



# Wintersemester - Das Songbook

## 01 Ein ganzer Mann e – h / G - A

Ich fühl mich gut,  
ich bin gut drauf.  
Bin nicht  
im Lebensschlussverkauf.  
Bei mir ist alles  
voll im Plan.  
Ich bin ein Kerl,           Ausklingen lassen -  
ein ganzer Mann.       – einsetzen!

Ich mach viel Sport,  
bin stets aktiv.  
Ich finde auch (nicht ganz)  
ganz attraktiv. (unattraktiv)  
Bin modisch stets  
im Kleiderschrank  
und wöchentlich       Ausklingen lassen -  
auf der Sonnenbank.   – einsetzen!

Das Alter kann       Mattes singt tief  
mir nichts antun.  
Ich glaube fast  
ich bin immun.

Das Alter kann       Mattes singt etwas höher  
mir nichts antun.  
Ich glaube fast       Ausklingen lassen -  
ich bin immun.       – einsetzen!

Ich seh´ noch gut,  
bin geistig fit,  
achte auf Trends  
nehm alles mit.  
Ich schaue auch  
DSDS  
und Dschungelcamp  
bis zum Exzess.

So bleib ich           Mattes singt tief  
als gestandner Mann  
noch näher  
an der Jugend dran.

So bleib ich **Mattes singt etwas höher**  
als gestandner Mann  
noch näher  
an der Jugend dran.

Ich fühl mich gut,  
ich bin gut drauf.  
Bin nicht  
im Lebensschlussverkauf  
Bei mir ist alles  
voll im Plan.  
Ich bin ein Kerl, **Ausklingen lassen -**  
ein ganzer Mann. **– nicht einsetzen!**

**BREAK – Frank Gitarrentöne**  
**Fori folgt leichte Keyboard Akkorde/töne**

Gut, neulich zog es mal beim Bücken,  
von unten rauf, so in den Rücken.  
Tags drauf bei Kilometer zehn  
Ließ Werner mich beim Joggen stehn.  
Und jüngst sprach mein Chef mit mir galant  
vom Vorteil des verdienten Ruhestand.  
Ein wenig hat´s mich dann doch irritiert  
So flüchtig hab ich mich mal informiert.  
Das sei das Alter, das sei ganz normal,  
kein Grund zum Stress, einfach die Lebensqual.  
Das trifft uns alle, daran gewöhnt man sich.  
Ja vielleicht alle, **aber doch nicht mich !!**

**Einsetzen – „kleines“ Solo von Frank**

Ich fühl mich gut,  
ich bin gut drauf.  
Bin nicht  
im Lebensschlussverkauf  
Bei mir ist alles  
voll im Plan.  
Ich bin ein Kerl, **Ausklingen lassen -**  
ein ganzer Mann. **– einsetzen!**

**Strophe nochmals spielen, aber ohne Gesang – Solotöne von Frank**  
**Dann ENDE**

Ich bin ein Kerl, **Ausklingen lassen -**  
ein ganzer Mann. **– einsetzen!**

## **02 Chips-Diät**

(Text und Musik No Notes)

Meine Schultern sind breit, meine Augen sind blau,  
die Hüfte ist schmal, ich seh´ aus wie ein „V“.  
Ich seh´ ständig aus wie aus dem Ei gepellt,  
meine Zähne sind weiß und ich habe viel Geld.

Doch plötzlich wach ich auf, guck´ in den Spiegel rein  
und wie jeden Morgen ist der zu mir gemein.  
Die Hüfte hängt, ich seh´ Scheiße aus,  
doch ich denk´ so bei mir: „Mach´ das Beste draus.“

Ich mach´ ´ne Chips-Diät, trink´ n paar Bierchen dabei,  
setz´ mich auf die Couch und fühle mich frei.  
Die Zufriedenheit steht mir im Gesicht  
Und zufriedene Menschen haben kein Gewicht.

Hör´ auf so viel zu feiern und zu fressen,  
sonst kannst du die Figur ziemlich schnell vergessen.  
Du solltest dir lieber ´nen Jogginganzug kaufen  
und einmal täglich durch den Wald laufen.

Da hab´ ich auch kurz drüber nachgedacht,  
vielleicht ist das besser bevor die Couch kracht.  
Doch dann legte ich den Anzug wieder weg  
und verstecke mit weiten Klamotten den Speck.

### Refrain

Ich hab´ die Nase voll, mir Leute zu betrachten,  
die das ganze Jahr immer nur schmachten,  
die fünfmal die Woche ins Fitness-Studio geh´n  
und auf ihrer Brust ist kein einz´ges Haar zu seh´n.

Es gibt viele Gründe, hart zu sich zu sein,  
doch leider fällt mir gerade keiner ein.  
Und wenn du mit dir zufrieden bist,  
dann bleib einfach so und hör´ nicht auf den Mist.

(langsam)

Dann mach ´ne Chips-Diät, trink´ n paar Bierchen dabei,  
setz´ dich auf die Couch und fühle dich frei.  
Die Zufriedenheit steht dir im Gesicht  
und dein Gewicht belastet dich nicht.

...

2 x Refrain

## **03 Fernseh-Show    D – Dur / C Dur /**

### **Pedal:RHTHMUS Akkorde stehen lassen**

Wenn Bohlen seinen Casting-Gast  
vor allen diffamiert.  
Das macht mich glücklich, macht mich satt,  
wenn er ihn ausradiert.  
Ich liebe die Erniedrigung,  
verbale Meuchelei.  
Das heizt mich an im Publikum  
zu Rausch und Raserei.

#### **Kurzes Zwischenspiel mit ein paar Tönen**

Am Nachmittag seh´ ich sie dort  
niveaulos, asozial.  
**Von welchem Mann ihr Kind denn ist,    Chris singt!**  
**das klär´n wir gleich einmal.**  
Er braucht beim Sex immer vier Frau´n,  
wie abartig und schlimm.  
Ich spür ein Kribbeln im Gesicht,  
den Sabber auf dem Kinn.

#### **Break – Akkorde klingen aus**

Heut´ ist Fernseh-Real-Life-Show,  
ich seh´ Dich wehrlos, schwach.  
Das gibt mir Überlegenheit  
und mühelose Macht.

