

**Christian Lerch**

# **Kinder entdecken ihre innere Kraft**

Integrative Imaginationsarbeit



Arbor Verlag  
Freiburg im Breisgau

### *Für Suma und alle Kinder*

*Dank den vielen Menschen, die mich unterstützt haben.  
Speziell allen Kindern, die mit mir ihre inneren Abenteuer  
geteilt haben und bereit waren, dass ich von ihnen berichten  
durfte.*

*Diana Zucca, Lektorin aus Schaffhausen, hat mit Klarheit,  
Einführung und Geduld geholfen, die erste Rohfassung in  
Form zu bringen.*

*Die Fotos sind von Beat Schmid-Maibach, Oberwil bei Zug,  
Schweiz.*

*Danke an Stephen Gallegos, der mir half, die grosse Türe der  
Tiefenimagination auf meinem Weg zu öffnen.*

# Inhalt

Kurze Erzählungen einiger Kinder nach einer Imaginationsreise in einer Klasse . . . . .	13
Einleitung . . . . .	23

## Teil I

### Kinder und ihre Imagination

Der Weihnachtsengel . . . . .	29
Aufbruch . . . . .	32
Integrative Imaginationsarbeit – Innere Bilderreisen mit Krafttieren . . . . .	35
Das Wesen innerer Bilder. . . . .	37
Innere und äußere Realität – subjektive und objektive Wahrheit . . . . .	39
Vertrauen in den inneren Prozess . . . . .	43
Der spirituelle Aspekt der Imagination . . . . .	46
Die Grundhaltung bei der Imaginationsarbeit . . . . .	49
Grundsätzliches zur Imaginationsarbeit mit Kindern . . . . .	53
Die Imaginationswelt der Kinder und der alltägliche Umgang damit . . . . .	62
Die Imagination – ein ständig neu keimendes Samenkorn . . . . .	70

Die vier Wahrnehmungsfenster . . . . .	73
Das Geschichtenerzählen . . . . .	83
Geschichten als Einstieg für eine Reise . . . . .	88
Die verführerische Kraft von Geschichten –	
Die Falle der Identifikation . . . . .	91
Kinder das Erlebte auf ihre Art	
und Weise erzählen lassen. . . . .	93
Die Gefahr der Instrumentalisierung . . . . .	95
Die verdrängte Seite – Arbeit mit Polaritäten . . . . .	97
Das fehlende Fenster – der Prozess von Markus. . . . .	108
Die Themenwahl der Imagination . . . . .	120
Wie die inneren Bilder den Weg	
zu den Kindern mit Widerstand finden. . . . .	121
Unterschiedliche Wahrnehmung der Imagination . . . . .	136
Krafttiere als Brückenbauer zwischen	
Erwachsenen und Kindern . . . . .	140
Imagination bei körperlichen Symptomen . . . . .	164
Lösung als Geheimnis annehmen. . . . .	172
Die Ehrlichkeit aus der Mitte. . . . .	176
Die Entwurzelung –	
Bilder als Ausdruck des Zustandes der Seele . . . . .	178
Verdecktes Heimweh – vergessene Verbindung . . . . .	180

## Teil II

### Tipps und Anregungen für die Imaginationsarbeit mit Kindern

Wann und wie kann gereist werden? . . . . .	187
Die verschiedenen Altersstufen . . . . .	188
Wann und wie sollte nicht gereist werden. . . . .	190
Wie erkläre ich den Kindern das Wesen innerer Bilderreisen . . . . .	190
Bedingungen für eine Imaginationsreise . . . . .	196
Ablauf einer Reise. . . . .	197
In die Energie eines Tieres schlüpfen . . . . .	202
Was tun, wenn... . . . .	207
Wie können Kinder selbst im Kontakt mit den Krafttieren bleiben? . . . . .	211
Als Erwachsene in Kontakt mit den inneren Bildern kommen . . . . .	214
Aussagen von Kindern über die Imaginationsreisen . .	216
Über den Autor. . . . .	220

## *Kindheit*

*Es wäre gut viel nachzudenken, um  
von so Verlorenem etwas auszusagen,  
von jenen langen Kindheit-Nachmittagen,  
die so nie wiederkamen - und warum?*

*Noch mahnt es uns -: vielleicht in einem Regnen,  
aber wir wissen nicht mehr was das soll;  
nie wieder war das Leben von Begegnen,  
von Wiedersehn und Weitergehn so voll*

*wie damals, da uns nichts geschah als nur  
was einem Ding geschieht und einem Tiere:  
da lebten wir, wie Menschliches, das Ihre  
und wurden bis zum Rande voll Figur.*

*Und wurden so vereinsamt wie ein Hirt  
und so mit großen Fernen überladen  
und wie von weit berufen und berührt  
und langsam wie ein langer neuer Faden  
in jene Bilder-Folgen eingeführt,  
in welchen nun zu dauern uns verwirrt.*

