



**LEBEN** Carien Wijnen



Die Idee für diese CD  
entstand aus Dankbarkeit  
für mein Leben, für meine  
„Wiedergeburt 2007“.  
Das Geschenk auf dieser  
Erde zu sein, hat für mich  
auf besondere Weise an  
Bedeutung gewonnen und  
erfüllt mich jeden Tag neu.  
Carien Wijnen

Carien Wijnen



Berit Jung

W. Heckmann



Amy Zapf

© M. Wartmann



Elke Hörner



Edith Steyer



Silke Fell

B. Drett



Susanne Schulz

© C. Feldgen



## 1. Open your heart for the gift of life

Open your heart for the gift of life,  
open your heart for love.

Live as if this day is your first day, live as if it's your last.

*Öffne dein Herzen für das Geschenk des Lebens.*

*Öffne dein Herzen für die Liebe.*

*Lebe! als ob dieser Tag dein erster wäre.*

*Lebe! als ob er dein letzter sei.*

Text & Musik: Carien Wijnen

## 2. Jeder Tag ist ein Geschenk

Jeder Tag ist ein Geschenk, jeder Tag ein neues Leben/  
ein „ja“ zum Leben.

Jeder Tag ist mir gegeben, jeder Tag ist da zum Leben.

Da zu sein so ganz im Jetzt, ich und du zu erleben  
und die Schönheit dieser Welt, dankbar in mich aufzunehmen.

Da zu sein im Hier und Jetzt, ja mein Leben ganz zu leben,  
so kann Strömen aus mein Herz, meine Liebe für das Leben.

Da zu sein in dieser Welt, um die Freude zu erleben  
und im Strom des Lebensflusses, Kraft erfahren zum weitergeben.

Text & Musik: Carien Wijnen



### 3. Segen

Gesegnet sei der Ort, Gesegnet sei die Stunde.  
Gesegnet sei das Wort, Gesegnet sei die Runde.

Gesegnet sei der Weg, Gesegnet sei die Reise.  
Gesegnet sei das Ziel, Gesegnet sei die Weise.

Gesegnet sei das Licht, Gesegnet sei die Klarheit.  
Gesegnet sei das Herz, Die Liebe und die Wahrheit.

Gesegnet sei die Luft, Gesegnet sei der Äther.  
Gesegnet Raum und Zeit, Die Mütter und die Väter.

Gesegnet sei die Nacht, Gesegnet deine Träume.  
Erquickend sei dein Schlaf, Durch lichte Seelenräume.

Gesegnet sei die Zeit, Gesegnet sei die Erde.  
Gesegnet alles sein, Und Alles was noch werde.

Gesegnet sei der Tag, Gesegnet sei dein Schaffen.  
Gesegnet dein Gefühl, Dein Wollen und die Sachen.

Gesegnet sei der Tag, Gesegnet sei dein Wandeln.  
Dein Denken und dein Tun, Dein Reden und dein Handeln.

Wenn ich einmal wird gehen, Und du wirst von mir scheiden.  
Dann wirst du eines sehen, Die Liebe wird uns bleiben.

Text & Musik: Christian Bollmann  
Arrangement: Wijnen/Zapf

### 4. Dat ik leven mag is een geschenk Dass ich leben darf ist ein Geschenk

Dass ich leben darf ist ein Geschenk,  
dass ich leben kann / lebe, dass ich bin.  
Dass ich bin was / die ich bin, so wie ich bin ich bin.

Hören und sehen, gehen und stehen,  
atmen und singen, tanzen und springen.

Dat ik leven mag, is een geschenk,  
dat ik leven kan, dat ik ben.

Dat ik ben, wat ik ben, zoals ik ben,  
ik ben er / ik ben er weer.