**Chris singt leise**  
**Nur Fori leise Keyboard Töne**

Heut´ ist Fernseh-Real-Life-Show,  
ich seh´ Dich wehrlos, schwach.  
Das gibt mir Überlegenheit  
und mühelose Macht.

**Mattes singt – Alle setzen ein!**

Die Kamera im Dschungelcamp  
zeigt sie mir ganz genau.  
Ich seh´ sie rechtlos, intrigant.  
Die grenzenlose Schau.  
Für mich steigt sie ins Schlangenfass,  
isst Käfer, zeigt sich nackt.  
Ich spüre wie Erfüllung und  
Triumphgefühl mich packt.

#### **Break – Akkorde klingen aus**

Heut´ ist Fernseh-Real-Life-Show,  
ich seh´ Dich wehrlos, schwach.  
Das gibt mir Überlegenheit  
und mühelose Macht.

**Chris singt leise**  
**Nur Fori leise Keyboard Töne**

Heut´ ist Fernseh-Real-Life-Show,  
ich seh´ Dich wehrlos, schwach  
Das gibt mir Überlegenheit  
und mühelose Macht

**Mattes singt – Alle setzen ein!**

## Umstellung Pedal auf SOLO

**Frank spielt**                      **D – F - C – D ( 2x )**  
**Direkt danach Theke**        **D – F – C – D ( 2x )**

Ich fühl mich in. Ich bin dabei.  
Ich rede immer mit.  
Durchs gieren nach den Life-Stream-Shows  
halt´ ich mit Euch Schritt.  
Wenn vor mir Deine Seele strippt,  
Du Deine Kehle zeigst.  
Das gibt als Masse uns den Sieg,  
wenn Du Dich vor uns neigst.

### **Break – Akkorde klingen aus**

Heut´ ist Fernseh-Real-Life-Show,  
ich seh´ Dich wehrlos, schwach.  
Das gibt mir Überlegenheit  
und mühelose Macht.

**Chris singt leise**

Heut´ ist Fernseh-Real-Life-Show,  
ich seh´ Dich wehrlos, schwach.  
Das gibt mir Überlegenheit  
und mühelose Macht.

**Mattes singt leise**

## Umstellung Pedal auf SOLO

**Frank spielt**                      **D – F - C – D ( 2x )**  
**Direkt danach Theke**        **D – F – C – D ( 2x )**  
**Frank spielt**                      **D – F - C – D ( 2x )**  
**Direkt danach Theke**        **D – F – C – D ( 2x )**

Heut´ ist Fernseh-Real-Life-Show,  
ich seh´ Dich wehrlos, schwach.  
Das gibt mir Überlegenheit  
und mühelose Macht.

**Mattes singt laut**

**ENDE mit Break**                      **D – F – C - D**

## 04 Overath

Einst war ich mal fast ein Star.

**G – D – a - a**

Dynamisch, kraftvoll, antrittsschnell.

Ob Bolzplatz, Hobby-, Kreisliga,

ein Ass im Spielerkarussell (einsetzbar universell).

Die Zeiten, die sind zwar vorbei,

doch spielt man jetzt sehr gern

den Kurzpass und die Fummelei

beim Fußball mit den alten Herrn.

### 4 Zeilen Zwischenspiel Keyboard oder E -Gitarre

Die Trikots sitzen ziemlich knapp,

**G – D – a - a**

die Hosen denkbar eng.

Letztendlich doch kein Handycap,

wenn ich mich da reinzwäng.

Und dann geht's raus und in die Schlacht.

**C – G – h - h**

Die Gegner mach ich platt.

Es wird gekämpft bis das es kracht:

**C – G – D - D**

Am Samstag bin ich Overath.

Overath – **Overath nachsingen**

Overath – **Overath nachsingen**

### 4 Zeilen Zwischenspiel Keyboard

War früher alles Spiel und Spaß,

**G – D – a - a**

ist heute richtig Krieg.

Bin ich nicht mehr so schnell im Gras,

muss anders her der Sieg.

So tritt man seinen Gegner um.

Der fliegt rasant aufs Maul,

auf dem Niveau gibt's kein Drumrum.

Da braucht's das Taktik-Foul.

Und dann geht's raus und in die Schlacht.

**C – G – h - h**

Die Gegner mach ich platt.

Es wird gekämpft bis das es kracht:

**C – G – D - D**

Am Samstag bin ich Overath.

Overath – **Overath nachsingen**

Overath – **Overath nachsingen**

#### 4 Zeilen Zwischenspiel Keyboard

**G – D – a - a**

Den Schiri, das ist sonnenklar,  
den brauche ich fast nie.  
Erfahrung ist bei mir ja da.  
Ein Regelbuch-Genie.  
Und wenn er pfeift, der schwarze Mann,  
gegen unser Team,  
dann drohen wir ihm Prügel an.  
Das muss er dann einsehn.

Und dann geht's raus und in die Schlacht.  
Die Gegner mach ich platt.

**C – G – h - h**

Es wird gekämpft bis das es kracht:  
Am Samstag bin ich Overath.

**C – G – D - D**

**Kein Overath singen oder nachsingen  
Nur normal weiterspielen  
Dann beginnt Mattes mit der nächsten Strophe leise  
( nur Keyboard und Bass und Drums)**

Und manchmal, im geheimen Traum,  
da meine ich zu fühlen.  
Ein Unterschied ist da doch kaum,  
zu denen, die da spielen  
in Bundesliga eins und zwei  
im Gegensatz zu mir.  
Gut, ich hab öfter trainingsfrei  
und nach dem Sport trink ich lieber Bier.

Und dann geht's raus und in die Schlacht.  
Die Gegner mach ich platt.

**C – G – h - h**

Es wird gekämpft bis das es kracht:  
Am Samstag bin ich Overath.

**C – G – D - D**

.Ja dann geht's raus und in die Schlacht.  
Die Gegner mach ich platt.

**C – G – h - h**

Es wird gekämpft bis das es kracht:  
Am Samstag bin ich Overath

**C – G – D - D**

nachsingen

## **05 Johanniskraut** ( lat: Bvpericum

perforatum ) **Akkorde: C – F – a – G**

Ich war niemandem, jemals so treu,  
nur durch dich kann ich, wirklich glücklich sein.  
Mit dir wurde meine - Welt wieder neu  
Du bist so schön, so glänzend, so rein.  
Du bist mein Licht, wenn alles ergraut  
Ich hab mein Leben auf dich aufgebaut!