Rainer Maria Rilke

## **Kurze Erzählungen einiger Kinder nach einer Imaginationsreise in einer Klasse**

„Mir war kalt während der Reise. Ich sah nichts. Ich spürte aber einen Vogel, der wünschte sich Wasser.“

**Julia, 11 Jahre**

„Ich sah viele Farben. Dunkelblau und dunkelviolett. Plötzlich nahm ich einen gelben Schimmer wahr. Ich wusste, es ist ein Igel im Weltall. Ein Raumschiff kam und nahm den Igel und mich mit. Wir kamen zu einem Apfel. Der Igel sagte, wir seien im Paradies. Weiter meinte der Igel zu mir: Höre auf deine Eltern und halte dich zurück.“

**André, 12 Jahre**

„Nichts passierte für eine lange Zeit. Plötzlich merkte ich, dass ich einen Hund streichelte. Der Hund winselte. Da sah ich, dass er ganz abgemagert war. Er war sogar am Sterben. Ich ging Hundefutter kaufen und rettete ihn.“

**Philippe, 11 Jahre**

„Ich lag auf der Wiese und rief den Maulwurf. (Dies ist eine zweite oder dritte Reise zu einem schon bekannten Krafttier.) Er kam zuerst nicht. Ich fragte mich: ‚Wo ist er denn? Er muss doch irgendwo sein?‘ Da kam er langsam aus dem Loch. Ich sah, dass er von einem Marder gebissen wurde. Er fragte mich, ob ich ihm helfen könne, seine Wunde auszuwaschen. Er hätte auch Junge bekommen in der Nacht. Ich solle mich doch auch um sie kümmern, wenn ich die Wunde ausgewaschen hätte.“

Ich tat dies und legte ihm ein Pflaster auf die Wunde und fütterte die Kleinen. Der Maulwurf war glücklich. Er bedankte sich bei mir, und ich bedankte mich bei ihm. Ich fragte ihn, wann die Kleinen geboren wurden. Er sagte es mir. Ich sagte ihm Tschüss.“

**Vera, 12 Jahre**

„Zuerst war es rot, dann schwarz, dann begann es zu glänzen. Ich fiel in diese Farben hinein und kam dann wieder heraus. Dann war es wieder schwarz und nichts. Ich war enttäuscht, dass der Delphin nicht kam.“

**Diana, 10 Jahre**

„Zuerst sah ich schwarz. Nachher spürte ich meinen Vogel. Der Vogel hatte alles. Er sagte: Mach mit mir eine Reise. Ich saß auf ihm, und wir flogen umher. Ich schaute hinunter. Es war sehr schön. ‚Du kannst mich besuchen, wann immer du willst‘, sagte er.“

**Melanie, 11 Jahre**

„Ich sah nichts Richtiges. Ich war auf einem Steg. Da sah ich etwas Schwarzes im Wasser. Ich ging ihm auf dem Steg nach. Letztes Mal hatte ich einen Fisch. Ich sah jetzt aber nicht, was es war. Es schwamm hinaus. Es sagte mir: ‚Ich bin noch etwas ängstlich und brauche Zeit, um mich dir zu zeigen. Forme aus Ton nachher die Wellen‘.“

**Tobias, 12 Jahre**

„Zuerst war alles verschwommen. Dann kam ich zu einer Schildkröte. Wir gingen zusammen ins Wasser. Ich konnte unter Wasser trotzdem atmen. Sie zeigte mir einen Taucher, der eingeklemmt war. Die Schildkröte bat mich, ihm zu helfen. Ich

rettete ihn. Er kam gerade noch rechtzeitig an die Oberfläche. Dieser Taucher wurde mein Freund.“

**Markus, 11 Jahre**

„Alles fing damit an, dass ich in den Wald ging. Da entdeckte ich ein Samenkorn, das rot leuchtete. Innerhalb einer Minute wuchs eine riesengroße Eiche. Da sprach sie zu mir: ‚Darf ich etwas Sand haben?‘ Ich gab ihr Sand und da verwandelte sich die Eiche in einen Riesenkaktus. Seine Stacheln formten sich zu einer Wendeltreppe und ich konnte auf den Kaktus steigen. Als ich oben war, gingen die Stacheln zurück. Auf dem obersten und größten Stachel war eine große Luftblase. Der Stachel war hohl. Ich kletterte in den hohlen Stachel hinein und kam in ein schönes Zimmer mit Fenstern und allem, was man braucht. Plötzlich gab es einen Ruck und ich rannte zum Fenster. Da sah ich eine runde Kugel. Ich fragte den Kaktus, was das für eine Kugel sei. Er antwortete mir: ‚Das ist die Erde.‘ Für einen Moment hatte ich Angst, ich könnte ersticken, aber ich konnte mich an die Luftblase auf der Spitze erinnern. Jetzt wusste ich, welchen Zweck sie hatte. Danach ging ich wieder durch den Stachel hinauf, um Ausschau zu halten. Ich sah viele verschiedene Sterne und Planeten vorbeifliegen. Ich sah auch Lebewesen auf anderen Planeten. Die waren ganz anders. Komisch, verrückt, schön und lustig. Ich sah aber auch viele Planeten, auf denen keine Lebewesen waren. Nach einer Weile bekam ich Heimweh. Ich sagte das dem Kaktus. Er sagte: ‚Ja, ja! Es ist sowieso Zeit heimzukehren.‘ Die Rückkehr ging viel schneller. Ganz schnell war ich auf der Erde. Der Kaktus fragte: ‚Weißt du, wie lang wir im Weltall waren? Etwa eine halbe Stunde.‘ Ich antwortete: ‚Was, nur eine halbe Stunde? Ich meinte mehrere Tage.‘ Da staunte ich und fragte ihn, ob er wieder einmal mit mir fliegen wird. Er sagte nicht nein. Er wollte wieder etwas Erde haben. Ich gab sie ihm, und er verwandelte sich wieder in eine Eiche.“

