich weiß es gibt nicht immer nur Applaus
Ich wünsch es dir so sehr
Mach's mir selber nicht so schwer.
Denn ich weiß genau, du bist doch so viel mehr*

Refrain

*Läuft was schief, lern ich viel daraus.
Zu Fehlern steh'n, macht die Leute aus.
Wer nicht verliert hat gar nichts ausprobiert
Will nicht immer hörn, was damals war
Ich weiß das war nicht wunderbar
Wer von uns steht wirklich sauber da?
Mein Wert kennt keinen Zähler
Hör zu was ich erzähle
Ich bin mehr als meine Fehler*

Outro

*Leben ist ein schmaler Pfad
Und Jeder macht's auf seine Art
Jeder steht allein an seinem eignen Start
Ich denk nicht nach was wär
Renn auch niemals hinterher
Ich weiß genau, ich bin doch so viel mehr*

„SchwarzWeiß“

Rap1

Er sieht` nur braune Augen,
ein Tuch und dunkle Haut.
und sagt dann diese Sachen,
und die andern lachen laut.
Ich seh` die blauen Augen,
Und dass du mich nicht magst
du denkst du weiß schon alles,
obwohl du gar nicht fragst
Was du denkst will ich versteh`n
komm wir hörn einander zu
alles was uns tief verletzt,
ist dann endlich ein Tabu
Lerne meine Welt erst kennen
Lebe mit mir eine Weile
Was wir alles Wahrheit nennen
Sind ganz oft Vorurteile

Refrain

Schwarzweiß,
Kennst du einen, hast du alle gesehen
Willst nicht wissen, nicht wirklich versteh`n
Schwarzweiß
Abgestempelt, weil du völlig vergisst,
Das die Welt farbig ist

Rap2

Warum fällt es uns so schwer,
Stört das Andere uns so sehr?
Weil du schnell ein Urteil fällst,
Mich in eine Ecke stellst
Gehör ich da nicht hin
Weil ich doch ganz anders bin.
Egal ob Moslem oder Christ
Egal ob arm oder reich
Ich will wissen wer du bist
Denn wir sind doch alle gleich
Du hörst `ne fremde Sprache,
Siehst gleich den Terrorist,

*Verstehst nicht was wir sagen,
Interessiert dich alles nicht
Du schreist, "Geh doch nach Hause",
Nur weil ich dunkel bin,
Du denkst das ist unmöglich,
Dass ich hier geboren bin*

Bridge

Refrain

*Schwarzweiß,
Kennst du einen, hast du alle gesehen
Willst nicht wissen, nicht wirklich versteh'n
Schwarzweiß
Abgestempelt, weil du völlig vergisst,
Das die Welt farbig ist*

Bridge

*Warum fällt es uns so schwer,
Stört das Andere uns so sehr?*

Schwarzweiß!

Ich will wissen, wer du wirklich bist

Schwarzweiß!

Ich will wissen, was in Dir ist

Schwarzweiß!

Ist nicht alles, du bist farbenblind

Du zahlst einen Preis

Schwarzweiß!

Bridge

Warum fällt es uns so schwer?

Stört das Andere uns so sehr?

Refrain

Schwarzweiß,

Kennst du einen, hast du alle gesehen

Willst nicht wissen, nicht wirklich versteh'n

Schwarzweiß

Abgestempelt, weil du völlig vergisst

Das die Welt farbig ist

„Sag es laut“

Refrain

So sag es laut und sag es langsam
Deine Worte muss ich sehen
Auch wenn ich nicht gut höre
Dein Gesicht kann ich verstehen
Sag es laut und sag es langsam
Jedes Wort sehe ich ganz klar
Ich sehe in deinen Augen
Was du denkst und was ist wahr

Rap1

Meine Welt ist still, doch lass dich darauf ein
Wer mich dort treffen will, der muss ja nicht schreien
Ich sehe auch das meiste, was du mir sagst
Ob du Dinge liebst oder gar nicht magst.
Ich bin gesund geboren und ich wurde krank
Ich bekam mein Hörgerät dann in die Hand
Guck mich doch an und nerv mich bitte nicht
Mach deinen Mund auf und nuschel bloß nicht
Es ist hier zu laut so lass uns nun geh'n
An einen ruhigeren Ort, ich will dich verstehen,

Bridge

Es liegt so nah, für uns ist klar,

Refrain

So sag es laut und sag es langsam
Deine Worte muss ich sehen
auch wenn ich nicht gut höre
Dein Gesicht kann ich verstehen
Sag es laut und sag es langsam
Jedes Wort sehe ich ganz klar
Ich sehe in deinen Augen,
Was du denkst und was ist wahr

Rap2

Ich höre was du sagst und sehe was du meinst
Dein Gesicht sagt mir alles, ob du lachst oder weinst
Ich schau in deine Augen und sehe dein Herz
All deine Freude und all deinen Schmerz

*Zu leise, zu schnell, oder gar kein Gesicht
Das heißt nun für mich, ich rede auch nicht
Und dann ist die Leitung ja erstmal tot
Ich komme mir vor wie ein Idiot
Hast du keine Geduld und schließt mich aus
Werde ich ignoriert, geht der Schalter aus*

Bridge

Es liegt so nah, für uns ist klar

Refrain

*So sag es laut, und sag es langsam
Deine Worte muss ich sehen
Auch wenn ich nicht gut höre
Dein Gesicht kann ich verstehen
Sag es laut und sag es langsam
Jedes Wort sehe ich ganz klar
Ich sehe in deinen Augen,
Was du denkst und was ist wahr*

Mittelteil

*Wir woll'n nicht draußen stehen
Versuch uns zu verstehen
Sind keine graue Maus
Die schließt man immer wieder aus
Wir wollen dabei sein
Nicht da und doch allein
Das Miteinander sein
Soll das Normalste der Welt sein*

Refrain2

*Ich sag es laut, ich sag es langsam
Meine Worte musst du sehen
Auch wenn du mich nicht gut hörst
Mein Gesicht kannst du verstehen
Ich sag es laut, ich sag es langsam
Jedes Wort siehst du ganz klar
Du siehst in meinen Augen,
Was ich denk und was ist wahr*

„Jeder ist anders“

Refrain

*Jeder ist anders, doch alle sind gleich,
Ob Schwarz oder Weiß, ob arm oder reich
Ob Mann oder Frau, es sind alle gleich
Jeder ist anders, doch alle sind gleich.*