**REF.:**

**Oh mein Johanniskraut  
Du hast mich wieder aufgebaut  
Wenn drauÅen alles graut – oh Johanniskraut!**

Das Herbstlaub, fällt von den Bäumen  
In den nassen und kalten Wald.  
Dunkle Flecken in meinen Träumen  
Die Depression - in meiner Gestalt.  
Doch durch dich,  
kann ich auch im Winter lachen,  
manchmal sogar SpäÙe machen.

**REF.: 2x**

Dazwischen:  
Dich kenn ich am längsten  
Du bist mir am engsten .... vertraut  
Du Licht auf meiner Haut, du hast mich aufgebaut.

Ja das Licht, was mich am Leben hält,  
das kommt aus der Vergangenheit.  
Gespeicherte Sonne, aus einer warmen Welt  
Gibt mir Kraft und Halt und Sicherheit!  
Die Welt in mir - ist nicht mehr ergraut  
Durch diesen Kompass unter meiner Haut.

**REF.: 2x**

## 06 Artospro

Akkorde:

### **Gesang: Mattes und Theke im Wechsel Mattes schwarz / Theke Rot**

Artospro hilft bei Arthrose,  
am besten gleich die große Dose.

Bei Rheuma nehm´ ich Voltaren,  
gelegentlich Ibuprofen.

Mein Blutdruck ist out of control,  
jetzt schnell aber Bisoprolol.

Und ist die Prostata kaputt,  
gibt mir der Doktor Prostagutt.

Werner meint, ich zitt´re schon,  
d´rum Sormodren für Parkinson.

Vergessen tu ich auch sehr viel.

Stopp Alzheimer mit Reminyl.

Wenn ich oft dringend müssen muss,  
macht Granufink mit Müssen Schluss.

Und wenn ich gar nicht pennen kann:  
Dormutil und Neurexan.

Sag´ mir, wo Du heute warst.

Ich hatte `nen Termin beim Arzt.

Der macht mich jedesmal gesund, er  
bewirkt doch wirklich wahre Wunder.

Sag´ mir, wo Du heute warst.

Ich hatte `nen Termin beim Arzt.

Der macht mich jedesmal gesund, er  
bewirkt doch wirklich wahre Wunder.

**Mattes und Theke gemeinsam**

Trockne Augen, Augen dick,  
kein Problem mit Liposic.

Selbst Herzprobleme seh´ ich locker,  
hab´ ich doch den Beta-Blocker.

Rückt die Hustenzeit heran,  
schnell wirkt hier mein Mucosulfan.

Und kann ich mich mal ganz schlecht bücken,  
Pferdesalbe auf den Rücken.

Mit Metformin und NovNorm geht es,  
sogar bei Zucker, Diabetes.

Bei Haarausfall, die Locken fort,  
hilft Dr. Wolffens Alpicort.

Ist der Stuhlgang viel zu hart,  
macht Granulat ihn wieder zart.

Und rutscht er einmal durch im Fall,  
Immodium macht es normal.

Sag´ mir, wo Du heute warst.  
Ich hatte `nen Termin beim Arzt.  
Der macht mich jedesmal gesund, er  
bewirkt doch wirklich wahre Wunder.  
Sag´ mir, wo Du heute warst.  
Ich hatte `nen Termin beim Arzt.  
Der macht mich jedesmal gesund, er  
bewirkt doch wirklich wahre Wunder.

**Mattes und Theke gemeinsam**

### **Zwischenspiel Frank Solotöne**

So hol ich täglich meine Droge  
beim Hausarzt, Neuro-, Kardiologe.  
**Nur einmal war ich ganz verkehrt**  
**Hab mich zum Frauenarzt verirrt.**  
Doch auch dieser ließ mich nicht  
Ohne ein Rezept im Stich  
**Mobilat für´s Knie in Spritzen**  
**Nun kann ich auch beim Pinkeln sitzen**

Sag´ mir, wo Du heute warst.  
Ich hatte `nen Termin beim Arzt.  
Der macht mich jedesmal gesund, er  
bewirkt doch wirklich wahre Wunder.  
Sag´ mir, wo Du heute warst.  
Ich hatte `nen Termin beim Arzt.  
Der macht mich jedesmal gesund, er  
bewirkt doch wirklich wahre Wunder.

**Mattes und Theke gemeinsam**

### **Zwischenspiel 4 Zeilen – dann Break nur leichte Gitarre Drums und Bass**

Sag´ mir, wo Du heute warst.  
Ich hatte `nen Termin beim Arzt.  
Der macht mich jedesmal gesund, er  
bewirkt doch wirklich wahre Wunder.  
Sag´ mir, wo Du heute warst.  
Ich hatte `nen Termin beim Arzt.  
Der macht mich jedesmal gesund, er  
bewirkt doch wirklich wahre Wunder.

**Mattes und Theke gemeinsam Leise**

**Dann Laut**

Sag´ mir, wo Du heute warst.  
Ich hatte `nen Termin beim Arzt.  
Der macht mich jedesmal gesund, er  
bewirkt doch wirklich wahre Wunder  
Sag´ mir, wo Du heute warst.  
Ich hatte `nen Termin beim Arzt.  
Der macht mich jedesmal gesund, er  
bewirkt doch wirklich wahre Wunder

**Ende mit Break**

## Pedal: RHYTHMUS

07 Früher **C – G – D – D ( Akkorde langsam )**

Früher – Mensch, da war´n die Zeiten schön  
Früher – konnt´ man noch auf die Straße gehen  
Früher – da gab´s an Weihnachten noch Schnee  
Früher – war die Hausfrau noch die gute Fee

rüher – ging man gerne zum Einkaufen zu Fuß  
Früher – da war auch noch ein Apfel ein Genuss  
Früher – war Sex vor der Ehe kein Zwang  
Früher – hielt die Ehe noch ein Leben lang

---

Früher – war der Spritpreis noch zivil  
Früher – war die D-Mark noch stabil  
Früher – hab´n wir noch auf der Straße gekickt  
und die Socken hat die Oma selber gestrickt

