

Das Freiraum Institut

Karin Hoisl-Schmidt und Thomas Schmidt

Dekan-Faber-Ring 2

85304 Illmünster

www.das-freiraum-institut.de



Für gesunde Lebens- und Arbeitswelten.

Einfach singen!

1

Zu mir finden, ruhig werden, ankommen ganz im jetzt und hier. Seele atmet aus der Stille, Herzenslieder klingen tief aus mir. *Karin Hoisl-Schmidt*

2

Om Bhur Bhuvah Svaha Tat Savitur Varenyam Bahrgo devasya dimahi Diyoyo Nah Prachodayat.
Mantra „Om, aus dir selbst strahlendes höchstes Licht, sei gepriesen. Erleuchte mein Herz, damit ich deinen Willen erfüllen kann.

3

I am one with the heart of the mother, I am one with the heart of Love, I am one with the heart of the father, I am one with god. Ave Maria, Kyrie Eleison.
Michael Stillwater-Korns

4

Dona nobis pacem. *Gib uns deinen Frieden. Überliefert.*

5

Shalom chaverim, shalom chaverim, shalom, shalom! Lehitraot, lehitraot, shalom, shalom. *Friede sei mit Euch, Freunde. Aus Israel.*

6

Lobe den Herrn meine Seele, und seinen heiligen Namen, was er dir Gutes getan hat, Seele vergiss es nicht. AMEN. Lobe, lobe den Herrn, lobe den Herrn meine Seele.

7

Let the heaven be reflected by the earth Lord, and the earth may turn into heaven. *Lasst den Himmel sich auf der Erde widerspiegeln, auf dass die Erde zum Himmel werden möge. Jüdisch.*

8

Come, come, whoever you are, even though you've brogen vor vows a thousand times, come, come again. Ya mevlana ruh Allah, la illaha il Allah. Ya Allah! *Komm wer immer du bist, auch wenn du deine Schwüre tausendfach gebrochen hast. Lied aus der Sufi-Tradition*

9

My roots growing deep into the earth, my crown reaching high up to the clouds, and I go my way, and I do my things, and I am connected to all beings. *Gila Antara*

10

Evening rise, Spirit come, sun goes down when the day ist done. Mother earth awakens me, with the heartbeat of the sea. *Indianisches Lied*

11

Ich bin, wie ich bin. Mit allen Dingen. Ich bin, wie ich bin. Ich will mich singen und meiner Seele Zeit und Raum geben. In mir zu leben, in mir zu sein.

Gila Antara

12

Denn er hat seinen Engeln befohlen über dir, dass sie dich behüten auf allen deinen Wegen. Psalm 91.11

13

Es gibt immer einen Weg, immer, es gibt immer, immer einen Weg. Er ist gut genug für mich, ich bin gut genug für ihn, in mir ist die Kraft, diesen Weg zu gehen.

Er ist gut genug für mich, ich bin gut genug für ihn, ich bin richtig, so wie ich jetzt bin. *M: Iria Schärer*

14

Nicht müde werden, sondern dem Wunder, leise, wie einem Vogel, die Hand hinhalten. *Hilde Domin*

15

This litte light of mine, I´m gonna let it shine. *Gospel*

16

Geborgen im Hier, zu Hause bei mir, lass ich los, lass mich los, dass es fließt, durch mich fließt.

Karin Hoisl-Schmidt

17

Masithi - Amen, siya kudumisa.

Amen, bawo, Amen bawo, Amen siya kudumisa

Südafrika. Amen. Lobet den Namen des Herrn.

18

Ich öffne mich für das Leben und lass mich berühren, will es hören sehen und fühlen, will es in mir spürn. Was mich bewegt, was in mir ist, davon will ich singen. Ich lass, was mir das Leben gibt, auf meine Art in meinem Lied erklingen. *Gila Antara*

19

Bura Samine, bura Samine, bura Samine o.

Bura Mamine.... *Trad. Aus Burkina Faso*

20

Ah ah ah... Akteshanhey na na, akteshna hey na na, ah ni ko ko nay, ah ni kon ney. Teshna ha ha. *Indianisches Herzlied*

21

They light is in all forms. Thy love in all beings.

Hu Allah, hu Allah, hu Allah hu.

Verfasst von Suf Inayat Khan. Er schuf einen universellen Gottesdienst und integrierte Teile aus allen Hauptreligionen.

22

Ayelevi me kulo mido pa pa Ayele, ahaa mido pa pa Ayele.

Aus Ghana. Möge seine Seele weiterhin fröhlich tanzen.

23

Lo yisa goy el goy cherev, lo yilme du od milchama.

Jesaja 2,4 aus Israel. Man zieht nicht mehr das Schwert Volk gegen Volk und übt nicht mehr für den Krieg.