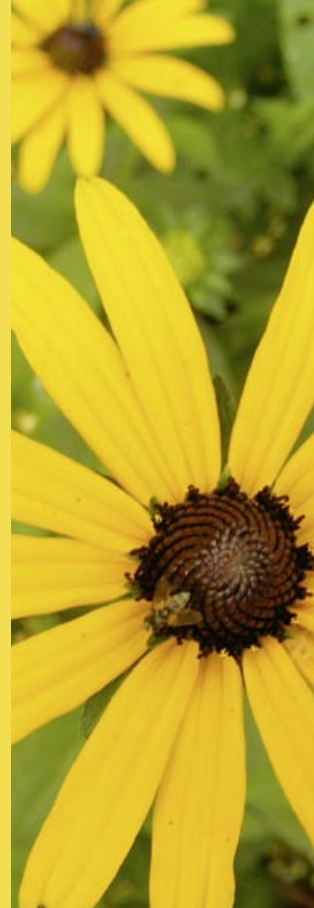
dat ik lopen kan, reizen kan, de zon en wind genieten kan,  
me bewegen en fietsen kan, de natuur vol zien sprietten dan.

handeln und ruhen, schlafen und tun, das Leben genießen,  
alles kann fließen.

dat ik geven en nemen kan, lachen en huilen  
alles voelen kan, strelen, stoeien en minnen kan.

Dass ich leben kann, ich bin.

Text & Musik: Carien Wijnen





## 5. Your body is your temple

Your body is your temple, honour her every day.

Your body is your temple, it is a holy stay,  
she is your home on earth.

Your body is your shelter, nourish her every day,  
take care of her every day.

Your body is your shelter, please don't just throw her away,  
she is your home to stay.

be gratefull for her being, this being here on earth  
take care how you treat her, be aware of her worth.

She is a miracle!

Text & Musik: Carien Wijnen

### *Dein Körper ist dein Tempel*

*Dein Körper ist dein Tempel, wertschätze sie/ihn jeden Tag.*

*Dein Körper ist dein Tempel, sie/er ist ein heiliger Aufenthalt,*

*Sie/Er ist dein Zuhause auf der Erde.*

*Dein Körper ist dein Schutz (deine Unterkunft),*

*nähre sie/ ihn jeden Tag. Achte (pflege) sie/ ihn jeden Tag.*

*Dein Körper ist dein Schutz, bitte wirf sie/ ihn nicht weg.*

*Sie/Er ist dein Zuhause.*

*Sei dankbar für ihr/sein Dasein, das Dasein hier auf Erden.*

*Achte darauf, wie du sie/ ihn behandelst (wie du mit ihr/ihm umgehst). Sei dir ihres/seines Wertes bewusst.*

*Sie/Er ist ein Wunder!*



## 6. Why are we killing our paradise

Why are we killing our paradise, why are we killing our earth,  
Why are we destroying our paradise, why are we abusing our  
earth. Why are we killing our paradise, why are we destroying  
our earth.

She is beautiful, she is our home,  
she is our mother, she has given birth to us,  
we are made of her, she nourishes us all our life,  
we people all are her children (one family)!

She gives us all freedom to live, to grow, to explore,  
she loves us and carries us every day.

What can we do to make a better living, what is to be done  
on our earth. What can we do to make a changing, to make a  
change in our world. What, what can we make/how is it to be  
done. What, what can we do.

Let's save our paradise, let's save our world,  
give our great mother, all our respect and love.

Let's save our paradise, let's save our humankind,  
give our great spirit gratitude and all our respect in  
heart and mind.

Text & Musik: Carien Wijnen

*Übersetzung nächste Seite*

*Übersetzung Lied 5 und 6 von Ania Müller*



### ***Warum töten wir unser Paradies?***

*Warum töten wir unser Paradies, warum vernichten wir unsere Erde?*

*Warum zerstören wir unser Paradies, warum missbrauchen wir unsere Erde?*

*Warum töten wir unsere Erde? Warum zerstören wir unsere Erde?*

*Sie ist schön, sie ist unser Zuhause*

*Sie ist unsere Mutter, sie hat uns geboren*

*Wir sind aus ihr gemacht, sie ernährt uns unser ganzes Leben*

*Wir Menschen sind alle ihre Kinder (eine Familie)!*

*Sie gibt uns all die Freiheit zu leben, zu wachsen, zu entdecken*

*Sie liebt uns und trägt uns jeden Tag*

*Was können wir tun, um ein besseres Leben zu führen? Was ist zu tun auf unserer Erde?*

*Was können wir tun, um einen Wandel zu schaffen für unsere Welt?*

*Wie kann es getan werden. Was können wir tun?*

*Lasst uns unser Paradies retten, lasst uns unsere Welt retten*

*Unserer großen Mutter all unseren Respekt und unsere Liebe geben*

*Lasst uns unser Paradies retten, lasst uns die Menschheit retten*

*Unserem großen Geist (Spirit) Dankbarkeit und Respekt in Herz und Verstand erweisen*

### **7. Geben und Nehmen**

Wenn Geben und Nehmen sich vereinen, wird Leben in Fülle sein.