Früher – wurden Bonbons auch noch einzeln verkauft  
Früher – haben wir uns noch mit Anstand gerauft  
Früher – war das Fernsehen noch schwarz und weiß  
Früher – lief Bonanza und der Große Preis

Früher – ging man selbstverständlich noch zum Bund  
Früher – war das Rauchen noch nicht ungesund  
Früher – sahen Frauen noch wie Damen aus  
Früher – war der Mann auch noch der Herr im Haus

---

### Nächste Strophe leiser

Früher – Weißt Du noch, wurde oft gesacht  
Früher – Kerl Alter, was haben wir gelacht  
Früher – das gibt es schon seit Generationen  
Das Früher – erhält im Alter Ovationen

Früher – das sind heute, diese Zeiten  
die später als Erinnerung uns begleiten  
Früher – Mensch, warum hält sich das bloß  
Ich glaube früher, früher ist einfach zeitlos

### Alle steigen wieder ein

Früher – war auch der Himmel schon grau  
Früher – waren wir auch oft blau  
Früher – wurden auch schon Fehler gemacht  
Früher – hab ich mich auch mit Dir schon verkracht

Anschlagen & Klingen lassen

**Leise**  
**Leise**

**Laut**  
**(Früher mitsingen)**

**Laut**  
**(Früher mitsingen)**

**Laut**  
**(Früher mitsingen)**

**Töne Frank**

**nur Drums – Bass und event. Rythmus**  
**nur Drums – Bass und event. Rythmus**  
**nur Drums – Bass und event. Rythmus**  
**nur Drums – Bass und event. Rythmus**

# Pedal: RHYTHMUS

Früher – wurde auch meist schon zum Unrecht geschweigt (hat man sich schon vor Idioten geneigt)

und Arschlöcher haben oft die ersten Geigen geigeigt.

Früher – war'n viele auch schon doof wie Stroh

Früher – da schrieb man auch noch Fett mit `o´

Früher – Früher nachsingen

Früher – Früher nachsingen

Früher – Früher – Früher

**Betonung mit Drums auf Früher / beim letzten Früher ausschängeln**

## 08 Musik

*Musik - die find ich grandios  
Aber was ist heutzutage los  
Eh Teennies nehmt es mir nicht krumm  
Euer Sound macht nur Bumbum  
Keine Linie – kein Konzept  
Überall wird schlecht gerappt  
Sorry – das ist nix für mich  
Ich mag es einfach nich`!*

Ich zum Beispiel find den Schlager stark  
Tolle Texte – nicht so´n Quark  
Bata Ilic hat auf Hawaii  
Sand im Schuh. – oh wei oh wei  
Oder – das ist wirklich ein Problem  
Es gibt nur weiße Rosen in Athen  
Peter Maffay da sing ich mit,  
Es war Sommer – war ein Riesenhit

**Break: Es war Sommer – Peter Maffay**

*Musik - die find ich grandios  
Aber was ist heutzutage los  
Eh Teennies nehmt es mir nicht krumm  
Euer Sound macht nur Bumbum  
Keine Linie – kein Konzept  
Überall wird schlecht gerappt  
Sorry – das ist nix für mich  
Ich mag es einfach nich`!*

Auch finde ich den Pop so schick  
Das ist für mich Musik  
Harpo und sein Moviestar,  
das ist flott und wunderbar.  
Modern Talking – ja O.K  
Die tun auch meinen Ohren weh  
Aber Abba find ich supergeil  
Bei S.O.S. - da geh ich steil

**Break: S.O.S - Abba**

***Musik - die find ich grandios  
Aber was ist heutzutage los  
Eh Teennies nehmt es mir nicht krumm  
Euer Sound macht nur Bumbum  
Keine Linie – kein Konzept  
Überall wird schlecht gerappt  
Sorry – das ist nix für mich  
Ich mag es einfach nich`!***

Auch Rockmusik – die alten Dinger  
Nach denen leck ich mir die Finger  
Scorpions und Gabriel  
Machen meine Beine schnell  
Deep Purple ließen meine Haare weh`n  
Gut – davon ist heut nix mehr zu seh`n  
Welches Stück mich immer wieder freut  
Ist The Wall – von Pink Floyd

**Break: Another brick in the Wall**

***Musik - die find ich grandios  
Aber was ist heutzutage los  
Eh Teennies nehmt es mir nicht krumm  
Euer Sound macht nur Bumbum  
Keine Linie – kein Konzept  
Überall wird schlecht gerappt  
Sorry – das ist nix für mich  
Ich mag es einfach nich`!***

Und alles das, was ich nicht kenn´,  
was neu ist, fremd, geschweige denn  
Techno, Rap und auch House:  
Das mach ich sofort aus.  
Da bin völlig ignorant,  
zieh den Stecker aus der Wand.  
Hottentottenmusik ohne Verstand  
der Spruch ist mir bekannt.

**Break: Musik ist Trumpf  
Musik ist Trumpf,  
Musik ist Trumpf im Leben.  
Sie wird es immer geben,  
So lang der Globus sich noch dreht.  
So lange unsere Welt besteht.**

Dann ist PAUSE

## 09 Hut a – F – G – a **Pedal / RHYTHMUS** ( Volle Pulle Verzerrte Gitarre bis Gesang)

Er schützt mich, wenn der Wind mir kalt und stürmisch - um die Ohren weht.  
Er hält mich warm,  
und gibt mir Charme.  
Symbolisiert,  
ganz ungeniert:  
Da kommt ein äußerst reifer Mann.  
Man ist sich sicher, absolut,  
da kommt ein Oppa mit Hut.

**Keine Gitarre**

**Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut, ( Akkorde)**  
**mit Hut, mit Hut, nie ohne meinen Hut. ( Akkorde)**  
**Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut, ( Akkorde)**  
**mit Hut, mit Hut, nie ohne meinen Hut. ( Akkorde)**

Ob in der Kirche, beim Frisör oder im Garten - er ist stets dabei.  
Beim Einkauf oder auch am Strand. Ist modisch er auch nicht - der letzte Schrei.  
Ist elegant,  
ich wirk´ galant.  
Er fasziniert,  
erotisiert  
die anspruchsvollen Damen reihenweis´.  
Ja, so ein Mann gefällt ihr gut.  
Sie steht da drauf: Oppa mit Hut.