24

Möge Heilung geschehn, möge Heilung geschehn...

Für die Liebe, für die Erde, und ihre Kinder, dass Frieden werde.

25

Wishi ta tuja, tuja, tuja, wishi ta tuja, tuja hey.

Washa de naja, heya, heya, washa de naja, heya hey.

Indianisches Lied zu Ehren des Wassers, erinnert an den Fluss des Lebens.

26

Un poquito cantas, unpoquito bailas, unpoquito lelola,
como un canario.

Lelola, leloa, lelolelolelola, lelola, lelola, lelolelola.

2. Un poquito vino, un poquito aire...

3. Un poquito vientos, un poquito sombras...

3. Un poquito machos, un poquito chicas...

*Ein bisschen singen, ein bisschen tanzen, ein bisschen
Lelola, wie ein Kanarienvogel. 2. Wein...Luft 3.*

Wind...Schatten aus Spanien

27

I like the flowers, I like the dafodiles, I like the
mountains, I like the rolling hills, I like the fireside
when the light is low, dumdidari, dumdidare....

*Ich lieb die Blumen, ich liebe die Osterglocken, ich
liebe die Berge, ich liege die rollenden Hügel, ich liebe
das Lagerfeuer wenn das Feuer niedergebrannt ist.*

Kanon.

28

Om Tare tu tare ture soha - *Mantra für Mitgefühl und Liebe*

29

Zwei kleine Wölfe gehen des Nachts im Dunkeln, man
hört den einen zu dem andern munkeln, warum gehen
wir denn immer nur des Nachts herum? Man tritt sich an
den Wurzeln ja die Pfoten krumm! Wenns nur schon
heller wär (pfeifen), wenn nur der Wald vom
Sternenlicht erleuchtet wär. Ba du ba dum...*Kanon*

30

Abendstille überall, nur am Bach die Nachtigall,
singt ihre Weise klagend und leise durch das Tal.

31

|:Banuwa, banuwa, banuwayo!:|Nenialano, nenialano,
nenialano, Banuwa, alano, alano!

aus Liberia „Schönes Mädchen weine nicht!“

32

Hey, hey, hey, hey, hey ungala...

Ungala, ungala. *Indianisches Begrüßungslied*

33

|:We are at one with the infinite sun, forever, forever,
forever. :| |:Guate, leno, leno mahote, ayno, ayno,
ayno:| *Indianisches Danklied für die Sonne*

34

Neesa, neesa, neesa,..... Gayweeyo, gayweeyo
indianisches Lied, besingt Mondkraft und Schöpfung

35

Schläft ein Lied in allen Dingen, die da träumen fort
und fort, und die Welt hebt an zu singen triffst Du nur
das X Zauberwort *Joseph von Eichendorff - Kanon*

36

|:Oh, du gamla, Oh du gamla moder, Oh du gamla
moder Jord.:| |:Var har du varit den hela, hela nanga
natten?:| |: Oh lie her, lies her!| *aus Schweden*

Oh du alte Mutter Erde

37

Epo i tai tai e, oh epo i tai tai e. Epo i tai tai, epo i tuki tuki, epo i tuki tuki e.

Lied der Maori aus Neuseeland. „Die große Flut kam, aber wir sind alle davon gekommen.“

38

Ma te aroha, ma te aroha, ma te aroha, ka ora e!
Homai to ringa.... ka ora e!Wha kapiri mai... ka ora e!
Lied der Maori. Mit Liebe werden wir alle leben. Gib mir deine Hand, lass uns zusammen bleiben.

39

Das Gestern ist vorüber, das Morgen weit entfernt, im Hier und Jetzt blüht Leben mir, wird Weite mir geschenkt.

Karin Hoisl-Schmidt

40

Return again, return again, return to the land of your soul. Return to who you are, return to what you are, return to where you are born and reborn again.

Jüdisch - Kehre zurück in das Land Deiner Seele. Zu dem, der du bist, was du bist, als was du geboren und wiedergeboren bist.

41

Jai dai, da dai dai da dai...

Nigun, chassidisches Lied ohne Worte, Sprache der Seele. Die Tradition des Nigun-Singens geht ins 17. Jhdt zurück.

42

Ko haolam kulo, gesher tzar meod, gesher tzar meod.
Wehaikar, wehaikar. Lo le fached, lo le faches klal.

