

# Singen vom 18. Mai 2020

Lasst uns weiterhin singen.

Wir wissen um die Kraft die wir damit erhalten und verschenken können.

Wie Du das machst? Das ist in unendlicher Vielfalt möglich. Folge Deiner Inspiration.

Ich habe eine Anleitung zusammengestellt, aus der Du Dich bedienen kannst wenn Du magst. Ganz nach Deinem eigenen Antrieb und in Deiner Kreativität.

**Hole Deine eigene Trommel hervor.**

Wenn Du keine hast oder sie nicht spielen magst, oder darfst, so gibt es viele andere Möglichkeiten wie: Deinen Bauch als Trommel nutzen, ein Kissen als Trommel nutzen, Rasseln, Deine Füße bewegen sich im Takt, Klatschen, usw.

**Verbinde Dich im Geist mit allen von Cante Peta und allen mit denen Du singen möchtest.**

**Verbinde Dich dann mit allem was Du brauchst, um ganz stabil aus Deinem Zentrum heraus singen zu können.**

Wir singen gemeinsam und jede\*r für sich mindestens viermal folgende Lieder.

Du findest die Texte dazu weiter unten. Sei frei Lieder auszuwählen die für Dich stimmiger sind. Schön ist, wenn wir in gewohnter Cante Peta-Weise in der spirituellen Haltung des Anrufens singen und die folgenden Absichten dabei integrieren. Je mehr Dir diese „doppelte Aufmerksamkeit“ gelingt, desto klarer und eindeutiger wird das Ergebnis sein.

In vielen Teilen unseres gesellschaftlichen Lebens hat der strenge „Lock Down“ sich gelockert. Wie bringe ich meine Erfahrungen, mein Verständnis der letzten Wochen in die neue Situation mit ein? Vom Maya Tarot hab ich dafür die Karte „Der Stern“ gezogen. Ein Stern ist die massivste aller physischen Formen, eine werdende Sonne, ein werdendes Planetensystem; trotzdem erscheint er für uns als kleiner Diamant am Nachthimmel. Dies gibt Einsicht in die Bedeutung von Dingen und Ereignissen...

Ebenso kann uns die Karte auch mitteilen: Das Licht des Verstehens, wie das des Sterns, braucht wahrscheinlich lange Zeit, um uns oder andere zu erreichen und erreicht uns meistens in einem „Phantomzustand“, wie das Licht, das wir von jenen Sternen sehen können, lange nachdem sie ausgebrannt und dunkel sind.

Dies fordert unser Vertrauen heraus und unsere ganzheitliche Erfahrung der letzten Wochen soll mit unserem Singen gefestigt und integriert werden.

Zum Einstieg und zur Entspannung kannst Du eine leichte Wahrnehmungsübung machen. Stehe hin, die Beine schulterbreit auseinander. Atme ein paar mal tief ein und aus. Gibt es Zonen in Deinem Körper die verspannt sind? Schüttele Dich sanft sodass Dein Körper geweckt ist und sich neu zusammensetzt. Wie fühlt sich die Zone nun an? Du kannst dort hin atmen und die Übung wiederholen bis es Dir wohl ist.

## Singe für Dein Vertrauen

- |                          |  |
|--------------------------|--|
| 1 Morning Song           | In Verbindung zu Deinem Vertrauen in Deine Unschuld        |
| 2 Cheyenne Sundance Song | In Verbindung zu Deinem Vertrauen in Dein Wissen           |
| 3 Taku Wakan             | In Verbindung zu Deinem Vertrauen in Deine Vision im Licht |
| 4 Wakanyan Nawajielo     | In Verbindung zu Deinem Vertrauen in Dein magisches Selbst |
| 5 Tunkashila Tunkashila  | In Verbindung zu Deinem Vertrauen in Deine Seele           |

## Singe für Deine ganzheitliche Erfahrung

- |                            |  |
|----------------------------|--|
| 6 Wishi Ta                 | Zur Unterstützung Deiner Gefühle                   |
| 7 Lakota Wakan Tanka Chant | Zur Unterstützung Deiner Erfahrung                 |
| 8 Spirit Invitation Song   | Zur Unterstützung Deiner 5 Sinne                   |
| 9 Solstice Song            | Zur Unterstützung Deines Körpers und Beweglichkeit |

