

# Ganz langsam

Text: Stefanie Hernandez Berral

Musik: Detlev Jöcker

1. Schwere Einkaufstaschen schleppen  
und im Eilschritt hoch die Treppen.  
Das tu ich nicht, denn ich hab die Wahl!  
Was Kraft raubt, das ist null und nichtig.  
Du, mein Kind, und ich sind wichtig.  
Alles andre, das ist jetzt egal.

## Refrain:

Und ganz langsam lass ich alles los in mir.  
Ich will einfach nur 'ne Pause machen.  
Und ganz langsam lass ich alles los in mir.  
Heute trage ich keine schweren Sachen.  
Strecke meine Beine aus  
und mach 'ne Pause, ruh mich aus!

2. Bügelwäsche und der Garten  
müssen heut bis morgen warten,  
davon wird die Welt nicht untergehn.  
Was Kraft raubt, das ist null und nichtig.  
Du, mein Kind, und ich sind wichtig.  
Ich lass heute einfach alles stehn!

## Refrain:

Und ganz langsam lass ich alles los in mir.  
Ich will einfach nur 'ne Pause machen.  
Und ganz langsam lass ich alles los in mir.  
Heute trag ich keine schweren Sachen.  
Strecke meine Beine aus  
und mach 'ne Pause, ruh mich aus!

