

## MOCH DEI HERZ WEIT AUF

© Armin Wenger

**Shruti G# + C#/D#**

Moch dei Herz weit auf, sei do.  
Schau dei Leben o, sei froh.  
Breit die Oam weit aus, heb o.  
Steig zua Sunna auf, kimm guat o.

Kimm guat o, kimm guat o....

## ILLAH HINOOR

© 2009 Paul Freh, Herbert Walter, Nada Breidenbach, Mayra Fuchs

**C**            **G**  
I am Here. I am Now.  
**Am**            **Em**  
I am Love. I am Peace.  
**F**            **G**  
I am Light. I am  
**C**            **Am**  
Illah Hinoor.  
**F**    **G**    **C**  
I am that I am.





## **SCHLÄFT EIN LIED**

© 2006 Melodie: Paul Freh, Christopher Amhrein

Text: Joseph von Eichendorff

**C**

**Shruti auf C**

Schläft ein Lied in allen Dingen

**G**

**C**

Die da träumen fort und fort.

**C**

Und die Welt hebt an zu singen,

**G**

**C**

Triffst du nur das Zauberwort.

## **THE OCEAN**

© 2006 Paul Freh

**Dm**

**C**

Hallelujah, I am the Ocean.

**C**

**Dm**

Hallelujah, I am the Ocean.

**Dm**

**C**

Hallelujah, God is One.

**C**

**C**

Hallelujah, God is One.

## ALL I ASK OF YOU

Sufi Traditional

“Gott ist die Liebe, der Liebende und die Geliebte.”

**D**

All I ask of You is forever to

**G A D**

remember me as loving You. :||

**D G A D**

Ishk ‘Allah Mahebood L’illyah

**G A**

Ishk ‘Allah Mahebood L’illyah :||

## LOKA SAMASTA

© Traditionelle Hymne, Variation von Paul Freh  
“Mögen alle Wesen in Glück und Frieden leben.”

**C G Am**

Loka Samasta Sukino Bhavanthu. :||

**C G Am**

Loka Samasta Sukino Bhavanthu. :||

**C G Am**

Loka Samasta Sukino Bhavanthu. :||

**F G Am**

Loka Samasta Sukino Bhavanthu. :||

**F G F G7**

Loka Samasta Sukino Bhavanthu.

# **Samahdi Sita Ram**

**Shma Yisrael**  
**I bin so daham**

## SO HAM – I BIN SO DAHAM

© 2016 PAUL FREH

**C F Am G Shruti: C + G**

So ham. So ham. So ham. So ham.

**C F Am G**

So ham. So ham. So ham. So ham.

**C F Am G**

I bin so daham, jo i bin. I bin so daham.

**C F Am G**

I bin so daham, jo i bin. I bin so daham.

## SALAM ALEIKUM

© 2017 PAUL FREH

**A E**

Salam, Salam. Salam, Salam.

**F#m D**

Salam, Salam. Salam, Salam.

**A E**

Salam, Salam. Salam, Salam.

**F#m D A E F#m D**

Salam, Salam. Salam Aleikuuuuuuuuuuuuuum.



# The Blessing of God

## Om Shanti Om

**Bismillah  
Shiva Shamboo  
Earth my Body**

# **Walking Tree May the Circle**

# **Gopala**

## **Let my heart reflect thy light Lord**

# Numi, numi yaldati

(hebräisches Wiegenlied: Joel Engel, Yehiel Heilperin 1922)

Schlaf', schlaf', mein kleines Mädchen. Schlaf'. Schlaf'.

Schlaf', schlaf', meine Kleine. Schlaf'. Schlaf'.

Papa ist zur Arbeit gegangen. Gegangen, Papa ist gegangen.

Er wird zu Mondaufgang zurück kommen. Er wird dir ein Geschenk bringen.

(frei übersetzt)

**Am** **Dm**

Numi, numi yaldati,

**Am** **C**

Numi, numi, nim.

**Am** **Dm**

Numi, numi k'tanati,

**G** **F** **Am**

Numi, numi, nim.

**Dm**

Aba halach la'avoda -

**Dm**

Halach, halach Aba.

**Dm**

Yashuv im tzeit halevana -

**Dm** **C** **Em**

Yavi lach matana!

# WO IMMER ICH BIN, LEUCHTET MEIN HERZ.

© 2013 Paul Freh

Intro: **Am G C F C G C C**

**C C F G**  
Du willst stets wachsen, bist formlos und frei.

**C C F G**  
Hingabe, Leidenschaft, mit Leib und Seel'.

**Am C Am G**  
**Feuer** in mir, Feuer in mir, Feuer in mir, nimm mi ganz.

**Am C F G**  
Feuer in mir, Feuer in mir, Feuer in mir. Uuu.

**Am G Am F**  
Kämpfe, verliere, ersticke im Zweifel.

**G C F G C**  
Erst Tod und Stille sprengen, erlösen den Geist.

**Am G Am F**  
Schenke, empfangen den Atem des Lebens.

**G C F G C**  
Verschwende die Liebe, wo immer ich bin, leuchtet mein Herz.

Du strömst und fließt und du nimmst alles an.  
Weich und auch hart, unergründlich bist du.