Wenn Geben und Nehmen frei von Grenzen sind, wird Liebe immer sein.

It's a Giveaway

Wenn Arme und Reiche sich verbinden, wird genug für alle sein.

Die Gaben der Erde zu verteilen, müsste selbstverständlich sein.

It's a Giveaway

Kosmos und Erde schenken in Fülle, geben Schönheit dieser Welt.

Die Schöpfung zu ehren, zu bewahren, ist als Auftrag uns gestellt.

It's a Giveaway

Text & Musik: Carien Wijnen

## 8. Es ist nie zu spät

Es ist nie zu spät. Nie ist es zu spät.

Das, was du immer schon sagen wolltest,  
das was dir liegt am Herzen.

Das, was als Sorge du mit dir trägst,  
dich bedrückt mit Schmerzen.

Sag es jetzt.

Das, was du immer schon machen wolltest,  
was dich drängt zum handeln.  
Neue Schritte mit Mut zu tun,  
das wird dein Leben verwandeln.

Tue es jetzt.

Da wo das Leben strömen kann,  
wird diese Kraft dich begleiten.  
Mache dich offen für dies Geschenk,  
dann wird das Leben dich leiten.

Sage „ja“!

Text & Musik: Carien Wijnen



## 9. Ich sing dir mein Lied

Ich sing dir mein Lied. In ihm klingt mein Leben.  
Die Töne, den Klang hast du mir gegeben,  
von Wachsen und Werden, von Himmel und Erde,  
du Quelle des Lebens. Dir sing ich mein Lied.

Ich sing dir mein Lied. In ihm klingt mein Leben.  
Den Rhythmus, den Schwung hast du mir gegeben  
von deiner Geschichte, in die du uns mitnimmst,  
du Hüter des Lebens. Dir sing ich mein Lied.

Ich sing dir mein Lied. In ihm klingt mein Leben.  
Die Tonart, den Takt hast du mir gegeben  
von Nähe, die heil macht, wir können dich finden,  
du Wunder des Lebens. Dir sing ich mein Lied.

Ich sing dir mein Lied. In ihm klingt mein Leben.  
Die Höhen und Tiefen hast du mir gegeben.  
Du hältst uns zusammen trotz Streit und Verletzung,  
du Freundin des Lebens. Dir sing ich mein Lied.

Ich sing dir mein Lied. In ihm klingt mein Leben.  
Die Töne, den Klang hast du mir gegeben  
von Zeichen der Hoffnung auf steinigen Wegen,  
du Zukunft des Lebens. Dir sing ich mein Lied.

Text & Musik aus Brasilien (Cantai ao Senhor, trad.)  
Übersetzung: Fritz Baltruweit, Barbara Hustedt  
© tvd-Verlag Düsseldorf, 1995



## 10. Singe dich frei

Singen ist Leben, Singen entzückt.  
Singen macht Freude, und macht uns beglückt.  
Singen ist Liebe, es öffnet das Herz,  
bringt uns den Frieden, nimmt uns den Schmerz.

Singe dein Leben, lache dabei, spüre die Freude,  
singe dich frei.

Singe dein Leben, tanze dabei, erlebe die Weite,  
singe dich frei.

Singen lässt strahlen, nimmt Dunkelheit fort.  
Singen bringt Wärme, ins Fließen sofort.

Singen bringt Heilung, schwingt tief in dich ein.  
Du spürst ihre Wirkung, es wird dich befreien.

Singe dein Leben, weine dabei, erlebe die Tiefe,  
singe dich frei.

Singe dein Leben, lache dabei, spüre die Freude,  
singe dich frei!

Text & Musik: Carien Wijnen



## 11. Ein Geschenk des Himmels

Manche Menschen wissen nicht,  
wie wichtig es ist, dass sie einfach da sind.  
Manche Menschen wissen nicht,  
wie gut es tut, sie nur zu sehen.

Sie wissen nicht wie gut es tut.

Manche Menschen wissen nicht,  
wie wohltuend ihre Nähe ist.  
Manche Menschen wissen nicht,  
wie tröstlich ihr gütiges Lächeln ist.