**Verabschiede Dich in Dankbarkeit vom Singkreis und allen unterstützenden und unterstützten Wesen.  
Horche nach.**

Singbuchverzeichnis:  
Orange, Ancestor & Medicine  
Songs, 7

### Morning Song

Trommeln: Herzschlag  
In Verbindung zu Deinem  
Vertrauen in Deine Unschuld

Weda hey dey  
Aweya ha-a da  
Ho hey  
Weda hey de-ey ya we  
Ha-ay da ho  
Weha da hey  
Weha da hey do

Weda hey dey  
Weda hey de-ey ya we  
Ha-ay da ho  
Weha da hey  
Weha da hey do

Singbuchverzeichnis:  
Gelb, Sundance & Prayer Songs, 29

### Wakanyan Nawajielo

Trommeln: Einer  
In Verbindung zu Deinem Vertrauen in  
Dein magisches Selbst

Wakanyan nawajielo

Wakanyan nawajielo  
Kola wamayankayo he yahe yo

Wakanyan nawajielo  
Wamayankayo he yahe hoi

Canupa wa yuha wakanyan nawajielo  
Kola wamayankayo he yahe ye

Wakanyan nawajielo  
Wamayankayo he he hoi

Singbuchverzeichnis:  
Gelb, Sundance and Prayer Songs 3

### Lakota Wakan Tanka Chant

Trommeln: Einerschlag  
Zur Unterstützung Deiner Erfah-  
rung

Wakan Tanka o-waniktea  
Wakan Tanka o-o-waniktea  
Waniktea  
Wakan Tanka o-o-waniktea  
Heya he heyo

Wakan Tanka onshimala ye ye  
Heyo wi yeye  
Heyo wi yeye  
Wakan Tanka o-o-waniktea  
Heya he heyo

Singbuchverzeichnis:  
Gelb, Sundance & Prayer  
Songs, 7

### Cheyenne Sundance Song

Trommeln: Zweier on beat  
In Verbindung zu Deinem  
Vertrauen in Dein Wissen

Heyo he yey yo  
Heyo hey yey

Yo heyo heyo hai ya

|| :Heyo hey yey yo  
Heyo hey yo hai ya  
Ya heyo-o heyo hai ya  
Heya hai ya

Singbuchverzeichnis:  
Gelb, Sundance & Prayer Songs, 23

### Tunkashila Tunkashila

Trommeln: Einer  
In Verbindung zu Deinem Vertrauen  
in Deine Seele

Tunkashila ya-a tunkashila ya

|| : Heya ho wa yelo yee ya hey ya  
Tunkashila ya  
Heya ho wa yelo yee yeh hoy

Repeat mit Brücke: Tunkashila ya

Singbuchverzeichnis:  
Hellblau, Heartbeat Songs, 9

### Spirit Invitation Song

Trommeln: Herzschlag  
Zur Unterstützung Deiner 5 Sinne

Wakan a hoye kin ya yo o  
Wakan a hoye kin ya yo o

Wakan a hoye kin ya yo  
Oyate-e wan hey wani yang u ktelo  
Hey hey ey hey hey

||: Wakan a hoye kin ya yo  
Wakan a hoye kin ya yo  
Oyate-e wan hey wani yang u ktelo  
Hey hey ey hey hey :||

Singbuchverzeichnis:  
Gelb, Sundance & Prayer Songs, 22

### Taku Wakan

Trommeln: Einer  
In Verbindung zu Deinem Vertrauen in Deine  
Vision im Licht

Hee ya welo ha ya-a welo yee ya hey yoy

Weha ya he ya we hai-ai yo-o welo he ya hey yoy  
We hai ya he hai ya  
We hai ya he ha  
Wehai hai yo-o welo he he yoy

Canunpa wa yuha hoye wa yelo hee  
Oyate ki yani pi kta ca  
Leca mu welo hee  
Tunkashila omakiyayo omakiyayo hee

Singbuchverzeichnis:  
Grün, Cruisers,5

### Wishi Ta – River Song

Trommeln: Zweierschlag  
Zur Unterstützung Deiner  
Gefühle

|| : Wishi ta duya duya duya  
Wishi ta duya duya he : ||

|| : Washa de neya heya heya  
Washa de neya heya he : ||

Singbuchverzeichnis:  
Hellblau, Heartbeat Songs, 2

### Solstice Song

Trommeln: Herzschlag  
Zur Unterstützung Deines  
Körpers und Beweglichkeit

Ya na ya-a na he  
Hey ya no-o ya hey yai yai  
Hey ya no-o ya hey yey  
Hey ya no-o ya he