



Lebe froh und heiter

Anne Sintic

Lebe froh und heiter wie der Spatz auf dem Blitzableiter
Lache laut und lache viel (Ha ha ha)
Lass keine Gelegenheit zum Tanzen aus
Schick dein inneres Kind zum Spielen raus
Erfreue die Welt mit deinem Lied

2. Stimme: Lebe froh und lebe heiter

Lache laut und lache viel (Ha ha ha)
Tanze Tänze,
Spiele Spiele,
Singe dein Lied

Be merry and gay like the sparrow in the hay
Laugh out loud and laugh along (ha ha ha)
Don't miss any dance opportunity
Let you inner child play wild and free
enrich all the world with your song.

2. Stimme: Be merry and be gay

Laugh out loud and laugh along (ha ha ha)
Dance dances,
play games,
sing your song



Kicher Jig (Das Lied vom Lachyoga)

Gundula Krause

1. In Indien hat es begonnen, ganz klein fing das Lachen an
mit Heiterkeit ganz ohne Grund, Madan – Kataria heißt der Mann
Wir bringen es zu allen Menschen, ein Lachen geht um die Welt,
Wir lachen für den Frieden, wir lachen weil es uns gefällt.

Refr: Ha ha ha ha ha...

2. Wir singen und tanzen und scherzen und machen manch lustiges Spiel
bau'n Brücken zwischen den Herzen und lachen vor allem ganz viel.
Wir kommen aus allen Nationen zum Treffpunkt zum Lachen herein.
Komm' raus aus dem Haus, komm zum Lachen und stimme mit uns ein.

Refr: Ha ha ha ha ha...

3. Und hast du mal Kummer und Sorgen, siehst du die Sonne mal nicht,
dann kommen wir zu Dir und zaubern ein Lächeln in Dein Gesicht.
Wir hören uns gerne lachen und lachen, dass laut es schallt.
Wer lacht lebt gesund wie ein Yogi, wird 100 Jahre alt.

Refr: Ha ha ha ha ha...



Gigging Jig

Gundula Krause

1. There once was a man in India, Kataria is his name,
he startet to laugh for no reason and soon Laughter Yoga won fame.
We bring the joy to all people, a laughter goes 'round the world.
We laugh for peace and for freedom, laugh out loud! - it will be heard.

Refr: Ha ha ha ha ha...

Refr: Ha ha ha ha ha...

2. We're singing and dancing and joking around
and play funny games on the spot,
build bridges between one another, have fun and laugh a lot.
And now we come from all nations, singing this happy song,
come out of your shell, feel the spirit and laugh and sing along:
3. And are you grieving and crying, you don't see the sun in this case,
We swiftly come to your rescue and put a smile on your face.
No matter if laughter is real or fake, it's healthy anyway,
we laugh and breath deeply like yogis,
live long and are cheerful and gay.

Refr: Ha ha ha ha ha...



Little light of mine

Harry Dixon Loes,

Text bearbeitet von Anne Sintic

1. This little light of mine, I'm gonna let it shine;
this little light of mine, I'm gonna let it shine;
this little light of mine, I'm gonna let it shine;
let it shine, let it shine, let it shine.
2. This bright smile of mine...
3. This loving heart of mine ...
4. Everywhere I go ...
5. This little light of mine

Lach-Yoga-Segen

Anne Sintic

Mögen alle Menschen gesund werden.
Mögen alle Menschen glücklich sein.
Mögen alle Menschen miteinander in Frieden leben.
Und unser Lachen ein Weg dahin sein.

Laughter-Yoga-Blessing

Anne Sintic

May everyone be healthy.
May everone be happy and gay.
May we all live peacefully together.
And may our laughter be a step on this way.



Lachend kommt der Sommer

Cesar Bresgen

Lachend lachend lachend lachend
kommt der Sommer über das Feld.
Über das Feld kommt er lachend
Ha ha ha! Lachend über das Feld.

LeLoLa LeLoLa

aus Südamerika,
Text bearbeitet von Anne Sintic und Gundula Krause

1. Komm ein bisschen singen und ein bisschen tanzen
und ein bisschen Le Lo La, das geht ganz einfach so. Hey

Refrain:

Le-lo-la, le-lo-la, le-lo-le-lo, le-lo-la,
le-lo-la, le-lo-la, le-lo-le-lo-la. (2x)

2. Komm ein bisschen lachen, komm ein bisschen spielen
und ein bisschen Le Lo La, das geht ganz einfach so
3. Komm ein bisschen hüpfen und ein bisschen klatschen
und ein bisschen Le Lo La, das geht ganz einfach so
4. Sei ein bisschen albern, mach mal was Verrücktes
und ein bisschen Le Lo La, das geht ganz einfach so



Komm lache lache

M: John Hilton, T: Gundula Krause

Komm lache lache lache lache lache lach mit mir

Warum soll ich lachen lachen lachen

Warum soll ich lachen hier mit Dir?

Weil es Spaß macht, weil es Spaß macht weil es Spaß macht lachen wir.

Baba la Gumba

aus Afrika

Baba la gumba la gumbala na vise

Baba la gumba la gumbala na vise

oh nana nana na vise

oh nana nana na vise

na vise na vise na vise na vise

na vise na vise na vise na vise

Froh zu sein bedarf es wenig

August Mühling

Froh zu sein bedarf es wenig,

und wer froh ist, ist ein König.