**Keine Gitarre**

**Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut, (Akkorde)**  
**mit Hut, mit Hut, nie ohne meinen Hut. (Akkorde)**  
**Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut, (Akkorde)**  
**mit Hut, mit Hut, nie ohne meinen Hut. (Akkorde)**  
**Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut, (Akkorde)**  
**mit Hut, mit Hut, nie ohne meinen Hut. (Akkorde)**  
**Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut, (Akkorde)**  
**mit Hut, mit Hut, nie ohne meinen Hut. (Akkorde)**

*Break: Mattes singt leise weiter:*

Mit meinem Opel auf der Bahn gibt er mir ein Gefühl – von Sicherheit.  
Behutsam durch den Stadtverkehr, mit ihm bin jederzeit – ich bremsbereit.  
Ich bin gewiss  
kein Hindernis.  
Fahr überlegt,  
unaufgeregt,  
seit fünfundfünfzig Jahren unfallfrei.  
Der hinter mir, kocht schon vor Wut  
Und ruft: „Na klar, Oppa mit Hut.“

**Keine Gitarre**

**Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut,  
mit Hut, mit Hut, nie ohne meinen Hut.  
Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut,  
mit Hut, mit Hut, Oppa mit Hut.**

**Keine Gitarre**

**Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut,  
mit Hut, mit Hut, nie ohne meinen Hut.  
Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut,  
mit Hut, mit Hut, Oppa mit Hut**

**Keine Gitarre**

### **Pedal umstellen auf SOLO**

**Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut,  
mit Hut, mit Hut, nie ohne meinen Hut.  
Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut,  
mit Hut, mit Hut, Oppa mit Hut**

**Steigern**

**SOLOTÖNE**

**Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut,  
mit Hut, mit Hut, nie ohne meinen Hut.  
Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut,  
mit Hut, mit Hut, Oppa mit Hut**

**Steigern**

**SOLOTÖNE**

**Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut,  
mit Hut, mit Hut, nie ohne meinen Hut.  
Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut,  
mit Hut, mit Hut, Oppa mit Hut**

**Laut**

**Weiterspielen 1x Instrumental ohne Gesang  
Mattes setzt ein**

**Mit Hut, mit Hut, mit Hut, mit Hut,  
mit Hut, mit Hut, Oppa mit Hut**

**SOLOTÖNE**

**Ende mit Pam Pam Pam / Pam Pam Pam!**

**SOLOTÖNE**



## 10 Volles Programm ( Flatman ) **d – C Pedal / Rhythmus**

Der Koffer steht schon längst bereit,  
es ruft die nächste Urlaubszeit.  
Auf Kreta waren wir Neujahr,  
zu Ostern gings nach Sansibar.  
Mit Graf-Reisen kurz nach Berlin,  
danach der Trip ins schöne Wien.  
Im Sommer bleiben wir im Land,  
drei Wochen geht's zum Ostseestrand.

### **Break – 2 Takte langsam ( Keyboard ) – kein Gesang**

Der Bildungstour zum Plattensee  
mit der Senioren-SPD,  
schließt sich eine Wallfahrt an,  
mit Kolping ist Altötting dran.  
Und wird es kälter, das ist klar,  
geht es so wie in jedem Jahr.  
Zwei Monate auf und davon  
nach Malle in die Nachsaison.

Umstellung auf SOLO

### **Break – langsam ( Keyboardlauf ) – Gitarrentöne Chris Sax im Wechsel**

Ich will noch viele Dinge sehn,  
hab noch zweihundertzehn Ideen.  
Ich will noch viele Dinge sehn,  
die lang schon in den Sternen stehn.

Langsam und ruhig

Umstellung auf RHYTHMUS

Am Sonntag wartet Greenpeace schon,  
ich führe die Protestaktion.  
Danach die Woche ist auch voll  
mit dem Crash-Kurs Rock´n Roll  
Und hab ich dies Jahr keine Zeit,  
im nächsten Jahr ist es so weit.  
Im nächsten Jahr werd ich es bringen,  
einmal im Leben Fallschirmspringen.

Umstellung auf SOLO

### **Break – langsam ( Keyboardlauf ) – Gitarrentöne Chris Sax im Wechsel**

Ich will noch viele Dinge sehn,  
hab noch zweihundertzehn Ideen.  
Ich will noch viele Dinge sehn,  
die lang schon in den Sternen stehn.

Langsam und ruhig

Umstellung auf RHYTHMUS

Ihr denkt ich bin total verrückt,  
durchgeknallt und ausgetickt.

Egoistisch, selbstbestimmt.

„Schon seltsam, wie der sich benimmt.“ (Der weiß nicht, wie man sich benimmt)

Doch ich hol alles aus mir raus

geb die ganze Kohle aus.

Ich nehme alles mit.

Volles Programm

Volles Programm Gramm Gramm

Volles Programm Gramm – Gramm

Volles Programm Gramm – Gramm

Volles Prograaaam

Volles Programm

## Noch zweimal Akkorde C –d / dann Break

Ich will noch viele Dinge sehn,

hab noch zweihundertzehn Ideen.

Ich will noch viele Dinge sehn,

die lang schon in den Sternen stehn.

**Volles Programm**

**Ende auf Programm**

**11 Ich sach Dir datt Akkorde: C – G**  
**(Akkustikgitarre von Farnk nutzen)**

**Polka-Karneval**

Im Alter und mit all den Jahr'n  
nimmt manches Handeln ab.  
Man macht's eher selten oder nie.  
Man ist einfach zu schlapp.  
Doch in einem Punkt bleibt die Betriebsamkeit,  
und zwar nicht zu knapp:  
Sex findet auch im Alter statt:  
Jung', ich sach Dir datt.  
Sex findet auch im Alter statt: **Alle singen nach**  
Jung', ich sach Dir datt. **Alle singen nach**

Der Werner sacht „Et läuft nix mehr,  
der letzte Lack ist ab“.  
Abends nur Fernsehen und zwei Bier.  
Im Bett ist's wie im Grab.  
Doch jedes Alter hat auch Reiz,  
der nimmt auch nie ganz ab.  
Drum, Sex findet auch im Alter statt:  
Jung', ich sach Dir datt.  
Sex findet auch im Alter statt: **Alle singen nach**  
Jung', ich sach Dir datt. **Alle singen nach**

**Nasenflötensolo 1 - 4 Zeilen**

Im Kino knutscht ein Liebespaar,  
verliebt und noch sehr jung.  
Das konnten wir dann aber auch;  
Die beiden guckten dumm.  
Beim Rausgehen lachte ich ihn an  
und sprach: Entschuldigung:  
Sex findet auch im Alter statt:  
Jung', ich sach Dir datt.  
Sex findet auch im Alter statt: **Alle singen nach**  
Jung', ich sach Dir datt. **Alle singen nach**

**Nasenflötensolo 2 - 4 Zeilen**  
**Break – Dann langsam einsteigen**

Beim Pfarrer und Frau Nachbarin  
steckte der Stachel tief.  
Die haben uns deutlich angesehen,  
dass bei uns noch was lief.

