

# I. Teil

## 28 Übungen

### Der erste Tag des Frühlings

#### 1. Erwachen

1/21 **Moderato**  $\text{♩} = 48 - 60$

Heu - te er - wacht der Früh - ling, heu - te er - wacht die

7/27

Freu - de, heu - te er - wacht die Lie - be, sie brin - gen

14/34

Kraft und Le - ben, sie brin - gen Kraft und Le - ben.

20/40 <

#### 1 2. Aussöhnen

Und sie be - leb'n und we - cken\_ uns mit Lie - be: Kin - der er -

8

wach - et aus dem Schlaf, lieb - li - cher Früh - ling ist schon da.

15

Singt die gan - ze Na - tur,\_\_\_ warm schon\_ scheint die Son - ne,

23

bringt uns\_ Blum'n und Fröch - te, bringt uns\_ Lied und Spie - le.

30

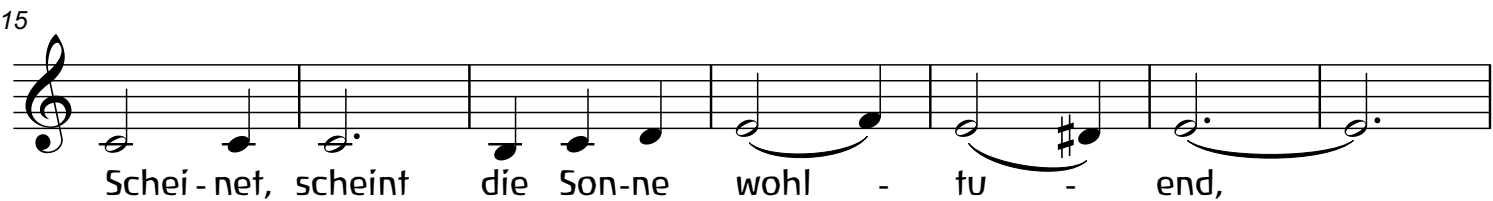
1 3. Geben



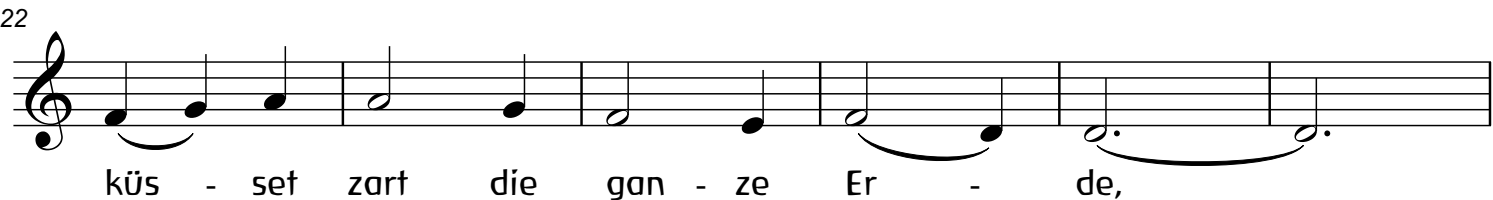
Füllt mit Le - ben je - des Ge - schöpf, we - cket Freu - de



7 in dem Gei - st, und er - freu - et uns' - re Her - zen.



15 Schei - net, scheint die Son - ne wohl - tu - end,

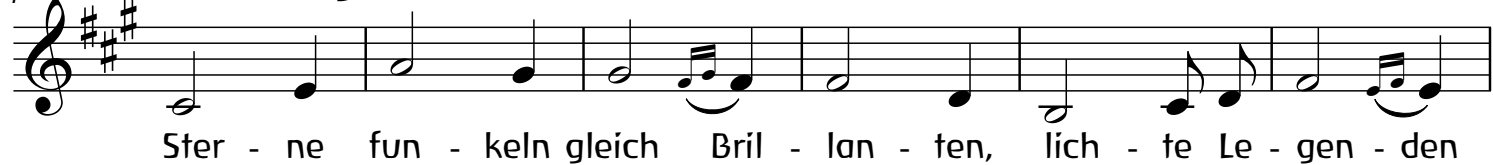


22 küs - set zart die gan - ze Er - de,

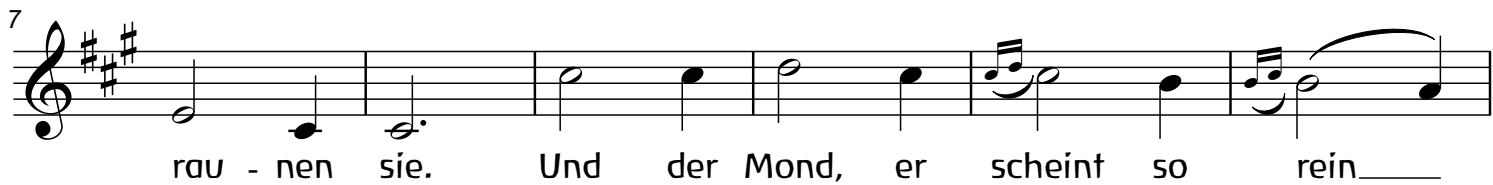


28 schmückt sie mit präch - ti - gen un - zähl' - gen Blu - men. 34

1 4. Aufsteigen



Ster - ne fun - keln gleich Brill - lan - ten, lich - te Le - gen - den



7 rau - nen sie. Und der Mond, er scheint so rein



13 zie - het ste - tig sei - ne Bahn in der Him - mels - weit'.