**Wasser** in mir, Wasser in mir, Wasser in mir, nimm mi ganz.  
Wasser in mir, Wasser in mir, Wasser in mir. Uuu.

Bist für mich da, schenkst mir Nahrung und Leb'n.  
Wurzel und Kraft und mei' Mitt'n bist du.

**Erd'** in mir, Erd' in mir, Erd' in mir, nimm mi ganz.  
Erd' in mir, Erd' in mir, Erd' in mir. Uuu.

Geist und Verstand und verrückte Ideen.  
Spür' dich nicht, fühl' dich nicht, bis ich mich beweg'.

**Luft** in mir, Luft in mir, Luft in mir, nimm mi ganz.  
Luft in mir, Luft in mir, Luft in mir, Uuuu...

# Diese Welt

© Paul Freh 2014

**C** **D**  
Ich hab eine Ahnung, warum ich lebe.

**C** **D**  
Es muss **eine** Welt sein, der ich mich ganz hingebe.

**C** **D**  
Voll Zweifel und Not. Voll Einheit und voll Kraft.

**C** **D**  
Voll Angst und voll Tod. Voll Leben und voll Saft.

**C** **D**  
Ich hab eine Ahnung, warum ich lebe.

**C** **D**  
Es muss **diese** Welt sein, der ich mich ganz hingebe.

Dideldum: **Am Hm C D**

## Om Tare tuttare ture soha

Buddhistisches Mantra der grünen Tara

Tara ist eine „buddhistische Gottheit“, liebevoll, flexibel und unkompliziert. Sie verkörpert die schnelle und sofortige Energie die im Moment da ist. Lama Tenzin Sangpo nennt sie „die schnelle Heldin“, denn sie bringt sofort Hilfe. Sie befreit uns von unseren Ängsten.

**OM** - der Urlaut, repräsentiert alle Trinitäten (z.B.- Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft - Körper, Geist, Seele)**TARE** -Anrufung Taras, befreie mich vom wahren Leiden**TUTTARE** - erwecke das Göttliche in mir, befreie mich von Gefahren und meinem Karma**TURE** - beende meine Leiden, führe mich zur wahren Erkenntnis, lass' mich die göttliche Energie erfahren**SOHA** - möge die Bedeutung des Mantras in meinem Herzen Wurzeln schlagen.

# Let Heaven be reflected

© Sufi Hymn, Text: Rumi

**Hm**

Let Heaven be reflected on Earth Lord,

**F#m**

**Hm**

and the Earth may turn into Heaven. :||

**G**

**A**

**Hm**

Let Heaven be reflected on Earth Lord,

**G**

**A**

**Hm (D)**

and Earth may turn into Heaven. :||

## Shalom

© Friedenslied (hebr. Frieden)

**Am E E Am**

Shalom, Shalom.

**Am E E Am**

Shalom, Shalom

**Am E E Am**

Shalom, Shalom.

**Am E E Am**

Shalom, Sahlom.

**Am**

**E**

**E**

**Am**

Dei dei dei dei dei. Dei dei dei dei dei.

**Am**

**E**

**E**

**Am**

Dei dei dei dei dei dei. Dei dei dei dei dei.



# Wesen aus Stille

© Paul Freh 2021

## Kapo I

<b>Hm</b>		<b>E</b>	
Nach Hause komme ich	in der	Stille	x2
<b>E</b>		<b>Hm</b>	
Lass los.		Tritt ein.	x2
<b>A</b>		<b>Hm</b>	
Stille ist	das	Tor	x3

### Refrain

<b>Hm</b>	<b>A</b>	<b>D</b>	<b>D</b>	<b>D</b>	<b>E</b>	
<b>Ich</b>	<b>bin</b>	<b>das.</b>	<b>Ich</b>	<b>bin</b>	<b>das.</b>	
<b>G</b>	<b>E</b>	<b>G</b>	<b>G</b>	<b>A</b>	<b>Hm</b>	
<b>Ich</b>	<b>bin</b>	<b>das.</b>	<b>Ich</b>	<b>bin</b>	<b>das.</b>	<b>x2</b>

Das Wunder geschieht	sobald was endet	x2
Lass los.	Tritt ein.	x2
In Stille entsteht	das Neue	x3

### Refrain

Ohne Stille geh	ich alte Pfade	x2
Lass los.	Tritt ein.	x2
Stille ist	Sein.	x2
Stille ist	Ich trete ein.	x1

### Refrain

<i>Fin</i>	<b>Hm</b>	<b>D</b>	<b>A</b>						
	<b>We</b>	<b>sen</b>	<b>aus</b>						x3
	<b>Hm</b>	<b>Hm</b>	<b>Hm</b>	<b>Hm</b>	<b>A</b>	<b>A</b>	<b>A</b>	<b>A</b>	
	<b>Sti</b>		<b>lle</b>		---				x3