Rap

*Ob Serbe, Pole, Pakistaner
Ob Türke, Portugiese oder Afrikaner
Wir leben zusammen, doch Häuser liegen in Flammen,
Von Rechtsradikalen, den hirnlos Brutalen.
Sie sind geflohen aus anderen Ländern
Um ihr Leben hier zu verändern.
Sie wollen hier Leben, ohne Ärger zu kriegen
Gefunden haben sie was? Hass!
Ich bin hier geboren, und fühl' mich zerrissen.
Teilweise beleidigt, von niemand' verteidigt.
Manch einer schreit, ich soll mich verpissen.
Die Hautfarbe ist anders, doch ich weiß, ich kann was.
An einigen Tagen fühl ich mich beschissen
Und von der Schwäche darf keiner wissen
An so einem Tag spür' ich dann nur Wut.
Die Stimme in mir sagt, du hast noch Mut
In mir ruft die Hoffnung, es wird alles gut.*

Refrain

*Jeder ist anders, doch alle sind gleich,
Ob Schwarz oder Weiß, ob arm oder reich
Ob Mann oder Frau, es sind alle gleich
Jeder ist anders, doch alle sind gleich*

Rap2

*Ich muss alles machen, mein Bruder kann lachen
Er geht einfach raus und ich putz das Haus,
Mit Jungs mich zu treffen, das kann ich vergessen.
Die Kontrolle ist da, ich verdeck' jetzt mein Haar
Mein Weg zu den Sternen, ich möcht' gerne lernen
Jungsberuf machen, doch die Eltern, sie lachen
Ich kämpf Jahr um Jahr, die Kontrolle ist immer noch da
Ich verdeck' jetzt mein Haar*

*Das Fernseh'n zeigt was schön sein ist
Es zeigt jeden Tag wie hässlich du bist
Bruce und Heidi haben nicht das Recht
Dass mein Traum zerbricht, denn das will ich nicht
Die Nasen und Lippen sind gar nicht echt
Bei den gefälschten Bildern fühl' ich mich schlecht
Öffne die Augen und sieh dir an
Wie schön die Welt auch so sein kann
Jeder ist anders, das ist mir klar
Schön ist jeder und nur das ist wahr*

Refrain

*Jeder ist anders, doch alle sind gleich,
Ob Schwarz oder Weiß, ob arm oder reich
Ob Mann oder Frau, es sind alle gleich
Jeder ist anders, doch alle sind gleich*

Mittelteil

*Sprache fremd, bin gehemmt
Fremder Klang, Angst im Gang
Dunkles Haar, bringt Gefahr
Vorurteil ist nicht geil*

*Schwarze Haut, in Deutschland klaut
Arbeit weg, spielt im Dreck
Falscher Neid, bringt nur Leid
Vorurteil ist nicht geil*

Refrain:

*Jeder ist anders, doch alle sind gleich,
Ob Schwarz oder Weiß, ob arm oder reich
Ob Mann oder Frau, es sind alle gleich
Jeder ist anders, doch alle sind gleich
Ob schön oder hässlich, ob dick oder dünn
Ich bin froh, dass ich bin wie ich bin
Ob schön oder hässlich, ob dick oder dünn
Ich bin froh, dass ich bin wie ich bin*

„Auf der Reise“

Refrain

*Auf der Reise werd ich weiser, meine Reise zu mir hin
Ich entscheide wie ich lebe, entscheide wer ich bin
was ich gebe, was ich nehme, ist alles in mir drin
und verlier ich meine Wege und weiß nicht mehr wohin*

Strophe1

*Ich versteh' nicht wer ich bin, macht die suche nach mir Sinn?
Ich gehe meinen Weg, doch wo führt er mich hin?
Ein Zug bringt meine Träume, fährt in mein Leben rein
Seh nur die nächste Kurve und steig ich wirklich ein?
Ich fürchte meine Ängste, sie halten mich zurück
Ist das hier meine Reise, führt sie zu meinem Glück?*

Bridge

*Meinem Leben lass ich freien Lauf
Die Suche geb ich niemals auf
Ich brauche Sicherheit
Und irgendwas das bleibt*

Refrain

*Auf der Reise, werd ich weiser, meine Reise zu mir hin
Ich entscheide, wie ich lebe entscheide wer ich bin
was ich gebe, was ich nehme ist alles in mir drin
und verlier ich meine Wege und weiß nicht mehr wohin
Auf der Reise werd ich weiser, meine Reise zu mir hin
Ich entscheide wie ich lebe, entscheide wer ich bin
Denn das Ziel ist der Weg dahin*

Strophe2

*Denn um Steine auf dem Boden, mach ich ja keinen Bogen
Nicht immer alles richtig, ich mach was, das ist wichtig
Ein Gleis hat hier sein Ende und wirft mich aus der Bahn
Im Nebel meiner Sorgen such ich `nen neuen Plan
Steine liegen auf dem Weg, ich bleibe erst mal steh`n
Wir räumen's aus dem Weg, jetzt kann ich weiter geh`n*

Bridge

*Meinem Leben lass ich freien Lauf
die Suche geb ich niemals auf
Ich brauche Sicherheit*

Und irgendwas das bleibt

Refrain

*Auf der Reise werd ich weiser, meine Reise zu mir hin
Ich entscheide wie ich lebe, entscheide wer ich bin
was ich gebe, was ich nehme, ist alles in mir drin
und verlier ich meine Wege und weiß nicht mehr wohin,
Auf der Reise werd ich weiser, meine Reise zu mir hin
Ich entscheide wie ich lebe, entscheide wer ich bin
Denn das Ziel ist der Weg dahin*

*Wohin, wohin, meine Reise zu mir hin
Wohin, wohin, meine Reise zu mir hin*

Rap

*Auf geht's, ab geht's, zeig was du kannst
Hör auf zu labern und fang endlich an
Du gehst, du läufst, du fällst auf dem Weg
Erwarte nicht, dass dich ein anderer trägt
Geb dich niemals auf, das ist verlorene Zeit
Entscheid dich für das Richtige, sonst hast du Bitterkeit.
Als Mitläufer kommst du ans Ziel nie ran
Nur an das Ziel der anderen dran
Pass auf vor Leuten, die Steine vor dich rollen
Umgib dich nur mit solchen, die das Beste für dich wollen
Folge nicht den Massen, sei ein Original
Wenn du dich verbiegst wäre das katastrophal
Wäre das katastrophal*

Refrain

*Auf der Reise werd ich weiser, meine Reise zu mir hin
Ich entscheide wie ich lebe, entscheide wer ich bin
Was ich gebe, was ich nehme, ist alles in mir drin
Und verlier ich meine Wege und weiß nicht mehr wohin,
Auf der Reise werd ich weiser, meine Reise zu mir hin
Ich entscheide wie ich lebe, entscheide wer ich bin
Denn das Ziel ist der Weg dahin*

„Durch meine Wand..“

Intro

*Hinter meiner Wand, muss mich entscheiden
Ich muss mal raus, Nicht immer hier bleiben*

Rap1:

*Diese Wand bleibt immer, ist ein Stück Sicherheit
Schützt wie ein kleines Zimmer von Zeit zu Zeit
Ich schau in mich hinein und hinter dieser Wand
Seh ganz was anderes, mein ganz besonderes Land
In diesem Land lebt allein die Phantasie
Alle meine Gedanken, die verrate ich nie
Doch nur mit sich allein, kann nicht alles sein
Muss ich nicht der Beste sein, nur so gut wie ich es kann*

Bridge

*Allmählich wird mir klar
So werden Träume wahr*

Refrain

*Hinter meiner Wand
Kann ich nicht immer bleiben
Ich muss mal raus, muss ich mich zeigen
Durch meine Wand, muss ich mich wagen
Will jemand sein, hab auch was zu sagen
Durch meine Wand*

Rap2

*Hab die Tür geseh'n, wie geht sie auf?
Will ich leben muss ich durch, sonst geh ich drauf
Eine Stimme sagt draußen, hör mir doch zu!
Diese Tür öffnen, kannst nur du!"
Doch die Stimme macht mir Mut und alles wird gut
Geh durch diese Wand, ja, das ist riskant!"
Und ich denke: „Mann, egal, diese Qual
Muss Du hinter dich bringen, ich hab` keine andere Wahl."*

Bridge

*Allmählich wird mir klar
So werden Träume wahr*

Refrain

*Hinter meiner Wand,
Kann ich nicht immer bleiben
Ich muss mal raus, muss ich mich zeigen
Durch meine Wand, muss ich mich wagen
Will jemand sein, hab auch was zu sagen
Durch meine Wand*

Mittelteil

*Und nichts was Wert hat gibt es leicht
Ich weiß mein Wille reicht
Später zeig` ich andern wie man über Wände steigt
Denn ich weiß jetzt wie es geht, **weil man zueinander steht***

Bridge

*Allmählich wird mir klar
So werden Träume wahr*

Refrain

*Hinter meiner Wand
Kann ich nicht immer bleiben
Ich muss mal raus, muss ich mich zeigen
Durch meine Wand muss ich mich wagen
Will jemand sein, hab auch was zu sagen
Durch meine Wand*

Outro

*Hinter meiner Wand
Muss mich entscheiden
Ich muss mal raus
Nicht immer hier bleiben
Hinter meiner Wand*

„Aus dem Schatten“

Einleitung Show Strophe1 (Kandidatin)

*Ich leide und verstelle mich
Bin traurig und vermisse dich
Bin voller Wut, doch ohne Mut
Es geht dir gut auch ohne mich
Durch Eifersucht verlier ich dich
Ich denke nicht mehr klar
Was ist denn nun wahr?
Es geht mir nicht gut,
Fühl mich schlecht
Wie komm ich alleine zurecht?*

Bridge (Jury#1/2)

*Wenn das so weitergeht, dann ist es bald zu spät
Bist allein
Kandidatin*

Ich finde das alles so richtig gemein

Jury#3/4

*Das macht dich völlig krank
Deine Nerven liegen blank Muss das sein?*

Kandidatin

War so schön, ich hab nichts falsch gemacht

Refrain (Jury/Moderatoren)

Das brauchst du nicht

Lass es einfach gehen

Versuch es lieber zu verstehen

Verliere nicht dieses Licht in dir

Sonst wirst du nur ein Schatten sein

Kandidatin

“Ich will doch nicht ihr Schatten sein”

Strophe2 Kandidatin (Neid)

Ich kann es kaum ertragen

Wie kann man so viel haben?

Beliebt auch sehr, dazu noch Flair

Und gegen dich kommt keiner an

Ich frage mich, ob ich das kann?

Und was ich auch tu, werd nie so wie du

Es geht mir nicht gut, fühl mich schlecht

Wie komm ich mit mir nur zurecht?

Rap Kandidaten (Missgunst)

*Das darf nicht wahr sein, das ist nicht fair,
Ich gönne ihm ja gar nichts, er nervt mich sehr*

Kommentar Wohnzimmer

*Das denk ich auch, er hat nichts drauf
Gibt ständig an, als ob er´s kann*

*Es kotzt mich an, so wie du bist
Erzählst es auch jedem, wie schlau du bist
Ab sofort, red' mit dir kein Wort
Such dir gefälligst einen anderen Ort*

Kommentar Wohnzimmer

*Hey man, was macht ihr da, das ist mein bester Freund,
Was denn, erzieh ihn mal, da hat er was versäumt*

*Du bist nicht so toll, wie alle andern sagen
Und wenn ich dich höre, kann ich's nicht ertragen*

Kommentar Wohnzimmer

*Ich weiß es ganz sicher, weiß genau was sie meinen
Wenn ich das hör, kommt bei mir das weinen*

*Es geht mir nicht gut, ich fühle mich schlecht
Ich finde das alles so ungerecht
So ungerecht !*

Kommentar Wohnzimmer

Ja!

Mittelteil (Moderatoren)

*So bleibst du allein,
Keiner will bei dir sein
Bist aggressiv, zickig und auch gemein
Alles ist für dich nur immer eine Pflicht
Kein Lächeln finde ich in deinem Gesicht
Wirst depressiv, denkst alles ist schlecht
Jammerst nur noch rum, hast so viel Pech
Ihr fühlt euch so einsam und seid negativ
Das wäre eure Zukunft definitiv*

Refrain (Jury/Moderatoren)

*Das brauchst du nicht,
Lass es einfach gehen
Versuch es lieber zu verstehen
Verliere nicht dieses Licht in dir
Und komm aus diesem Schatten raus*

Show (Moderatoren/Jury)

*Hör doch auf!
Mach's lieber dann auf deine Art
Hör doch auf!
Dann bleibt dir so viel Leid erspart
Steh doch auf!
Und sperr dich nicht vom Leben aus
Steh doch auf!
Und komm aus deinem Schatten raus*

Dialog im Wohnzimmer

[„Hinterm Rücken“](#)

Intro, erzählt

Strophe 1

M Clique

*Er, warum gerade er ?
Von all den Jungs, das ist nicht fair
Und dann lässt sie uns im Stich
Sie denkt nur an sich und wo bleib ich*

*Man, hey, das glaubt ihr nicht, ich hab grad was gehört
Sie hatte etwas Besseres, sie hat unsern Tag zerstört
War doch klar, ja, ich hab's gewusst
Sie war schon immer so
Nach außen hin macht sie auf nett*

Dann macht sie so´ne Show

Bridge

*Das hätt ich nie von ihr gedacht, dass sie jetzt mit ihm rummacht
War doch alles nur gelogen, sie hat uns auch voll betrogen*

*M1. Hinter´m Rücken da spür ich was
Reden, Flüstern, was soll denn das?*

*M2. Das soll ihr weh tun, das wünsch ich ihr
Das geht ja gar nicht, das macht man nicht mit mir*

M1. Hinter`m Rücken, was läuft denn da?