21 Und der Tag nun fol - get auf die Nacht. 26

1/14

## 5. Heben

Kraft und Freu-de, Ju-gend und Lie-be, brin-get die Son-ne

7/20

13/26

und in-spi-riert und reift zur Schön-heit he-ran.

San Si

1 Heu-te ent-steht der schö-ne Tag, sie-he die Son-ne, sie

7 schei-net auf uns. Hym-nen\_\_sín-get fröh-li-ches Vög-lein im

13 Wald, mun-ter\_\_spiel'n wir auf Tau, Gras und Blu-men.

20/31 Die helle Freud' be-scheint uns\_\_aus-gie-big,

25/36 Kraft in die See-le er-gießt sie\_\_uns un-ent-wegt.

## 7. Befreien

1 Die Ge-bir-ge lie-ben wir, den höchs-ten Berg be-

7 sín-gen wir. In sie-ben Strahlen leuch-tet der Him-mel auf uns,

14



mäch - ti - ge Son - ne emp - fan - gen\_ wir in\_ der Früh.

20/31



A - bends fol - gen wir dem\_ Ster - nen - licht

25/36



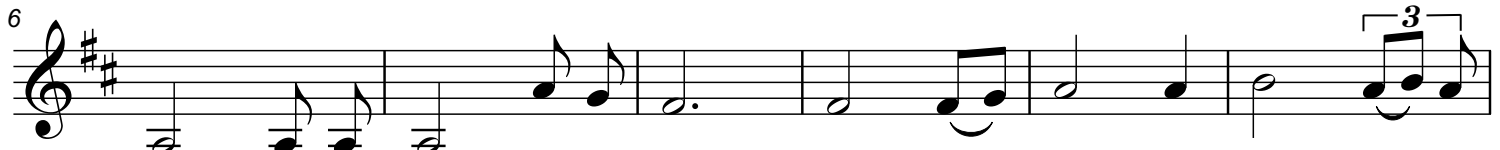
und dem\_ herr - li - chen Mond in der Him - mels - weit'.

30/41



### 8. Klatschen

Heu - te ent - steht der schö - ne Tag, sieh - e die



Son - ne, sie schei - net auf uns. Hym - nen\_ sin - get fröh - li - ches

12



Vög - lein im Wald, mun - ter\_ spiel'n wir auf Tau, Gras und

17



Blu - men. Die hel - le Freud' be -

22/33



scheint uns\_ aus - gie - big, Kraft in die

26/37



See - le er - gießt sie\_ uns un - ent - wegt.

30/41

1/21 9. Reinigen

Heu - te er - wacht der Früh - ling, heu - te er - wacht die

7/27

Freu - de, heu - te er - wacht die Lie - be, sie brin - gen

14/34

20/40

Kraft und Le - ben, sie brin - gen Kraft und Le - ben.

10. Fliegen

1 Und die Er - de, sie er - wa - chet aus dem Schlaf:

7 der neu - e hel - le Tag bricht an, der neu - e

12 Tag des Früh - lings. Es froh - lo - cket die Na -

18 -tur, dass warm die Son - ne sie be - scheint; strahlt und

24 strö - met im - mer - zu, 30 al - les freu - et sich und singt.

# 11. Evera (Euera)

Allegretto  $\text{♩} = 54 - 62$



Die Son-ne scheint, lieb kost mit Strah-len Blüm-lein, Grä-ser



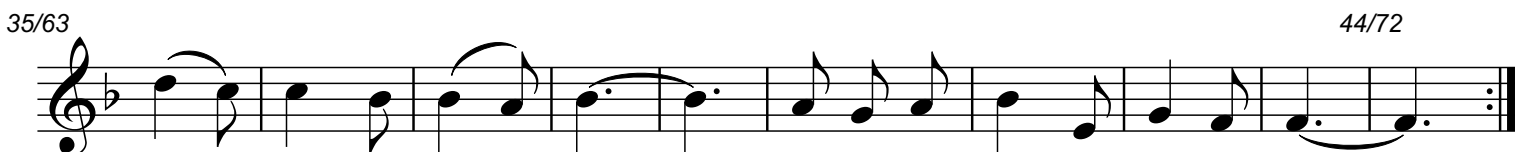
und auch uns. In der Früh wir spie - len mit Be - gei - ste-rung.



Luff und Se - gen, Vög-lein flat-tern fröh-lich ü - ber uns,



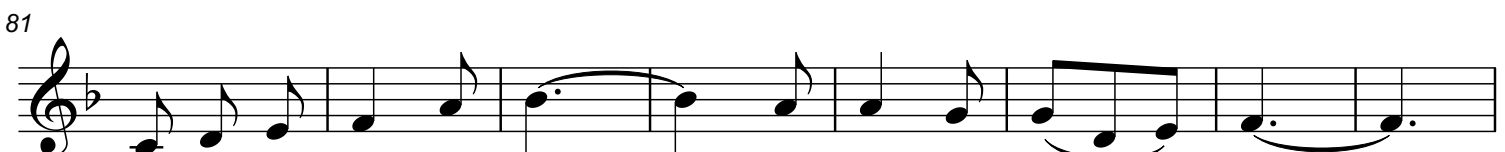
in ih-rer Pracht\_ strahlt die gan - ze Na - tur, tau-fri-sches



