

# Om Shanti Om

(Give Me Peace)

(Kanon)

Emotionally ♩ = ca. 160

Sanskrit-Text: Aus Indien  
Engl. Text: Musik: Lorenz Maierhofer  
© Helbling, Rum/Innsbruck

1. Gm F Gm F

Om shan-ti, om Give me peace, give me peace,

5 3. shan-ti, shan-ti, om shan-ti om. give me, give me, give me peace. *Fine*

9 D.C. (al Fine) Love is the beginning of peace! Om shan-ti om.

- Das gesamte Stück wird fortlaufend (Kanon) fluss gesungen, endend mit wiederholten letzten beiden Takten.
- Sanskrit-Text: om = ja, gewiss, so sei... shanti = Frieden (individuell, kollektiv, universell)

## Begleitung mit Handzeichen der Friedenssprache:

**Takte 1-2:** Hände langsam von rechts oben mit geöffneten Handflächen zur Körpermitte führen (= „gib mir - vom Himmel“)

**Takte 3-4:** Formen eines nach unten geöffneten Kreises mit Daumen und Zeigefinger beider Hände (andere Finger sind gespreizt) und langsame Abwärtsführung von Brusthöhe auf Körpermitte (= „Frieden“).

**Takte 5-6:** Beide nach vorne ausgestreckten Hände (Handfläche nach oben geöffnet) werden langsam waagrecht an den Körper heran geführt (= „gib mir“)

**Takte 7-8:** wie Takte 3-4

**Takt 9-10:** Hochstrecken der rechten Hand (mit nach oben geöffneter Handfläche) und die Fingerkappen der rechten Hand sanft von oben der linken Hand entlang zum Körper (= „Anfang“)

**Takte 11-14:** Daumen und Zeigefinger der rechten Hand formen ein „L“, das an das Herz gelegt wird, sanft bedeckt von den Fingern der linken Hand (= „Liebe“).