Dies´ Gezicke geht mir richtig nah.

*M2. Ich dreh bald durch, ich halt´s nicht aus
Jetzt wird´s persönlich und ich lass jetzt alles raus*

Rap2

Hey, das ist doch nicht,Alex, oder?

Klar, das ist doch sein Gesicht

Wetten das, die knutschen rum

Der hat doch `ne Freundin, ist der dumm?

Man was ist das für ein Idiot, damit ist der für uns jetzt tot

Hey, sag mal hast du mal ein Handy da?

Dann mach mal ein paar Fotos von dem neuen Paar

Strophe 2:

*Hey, man, das glaubst du nicht, hast du das schon gesehen
Wir haben die ganze Zeit gedacht, du würdest mit ihm geh`n
War doch klar, ja, ich hab`s gewusst, er war schon immer so
Nach außen hin macht er auf nett, dann macht er so´ne Show*

Bridge

*Das hätt ich nie von ihm gedacht, das er so linke Sachen macht
War doch alles nur gelogen, er hat sie doch voll betrogen*

Refrain

*J1 Hinter´m Rücken da spür ich was
Reden, Flüstern, was soll denn das?*

*M1 Das soll ihm weh tun, das wünsch ich dir
Das geht ja gar nicht, das macht man nicht mit mir*

J1 Hinter`m Rücken, was läuft denn da?

Dies´ Gezicke geht mir richtig nah.

*Ich dreh bald durch, ich halt´s nicht aus
Jetzt wird´s persönlich und ich lass jetzt alles raus*

Mittelteil Gespräch

Rap3

*Das Gift, in einem Wort
Fällt in meine Seele, bleibt für lange dort
Es frisst und du merkst es nicht
Erst wenn alles um dich herum zerbricht
Und gegen das Gift wäre ich gern immun
Jetzt hab ich damit viel zu viel zu tun
Du kriegst es nicht aus deinem Leben
Irgendwas bleibt immer kleben*

Sprechen

Refrain 3:

*Hinter'm Rücken da war doch was
Reden, flüstern, was sollte das?
Willst du was sagen, dann grade aus
Dann sag's persönlich, oder halt dich lieber raus.
Hinter'm Rücken ich sag dir was
Hör auf zu lästern, was soll denn das?
Wohin das führt all diese Lästerei?
Dann mach nicht mit, und du bist endlich frei*

Outro Gespräch

„Scheinwelt“

Intro

Ich weiß wer du wirklich bist!

Strophe 1

*Dinge ändern sich und verwirren mich
Hat das alles einen Sinn?
Ist es weil ich gerne anders bin?
Wache jede Nacht, jedes Mal gedacht
Hab mich doch so klein gemacht
Tief in mir da lebt ein anderes Kind*

Bridge

*Eine Tür ist offen, ich geh hin allein
So sehr verlockend, ich falle wieder rein*

Refrain

*In meine Scheinwelt, die mich hält
Denn was man sieht, egal wohin man flieht
Ist alles eine Scheinwelt, in die man fällt
Das bin ich nicht, das will ich wirklich nicht
Will keine Scheinwelt, die mir ein Bein stellt
Scheinwelt, Scheinwelt*

Strophe2

*Vogel ohne Schwinge, Angst will mich bezwingen
Und doch will ich jetzt singen
Bin einzig, einzig so wie du!
Meine Stimme fliegt, endlich und sie siegt
Weil nichts sie unterkriegt
Es ist klar, der Himmel hört mir zu*

Bridge

*Eine Tür ist offen, ich geh hin allein
So sehr verlockend, ich falle wieder rein*

Refrain

*In meine Scheinwelt, die mich hält
Denn was man sieht, egal wohin man flieht
Ist alles eine Scheinwelt, in die man fällt
Das bin ich nicht, das will ich wirklich nicht
Will keine Scheinwelt, die mir ein Bein stellt
Scheinwelt, Scheinwelt*

Rap

*Alleine und dann deine Flucht fing an
Die Flucht in Illusionen, nichts Wahres dran
Du hast es jetzt erkannt und das ist echt gut
Und alles was du dafür brauchst ist jetzt nur Mut
Denn dass du wirklich da bist, das ist voll wichtig
Du bist du und ich bin ich, das ist so richtig
Du musst dich nicht verstecken
Hast der Welt etwas zu geben.
Oder willst du deine Zeit in einer Scheinwelt leben?*

*Ich kenne dich, weiß wer du bist
Ich bin die, die nie vergisst
Versteck dich nicht, ich finde dich
Ich komm dir nah, gleich bin ich da*

*Ich kenne dich, weiß wer du bist
Ich bin die, die nie vergisst
Versteck dich nicht, ich finde dich
Ich komm dir nah, gleich bin ich da
Ich weiß wer du wirklich bist
Outro Refrain*

„Eine Art Magie“

Strophe 1

*Mein Vertrauen nur noch Scherben
Sie liegen angespült am Strand
Unsere Freundschaft liegt begraben
Und verloren hier im Sand
Und auf einmal war es anders
Konnte nicht mehr zu dir geh`n
Und die Welt sie drehte weiter
Und ich blieb alleine stehen
Und die Jahre die mir fehlen
Sind für mich gestohlene Zeit
Tiefe Spuren hinterlassen
Das Gefühl der Einsamkeit*

Bridge

*Kommen Ängste und Sorgen zu nah
Flieg ich weit weg, ganz ohne Gefahr
Es ist das Licht in dunkler Nacht,
Das mich einfach glücklich macht
Ich fühle mich befreit, hab' Sicherheit
Und sie schenkt mir Lebenslust
Nimmt mir Panik, Angst und Frust
Fliege, flieg, und spür´ne Art Magie*

Strophe 2

*Alte Ängste werfen Schatten
Und sie nehmen mir das Licht
Denn im Dunkeln bin ich hilflos*

*Wehren kann ich mich auch nicht
Die Entscheidung ist gefallen
Ich darf dich nicht mehr seh`n
Unser Traum, der ist verloren
Und ich treib' in meinen Tränen*

Bridge

*Kommen Ängste und Sorgen zu nah,
Flieg ich weit weg, ganz ohne Gefahr
Es ist das Licht in dunkler Nacht,
Das mich einfach glücklich macht
Ich fühle mich befreit, hab' Sicherheit
Und sie schenkt mir Lebenslust,
Nimmt mir Panik, Angst und Frust
Fliege, flieg, und spür' `ne Art Magie*

Mittelteil

*Ich erträum mir meine Wünsche
Mit den Klängen dieser Welt
Ich mach eine Reise durch die Töne
Wo mir alles so gefällt
Und ich seh die Welt in Farben
Eine Leiter baut sich auf
Und sie zieht mich aus dem Graben
Ein Himmel macht sich auf*

