

Inhaltsverzeichnis

Einatmen | Introitus

Seite 5

Kommen

1	Bist du (der Atem meiner Lieder) *	10
2	Komm, Gott der Auferstehung *	14
3	Drehen und wenden	16
4	Kyrie eleison – Gott bei uns *	18

Morgen

5	Mein Tag in deiner Hand *	23
6	Die Dunkelheit flieht	24
7	Wie einen Baum *	25
8	Wasser des Lebens *	26
9	In einem Boot	28

Nacht – Dunkel

10	Wenn es auch Nacht ist *	32
11	Einer *	34
12	Weinen und Klagen	36
13	Durch dein Kreuz	37

Ich – Du – Wir – Gott

14	Du bist (Gott, du siehst mich) *	42
15	Du, Gott, in mir *	46
16	Und meine Seele singt *	48
17	Du sei bei uns	50
18	Gott, mache uns eins *	52
19	Magis *	54

Impressum

Cover- | Booklet- | Layout-Konzept Manfred Stommel-Prinz

Bilder (Cover und Kapitelblätter) Hannah Prinz

Gestaltung | Layout artypisch – Theres Schönberg

Noten tvd-Verlag Düsseldorf

Druck projekt m/c GmbH, Münster

www.ruhama.de

Tag – Hell

20	Was macht, dass ich so fröhlich bin *	58
21	Es ströme Recht und Gerechtigkeit	60
22	Gib uns, was wir brauchen *	61
23	Im Himmel – auf der Erde	62

Abend

24	Mein Tag in deiner Hand (abends)	67
25	Aller Augen warten auf dich	68
26	Herzessache. Das Hören üben	69
27	Von der Zärtlichkeit Gottes *	70

Gehen

28	Auf dem Weg meines Lebens *	76
29	Schenke mir, Gott *	78
30	Welch ein Friedenstraum	82
31	Am seidenen Faden	84
32	Keinen Tag soll es geben	86

Atem-Meditation	90
------------------------	----

Ausatmen Extroitus	92
-----------------------------	----

Zu diesem Notenbuch gehört eine CD (Bestell-Nr. 22206.6) mit 18 Liedern und Gesängen (die im Inhaltsverzeichnis mit einem * markiert sind).



Bestell-Nr. tvd 22206.4

ISBN 978-3-945603-20-8

www.tvd-verlag.de tvd-Verlag GmbH, Postfach 32 11 11, 40426 Düsseldorf

Einatmen | Introitus

Ruhama singt seit Jahren und inzwischen Jahrzehnten ihr Lied. Was im Dezember 1984 begann, findet immer wieder neue Lieder und Gesänge. Es waren (ökumenische) Messen, Gottesdienste und sonstige möglichst lebendige Liturgien, Konzerte, Musikspiele, Mitsingkonzerte, Offene Singen und viele andere Veranstaltungsformen, in denen die Lieder und Gesänge ihren Platz gefunden haben.

In all den Jahren war es für mich kein Zufall, dass diese Band mit diesem Namen unterwegs ist. Ist doch alles, was ich singen und sagen möchte, ein Lied, das von Gottes Geist inspiriert und getragen ist. Eine großartige Erfahrung und Geschenk zugleich.

