

Spreng die Ketten

Lyrics by Nicole Bornkessel & Monika Stengl

Mein Blick steigt empor
Ich bete auf meinen Knien
Ich spür den großen Mut in mir
Steh auf, geh meinen Weg

Geh, Tanz, steh auf
Geh, Tanz, steh auf

Ich seh unsre wunderschöne Welt
Sicher, frei von Unterdrückung
Gewalt und Inzest, Missbrauch hören auf
Frauen sind nie wieder Besitz

Ich hab Dir nie gehört und du weißt nichts von mir,
ich bin nicht unsichtbar, ich bin so wunderbar
Ich fühl mein Herz zum ersten Mal rasen
Erkenne mich - ich bin einmalig!

Ich tanze aus Liebe
Tanz für unsern Traum
Tanz weil es mir jetzt reicht
Tanz für Gerechtigkeit
Tanz für ein Ende
Tanz den Schmerz zu stoppen
Tanz um die ganze Welt
Komm, los, wir sprengen die Ketten, oh yeah
Sprengen unsere Ketten

Tanz, steh auf!
Tanz, steh auf!

Beendet diesen Wahnsinn, erhebt Euch!
Gemeinsam werden wir es schaffen!
Nehmen wir uns an den Händen laufen los!
Tragen unsre Botschaft in die Welt!

Es ist mein Körper, mein Körper ist heilig
Das ist kein Freibrief für Euren Missbrauch
Wir sind Mütter, wir sind Töchter
Wir sind einzigartige Geschöpfe

Ich tanze aus Liebe
Tanz für unsern Traum
Tanz weil es mir jetzt reicht
Tanz für Gerechtigkeit
Tanz für ein Ende
Tanz den Schmerz zu stoppen

Tanz um die ganze Welt
Komm, los, wir sprengen die Ketten, oh yeah
Sprengen unsre Ketten, oh yeah
Wir sprengen unsere Ketten

Schwester, komm und hilf mir, Schwester, komm erhebe dich
Bruder, komm und hilf mir, Bruder, komm erhebe dich
Schwester, komm und hilf mir, Schwester, komm erhebe dich
Bruder, komm und hilf mir, Bruder, komm erhebe dich

Tanz, steh auf
Tanz, steh auf

Schwester, komm und hilf mir, Schwester, komm erhebe dich
Bruder, komm und hilf mir, Bruder, komm erhebe dich
Schwester, komm und hilf mir, Schwester, komm erhebe dich
Bruder, komm und hilf mir, Bruder, komm erhebe dich

Tanz, steh auf
Tanz, steh auf

Es ist mein Körper, mein Körper ist heilig
Das ist kein Freibrief für Euren Missbrauch
Wir sind Lehrende, wir sind Heilende
Wir sind wundervolle Wesen!

Ich tanze aus Liebe
Tanz für unsern Traum
Tanz weil es mir jetzt reicht
Tanz für Gerechtigkeit
Tanz für ein Ende
Tanz den Schmerz zu stoppen
Tanz um die ganze Welt
Komm, los, wir sprengen die Ketten, oh yeah
Sprengen unsre Ketten, oh yeah
Wir sprengen unsere Ketten

Ich tanze aus Liebe
Tanz für unsern Traum
Tanz weil es mir jetzt reicht
Tanz für Gerechtigkeit
Tanz für ein Ende
Tanz den Schmerz zu stoppen
Tanz um die ganze Welt
Komm, los, wir sprengen die Ketten, oh yeah
Sprengen unsre Ketten, oh yeah
Wir sprengen unsere Ketten

Ooh One Billion Rising!