Refrain

*Es ist das Licht in dunkler Nacht,
Das mich einfach glücklich macht
Ich fühle mich befreit, hab' Sicherheit
Und sie schenkt mir Lebenslust,
Nimmt mir Panik, Angst und Frust
Fliege, flieg, und spür' `ne Art Magie*

*Und ich seh die Welt in Farben
Eine Leiter baut sich auf
Und sie zieht mich aus dem Graben
Ein Himmel macht sich auf
Es ist das Licht in dunkler Nacht,
Das mich einfach glücklich macht
Ich fühle mich befreit, hab' Sicherheit
Und sie schenkt mir Lebenslust,
Nimmt mir Panik, Angst und Frust*

Fliege, flieg, und spür´ne Art Magie

*Die Magie löst sich jetzt auf
Und die Klänge bleiben aus
wenn in meiner Welt - der letzte Ton fällt
Der Ton fällt*

„Lachen“

Intro Gespräch

Rap1

*Mach ein Auge auf, seh Das Wetter ist mies,
Will nicht aus dem Bett, meine Mutter wird fies
Dann Auf dem Weg zur Schule
Bin ich voll negativ, jeder steht mir im Weg
Das macht mich echt aggressiv
Ich warte auf den Bus, der gar nicht kommt
Endlich angekommen, folgt ein Kommentar prompt
Halt's Maul, ich hab keinen Bock auf dich
Du gibst mir echt den Rest
Aber falsch gedacht das wars noch nicht
Jetzt folgt auch noch ein Vokabeltest
Alles läuft schief, heut ist nicht unserer Tag
Die Welt gegen uns und das Leben ist hart*

Bridge1

*Schlechte Laune macht's nicht besser
Schlägt nur einen Nagel in deinen Sarg
Und Ich schenk dir gern ein Lächeln
Bring bunte Farben in deinen Tag*

Refrain

*Ich brauch das Lachen, das niemals vergeht
Es ist die Sprache, die jeder versteht
Es ist der schönste Klang der Welt
Berührt die Seele, wenn es auf mich fällt*

*Sei doch einfach mal dabei
Am Ende fühlst du dich wirklich frei*

Rap2

*Ich komm nach Hause und ich fühle mich eigentlich gut
Meine Schwester schreit mich an, hoch in mir kommt dann die Wut
Mein Handy klingelt und genervt gehe ich ran
Hast du die Hausaufgabe und ich schnauze sie gleich an
Ich versuche es bei vielen, aber keiner ist da
Erst beim vierten eine Antwort, aber gar nicht brauchbar
Schmeiß das Buch in die Ecke und die Tassen kippen um
Meine Schwester wird ganz naß und schreit, man, bist du dumm!
Meine Mutter stürmt herein und ich petz das gleich direkt
Immer fängt sie an zu schreien, weil sie überhaupt nichts checkt*

Bridge2

*Nun versuch ich's mal mit Lachen
Ich schau mir an was dann passiert
Und spüre alles wird viel leichter
Ich fühl mich nicht mehr deprimiert*

Refrain

*Ich brauch das Lachen, das niemals vergeht
Es ist die Sprache, die jeder versteht
Es ist der schönste Klang der Welt
Berührt die Seele, wenn es auf mich fällt
Sei doch einfach mal dabei
Am Ende fühlst du dich wirklich frei*

Mittelteil

*Und dein Lachen ist so viel schöner
Und es schmeichelt auch deinem Gesicht
Du kannst es tausendmal verschenken
Und so oft wie du kannst, aber weniger wird es nicht*

Refrain

*Ich brauch das Lachen, das niemals vergeht
Es ist die Sprache, die jeder versteht
Es ist der schönste Klang der Welt
Berührt die Seele, wenn es auf mich fällt*

Outro

Ich brauch das Lachen, das niemals vergeht

*Es ist die Sprache, die jeder versteht
Es ist der schönste Klang der Welt
berührt die Seele, wenn es auf mich fällt
Und dein Lachen ist so viel schöner
Und es schmeichelt auch deinem Gesicht
Du kannst es tausendmal verschenken
Und so oft wie du kannst,
aber weniger wird es nicht*

„Be smart, don't start“

Rap1

*Rauchen hat mich so schön und wirklich schlank gemacht
Habe mutig und kühl über alles gelacht
**Nur weil dein Body sich ständig entgiftet
Ohne das würden deine Organe vernichtet**
In eine freshe Gang hat es mich reingebracht
Treiben uns rum bis nach Mitternacht
**Es ist so viel rauch und doch kein Feuer
Und Oben drauf wird's dann auch noch teuer**
Aber ich mach so viel mehr verrückte Sachen
Und ich kann dabei über jeden und alles Lachen
**Doch du hast deine allerbesten Freunde verlassen
Weil du denkst, du könntest zu viel Dinge verpassen***

Bridge

*Macht es so viel Spaß wenn du so schlecht riechst?
Oder dann im Sport du nur noch kriechst?
Nun sag mir ehrlich, ist das wirklich cool?
Schmeißt du das Geld so gerne raus?
Bist du pleite, bleibst du dann zu Haus?
Nun sag mir ehrlich, ist das wirklich cool ?*

Refrain

Be smart don't Start, don't start, be smart

Rap2

*Ich seh so cool aus mit der Kippe in der Hand
So wie die grossen Filmstars auf meiner Leinwand*

**Wie du riechst zieht mich nicht wirklich an
Und um bekannt zu werden muss du ganz anders ran
Doch ich find es cool, bin ganz gechillt
Kann jederzeit aufhören, wann ich will
Doch ich seh dich im Regen rauchend frieren
Mit Raucherhusten und Firmen profitieren
Ich rauche so wenig, das betrifft mich nicht
Kann weniger Essen und halte mein Gewicht
In deinem Leben hat die Kippe die Führungsrolle
Das Rauchen hat dich voll unter Kontrolle**

Bridge

Macht es so viel Spaß wenn du so schlecht riechst?
Oder dann im Sport du nur noch kriechst?
Sag mir ehrlich, ist das wirklich cool?
Schmeißt du das Geld so gerne raus?
Bist du pleite, bleibst du dann zu Haus ?
Sag mir ehrlich, ist das wirklich cool?