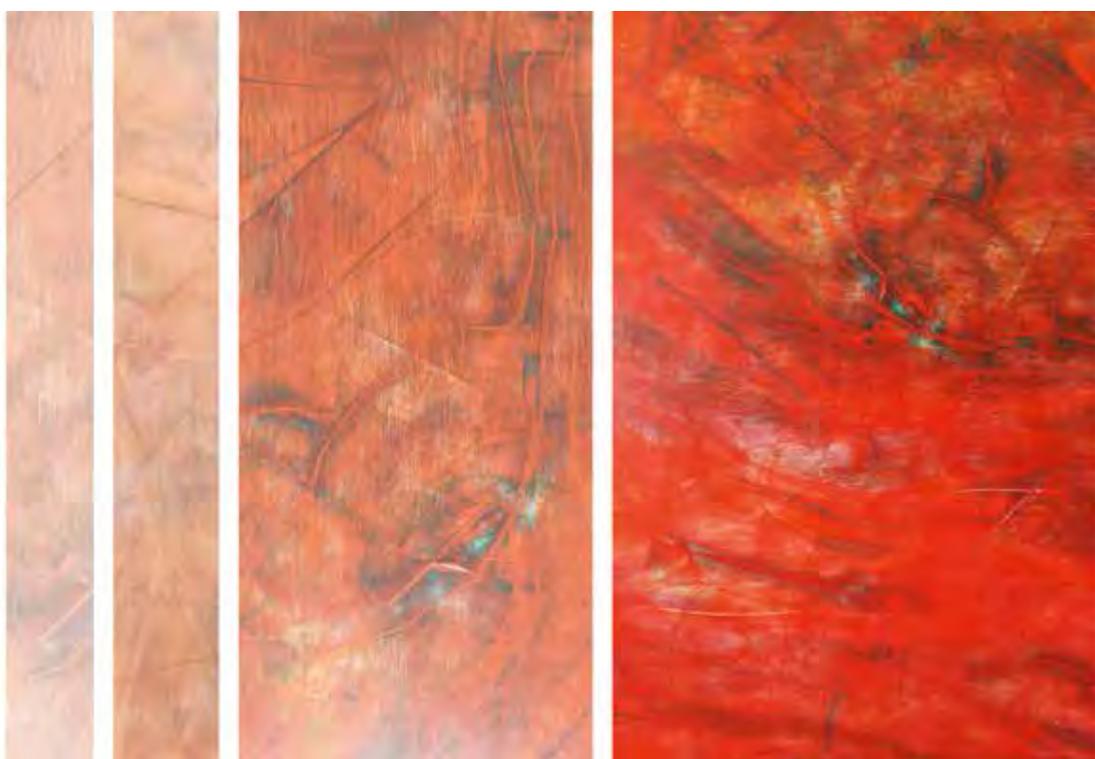
Was liegt näher, als aus diesen Erfahrungen und Erlebnissen Lieder neu zusammenzustellen, dass sie mit einem anderen Erlebnis- und Blickwinkel ein neues Miteinander finden. Davon erzählen die CD und dieses Notenbuch: „Ruach – Atem meiner Lieder. Meditative und kontemplative Gesänge“.

Die 32 Gesänge in diesem Notenbuch erzählen
im **KOMMEN** und **GEHEN**
von anfänglicher und endlicher Bewegung, Sinnbild des Seins im Unterwegs;
in **MORGEN** und **ABEND**
von beginnendem und endendem Rhythmus im Tag;
in **NACHT – DUNKEL** wie auch **TAG – HELL**
von existentiellen Erfahrungen und Deutungen.
Mittig verbunden ist all dies durch und mit und in:
ICH – DU – WIR – GOTT.

Die (sieben) Kapitelblätter laden zur Betrachtung und Vertiefung ein.

Im Anhang findet sich eine Atem-Meditation, die für sich und mit anderen gesprochen und gehört sein kann.

Thomas 



Bist du (der Atem meiner Lieder)

Text und Musik Thomas Quast

© tvd-Verlag Düsseldorf

1 Hm7 F\#m7/H
 $\text{d}=100$

1./8. Bist du der A - tem mei - ner Lie - der,

5 Em7/H A/H
bist du der Geist, der mich be - wegt,

9 Hm7 F\#m7/H
bist du der Ur - grund mei - nes Le - bens, die

13 Em7 G A Schluss
Lie - be, die mich trägt? Hm7

17 Hm7 F\#m7/H
2. Sei mir Hoff - nung für mein Le - ben,

21 Em7/H A/H
fri - scher Wind in Flau - ten - zeit,

25 Hm7 F\#m7
neu - e Tö - ne, an - dre Rhyth - men,

29 Em7 G A
Wör - ter, neu ge - spro - chen, höch - ste Zeit,

33 Hm7 F#m7

3. Kraft, die pul - siert in mei - nen A - dern,

37 Em7 A

Le - bens - a - tem, frisch ge - haucht.

41 D C9

Du, in - spi - rier all mei - ne Sin - ne, sei E - ner - gie

45 G Em7 A

und trag mich weit.

49 D A

4. Du, weck mich auf, wenn ich ver - schla - fe, stoß mich

53 D F#m7

an, wenn ich mü - de bin.

57 D C9

Lass mich sin - gen für die Schwa - chen, die

61 G Em7 A

krumm durch ih - re Le - bens - las - ten sind.