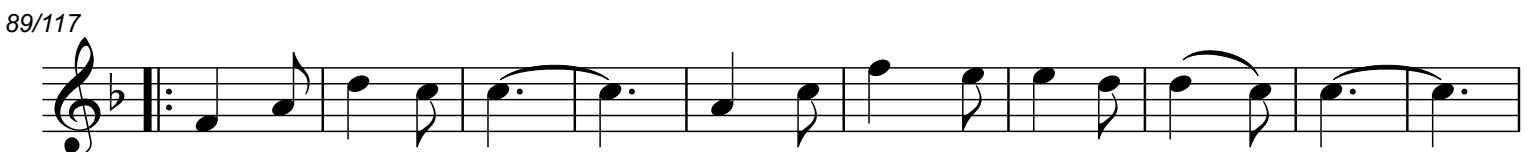
Gras\_ glänzt wie Dia - mant, Blu-menver - strömen fei - nen Duft.



Die Son-nescheint, sen - det Froh - sinn ü - ber uns' - re Er - de aus,



we - cket die gan - ze Welt, sie rufft mit Lie - be.



Flößt uns Le-ben ein, brin-get Freu-de, Frie- de, Schön - heit,



sie ge-het un - ter und sie ge - het wie - der auf, strahlt\_ und sen -



det le - bend' - ges Licht, Die-ner des sel' - gen Va - ters.

116/144

## 12. Springen

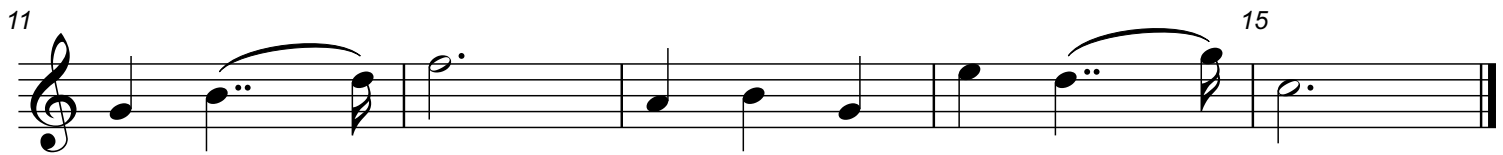
Maestoso ♩ = 50 - 82



Hin-auf lasst uns flie - gen, zu der Him - mels - wei - te,



mit Fried', Lie - be so - wie Licht, al - les wächst



in Schön - heit und bringt uns die Weis - heit!

## 13. Weben

Andante ♩ = 62 - 72



Je - den Tag, je - de Stund', je - de Mi - nu - te, spin - nen wir,



we - ben wir, schön - ste Ge - dan - ken, Le - ben hei - lig und rein, flö - Ben wir den



See - len ein. Mö - ge Frie - de und Lieb' in uns' - ren Herzen herr - schen, Gü - te,



Barm - her - zig - keit\_ in uns le - ben, Licht\_ und Froh - sinn\_ strah - len ü - ber - all!



Blü - me - lein ver - strö - men sü - Ben\_ Duft,\_ Vög' - lein in der Him - mels - weit

43

zwei - tschern und sîn - gen und der Re - gen rie - selt ü - ber Ä - cker und Wie - sen.

49

So auch wir, je - den Tag, je - de Mi - nu - te, ar - bei - ten, wach - sen wir

55

und - säen Gu - tes, we - ben wir in uns' - re See - len schö - ne Ge - dan - ken ein.

## 14. Denke

Adagio ♩ = 48 - 68

Den - ke, ich den - ke frei. Den - ke, ich den - ke frei.

7/11

Ich he - ge heil - i - ge Ge - dan - ken für das Le - ben, he - ge heil - i - ge Ge -

10/14

dan - ken für das Le - ben. Ich he - ge, he - ge, he - ge,

16/19

1. heil - i - ge Ge - dan - ken für das Le - ben. 2. für das Le - ben.

D.C.



## 15. Aum

Largo Maestoso ♩ = 40 - 48

Musical notation for '15. Aum' in 3/4 time, key of G major. The melody consists of a series of eighth and quarter notes. The lyrics are: A - um, A - um, A - um, Om, Om, Au - men. men. The piece ends with a double bar line and a repeat sign, with first, second, and fourth endings indicated above the staff.

A - um, A - um, A - um, Om, Om, Au - men. men.

## 16. Die Sonne geht auf

Andante ♩ = 64 - 96

Musical notation for '16. Die Sonne geht auf' in 3/4 time, key of G major. The melody is slow and features a repeat sign. The lyrics are: Die Son - ne ge - het auf, strah - let gold' - nes Licht,

Die Son - ne ge - het auf, strah - let gold' - nes Licht,

7/18

Musical notation for '16. Die Sonne geht auf' (continuation) in 3/4 time, key of G major. The melody continues with a first and second ending. The lyrics are: es bringt Freu - de für das Le - ben. Die ben.

es bringt Freu - de für das Le - ben. Die ben.