Refrain

Be smart don't Start, don't start, be smart

Mittelteil

Heute ist dein Tag,
Und hier geht es nicht um mich
Sag nein zu jeder Ziese
Hey und komm entscheide dich
Das Rauchen bringt dir nichts
Und fall nicht darauf rein
Keiner sagt es gerne
Doch die Sucht, sie schnürt sie ein
Unterschreibe hier und jetzt
Aber mach das nicht allein
Tu dir etwas Gutes
Und das hilft dir stark zu sein
Es kontrolliert ihr Leben
Das kann's für dich nicht sein
Du willst doch mehr erleben
Deine Unterschrift sagt nein

Refrain

Be smart don't Start, don't start, be smart

Outro Gespräch

„Es juckt mich nicht“

Strophe1

Und wir sitzen da und warten und hören dir auch zu
Wie schade das du gar nicht merkst, nicht jeder kann's wie du
So gern würden wir verstehen, jeder Widerstand tabu
Du gehst einfach weiter deinen Weg und wir lernen nichts dazu

Bridge

Meine Freude geb ich gar nicht her
Sonst wird's die reinste Qual
Und weiter geht es so nicht mehr
Ich hab's versucht ein tausendmal

Refrain

Es juckt mich nicht, wenn du stärker bist,
Weil die wahre Stärke im Innern ist
Ja - ich bin anders, aber das betrifft auch dich
Es juckt mich nicht, weil ich etwas weiß,
Dein Weg führt nur in die Einsamkeit,
Allein der Dialog bringt den Erfolg
Es juckt mich nicht, dein Problem mit mir,
Ist doch nur deins, was ist denn mit dir,
Ich krieg's nicht hin, warum stehen wir hier
was juckt dich denn so sehr an mir?

Strophe2

Und ich schenk dir mein Vertrauen und erzähl dir was von mir
Du lachst mich aus und lehnst mich ab
Ich bin zutiefst verletzt von dir
Hast den wunden Punkt gefunden, trittst weiter auf mir rum
Spürst du hier denn gar nichts mehr, ich nehm dir das echt krumm

Bridge

Meine Freude geb ich gar nicht her
Sonst wird's die reinste Qual und
Weiter geht es so nicht mehr
ich hab's versucht ein tausendmal

Refrain

Es juckt mich nicht, wenn du stärker bist,
Weil die wahre Stärke im Innern ist

*Ja - ich bin anders, aber das betrifft auch dich
Es juckt mich nicht, weil ich etwas weiß,
Dein Weg führt nur in die Einsamkeit,
Allein der Dialog bringt den Erfolg
Es juckt mich nicht, dein Problem mit mir,
Ist doch nur deins, was ist denn mit dir,
Ich krieg's nicht hin, warum stehen wir hier
Was juckt dich denn so sehr an mir?*

Mittelteil

*Und wenn ich seh` wie Andere leiden
Ich hätte es so gern, wenn es völlig anders wär`
Ich muss entscheiden was im Leben wichtig ist
Gemeinsam finden wir den aller besten Kompromiss
Ich lass nicht zu, dass so ne Sorge
Irgendwann mich kalt erwischt
Mich oben nimmt und in die Tiefe reißt*

Refrain

*Es juckt mich nicht, wenn du stärker bist,
Weil die wahre Stärke im Innern ist
Ja - ich bin anders, aber das betrifft auch dich
Es juckt mich nicht, weil ich etwas weiß,
Dein Weg führt nur in die Einsamkeit,
Allein der Dialog bringt den Erfolg
Es juckt mich nicht, dein Problem mit mir,
Ist doch nur deins, was ist denn mit dir,
Ich krieg's nicht hin, warum stehen wir hier
Was juckt dich denn so sehr an mir?*

[„Sport ist mein Support“](#)

Intro

*Ich weiß er ist immer da
Verlockend und wunderbar
Der Weg sieht viel leichter aus
Spielst du dann FC Zuhause*

Rap1

*Es ist grade so gemütlich
Und gerade so bequem
Ich will nicht aufstehen,
Und auch nicht gehen*

*Doch wenn Räder sich nicht drehen
Rostet alles langsam ein
Das seh' ich bei vielen Menschen
Bei mir muss das nicht sein*

*Ich muss mich mehr bewegen
Und nicht nur mit der Maus
Das Wahre such ich noch
Ich probiere ganz viel aus*

*Ich hab' es mal gesehen
Vielleicht ist es was für mich
Aber ich hatte wenig Mut
Und traute mich fast nicht*

*Habe Endlich was gefunden
Wie geil, jetzt fang ich an
Dann kommt die Warteliste
Verschoben auf irgendwann*

Bridge

*Immer hast du die Wahl
Kannst Chillen und du denkst alles ist egal
Lass doch die Räder drehen
Dann wirst du auch viel leichter durchs Leben gehen*

Refrain

*Hab' meine Ziele und ich geb' nicht auf
Weiß wo ich hin will, nehme was in kauf
Es gibt einen Haken und der hält er mich auf
Will ihn besiegen, sag, Schweinehund bleibt Zuhause'*

Rap2

*Musste tierisch lange warten
Dauerte über ein Jahr
Überlegte nicht mehr lange
Sofort sagt ich ja*

*Doch ich wollte was erleben
Und bekämpfte meinen Schiss
Es ist dieser Moment
Den man niemals vergisst*

*Hab gekämpft und auch gelitten
Über Grenzen weit hinaus
Hab's geschafft, ich bin so stolz auf mich
Geh zum Chillen jetzt nach Haus*

*Ich brauche das um mich zu puschen
Bleibe dadurch leichter dran
Ohne Beat geht bei mir gar nichts
So treibt's mich voll voran*

*Sport ist mein Support
Doch das reicht nicht aus
Wenn du an mich glaubst
Komm ich gerne aus dem Haus*

*Machmal hab ich keinen Bock
Fühl mich irgendwie deprimiert
Dann schau ich meine Helden an
Und dann bin ich motiviert*

*Bist du auch noch da
Haben wir dann zusammen spaß
Alleine ist das nichts
Und gemeinsam gibt man Gas*

*Immer hast du die Wahl
Kannst Chillen und du denkst alles ist egal
Lass doch die Räder drehen
Dann kannst du auch ein Leben lang weiter gehen*

*Hab meine Ziele und ich geb nicht auf
Weiß wo ich hin will, nehme was in kauf
Es gibt einen Haken und der hält er mich auf
Will ihn besiegen, sag, Schweinehund bleibt Zuhause'*

*Mittelteil
Ich weiß er ist immer da*

*Verlockend und wunderbar
Der Weg sieht viel leichter aus
Spielst du dann FC Zuhause
Fall ich darauf rein
Dann sind meine Ziele hin
Verlier nicht den Spaß
Auch wenn ich nicht gewinn
Jetzt steh ich ganz schnell auf
Zack, zack, ich muss hier raus
So geb ich niemals auf
Was hält mich hier Zuhause
Ich bin so fokussiert
Bin auch so fasziniert
Ich brach den Starterkick
In meinem Hirn macht's Klick*

[„Give me the good news“](#)

Strophe 1

*Von schlechten News werde ich so abgelenkt
Und viel zu oft hab ich das Gute übersehen und verdrängt
Es ist für mich kein selbstverständliches Geschenk
Das ich mein eignes Leben ganz alleine lenk*

Rap 1

*In dieser Zeit, dieser Zeit voller Schrecken
Wollen wir viel mehr Schönes und Gutes für uns wecken
Wir wollen trotz allem unsere Freundschaften pflegen*

*Das bringt weniger Frust, denn wir wollen noch leben
Denn niemand kann uns sagen, was wir draußen können wagen
Wohin dürfen wir denn gehen, welche Freunde können wir sehen
Ich wäre gern da wo meine Gedanken gerade sind
Denn ich glaube dass es dort an Bord alles für mich stimmt*

Bridge

*Und so ich, blockier die schlechten Dinge
Nehm die Angst nicht an
Bad Vibes haben hier den letzten Rang.*

Refrain

Give me the good news.