Dass wir, obwohl kein junges Paar,  
mit Lust und Temperament,  
uns immer noch verliebt ansehen,  
das wurmt sie vehement.

Und nach dem Kirchengang sprach ich dann: **Ab hier wieder langsam steigern**  
„Bleibt bloß nicht abstinert.“

Sex findet auch im Alter statt:  
Leute, ich wünsch´ Euch datt.

**Hier richtig einsteigen**

Sex findet auch im Alter statt:  
Jung´, ich sach Dir datt.

**Ende abrupt!!!**

## 12 Seniorenteller / Gitarre von Frank auf 1/2 Lautstärke

Vorspiel: 2 x G – G – C – G

Früher stand ich voll im Saft.  
Die Nahrung gab mir meine Kraft.  
Die allergrößten Portionen  
ließ ich in meinem Körper wohnen.

G – D – C – D

Doppel Pommes und `ne Wurst,  
dazu 4 Bier gegen den Durst  
Bei Schnitzeln, auch in Übergröße  
gab ich mir keine Blöße

G – D – C – D

1 x G – G – C – G

Heut´, ich kann es nicht vermeiden,  
gebe ich mich da bescheiden.  
Die Hälfte tut es manchmal auch,  
signalisiert mir da mein Bauch.  
Leise frag´ ich als Besteller:  
Hab´n Sie hier auch Seniorenteller?

BREAK : Akkorde betonen

G – D – C – D

2x Lallalala Lallalala G – G – C – G

Der Magen macht auch nicht mehr mit.  
Er ist halt nicht mehr ganz so fit.  
Und der Arzt sprach beim Termin:  
Mensch, guck´ auf Dein Cholesterin.

G – D – C – D

Es muss nicht der Grillteller sein,  
den Feldsalat gibt´s auch in klein.  
Und Rotwein gibt´s nicht nur im Krug,  
ein Achtel ist schon oft genug.

G – D – C – D

Der Kellner holt ihn aus dem Keller  
Und sagt: Das reicht auch zum Seniorenteller.

BREAK : Akkorde betonen

G – D – C – D

2x Lallalala Lallalala G – G – C – G

Geh´ ich mit der Familie aus  
kriegts Enkelchen die Micky Maus.  
3 Hähnchensticks der Kleine hatte,  
für mich nennen Sie es: die Heesters-Platte.  
Und haben sie dann aufgegessen,  
geföhlt auch lang genug gegessen,  
dann schauen Sie mich fordernd an  
und denken sich O Mann O Mann.

Leise

G – D – C – D

G – D – C – D

Mensch Oppa, iss ma´n bisschen schneller,  
das ist doch nur: ein Seniorenteller.

BREAK : Akkorde betonen

G – D – C – D

3 x Lallalala Lallalala G – G – C – G

13 Deine Hand

**Pedal : SOLO**

**Beginn leise Klavier / Frank**

**( 2 X )**

**Dann Klavier / Frank und Solotöne Theke ( 2 X ) ( h – Saite / 7. Bund )**

Ich schaue Sie gefühlvoll an  
und drücke sie ganz fest.

**Deine Hand in meiner Hand,  
die mich Dich spüren lässt.**

**Mattes Theke Chris**

Sie hat mich einst sehr zart verführt,  
gestreichelt und geliebt.

Ich mocht´ es, wenn sie mich berührt,  
sich wohligh an mich schmiegt.

**Deine Hand in meiner Hand**

**Mattes Theke Chris**

**Deine Hand in meiner Hand**

Die Richtung zeigte sie mir oft,  
erhob sich zum Protest.

**Deine Hand in meiner Hand,  
die mich Dich spüren lässt.**

**Mattes Theke Chris**

Die Kinder hab´n sie oft gesucht  
als Rückhalt und zum Trost.

Sie war stets da, gab neue Kraft,  
schien alles ausweglos.

**Deine Hand in meiner Hand**

**Mattes Theke Chris**

**Deine Hand in meiner Hand**

Jetzt sieht man ihr die Zeiten an  
sie ist ein Manifest.

**Leichtes Schlagzeug beginnt**

**Deine Hand in meiner Hand,  
die mich Dich spüren lässt.**

**Mattes Theke Chris**

Geschichten spiegeln sich darin  
von Arbeit und von Freud.

Doch diese Macken stö´rn mich nicht,  
ich halte sie auch heut´.

**Deine Hand in meiner Hand**

**Mattes Theke Chris**

**Deine Hand in meiner Hand**

**Deine Hand in meiner Hand**

**Mattes Theke Chris (Einsetzen Schlagzeug heftiger)**

**Deine Hand in meiner Hand**

Ich schaue Sie gefühlvoll an  
und drücke sie ganz fest.

Deine Hand in meiner Hand,  
die mich Dich spüren lässt.

Sie hat mich einst sehr zart verführt,  
gestreichelt und geliebt.

Ich mocht´ es, wenn sie mich berührt,  
sich wohlig an mich schmiegt.

Deine Hand in meiner Hand,

**Theke beginnt mit Solotönen**

( h – Saite / 7. Bund )

**Mattes (Theke) Chris**

**Break – leise betont**

Sie gab stets mehr, als dass sie nahm  
war hand- und zugriffsfest.

Deine Hand in meiner Hand,

die mich Dich spüren lässt.

Ich mocht´ es, wenn sie mich berührt,  
sich wohlig an mich schmiegt.

Deine Hand in meiner Hand,

die mich Dich spüren lässt.