23/29 Allegretto ♩ = 78 - 108

Musical notation for '16. Die Sonne geht auf' (continuation) in 3/4 time, key of G major. The melody is more rhythmic. The lyrics are: Kraft le - bendig, aus der Quelle flie - Bend, Kraft le - bendig, aus der Quel - le

Kraft le - bendig, aus der Quelle flie - Bend, Kraft le - bendig, aus der Quel - le

28/34

Poco meno mosso ♩ = 74 - 82

37/40

Musical notation for '16. Die Sonne geht auf' (continuation) in 3/4 time, key of G major. The melody is in a 3/4 time signature. The lyrics are: flie - Bend. Sun Me - sun, Sun Me - sun, Bi - nom Tu - me - to

flie - Bend. Sun Me - sun, Sun Me - sun, Bi - nom Tu - me - to

D.C.

## 17. Quadrat

Moderato ♩ = 52 - 62

Musical notation for '17. Quadrat' in 3/4 time, key of G major. The melody is moderate. The lyrics are: Die Son - ne scheint, flim - mert das Mor - gen - rot vor

Die Son - ne scheint, flim - mert das Mor - gen - rot vor

7

Musical notation for '17. Quadrat' (continuation) in 3/4 time, key of G major. The melody continues. The lyrics are: Le - ben und Lieb', flim - mert das Mor - gen - rot, in fun - keln - den

Le - ben und Lieb', flim - mert das Mor - gen - rot, in fun - keln - den

14

Strah - len. Al - les heut'singt, al - les heut' lieb - lich\_\_

23/47

singt, für Got - tes Tag, den neu - en hel - len Got - tes Tag,

33/57

für neu - e Freu - de, die durch uns' re Her - zen e - wig fließt.

D.C.

## 18. Schönheit 19. Beweglichkeit

**Allegretto**  $\text{♩} = 52 - 64$

Je - den\_\_ Mor - gen in der\_\_Früh, grü - Ben wir die

8

Son - ne, Strah - len,\_\_ Luft und Mor - gen - tau

16/26

freu - en\_\_ un - ser Herz - ens - aug'. In - spi - rier - te Ge - dan - ken

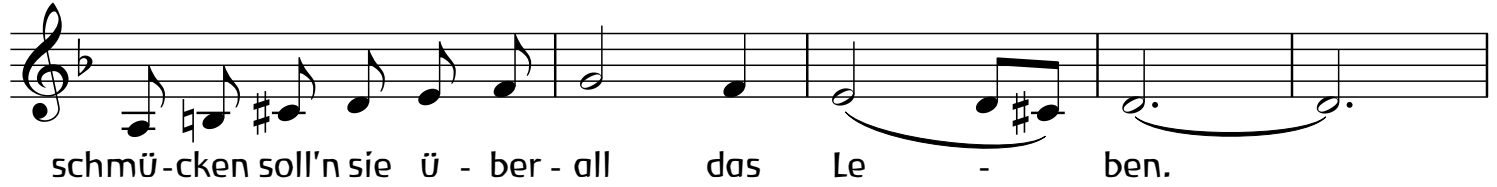
33

flie - Ben und\_\_ schö - ne Ge - füh - le ge - dei -

39

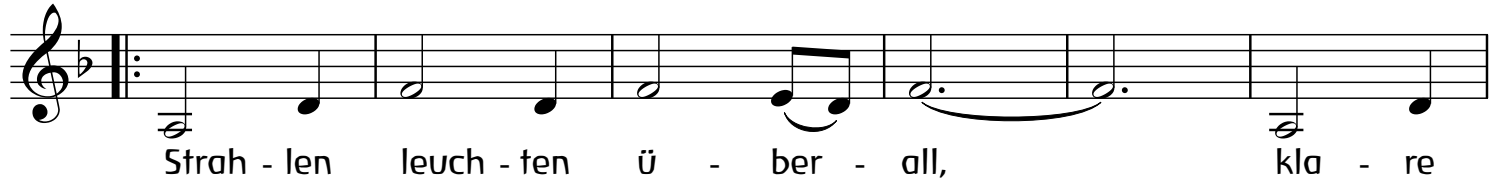
hen. Sü - ße rei - fe Fröch - te mög'n sie brin - gen,

46



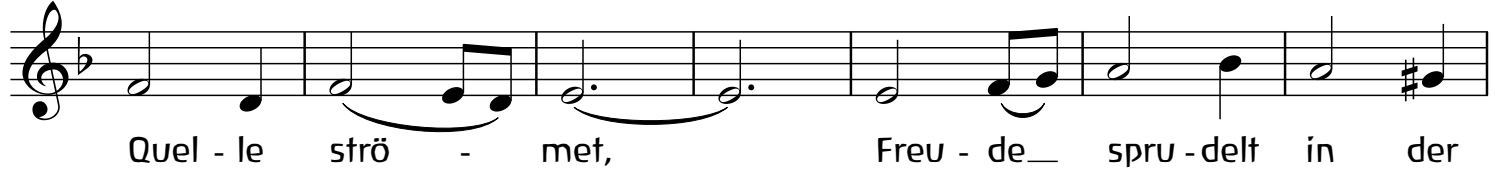
schmü-cken soll'n sie ü - ber - all das Le - ben.

51/71



Strah - len leuch - ten ü - ber - all, kla - re

57/77



Quel - le strö - met, Freu - de spru - delt in der

64/84



Welt, Vög - lein flie - get fröh - lich.