Ich lass mich nicht mehr deprimieren

Give me the good news.

Kann ich mich besser fokussieren

Go for the good news.

Meine Seele schützt ein neuer Wind

Steh ich Eines Tages wirklich da—wo meine Träume sind?

Strophe2

Ich bin rebootet, muss mich neu installieren

Und ich - lösche alles Schlechte, lass mich jetzt inspirieren

Es gibt noch Gutes in mir, ich muss nur renovieren

Give me some good news, die können mich gut motivieren

Rap2

Wir waren in den Bahnen, wurden rausgenommen

Haben dafür aber viel mehr Zeit dazu gewonnen

Neues ausprobieren diese Zeit jetzt dran

Ich lass mich darauf ein und fange damit an

Tanzen, singen, malen, spielen, lesen und schreiben

Ich bin inspiriert und kann die Zeit vertreiben

Es lenkt mich ab, denn ich denke daran

Was Negativität mir anhaben kann

Angst soll niemals unser Ratgeber sein

Davon wollen wir uns komplett befreien

Verantwortung fangen wir an selbst zu tragen

Das ist voll korrekt und das sollten wir auch wagen

Bridge

Und so ich, blockier die schlechten Dinge

*Nehm die Angst nicht an
Bad Vibes haben hier den letzten Rang.*

Refrain

Give me the good news.

Ich lass mich nicht mehr deprimieren

Give me the good news.

Kann ich mich besser fokussieren

Go for the good news.

Meine Seele schützt ein neuer Wind

Steh ich Eines Tages wirklich da—wo meine Träume sind?

Mittelteil

Und Bad News verbreiten sich dunkel und schnell

Die Good News dagegen nur langsam doch hell

Es ist nicht die Frage was du wirklich hast

Sondern viel interessanter ist was du draus machst

Refrain

Give me the good news.

Ich lass mich nicht mehr deprimieren

Give me the good news.

Kann ich mich besser fokussieren

Don't give me bad news

Steh ich Eines Tages wirklich da—wo meine Träume sind?

Give me the good news.

Schulleiterspecial Strophe2

[„Alle wissen es genau“](#)

Strophe 1

Hey, stopp, fass sie lieber nicht an

Es ist ihr Körper, da darfst du nicht ran

Sie soll sich nicht schämen für das was ihr steht

Sie will Spaß am Leben soviel wie es geht

Gib mir den Respekt, Hey, den willst du doch auch

Ich bin kein Dreck, und ich bin kein Objekt

Du hast nicht mal eine Ahnung was ich wirklich brauch

Was stimmt nicht mit dir?

Kommt mit, wir regeln das hier.

*Sie ist keine Fantasie in deiner Gedankenschweinerei
Behandelt sie wie eine Königin, stark und frei*

Bridge 1

*Ist die Schönheit so bedrohlich
Das man die Höflichkeit verliert
Wertet man vielleicht genau das ab
Was man heimlich doch selbst begehrt?*

Strophe 2

*Ich höre viel zu oft
Diese Welt ist so hässlich
Weiß du nicht wie du handeln kannst
Sei einfach nur menschlich
Viele handeln unbewusst, sei mal ehrlich
Stell dich deiner Angst, ist da was gefährlich?
Alles was neu ist, wird so gern bekämpft
Doch fremd ist nur etwas was du noch nicht kennst
Könntest du mich nur hören und gar nicht mehr sehn
Würden wir miteinander dann besser umgehen?
Egal ob schwarz, braun oder weiß
Im Inneren sind wir doch alle gleich*

Bridge 2

*Wir fahren dunkle Autos
Dunkle Kleidung lieben wir auch Aber dunkel als Hautfarbe
Warum löst das solche Ängste aus?*

Refrain

*Es vergeht die selbe Zeit
Doch das Denken reicht nicht all zu weit
Alle wissen es genau
Jeder baut sein eigenes Reich
Wir besteh'n aus Seele, Blut und Fleisch
Alle wissen es genau
Jeder hat sein eigenes Herz
Doch verspür'n wir auch den tiefen Schmerz?
Jeder weiß es ganz genau
Ganz egal, ob Mann, ob Frau
Ist denn keiner von uns wirklich ? ...irgendwann mal schlau*

Mittelteil

Ich brauch Leute, die mir zuhören, die mich gut verstehen

*Ich brauch Leute, die mich mögen, und das Beste in mir sehen
Ich will mich vor Andern schützen
Wenn sie sagen was nicht stimmt
Ich will keine Angst mehr haben
Das man mir die Würde nimmt
Ich will dem widersprechen
Ich steh auf, sag was ich denk
Denn jedes Leben ist ein Geschenk*

„Danke“

Intro

*Danke ist nur ein kleines Wort
Ist einfach gesagt und dann ist es fort
Nur aus dem Herzen und ehrlich gemeint,
wirkt es beim Andern, ich seh es sofort*

Strophe 1

*Und plötzlich wurde ich zum Opfer gemacht
Verlor jeden Mut, von anderen fertig gemacht
Hilflos und klein war ich nun ganz allein
Doch dann kamst du, hast dich für mich stark gemacht
ich war wieder sicher und nicht mehr allein
Dafür werde ich dir ewig dankbar sein*

Rap 1

*Ich sag danke Mamma, dass du mich unterstützt
Mir alles ermöglichst, vor Gefahren beschützt
Ich sag danke Papa, denn du hast immer Zeit,
Sogar langweilige Sachen werden lustig zu zweit
Ich sag danke zu meinem Haustier, es spürt meinen Schmerz
Es tröstet mich immer und erfreut mein Herz
Ich sag danke lieber Bruder, du bist für mich da
Du hilfst mir wenn's schwer wird, ich bin dir ganz nah*

