



**Cant'Alma – Lieder des Herzens aus verschiedenen Kulturen**  
**Offenes gemeinsames Singen in Gempenach** (bei Murten FR und Kerzers FR)  
**mit Karin Jana Beck & Matthias Gerber / Musik Duenda & StimmVolk.ch**  
**Samstag, 2. November** und/oder **Sonntag, 3. November 2024**

Wir erfahren die nährende und herzöffnende Wirkung des gemeinsamen Singens von eingängigen 1-4-stimmigen Herzensliedern aus verschiedenen Kulturen und spirituellen Traditionen, vom Schweizer Naturjodel zum afrikanischen Friedenssong, vom tibetischen Mantra zum erdigen Indianerchant, vom feurigen Roma-Zigeunerlied zu einem südamerikanischen Zeremoniegesang – und Vieles mehr! Wir singen u.a. [Mitsinglieder vom youtube-Kanal „Musik Duenda“](#) sowie Lieder des Sing- und Friedensprojekts [www.stimmvolk.ch/unsere-lieder](http://www.stimmvolk.ch/unsere-lieder). Es hat auch Raum für persönliche Themen. *Keine gesanglichen/musikalischen Vorkenntnisse nötig.*

**Samstag, 2. November ... jeder Anlass ist auch einzeln besuchbar**

**A) Singen und Rituale im Rad des Lebens / 13.30h – 18.00h**

Lieder und das gemeinsame Singen können ein tragendes Gefäss in vielen freudigen und herausfordernden Lebenssituationen bilden. An diesem Nachmittag geben wir neben dem gemeinsamen Singen Inspirationen dazu, wie die Lieder und das Singen verbunden mit einfachen Ritualen uns und unser Umfeld stärken und nähren können: bei Übergängen von Geburt bis Tod, im Alltag – mit Allem, was es zu feiern, zu bedanken, zu versöhnen, loszulassen, und zu betrauern gibt.

**B) Singen im Dunkeln – „In der Nacht fliegt die Seele weiter“ / 20.00h – 22.00h**

Wir gönnen unseren Augen eine Pause, tauchen «blind» in die Kraft der Klänge und Lieder ein und lassen uns von der Dunkelheit beschenken, eine besondere Erfahrung, singend bei sich anzukommen, andere neu wahrzunehmen, aufzutanken, die Zeit zu vergessen, die Ohren zu weiten und das Herz zu öffnen.

**Sonntag, 3. November ... auch als Einzeltag möglich**

**C) Singsonntag «Lieder des Herzens» / 12.00h – 17.00h**

Wir verbinden uns singend mit der Kraft und Qualität der Jahreszeit: Zeit des Loslassens, Rückzug zu den Wurzeln, Kraft der Ahnen und Ahninnen, zur Ruhe kommen, Licht in der Dunkelheit, Vertrauen ins Unbekannte, in den Klängen baden, ... Zudem begleiten uns Lieder, Zitate und Kurzgeschichten zu den StimmVolk-Wegweisern Bewusstheit & Präsenz, Dankbarkeit und Gelassenheit. Ein Tag, um einfach zu sein, Inspiration für den Alltag zu gewinnen und Kraft zu schöpfen – auch für die kommende dunklere Jahreszeit.

**Organisatorisches**

**Ort:** Satyam Yoga Zentrum (Altes Schulhaus), Schoren 10, 3215 Gempenach (bei Murten FR)  
 Bushaltestelle Gempenach, Dorf – Shuttle von/nach Bhf. Gümmenen auf Anfrage

**Mitnehmen:** Trinkflasche, Socken oder Hausschuhe, bequeme Kleidung, kleine Snacks für sich und etwas zu Essen für Teilette am Samstagabend (zu Suppe)

**Kosten:** A) Sa nami 80.- / B) Sa abend 40.- / C) So 90.- / Wochenende ganz 180.- (Ermässigung auf Anfrage) – Kollekte für Suppe am Samstagabend

**Anmeldung:** Yvonne Meyer, 079 511 60 61, [yvonne.meyer@raumerforschen.ch](mailto:yvonne.meyer@raumerforschen.ch)

**Über uns**

**Karin Jana Beck** und **Matthias Gerber** sind fasziniert von der nährenden und verbindenden Kraft des gemeinsamen Singens und der Musik. Als **Folkduo Duenda** sind sie seit über 25 Jahren unterwegs mit Liedern und Musik aus verschiedenen Kulturen und spirituellen Traditionen unserer Erde und beleben damit beseelte Feste, Feiern und Rituale. Sie haben vier reichhaltige Doppel-CDs mit Liedern zum Mit- und Selbersingen herausgegeben – und sind auch MitinitiatorInnen des soziokulturellen Schweizer Sing- und Friedensprojekts **StimmVolk.ch – singend Brücken bauen** (mit dem Gross-Singen „La Paz Cantamos“ in Bern). In ihren Seminaren und Workshops, beim Singen in Gemeinschaftschören, mit Asylsuchenden, an Festen und bei Anlässen im öffentlichen Raum erfahren sie immer wieder, wie Lieder und das gemeinsame Singen ein starkes Gefäss bilden, in dem sich das Leben in allen Farben und Schattierungen zeigen kann. Es fasziniert sie, Singen und Musik wieder mehr mit dem Leben zu verbinden, mit allem was es zu feiern und betrauern gibt. Es geht ihnen um eine lebendige, gemeinschaftsorientierte Alltagskultur, als Ergänzung zur gängigeren „Hochkultur“.

Die beiden Welt-Volksmusikant\*innen verstehen sich einer Kultur verpflichtet, die sich immer auch wieder gesellschaftlichen Fragen singend stellt. In all den Jahren des «Singend-Unterwegs-Seins» haben Karin Jana und Matthias auf vielfältige Weise erlebt, wie das gemeinsame Singen zu Verbundenheit mit andern, zu Menschlichkeit und persönlichem Wachstum beiträgt und die geistige und körperliche Gesundheit stärkt.

[www.tschatscho.ch](http://www.tschatscho.ch)

[youtube-Kanal „Musik Duenda“](https://www.youtube.com/channel/UC...)

[www.stimmvolk.ch](http://www.stimmvolk.ch)