70/90

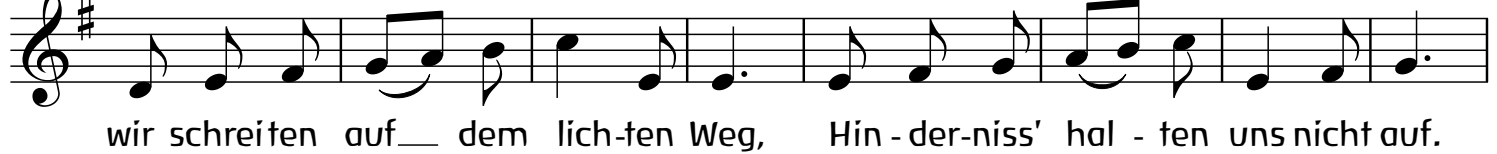
## 20. Siegen

**Allegro** ♩. = 58 - 68



Der Tag nun fol - get auf die Nacht und Freu de kom - met nach dem Gram,

9



wir schreiten auf dem lich - ten Weg, Hin - der - niss' hal - ten uns nicht auf.

17



Schrei - ten wir so un - entwegt mit Glaub' und Lie - be in der Brust,

25



hin zu Sie - gen woll'n wir flie - gen, so - lang' uns' - re Au - gen seh - en.

33

Mun - ter he - ben wir die Stirn, mu - tig schreiten wir vo - ran,

41

so-gar in Miss - lichkeit und Not Got - tes Welt\_ist schön für uns.

49/65

Lieb - ko-set mild uns der Ze-phyr,\* sin-gen uns Vög'l mit fro - her Stimm',

57/73

64/80

strömt in die See-le E - li - xier beim Son-nen - auf - gang in der Früh.

## 21. Die Freude der Erde

Moderato  $\text{♩.} = 50 - 60$

Froh-lockt die gan - ze Er - de und freu-et sich von

7


Her - zen läuft auf\_ ih - rem We - ge wie die ge

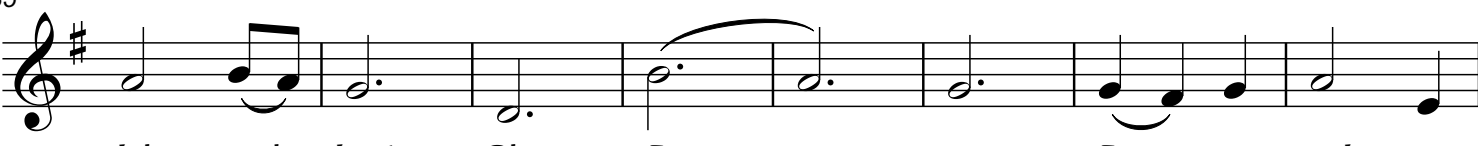
14

-lieb - te\_ Jung - frau. Seh - net nach der\_ Son - ne sich

\* das Wort sollte wie im Griechischen klingen, bzw. folgendermaßen gesungen werden: *Sephir*


21  und sie stre- bet\_ hin zu ihr, die - se\_ strei - chelt sie von fern,

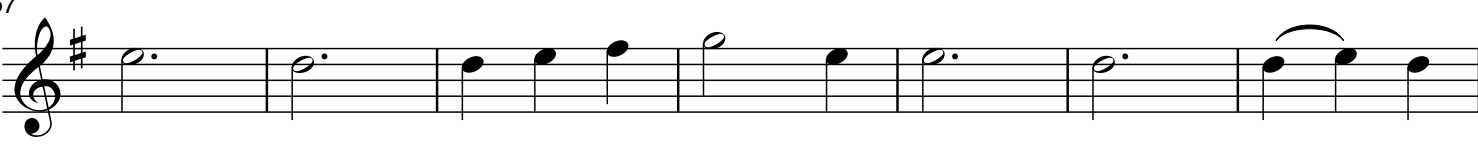
29  küs - set sie mit Strah - len. Er - de\_ freu - et\_

35  sich und\_ singt: Oh, Son - ne, Son - ne mei - nes

43  Le - bens, ich flie - ge im - mer - dar zu dir\_

53  ganz\_ er - füllt\_ mit Freu - de. Flüs - se flie - ßen,

61  rei - ne Quel - len spru - deln, schnee - wei - ße

67  Ber - ge in ro - sa - ro - ten Lich - tern ü - ber -

74  - gie - ßest du reich - lich mit zar - tem Lieb - ko - sen. 80

## 22. Kennenlernen

Allegretto ♩ = 52 - 64



Oh, wie lieb - lich singt ein Vög - lein und die Son - ne

10



se - gens reich scheint. Die Wie - sen tau - bedeckt, frisch die Lich - tun - gen,

19/31



spie - len und sin - gen wir in der Früh. Das Le - ben ist so schön

40/52



und so reich - lich, da Gott ü - ber uns barm - her - zig ist.

61



Und nach den Spie - len und schönen Lie - dern ar - bei - ten wir dann

70



auf uns'ren Ä - ckern. Aus - er - le - se - nen Sa - men säen wir,

79/91



sprie - Ben und rei - fen mag Wei - zen - korn. Und fei - ner Re - gen,

99/111



Tau wird es be - net - zen und die Son - ne zie - het es auf.