Refrain

*Danke ist nur ein kleines Wort
Ist einfach gesagt und dann ist es fort*

*Doch aus dem Herzen und ehrlich gemeint,
wirkt es beim Andern, ich seh es sofort
Es gibt tausend Gründe um dankbar zu sein
Wenn du es fühlst dann kannst du's auch teilen
Denn Danke ist nicht nur ein kleines Wort
es bringt dein Herz an einen besseren Ort*

Strophe 2

*Ich ahnte noch nichts, hab auch nichts riskiert
Mit Freunden gespielt und dann ist es doch passiert
Ich lag dann am Boden, konnte nicht aufstehen
Der Schmerz war zu heftig, mir kamen die Tränen
Doch du warst schnell bei mir, ich war nicht allein
Das gab mir Kraft doch ganz tapfer zu sein*

Rap 2

*Ich sag danke liebe Freundin, ohne dich wär ich allein
Du bringst mich zum lachen, zusammen können wir auch weinen
Ich sag danke zu Ärzten, ihr macht nen guten Job
Ihr macht mich gesund und das find ich top
Ich sage danke lieber Gott, das ich an dich glauben kann
Du tust mir so gut und ich bleib an dir dran
Ich sage danke, dass ich alles hab was ich zum Leben brauch
Essen, Trinken, ein warmes Bett, zur Schule darf ich auch*

Mittelteil

*Dankbarkeit ist für jeden ein großer Gewinn
Wenn du es fühlst hast du ein Geschenk, mit so viel noch drin
Wer dankbar ist, hat so viel mehr
Und freut sich über Kleines auch so sehr
Jeder kann's, es ist doch gar nicht so schwer*

Abspann

*Dankbarkeit ist für jeden ein großer Gewinn
Wenn du es fühlst, merkst du da ist ganz viel noch drin
Wer dankbar ist, hat so viel mehr
Und freut sich über Kleines auch so sehr
Jeder kann's, es ist doch gar nicht so schwer*

„Anker im Sturm“

Rap1

Was passiert hier, was geht hier rum?
Hässliche Worte, das ich find dumm
Nie gedacht das du das machst
Mich so beleidigst und mich auslachst
Wie ein einziges Boot
In einem Riesen grossen Meer
Treib weit weg von dir
Und ich fühle mich so leer

Strophe1

Ich hab dir blind vertraut
Dir alles von mir erzählt
Nie gedacht du sagst es weiter
und mich damit quälst
Ich hab mich so geschämt
Zeig keinem wie es mir geht
Lerne wieder zu vertrauen
Doch für uns ist's zu spät

„Refrain“

Meinen Anker verloren
Triebe offen im Sturm
Mein Herz ist erfroren
Lecke Wunden im Turm
Richte neu meine Krone
Meine Tränen sind leer
Ich setz meine Segel
Fahr aufs offene Meer
Schiffbruch erlitten
Mein Weg geht weiter
Und Ich gebe die Hoffnung nicht auf

Rap2

Ihr wart der Mittelpunkt in meinem Leben
Und das war mir alles so vertraut
Nie gedacht, dass diese Sicherheit
Mir irgendwer mal raubt
Verlor den Boden unter meinen Füßen
Und die Wände stürzten auf mich ein

Musste raus aus diesen Hafen
Komme dort nie wieder rein

Strophe2

Wir waren beste Freunde
Unzertrennlich jeden Tag
Nie gedacht das es endet,
Hast kein Wort mehr gesagt
Ich habs nicht verstanden
Schaust mich nicht mal an
Das macht mich so traurig
Was hab ich dir getan?

Mittelteil

Warum gehen wir so mit uns um?
Die Frage macht mich stumm
Zu viel Fragen, zu viel klagen
Es bleibt immer warum
Wir brauchen einander so sehr
Zusammen ist nichts mehr schwer
Ganz viel wagen,
Viel mehr Fragen,
Du hörst nicht mehr warum

Teil2

Ich schau in den Spiegel,
Und wen seh ich denn da?
Ein Kind voller Zweifel
Oder einfach wunderbar
Ich soll mich nicht ändern nur, um Freunde zu gewinnen?
Ich bin wertvoll, genau so richtig
Ich entscheide doch letztlich
Wer ich bin

Zwischenwelt

Strophe1

Ich verändere mich, Ich merk es so sehr
Ich bin ja kein Kind mehr doch das fällt mir echt schwer
Ich sehe all die Bilder geborgen und klein
Da war ich so glücklich jetzt groß und allein

Bridge

Ich verstehe mich selbst nicht, es ist alles so neu
Ich - bin aggressiv, zickig und manchmal auch scheu
Geh sanft mit mir um, auch wenn ich wieder mal schrei
Ich - verspreche dir es geht, irgendwann mal vorbei

Refrain

Ich führ ein Leben in `ner Zwischenwelt
Ich weiß nicht, ob mir das alles so gut gefällt
Denn Nichts war gestern schon so kompliziert
Ich fühl mich, in dieser Welt doch so nicht akzeptiert
Ich spür so viel zum ersten Mal
Steh auf nem Berg, dann wieder tief im Tal
Ich leb in einer Zwischenwelt
Ich will hieraus!

Strophe2

Ich kenn dich schon lange
Hast mich nie interessiert
Dann kommt dieses Lachen
Ich war völlig fasziniert
Kann nicht mehr klar denken,
Ich träum nur von dir
Und alles um sonst
Du sagst nein zu mir

Rap1

Ich habe ganz viele Schmetterlinge in meinem Bauch
Und die Angst davor die hab ich leider auch
Ich glaub ich brauche einen Hauch von Liebe
Doch ich hab keine Ahnung woher ich diese jetzt kriege

Ein Teil lebt schon in der Erwachsenen Welt
Der Andere noch in einem Kinderzelt
Vielleicht geht die Tür zu, das gefällt mir nicht
Wenn das passiert zerbreche ich innerlich

Denn es war so einfach in dieser Zeit
Ich sah nur mich, mein Blick ging nicht weit
Ich hatte meinen Kusshelfreund immer dabei
Der half mir bei der Angst, die war dann schnell vorbei

Strophe3

*Bin in mir zerrissen, stehe nicht mehr zu mir
Will zu euch gehören und verliere mich jetzt hier
Mein Herz sagt ja und mein Verstand sagt nein
Wie kann ich nur in mir glücklicher sein?*

Rap2

*Ich war wie Sponge Bob, lustig und aktiv
Jetzt wie Thaddeus, immer sauer und echt negativ
Alles ist so groß und undurchschaubar
Jeder denkt man kriegt alles nur mit Geld
Doch zu zweit ist vieles besser
Wir gehen Hand in Hand durch diese Welt.*

*Ich hab eine Hilfe, Gott ist die Wahrheit,
Wir Menschen brauchen eine gewisse Klarheit
Ich bin nicht alleine in dieser Zeit
Da sind Gott und ich, wir sind zu zweit*