**Mattes (Theke) Chris**

**Mattes (Theke) Chris**

Deine Hand in meiner Hand,

die mich Dich spüren lässt.

**Langsam ausklingen lassen**

**Mattes (Theke) Chris**

## 14 Altenheim

### Fori beginnt alleine mit Klavier

Wehrlos, hilflos, abgestellt.  
Die letzte Blume auf einem leeren Feld.  
Auch Du ließt mich irgendwann allein,  
konntest nicht mein Fänger im alten Roggen sein.

Frank Mundharmonika

### Fori „tackert“, Theke und Frank steigen, Theke“tackert“Akkorde

Und jetzt reden alle mir gut zu:  
„Das Haus ist viel zu groß, was Du brauchst ist Ruh´.  
Ein schönes Zimmer, wir haben´s schon entschieden,  
für die letzten Jahre im Haus Abendfrieden.“

**Laut**

Möbel und so weiter können natürlich nicht mit,  
die sind nach all den Jahren sowieso nicht mehr der Hit.  
„Das Inventar im Zimmer ist sehr praktisch, Du wirst sehn,  
das fanden vier Bewohner vor Dir auch schon sehr schön.“

**Laut**

### Es wird ruhiger - Theke nur Töne – Fori Klavier

Doch es ist, als lässt man alles zurück,  
Leben, Liebe mit dem Haus, jedem Möbelstück.  
„Begreift doch, für mich lebt da die Erinnerung.“  
Und im Kopf, da fühlt sich Horst ohnehin noch recht jung.

Break für alle – Mattes singt “theatralisch“  
Theke leitet über ( 3 Töne )

Und er denkt zurück an die gute alte Zeit,  
mit den Freunden, locker, wild und völlig befreit.  
Und er denkt und er grübelt über `ne Idee.  
Und dann entwickelt sich noch einmal seine Energie ...

Ende Fori lässt die voreingestellten Akkorde zu Ende laufen –  
Und wechselt auf die Gitarre – Klaus zählt Altenheim Rock an.

## 15 Altenheim Rock



Komm, wir lassen sie auf`stehn,  
unsere alten guten Ideen.  
Sie sind noch da,  
sind noch nicht weg.

Wir gründen die Alters - WG  
Champus statt Kamillente. **Abwechselnd Töne und Akkorde spielen**  
Wir geben selbst den Takt,  
wir sind nicht weg.

**Wir sind nicht weg, weg, weg ... 3 X**  
**Lang nicht weg**  
**Wir sind nicht weg, weg, weg ... 3 X**  
**Lang nicht weg**

Die Schwestern wähl'n wir selber aus,  
ein Casting hier in unserem Haus. **Ossi tackert auf dem Rand**  
Wir bestimmen selbst,  
wir sind nicht weg.

Und machen wir abends- einen drauf,  
weckt uns am morgen keiner auf.  
Der Kater schreit:  
Wir sind nicht weg.

**Wir sind nicht weg, weg, weg ... 3 X**  
**Lang nicht weg**  
**Wir sind nicht weg, weg, weg ... 3 X**  
**Lang nicht weg**

Trinken, Essen - bestimmen wir. **Ossi tackert auf dem Rand**  
Tagelang nur Pommes und Bier,  
wenn wir das wollen.  
Scheiß auf den Speck.  
Und schlaf ich mal bei Helga ein,  
sagt keine Schwester zu mir: Nein.  
Ich bleibe da,  
ich bin nicht weg.

**Wir sind nicht weg, weg, weg ... 3 X**  
**Lang nicht weg**  
**Wir sind nicht weg, weg, weg ... 3 X**  
**Lang nicht weg**

Komm, wir lassen sie aufstehn,  
unsere alten Ideen. **Ossi tackert auf dem Rand**  
Nicht fremdbestimmt ,allein.  
Wir sind nicht weg.

Hab nur keine Angst davor,  
er läuft doch noch, unser Motor.  
- wir sind noch da,  
Wir sind nicht weg.

**Wir sind nicht weg, weg, weg ... bis der Arzt kommt**  
**Mattes hört auf mit Gesang – 1 x Instrumental ....Mattes singt:**  
**lang nicht weg..... ausschrängeln und ENDE**

## 16 Letzte Party Gitarre Fori und Mattes Alleine

Akkorde:

Alle sind gekommen, wenn nicht heute, ja wann dann.  
Onkel Richard reiste sogar aus dem Ausland an.  
Heute nimmt sich wirklich einmal jeder frei.  
Keiner soll ja sagen, er war damals nicht dabei.

Alle gucken traurig und auch sehr bewegt.  
Ein Zustand, der sich später aber wieder legt.  
Der schwarze Anzug war noch extra in der Reinigung.  
Alle sind da, es ist Beerdigung.

Alle sind da, ein großes Aufgebot.  
Alle sind da, nur einer ist tot.

Tante Hilde steht gut wahrnehmbar ganz vorne am Grab,  
sie lästert sonst zu jeder Zeit und über jeden ab.  
Und Sven muss hinten schnell einmal aufs Handy sehen,  
sonst könnte ihm vor Trauer ein Geschäft entgehen.

Den Sarg aus gelber Eiche finden alle sehr nett  
und der Pfarrer hat gerührt die rechten Worte gewählt.  
Die Kränze sind mit letzten, stillen Grüßen behangen  
Alle sind sich einig, er ist viel zu früh gegangen.

Alle sind da, ein großes Aufgebot.  
Alle sind da, nur einer ist tot.

Nach dem letzten Segen kehrt'n im Cafe Rogge alle ein.  
Oma sagt: Das macht man so, das muss so sein.  
Man trinkt Kaffee und isst Kuchen für die armen Seelen  
und natürlich dürfen Brötchen mit Mett nicht fehlen.

Sie erzählen sich Geschichten über sein erfülltes Leben.  
Später werden allgemeiner die Erzählungen und Themen.  
Und dann kommt auch schon der Zeitpunkt, wo die Nachbarn befinden:  
Um die Zeit könnt' man langsam mal ein Bierchen trinken.

Alle sind da, ein großes Aufgebot.  
Alle sind da, nur einer ist tot.

Doch irgendwie sind heut´ die Umstände pikant.  
Ausnahmslos sind alle Trauergäste mir bekannt.  
Und gerade die, die mir am nächsten steh´n.  
Die müssen bei dem Trauerzug ganz vorne geh´n.