108/120

## 23. Schöner Tag

1/57/113 Moderato ♩ = 50 - 60



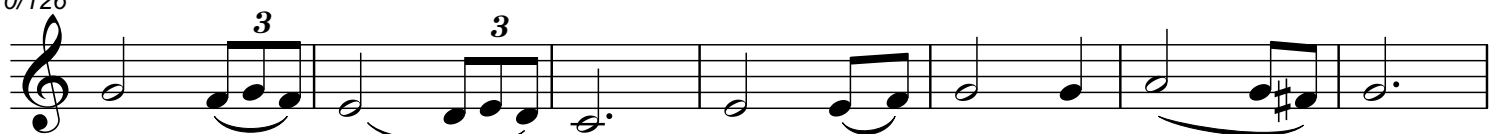
Je - den\_\_ schö-nen Got - tes - tag at - me ich Freud' und

7/63/119



Le - ben und mein\_\_ Ant - litz lä - chelt, weil der\_\_

14/70/126



Herr mich\_\_ lie - bet. Und die\_\_ Son - ne strei - chelt

21/77/133



vol - ler\_\_ Lie - be mein Ge - sicht und die\_\_ Stim - me\_\_ Chri - sti

29/85/141

32/88/144 Fine



flüs - tert in mei - nem\_\_ Her - zen: „Le - be\_\_ kraft-voll, mu -

36/92



-tig und hilf\_\_ so der gan - zen\_\_ Welt. Mit\_\_ Lie - dern, Freud' be -

44/100



sing du uns die\_\_ Lie - be Got - tes; Va - ter\_\_ un - ser

51/107



lieb und\_\_ hehr, je - der\_\_ See - le wohl be - kannt."

56

D.C. 2 Mal  
Das 3 Mal bis Fine

## 24. Wie sind wir zufrieden!

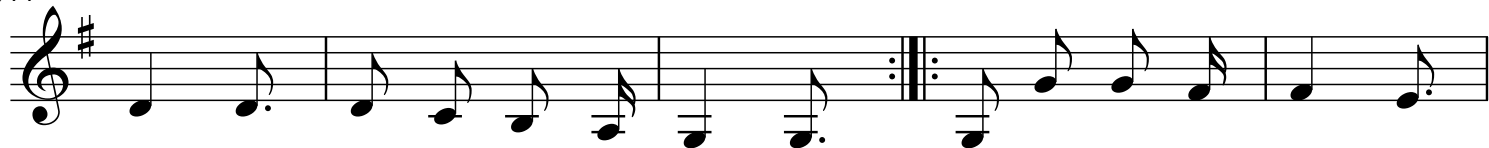
Allegro ♩ = 54 - 68

1/9



Wie sind wir zu - frie - den, dass im Licht wir le - ben, wie die frei-en

6/14



Vög' - lein, sin - gend Wun - der - lie - der! Mor - gens früh empfängt uns

19/27



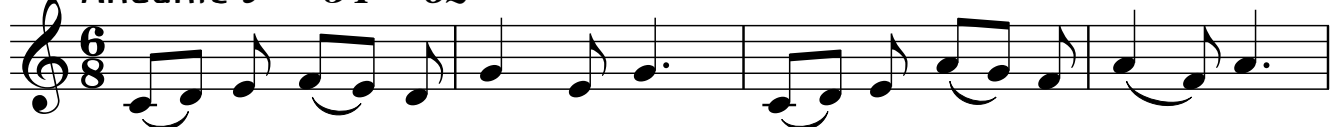
die lieb - li - che Son ne, gibt uns ih - ren Se - gen und schenkt uns das Le - ben.

24/32

D.C.

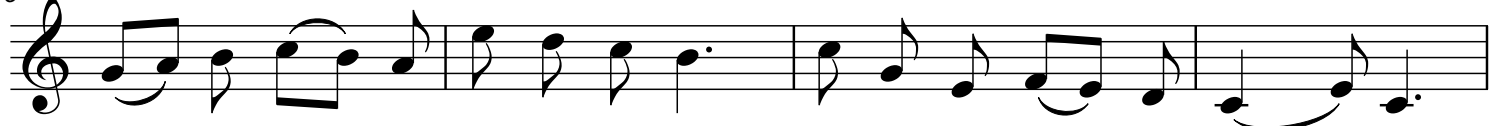
## 25. Schritt für Schritt

Andante ♩ = 54 - 62



Schritt\_für Schritt\_so schreiten wir hin\_zum neu - en Le - ben,

5



zeich - nen lich - te Zu - kunftfür uns und für die gan - ze Mensch - heit.

9



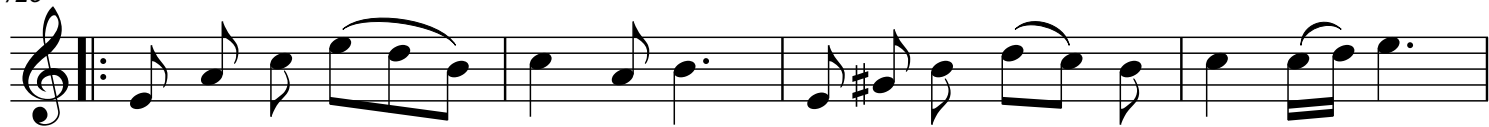
Al - le Hin - derniss' ü - ber - winden wir, fürch - ten kei - ner - lei Nö - te,

13



schöne Ge - dan - ken säen\_wir ü - ber - all, auf dass die Lie - be auf Er - den herrscht.

