



## Nr. 346 - Atme in uns, Heiliger Geist (Tanz)

Dieses Lied wird auch in Kamerun sehr gerne gesungen – dort auf Französisch. Die Menschen in Afrika bleiben dabei nicht ruhig sitzen, sondern sie stehen vor Freude auf, tanzen und klatschen oder trommeln dazu. Ich finde es schön, wenn man den Refrain tanzt und mit Klatschen und Trommeln begleitet. Die Strophen können dann ruhiger gestaltet werden.

### Tanzen

Die Kurzbeschreibung für einen einfachen Tanzschritt lautet: rechts – tipp, links – tipp. Das geht so:

- auf den rechten Fuß stellen, mit dem linken nur leicht daneben tippen
- dann umgekehrt: auf den linken Fuß stellen, mit dem rechten nur leicht daneben tippen.

### Klatschen

Wenn du den Tanzschritt sicher und schwungvoll beherrschst, könnt ihr dazu klatschen. Hier habe ich einen einfachere und einen schwierigeren Vorschlag für euch. Welchen magst du mehr?

<b>Klatschen</b>	<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>	
Schritte	rechts	tipp	links	tipp	rechts	tipp	links	tipp

<b>Klatschen</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>
Schritte	rechts	tipp	links	tipp	rechts	tipp	links	tipp

### Trommeln

Echte afrikanische Rhythmen zu trommeln ist für uns hier in Deutschland auf Anhieb nicht ganz einfach. Deshalb habe ich für dich nur ein ganz einfaches Muster aufgeschrieben. Wenn du schon trommeln kannst, fallen dir sicher noch andere Rhythmen ein. (Tipp: eine afrikanische Djembé oder ein Cajon klingen hier viel schöner als ein modernes Schlagzeug.)

	Erläuterung: R = rechte Hand L = linke Hand der tiefgestellte Buchstabe deutet einen Bassschlag an.
L      R      L	
<b>R</b>	

### **Bunte Bänder**

Bei den Strophen kann die Trommel schweigen. Wir binden bunte Bänder aus Seide oder Krepp an Stäbe und schwingen sie in großen Bögen passend zur Musik.  
So singt man in Kamerun

### **So singt man in Kamerun**

Man kann Strophe und Refrain gleichzeitig singen. Das heißt, eine Gruppe braucht nur den Refrain zu wiederholen, während die andere abwechselnd Strophe und Refrain singt. Probiert in eurer Familie aus, wie das klingt. Ich habe die Noten für euch aufgeschrieben.

### **Ein buntes Bild**



Als ich das Lied hörte, habe ich ein Bild mit bunten Farben gemalt, die mich an Pfingsten und das Kommen des Heiligen Geistes erinnern. Weiß bedeutet für mich Licht und Wind, die Dunkelheit und Staub vertreiben. Bei Rot, Orange und Gelb denke ich an die Feuerzungen und bei Grün an das Leben, denn der Heilige Geist macht lebendig. – Was ist für dich wichtig an Pfingsten? Welche Farben hat dein Bild?

Helga Seifert