Kyrie eleison – Gott bei uns

Text und Musik Thomas Quast

© tvd-Verlag Düsseldorf

The musical score is written in 3/4 time with a key signature of one sharp (F#). It consists of four systems of music, each with a vocal line and a piano accompaniment. The tempo is marked as quarter note = 100. The first system (measures 1-4) has chords Em, Hm4(b9), Am7, and D11. The second system (measures 5-8) has chords Em, Hm4(b9), G, and D. The lyrics are: Ky - ri - e e - lei - son, Gott, er - barm dich un - ser. The third system (measures 9-12) has chords 1. C, G, A9, D4, and D. The lyrics are: Ky - ri - e e - lei - son, du Gott, sei bei uns. The fourth system (measures 13-16) has chords 2. C, G/H, Am7, D11, G, and (D/F#). The lyrics are: Ky - ri - e e - lei - son, du Gott, sei bei uns. The system ends with a 'Fine' marking.

CD „Ruach – Atem meiner Lieder“, 2022

MORGEN
WOBCEN



Was macht, dass ich so fröhlich bin

Psalm – für Uwe Seidel

Text Hanns Dieter Hüsch

Musik Thomas Quast

© tvd-Verlag Düsseldorf

20 $\text{♩} = 120$

DI(5)8 *D* *A/C#* *Hm*

Ich bin vergnügt, er - löst, be-freit, Gott nahm in

G(9) *Hm* *G*

sei-ne Hän-de mei - ne Zeit, mein Füh-len, Den-ken, Hö - ren, Sa - gen,

Em7 *A* *G*

mein Tri - um-phie-ren und Ver - za - gen, das E - lend

D/F# *Em7* *A* *G* *D/F#*

und die Zärt - lich - keit.

Em7 *A* *D* *A/C#*

1. Was macht, dass ich so fröh - lich bin in
 2. Was macht, dass ich so furcht - los bin an
 3. Was macht, dass ich so un - beschwert und

Hm *G* *Hm* *G7+*

1. mei-nem klei - nen Reich. Ich sing und tan - ze her und hin vom
 2. Es kommt ein Geist in mei-nen Sinn, will
 3. mich kein Trüb-sinn hält. Weil mich mein Gott das Lachen lehrt wohl

2. vie - len dunk-len Ta - gen.

The musical score is written in G major (one sharp) and 4/4 time. It features a vocal line with lyrics and a piano accompaniment. The score is divided into systems, with measure numbers 4, 8, 11, 16, and 20. Chord symbols are placed above the notes. The lyrics are in German and include three verses. The piano part consists of chords and some melodic lines.

Mein Tag in deiner Hand

Ohne Angst und ohne Sorgen – abends

Text (nach Edith Stein)

und Musik Thomas Quast

© tvd-Verlag Düsseldorf

24 $\text{♩} = 60$

D⁽²⁾ G⁽²⁾ Hm⁷

Oh - ne Angst und oh - ne Sor - gen liegt mein Tag in dei - ner Hand.

4 A D⁽²⁾ G⁽²⁾ Hm⁷

Bist mein Heu - te, wirst mein Mor - gen. Warst mein Ges - tern, das ich

8 A G⁽⁹⁾ D/F# G⁽⁹⁾

ü - ber - wand. Du auf mei - nen Le - bens - we - gen, ich in dei - nem Mo - sa -

12 Hm⁷ A D⁽²⁾ G⁽²⁾

ik ein Stein, wirst mich an die rech - te Stel - le le - gen,

15 Hm⁷ A D⁽²⁾

dei - nen Hän - den bet - te ich - mich ein.

The image shows a musical score for the song 'Mein Tag in deiner Hand'. It consists of five systems of music, each with a vocal line and a piano accompaniment line. The key signature is D major (two sharps) and the time signature is common time (C). The tempo is marked as quarter note = 60. The score includes chord symbols above the vocal line: D(2), G(2), Hm7, A, D(2), G(2), G(9), D/F#, and Hm7. The lyrics are in German and are written below the vocal line. The score ends with a double bar line at the end of the fifth system.

