

## UNSICHTBARES SINGNETZ – VERBINDENDES KLANGFELD

Es gibt viele, kreative Möglichkeiten, die Verbundenheit eines Singnetzes zu erleben - auch ohne physisches Zusammenkommen. Stärke dich mit diesen **meditativen, belebenden, erdenden Liedern** des Herzens aus aller Welt und verbinde dich dabei mit allen Mitsingenden.

Wir freuen uns über **deine** Forschungen & Erfahrungen mit den Liedern. > [lieder@stimmvolk.ch](mailto:lieder@stimmvolk.ch)

Wir fügen deine Entdeckungen unten in die Liste ein – als weitere Inspiration für alle.

**Ruheinseln in stürmischen Zeiten** ... gesungen zu individuellen oder \*gemeinsamen Zeiten

**MANTRAKUR** \*20.00-20.15 Mantra singen / 20.15-20.45 Meditieren oder Mantra weiter singen mit Raum für Stille / ...  
Lied-Meditation mit dem tibetischen Mantra [Teyatha om bekandze](#)

**TAGESLIEDER** \*20.45-... Singen des Tagesliedes  
& mögliche Qualitäten des Liedes ... sehr subjektiv und unvollständig

**März 2020**

19.	<a href="#">Be still and know</a> - Gegensätze verbinden, offen & urteilsfrei, ganz sein
20.	<a href="#">Between darkness and light</a> - Versöhnung mit dem, was mir Mühe bereitet, Offenheit
21.	<a href="#">Altísimo corazón</a> - Herz, Licht, Offenheit, blühen / "Es gibt zwei Arten, sein Leben zu leben: entweder so, als wäre nichts ein Wunder, oder so, als wäre alles ein Wunder." Albert Einstein
22.	<a href="#">I schicke dir en Ängu</a> - Mitgefühl, Unterstützung und Kraft
23.	<a href="#">Schläft ein Lied in allen Dingen</a> - den Zauber in der Welt besingen, inneres Hören, Ruhe, Stille
24.	<a href="#">Dwelling in the present moment</a> - im gegenwärtigen Moment sein, Entspannung, Atem, Beruhigung, Freundlichkeit
25.	<a href="#">Bobo Malé</a> - Kraft und Freude, Begeisterung, Körper und Seele, Bewegung
26.	<a href="#">Tierra mi cuerpo</a> - vier Elemente, Teil der Natur sein
27.	<a href="#">Motherland</a> - Sehnsucht, Heimat
28.	<a href="#">Dr Sidi Abdel Assar vo El Hama</a> - Liebe, Sehnsucht ... und auch Humor
29.	<a href="#">Bele Mama</a> - Mutter, Mütterlichkeit, Wir sind Kinder derselben Mutter Erde

30.	<a href="#">Ich lausche dem Ruf meines Herzens</a> – mich auf mich besinnen, nach Innen lauschen
31.	<a href="#">Calma e tranquilidade</a> – Ruhe und Stille, Heilung von Schmerz
<b>April 2020</b>	
01.	<a href="#">Abre la puerta</a> – Verbundenheit mit dem Kern und der Lebenskraft
02.	<a href="#">He yama yo</a> – Unterstützung, Ruhe, Adlerflug, Überblick, ...
03.	<a href="#">Thuma mina Somandla</a> – Kraft von Innen und durch den Ruf der eigenen Einzigartigkeit, Schritt zur Wandlung, neue Räume
04.	<a href="#">Yana - Herzchant</a> – Herzmedizin, Ruhe, Vertrauen, Weite
05.	<a href="#">Lo yisa goy</a> – Wandlung, Kreativität, Frieden
06.	<a href="#">Haida</a> – Freude (im Fluss sein mit den Gefühlen*) hält gesund (* <i>Du kannst das Lied auch mit verschiedenen Gefühlsausdrücken singen: traurig, ängstlich, wütend, zweifelnd, zärtlich, überrascht, ...</i> )
07.	<a href="#">Zäuerli 2 "Jo bo ho bo"</a> / <a href="#">Naturjodel Begleitstimmen</a> – Naturkraft, Segen, Reinigung, Verbundenheit
08.	<a href="#">Buona sera miei cari compagni</a> – Verbundenheit, Freundschaft
09.	<a href="#">Nigun Frejlach - "Reparierer"</a> – Freude hält gesund, das Leben feiern
10.	<a href="#">Hamba hazga - "Unity stomp dance"</a> – Kraft und Energie, Eine-Welt
11.	<a href="#">Jenseits von richtig und falsch</a> – freier Raum, Begegnung, Mitgefühl, Neugier, Wertfreiheit, Offenheit
12.	<a href="#">Abuelito fuego las gracias te damos</a> – vier Elemente, Dankbarkeit, ganzer werden
13.	<a href="#">Sanggilid</a> – Grosszügigkeit, Teilen, Unterstützung
14.	<a href="#">Gang rüef de Bruune</a> - Solidarität, Verbindung, Kontakt (Statt „zärestah“ kann man auch „zämeha“ singen.)
15.	<a href="#">Laska Devla de manuša mamó</a> – Mitgefühl, Menschlichkeit
16.	<a href="#">Ya salam a dunya/Peace Chant</a> – Frieden, Sehnsucht, Verbindung, Ruhe
17.	<a href="#">Om Tare Tuttare</a> – Mitgefühl, Willkommen sein, Not lindern
18.	<a href="#">Doe doe barima doe doe</a> – Frühling, Neues, Hoffnung, Licht
19.	<a href="#">Thina simunye - We are together</a> – wir sind eine Familie, neues Wir, Brüder und Schwestern

<b>20.</b>	<a href="#">Nigun Giora Feidman</a> – Im Fluss sein mit den Gefühlen hält gesund ( <i>*Du kannst das Lied mit verschiedenen Gefühlsausdrücken singen: traurig, ängstlich, wütend, zweifelnd, zärtlich, überrascht, ...</i> )
<b>21.</b>	<a href="#">When you let go of fear – „Hearts mystery“ T+M: Nick Barber</a> – Angst loslassen/transformieren und eine wundervolle Welt erblicken, herzgeführte Weisheit, Menschlichkeit, Mysterium des Lebens
<b>22.</b>	
<b>23.</b>	
<b>24.</b>	
<b>25.</b>	
<b>26.</b>	
<b>27.</b>	
<b>28.</b>	
<b>29.</b>	
<b>30.</b>	