17/25



Ein lich - ter Weg\_liegt vor uns und neues wun - der - vol - les Licht,



21/29



Le - ben fließt in uns' - re Her - zen, Weis - heit und Lie - be.

33/41



Ein lich - ter Weg liegt vor uns und neues wun - der - vol - les Licht,

37/45



Le - ben fließt in uns' - re Her - zen, Weis - heit und Lie - be.

49/57



Die Blu - men, sie duf - ten, Fröch - te rei - fen,

53/61



al - les wächst und al - les lebt und freu - et sich die gan - ze Welt.

65/81



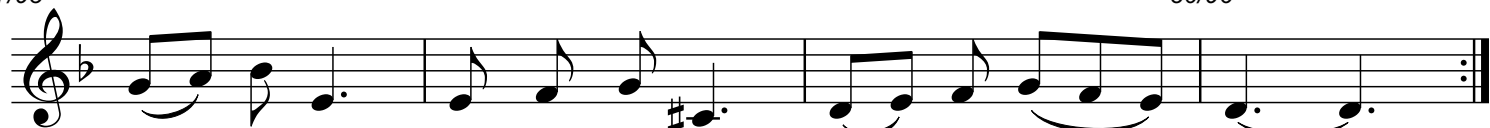
At - me ich Luft, Gei - stes - duff, rings - um heh - re

71/87



Schön - heit, Quel - len spru - deln Was - ser rein,

77/93



kla - rer Tau schmückt je - des Blatt mit Brillan - ten.

80/96

## 26. In der Früh

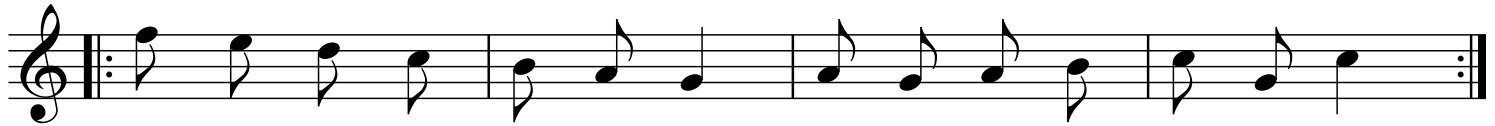
Maestoso ♩ = 62 - 82

1/5/49/53



Wer jetzt in der Früh auf - steht zum Spie - len,

9/13/57/61



auf dem fri - schen grü - nen Gras und dem kla - ren Mor - gen - tau,

17/65



der wird jung auf e - wig sein, auch ge - sund und schön und reich;

21/69



wird am bes - ten ler - nen, nie - mals kann er ster - ben.

25/29/73/77



Steh auf in der Früh, grüß die Son - ne,

33/37/81/85



sin - ge dann mit munt' - rer Stimm', spiel ein Stünd - chen die - ses Spiel:

41/89



munt're Gym - nas - tik eins, zwei, drei, re - ge dich und hal - te ein;

45/93



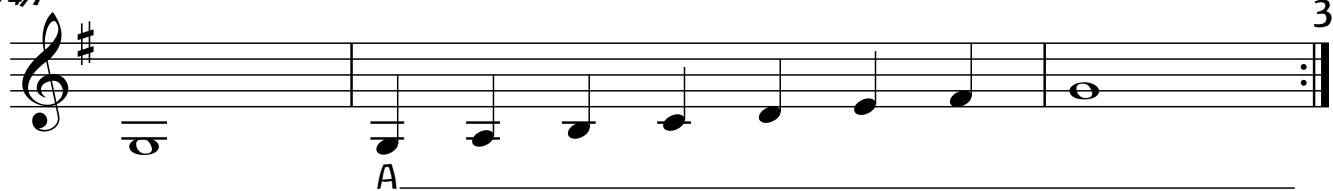
48/96

D.C.

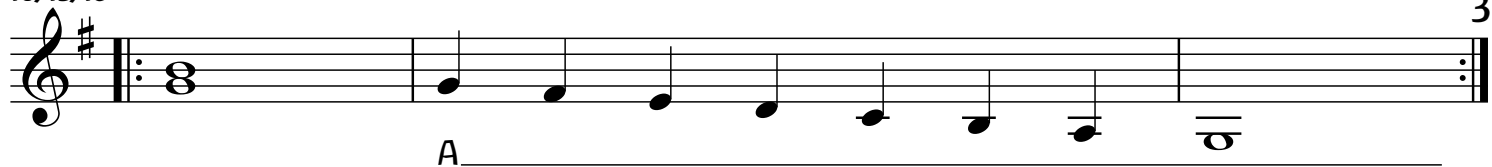
schrei - te mu - tig wei - ter vo - ran, freue dich an Got - tes Licht.