Ich schau mich noch mal um, es ist wie Hexerei.  
Ich kann mich gar nicht sehen und bin trotzdem doch dabei.  
Und als ich lausche, hör´ ich meinen Chef erzählen.  
Er hätt gehört, ich brauchte mich nicht mehr zu quälen.

Alle sind da, ein großes Aufgebot.  
Alle sind da, nur einer ist tot.

Es packt mich Panik, Horror, Schrecken, Angst und Graus.  
Es geht doch heute wohl nicht um das eig´ne Aus.  
Ich suche nach `nem Ausweg. Gott, nun hilf mir doch.  
Da schrecke ich im Bett aus meinem Alptraum hoch.

Erwacht seh´ ich sodann, wie meine Frau mich anstarrt.  
Mein Gott: Du lagst die ganze Zeit da wie aufgebahrt.  
Ich sag zu ihr: Schlaf weiter, dreh Dich ruhig um.  
Ich träumte gerade nur von `ner Beerdigung.

Alle sind da, ein großes Aufgebot.  
Alle sind da, nur einer ist tot.

Alle sind da, ein großes Aufgebot.  
Alle sind da, ich hoffe, ich geh´ niemals tot.

17 So kann's gehen

Akkorde: e – C – D

Ende: fism – G – A – D

Ich bin mir nicht ganz sicher,  
ich weiß nicht mehr wie s war.  
Doch eines weiß ich ganz genau,  
der Wille der war da.  
Mein Leben wollt' ich ändern,  
hab ich mir so gedacht,  
doch in mir hat ne Stimme,  
mich ganz laut ausgelacht

**REF.:**

**Ja, ja so kann es, so kann es  
so kann's im Leben gehen!  
Der eine der geht weiter  
der andere bleibt stehn  
Ja, ja so kann es, so kann es  
so kanns im Leben gehn  
und wie, wann, wo, was läuft  
dass werd ich nie verstehn!**

Ich denke auf ne Weise,  
so richtig kerngesund.  
Doch vernünftigen Gedanken,  
entziehe ich den Grund.  
Das dumme an ner Konsequenz,  
egal wo man hinrennt,  
die Konsequenz ist vor dir da,  
denn sie ist konsequent.

**Ref.:**

Die meisten der Versuche, ersticken schon im Keim  
der Erfolg den ich verbuche,  
bricht meistens sehr schnell ein!  
Verstrick dich nicht in Utopien,  
die dein Leben doch nur störn,  
versuche nicht vor dir zu fliehn, und lass es alle hörn!

**Ref.:**

## 18 Für Heute

Ich habe es schon längst kapiert,  
es braucht nicht viel Weisheit.  
Wir sind nur zweiter Sieger  
im Wettlauf mit der Zeit.  
Trotzdem bleibe ich nicht stehen,  
ich laufe weiter mit.  
Ich genieß das Rennen,  
freu mich auf jeden Schritt.

**h - G - A - A**

## **2 x Instrumental    nur die Basstöne** **Refrain**

**D - A - G - A**

Was früher noch ganz locker ging,  
fällt heut schon manchmal schwer.  
Und was ich einst vertragen hab,  
verpack´ ich heut´ nicht mehr.  
Doch ich schließe mich nicht ein.  
Ich feier, was ich kann.  
Und erzähle voller Stolz  
wie toll wir früher war´n.

**h - G - A - A**

**Für heute, ja für heute ist der Tag vorbei,  
doch ganz bestimmt entdecke ich ihn morgen wieder neu.  
Für heute, ja für heute ist der Tag vorbei,  
doch ganz bestimmt entdecke ich ihn morgen wieder neu**

**D - A - G - A**

Der Körper ist nicht mehr in Form,  
die Figur nicht mehr 1 a.  
Und wenn man sie mal raufen will,  
sind die Haare nicht mehr da.  
Ich hab´ mich damit arrangiert,  
man muss es richtig sehn.  
Auch über vierzig ist der Mensch  
noch interessant und schön.

**h - G - A - A**

**Für heute, ja für heute ist der Tag vorbei,  
doch ganz bestimmt entdecke ich ihn morgen wieder neu.  
Für heute, ja für heute ist der Tag vorbei,  
doch ganz bestimmt entdecke ich ihn morgen wieder neu**

**D - A - G - A**

Für heute ist der Tag vorbei,  
ein weiterer Schritt vollbracht.  
Viele waren wieder schneller heut,  
hab´n mehr Tempo gemacht.  
Doch die Jahre haben mich gelehrt,  
sie schenken mir viel Erfahrung.  
Ich bin zwar nicht mehr ganz so schnell,  
doch kenn ich oft die Abkürzung.

**h - G - A - A**

**Solo Frank  
( weiter Strophe spielen )**

**h - G - A - A**

Und gleich schütt´ ich mir noch einen ein,  
blick voll Zufriedenheit zurück  
und freu mich auf den neuen Tag,  
auf ein nächstes Lebensstück.

**h - G - A - A**

**Leise**

**Für heute, ja für heute ist der Tag vorbei,  
doch ganz bestimmt entdecke ich ihn morgen wieder neu.  
Für heute, ja für heute ist der Tag vorbei,  
doch ganz bestimmt entdecke ich ihn morgen wieder neu**

**D - A - G - A**

**Leise**

(Rhythmus ... zum Ende)

**Für heute, ja für heute ist der Tag vorbei,  
doch ganz bestimmt entdecke ich ihn morgen wieder neu.  
Für heute, ja für heute ist der Tag vorbei,  
doch ganz bestimmt entdecke ich ihn morgen wieder neu**

**D - A - G - A**

**Gitarren gehen raus**

**Für heute, ja für heute ist der Tag vorbei,  
doch ganz bestimmt entdecke ich ihn morgen wieder neu.  
Für heute, ja für heute ist der Tag vorbei,  
doch ganz bestimmt entdecke ich ihn morgen wieder neu**

**Keyboard geht raus**

**Für heute, ja für heute ist der Tag vorbei,  
doch ganz bestimmt entdecke ich ihn morgen wieder neu.  
Für heute, ja für heute ist der Tag vorbei,  
doch ganz bestimmt entdecke ich ihn morgen wieder neu**