Sie wissen nicht wie wohl es tut.

Manche Menschen wissen nicht,  
wie viel ärmer wir ohne sie wären.  
Manche Menschen wissen nicht,  
dass sie ein Geschenk des Himmels sind.

Sie wüssten es, würden wir es ihnen sagen!  
Ein Geschenk des Himmels. JA

Text: Petrus Ceelen  
Musik: Carien Wijnen

## 12. Het Leven dromen

M'n leven laten komen, m'n leven laten gaan.  
't Is net al zou ik dromen, dromend m'n weg gaan.  
Ik kan me laten leiden, begeleiden van mijn bestaan.  
Het droompad ligt daar voor me, beschenen door zon en maan.  
M'n leven laten stromen, m'n levensstroom breekt baan.  
't Vraagt om mee te drijven, drijvend m'n weg gaan.  
't Water is vol met kronkels, en watervallen diep.  
Dit leven volgt de stromen die m'n ziel me schiep.  
Ik kan me laten vallen, laten drijven in de zon.  
Vol overgave vertrouwen, zoals ik als kind dat kon.  
Velen reizen met me mee, soms gaan een andere weg dan weer.  
Ik verbind me keer op keer, met vreugde of met hartezeer.  
M'n leven laten stromen, stromen diep in mij.  
De wegen en rivieren, lopen ook in mij! Ik hoef alleen te ademen,  
ademend te zijn. Het leven te genieten, helemaal te zijn,  
in't nu te zijn, in't zijn te zijn, het zijn te zijn... TE ZIJN

Text & Musik: Carien Wijnen

### *Das Leben träumen*

*Mein Leben kommen lassen, mein Leben gehen lassen.  
Es ist als ob ich träumen würde, träumend meinen Weg gehen.  
Ich kann mich führen lassen, begleiten von meiner Existenz.  
Der Traumpfad liegt dort vor mir, beschieden von Sonne und  
Mond. Mein Leben strömen lassen, mein Lebenstrom bricht  
bahn. Es fragt zum mit treiben lassen, treibend meinen Weg  
zu gehen.*

*Das Wasser ist voller Strudel und tiefer Wasserfälle.  
Dieses Leben folgt den Strömen, die mein Leben mir erschuf.  
Ich kann mich fallen lassen, treiben lassen in der Sonne.  
Voller Hingabe vertrauen, so wie ich als Kind das konnte.  
Viele reisen mit mir mit, manchmal gehen sie einen anderen Weg  
dann wieder. Ich verbinde mich jedes mal wieder, mit Freude oder  
Herzschmerz. Mein Leben strömen lassen, tief in mir.  
Die Wege und Flüsse laufen auch in mir! Ich brauche nur zu  
atmen, atmend zu sein. Das Leben zu genießen, ganz zu sein  
Im Jetzt zu sein, im Sein zu sein, das Sein zu sein... zu sein.*

## 13. May the road rise with you

May the road rise with you  
May the wind be always at your back  
May the sun shine warm upon your face  
May the rains fall soft upon your fields  
And until we meet again  
may God hold you in the hollow of his (her) hand

Möge Dein Weg dich weiterführen  
Möge der Wind in deinem Rücken sein  
Scheine die Sonne warm auf dein Gesicht  
Falle der Regen sanft herab aufs Land  
Und bis wir uns wieder sehen  
Halte Gott dich sicher in der / ihrer / seiner Hand

Text & Musik: Nickomo | Arrangement: Wijnen/Zapf





1. Open your heart for the gift of life
2. Jeder Tag ist ein Geschenk
3. Segen
4. Dass ich leben darf ist ein Geschenk
5. Your body is your temple
6. Why are we killing our paradise
7. Geben und Nehmen
8. Es ist nie zu spät
9. Ich sing dir mein Lied
10. Singe dich frei
11. Ein Geschenk des Himmels
12. Het Leven dromen
13. May the road rise with you

**Musikerinnen:**

- Carien Wijnen, Gesang, Arrangement
- Amelie Zapf, Piano, Akkordeon, Arrangement
- Edith Steyer, Saxofon, Querflöte
- Silke Fell, Gitarre
- Berit Jung, Bass
- Elke Horner, Perkussion
- Susanne Schulz, Geige

