



Cant'Alma – Lieder des Herzens aus verschiedenen Kulturen

Offenes gemeinsames Singen mit Karin Jana Beck & Matthias Gerber

Sa 3. September und/oder So 4. September 2022 in Flüeli-Ranft OW

Wir erfahren die nährende und herzöffnende Wirkung des gemeinsamen Singens von eingängigen Herzensliedern aus verschiedenen Kulturen, vom Schweizer Naturjodel zum afrikanischen Friedenssong, vom tibetischen Mantra zum erdigen Indianerchant, vom feurigen Roma-Zigeunerlied zu einem südamerikanischen Zeremoniesong – und Vieles mehr! Wir singen u.a. Mitsinglieder vom youtube-Kanal „Musik Duenda“ sowie Lieder des Sing- und Friedensprojekts www.stimmvolk.ch/unsere-lieder.

Samstag, 3. September, 12.30 - 17.30 / ... auch als Einzeltag möglich .

Singen und Rituale im Rad des Lebens

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.

Sonntag, 4. September, 11.30 - 16.30 ... auch als Einzeltag möglich ...

SingSonntag «Lieder des Herzens»

Wir verbinden uns singend mit der Kraft und Qualität der Jahreszeit: Ernten, Annehmen, das Gleichgewicht suchen, Rückschau halten, Danken, Wandlungsprozesse bewusst wahrnehmen, innere Vorbereitung auf die dunkle Zeit. 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.

Samstagabend 3. September zur freien Verfügung – allerdings ein wunderbarer zeitlicher «Zufall»: **von uns empfohlen und zu unserer Haltung und Ethik passend: Offene Abendveranstaltung** mit VertreterInnen des **indigenen Bergvolks der Kogi aus Kolumbien im ZentrumRanft** (gleich nebenan) zentrumranft.ch
Vorgängiges Abendessen ca. 18.30 auf Vorbestellung möglich (vgl. Anmeldung)
So 10.00-11.00 ev. noch Meditation im Zentrum Ranft frei besuchbar

Organisatorisches

Ort: Jugendunterkunft Bruder Klaus Dossen 2, 6073 Flüeli-Ranft /

Bushaltestelle Flüeli-Ranft, St. Dorothea oder Dorf / **Anreise:** <http://jugendunterkunft.ch/?id=128> / kostenpflichtige Parkplätze im Dorf

Übernachtung in 1xEinerzimmer, 2x3er-Zimmer und Mehrbettzimmern möglich (Fr. 40.- / Nacht) – Schlafsack und Duschtuch mitbringen, Leintuch und Kissenbezug vorhanden / Weitere ÜN-Möglichkeiten im Dorf

Essen: Nachtessen Sa frei, auswärts / Frühstück So morgen ab 09.00 im Kurshaus

Mitnehmen: Trinkflasche, Hausschuhe, bequeme Kleidung, kleine Snacks für Pausen

Kosten: Sa + So je Kollekte mit Richtpreis Fr. 60.- / Wochenende Fr. 120.-

Infos & Anmeldung an info@urig-sachseln.ch – mit folgenden Angaben: Singen Sa und/oder So, Übernachtung im Haus ja/nein, Vegi-Nachtessen ZentrumRanft Sa abend (Fr. 25.-), Frühstück So morgen 09.00 (Fr. 18.-) – Tel. notfalls 079 234 99 75
... eine Veranstaltung von Urig Sachseln, www.urig-sachseln.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“.

www.tschatscho.ch

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

www.stimmvolk.ch