## 27. Atmen

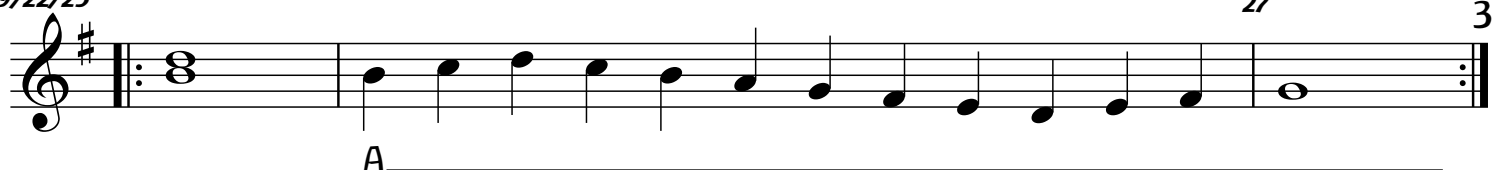
1/4/7 ad libitum



10/13/16



19/22/25



## 28. Urwort (Vorsehung / Urgedanke)

Ewig sei der Friede Gottes  
und möge die Freude  
und die Heiterkeit Gottes  
in unseren Herzen aufgehen.

*(3 Mal)*

# II. Teil

## Sonnenstrahlen

1/16 **1** Allegro ♩ = 54 - 62



Wun - der - vol - le Mor - gen - rö - te däm - mert,

4/19



of - fen - bart für uns das neu - e Le - ben,

7/22



Son - nen-tanz be - gin - nen wir in den Ber - gen

11/26

15/30



und ge-meinsam stim men wir an die Son-nen - lie - der.

1/17

**2**



Uns' - re Her - zen öff - nen sie für die Strah-len, durch die Spie - le

5/21



spricht zu uns die Son - ne, neu - es Le - ben schen-ket sie uns,

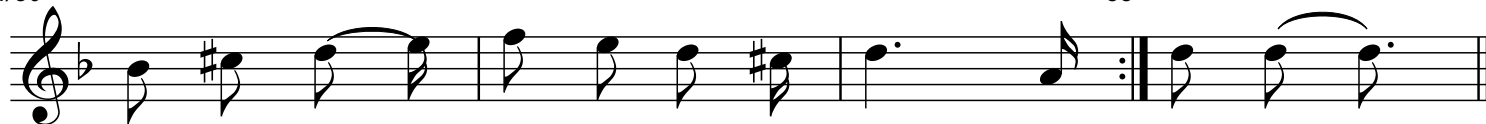
9/25



neu - es Licht, neu - es Licht, Er - den-lei - den

14/30

33



schmel-zen weg un - ter ih - rer Wär - me.

1 3

Nimm den rech - ten, wah - ren Schritt, nimm lich - ten Ge - dan - ken an,

5

Le - ben schen - ken wird er dir, und auch neue Freu - de so - wie

9

schö - ne Zu - kunft baut er auf. Nimm den rech - ten, wah - ren Schritt,

13

nimm lich - ten Ge - dan - ken an, Le - ben schen - ken wird er dir,

17 20

und auch neue Freu - de so - wie schö - ne Zu - kunft baut er auf.

1/19 4

Im - mer fort, gut ge - ordn't, schrei - ten wir mu - tig vo - ran,

6/24

zum Le - ben rein und neu, mächt' - ger Ruf er - schallt ü - ber - all:

11/29

jetzt kommt in die Welt Brü - der - lich - keit, Lie - be,

15/33 18/36

jetzt kommt in die Welt Brü - der - lich - keit, Lie - be.

1 **5**

Wenn in uns'-rer Er - de leuch - tet neu - es Le - ben auf

5

wird al - les Le - ben - di - ge für die Son - ne sin - gen,

9 13

und in Wis - sen, Lie - be und Frei - heit wird ein je - der le - ben.

1/19/37 **6**

Neu - er Weg ist be - reit, komm her - aus aus dem en - gen Kreis!

5/24/42

Gip - fel - wärts, zum Auf - stieg, mit al - len ge - he mu - tig los.

11/29/47

O - ben ru - fen dich lich - te Hö - hen auf,

15/33/51 18/36/54

mach dich auf den Weg zu der Frei - heit hin.

1/7 **7** *ad libitum* wird insgesamt 6 Mal wiederholt

Du hast mich, Mut - ter, als schönen Menschen ge - bo - ren,

3/9 *tr* *tr*

ver - stän - dig zu wer - den, frei zu den - ken,

5/11 6/12

gut zu lie - ben, das ist Le - ben im Pa - ra - dies.

1/14

**8** Tempo I

Pa - ra - ra - ra - ra - díes, \_\_\_\_\_ Pa - ra - ra - ra - ra - ra - díes, \_\_\_\_\_

5/18

Pa - ra - díes, \_\_\_\_\_ Pa - ra - ra - ra - ra - díes, \_\_\_\_\_ Pa - ra - ra - ra - ra -

9/22

ra - ra - díes, \_\_\_\_\_ Pa - ra - ra - ra - ra - díes, \_\_\_\_\_ das íst Pa - ra - díes.

13/26

1/6

**9** Andante

Sa - ge mir, sa - ge mir, sa - ge mir, sü - ße Wor - te zwei; \_\_\_\_\_ zwei; \_\_\_\_\_

1.

2.

11

Dei - ne Wor - te zwei, \_\_\_\_\_ sü - ße Wor - te zwei, \_\_\_\_\_

15

Dei - ne Wor - te zwei, \_\_\_\_\_ sü - ße Wor - te zwei.

18

1/6

**10** Largo

Pa - ra - díes, Pa - ra - díes, Pa - ra - díes, das íst Pa - ra - díes.

5/10

