

# Das alles steckt in mir mit Bewegung

*Text und Musik: Kurt Mikula*

1.

Ich hab ein Herz, ich hab Verstand. Ich kann stur sein und charmant.  
Kann lächeln und kann zornig sein, liebenswürdig und gemein.

**R:**

Hände und Zeigefinger  
vor strecken



**1**

Mit beiden  
Daumen zu sich  
zeigen



**2**

Rechter Arm  
nach oben



**3**

Beide Arme nach oben



**4**

**Das alles steckt in mir. Gott ich danke dir.  
Das alles steckt in mir. Gott ich danke dir.  
Das alles steckt in mir. Gott ich danke dir.  
Das alles steckt in mir. Gott ich danke dir.**

2.

Ich habe Ohren wie ein Luchs. Ich kann schlau sein wie ein Fuchs.  
Ich kann wie ein Kätzchen schnurren oder Furcht erregend knurren.

3.

Manchmal bin ich voller Kraft, manchmal bin ich nur geschafft,  
manchmal bin ich wie ein Lamm, manchmal bin ich ein Vulkan.

4.

Manchmal könnt ich dich umarmen, manchmal zeig ich kein Erbarmen.  
manchmal bin ich voller Groll, manchmal nur verständnisvoll.

## Bewegungen:

- 1 – Hände und Zeigefinger vor strecken
- 2 – Mit beiden Daumen zu sich zeigen
- 3 – Rechter Arm nach oben
- 4 – Beide Arme nach oben