Aller Augen warten auf dich

Text Psalm 145,15
Musik Thomas Quast
© tvd-Verlag Düsseldorf

25 $\text{♩} = 80$

F C F B^b

Al - ler Au - gen war - ten auf dich, — und du gibst ih - nen

6 F G C B^b F/A F C F

Spei - se zur rech - ten Zeit, und du gibst ih - nen Spei - se zur rech - ten Zeit. —

The image shows a musical score for the hymn 'Aller Augen warten auf dich'. It consists of two systems of music. The first system starts at measure 25, marked with a tempo of quarter note = 80. The key signature has one flat (B-flat), and the time signature is 2/4. The melody is in the treble clef, and the accompaniment is in the bass clef. Chords F, C, F, and B-flat are indicated above the first four measures. The lyrics are 'Al - ler Au - gen war - ten auf dich, — und du gibst ih - nen'. The second system starts at measure 6. Chords F, G, C, B-flat, F/A, F, C, and F are indicated above the measures. The lyrics are 'Spei - se zur rech - ten Zeit, und du gibst ih - nen Spei - se zur rech - ten Zeit. —'. The score uses a variety of note values including quarter, eighth, and sixteenth notes, as well as rests.

Herzenssache

Das Hören üben

Text Thomas Laubach

Musik Thomas Quast

© tvd-Verlag Düsseldorf

26

$\text{♩} = 66$

Em D G Am H

das hö - ren ü - ben auch wenn der him - mel schweigt das

This system contains the first six measures of the piece. The melody is in the treble clef, and the accompaniment is in the bass clef. The key signature has one sharp (F#). The tempo is marked as quarter note = 66. The lyrics are: 'das hö - ren ü - ben auch wenn der him - mel schweigt das'.

6 Em (H Em) D (Em D) G Am H

herz in die hän - de neh - men wo kein aus - weg bleibt und

This system contains measures 7 through 12. The lyrics are: 'herz in die hän - de neh - men wo kein aus - weg bleibt und'.

10 Am (G) D Am H Em

geist - reich in den ar - men got - tes ant - litz su - chen

This system contains measures 13 through 18. The lyrics are: 'geist - reich in den ar - men got - tes ant - litz su - chen'. The system ends with a double bar line and repeat dots.

Auf dem Weg meines Lebens

Zu Psalm 23

Text Raymund Weber

Musik Thomas Quast

© tvd-Verlag Düsseldorf

28 $\text{♩} = 84$

4 $F^{(9)}$ C^5 C^5/H C^5/A C^5/H C^5 $G^{(9)}$

8 $F^{(9)}$ C^5 C^5/H C^5/A C^5/H

R Auf dem Weg mei-nes Le - bens, bei Tag und bei Nacht, in

11 C^5 C^5/H $F^{(9)}$ $G^{(9)}$ Am^7 Am^7/G

al-len Ge-fah - ren gibt Gott auf mich Acht. Auf dem Weg mei-nes Le - bens, bei

14 $F^{(9)}$ C/E Dm^7 C/E $F^{(9)}$ G ⦿

Tag und bei Nacht, in al-len Ge-fah - ren gibt Gott, gibt Gott auf mich Acht.

17 C^5 C^5/H C^5/A C^5/H C^5 $G^{(9)}$ $F^{(9)}$

1. Wenn
3. Und

Schenke mir, Gott

Zu 1 Kön 3,5-17

Text Thomas Laubach

Musik Thomas Quast

© tvd-Verlag Düsseldorf

29 $\text{Eb}^{(9)}$ $\text{Bb}^{(9)}$ $\text{Eb}^{(9)}$ $\text{Bb}^{(9)}$ $\text{Eb}^{(9)}$ Gm^7 F

5 $\text{Eb}^{(9)}$ $\text{Bb}^{(9)}$ $\text{Eb}^{(9)}$ $\text{Bb}^{(9)}$ $\text{Eb}^{(9)}$ Gm^7 F

9 $\text{Eb}^{(9)}$ $\text{Bb}^{(9)}$ F Eb Gm^7

Gott, ein hö-ren-des Herz, — das sei-nen Oh-ren traut in die-ser
 Gott, ein se-hen-des Herz, — das mir die Au-gen öff-net für die
 Gott, ein füh-len-des Herz, — das für den an-dem auf-geht je-den

12 F $\text{Eb}^{(9)}$ Bb F

Welt. Schen-ke mir, Gott, ein hö-ren-des Herz, — das sei-nen
 Welt. Schen-ke mir, Gott, ein se-hen-des Herz, — das mir die
 Tag. Schen-ke mir, Gott, ein füh-len-des Herz, — das für den

Schen-ke mir, Gott, ein hö-ren-des Herz, — das sei-nen
 Schen-ke mir, Gott, ein se-hen-des Herz, — das mir die
 Schen-ke mir, Gott, ein füh-len-des Herz, — das für den