*Aus Israel. „Die ganze Welt ist wie eine sehr schmale
Brücke, und die Hauptsache ist, sich nicht zu
fürchten.“*

43

Peace, shalom, salamaleikum... pray for peace on
earth. *Interreligiöses Friedenslied*

44

Innanne Kapuanna, innanne Kapuanna, e e e ula! Ula
ula, ula e ipi e ipi e! Guana, guana, guana, gauna gua!
Aboriginelied - Bedeutung unbekannt

45

Aye kerunene keranio keruna.
Keranio weya heya heyaye, aye, keruna.
Aus Afrika. Liebeslied für die Erde

46

You can relax now, come on and open your eyes.
Breathe deeply now, I´m with you. Oh my sweet sweet
child, who do you think you are. You are the child of
God, and that will never change.

You had a dream, you misunderstood, you thought we
were separate, but now you hear my voice and

You can relax now...

Musik&Lyrics Susan McCullen

47

1. Staad, ja staad, so staad.

Kimmd a Gfui heid über mi, wia a Flüglschlog
a Himmshauch.

Staad, ja staad, so staad.

Kimmd a Gfui heid über mi, wia a Flüglschlog
a Himmshauch.

2. Bleib, ja bleib ja bleib.

Bitte lass mei Sai verschnaufa, und schenk mia
no a bissal Zeit!

Bleib, ja bleib ja bleib.

Bitte lass mei Sai verschnaufa, und schenk mia
no a bissal Zeit!

3. Sing, ja sing, ja sing.

Sing a Liad mia heid vom Leben, von Sternenglanz und
Ewigkeit.

Sing, ja sing, ja sing.

Sing a Liad mia heid vom Leben, von Sternenglanz und
Ewigkeit.

4. wie erste Strophe *Text/Musik: Karin Hoisl-Schmidt*

48

Tjo tjo-i-ri, tjo, tjo-i-ri, tjo tjo-i-ri-di-ri, tjoe tjo-i-ri.

Andachtsjodler.

49

Imagine

John Lennon

1. Imagine there 's no heaven. It 's easy if you try.
No hell below us. Above us only sky.
Imagine all the people living for today. A ha!

2. Imagine there 's no countries, it isn 't hard to do.
Nothing to kill or die for and no religion too.
Imagine all the people living life in peace. You!

You may say I 'm a dreamer, but I 'm not the only one. I
hope some day you 'll join us and the world will be as
one.

3. Imagine no possessions, I wonder if you can.
No need for greed or hunger, a brotherhood of man.
Imagine all the people sharing all the world. You!

You may say I 'm a dreamer, but I 'm not the only one. I
hope some day you 'll join us and the world
will be as one.

50

Erde meine Mutter, Himmel mein Vater. Feuer, Erde,
Wasser, und Luft ich bin! - *Gila Antara*

51

Salibonani, Salibonani, Salibonani, Salibonani! Sali,
Sali, salibonani! Sali, Sali, salibonani! - *Begrüßungslied
aus Simbabwe*

52

Peace be with you, oh my dear one, Peace be with you,
precious child.

Angels hover all about you, they´ll protect you night
and day.

God is with you oh my dear one, god is with you
precious child.

You are blessed and you are holly, precious gift God
gave to me. You are blessed and you are holy, you´re
an angel, I can see.

Peace be with you, oh my dear one, peace be with you,
precious child.

53

Öffne mein Herz weit in die Unendlichkeit, öffne mein
Herz weit für dich für dich.

Lass die Liebe fließen, sich ins Meer ergießen, lass die
Liebe fließen zu dir, zu dir.

Wolfgang Bossinger

54

Dass du mein Liabsta bist, des woabst fei scho. Kummst
bei da Nocht kummst bei da Nocht i woad scho so.

Kummst du um dMitternacht, kummst um Schlog oans.
Da Vadda schlaft, dMuadda schlaft, i schlaf aloans.

Klopf an mei Kammerdür, kumm rei ganz gschwind, da
Vater moand, dMuadda moand des war da Wind.

Kummd dann de Morgenstund, glei wird dSunn aufgeh,
Liabsta mein, Liabsta mein dann muaßt Du geh

Leise den Gang entlang und naus ganz gschwind, da
Vadda moand, dMuadda moand, des waar da Wind.

*Übersetzung von „Dat du min Leevsten büst“ ins
Bairische*

55

Magnificat, magnificat, magnificat anima mea
Dominum. Magnificat, magnificat, magnificat anima
mea. - *Kanon aus Taizé*

56

Confitemini Domino, quoniam bonus. Confitemini
Domino, alleluja. - *Aus Taizé*

57

Gopala, Gopala, deva kinandana Gopala. Deva
kinandana Gopala, deva kinandana Gopala.

Aus Indien / Loblied auf die Verspieltheit und Lebensfreude

58

May the road rise with you, may the wind be always at
your back, may the sun shine warm upon your face,
may the rain fall soft upon your fields, and until we
meet again, may God hold you in the hollow of his
hand. *Irishes Segenslied*