**Simon, 11 Jahre**

„Mein Wunsch war, dass mir mein Tier hilft, damit es mir am Abend nicht mehr schwindelig wird. Ich traf auf meiner Reise ein Krokodil mit Flügeln und zwei Zacken am Schwanz. Mein Krokodil half mir sehr. Jetzt ist mir am Abend im Bett nicht mehr schwindelig. Als ich mal alleine mein Krokodil auf der Insel besucht habe, waren die Wildjäger, die vorher noch da waren, verschwunden. Das war gut. Einmal als ich das Krokodil besuchen wollte, war ich gerade auf meiner fliegenden Matte unterwegs zu ihm. Da stürzte ich ab. Ich landete auf meinem Krokodil, das am Herumfliegen war.“

**Cyrill, 11 Jahre**

„Ich wünschte mir ein Tier, das mir beim Zimmer aufräumen und beim Lernen für die Prüfungen hilft. Ich habe ein weißes Einhorn getroffen. Ich habe es seitdem schon ein paar Mal gebraucht. Es hat auch geholfen. Ich kann das Tier selbst immer wieder sehen. In meinem Inneren liegt es die ganze Zeit auf meinem Bett. Ich sehe es immer, wenn meine Mutter sagt, ich soll wieder mal mein Zimmer aufräumen.“

**Olivia, 12 Jahre**

„Auf der Reise in der Schule war ich plötzlich in meinem Garten. Da kam ein Igel mit einer Verletzung am Bein. Ich habe ihm geholfen, und wir wurden Freunde. Meine Absicht für die Reise war, dass ich ein Tier treffe, das mir bei den Hausaufgaben hilft. Es war ein Igel. Einmal, als ich im Bett lag, dachte ich an meinen Igel. Er hatte eine Familie mit drei Kindern. Bei einem Mathe-Blatt hat er mir geholfen. Ich habe die Augen zugemacht und habe an ihn gedacht. Nachher kam ich besser vorwärts.“

**Selina, 11 Jahre**

„Mein Wunsch war, dass mein Tier mir hilft, wenn ich nicht mehr mag. Die Reise war schön. Ich war in einer schönen Landschaft. Es war megacool. Ich habe einen Adler getroffen. Er war nett und groß. Der Adler hat mich zu Hause dreimal besucht. Er unterstützt mich immer, wenn ich ihn brauche. Es hat sich bei mir etwas verändert, aber nur wenig. Das Tier hat mir geholfen, als ich auf einem Kilometerlauf war und ich keine Kraft mehr hatte.“

**Oliver, 11 Jahre**

„Ich wünschte mir vor der Reise, dass das Krafttier mir beim Volleyballspielen hilft. Ich möchte dort einfach gut sein. Ich habe einen kleinen gewöhnlichen Affen getroffen. Er unterstützt mich gut, und ich rufe ihn auch viel. Ich gehe jetzt irgendwie lieber ins Volleyballtraining. Letztes Mal, als ich ins Volley ging, konnte ich etwas nicht und es wollte einfach nicht klappen. Ich rief dann meinen Affen und plötzlich ging es von alleine.“

**Nadine, 12 Jahre**

„Das Tier sollte mir beim Sport helfen. Ich habe einen schwarzen Panther mit Adlerflügeln getroffen. Er hat mir geholfen, große Fortschritte zu machen. Ich habe ihn am Abend immer wieder gerufen und auch gesehen. Er ist gewachsen. Auf meiner ersten Reise ging das so: Es war alles schwarz. Dann wurde es immer heller und ich sah ihn. Ich war wie weg von dieser Welt. Ich war an einem schönen Ort mit vielen Blumen.“

**Niklaus, 10 Jahre**

„Ich habe Angst vor Spinnen. Wenn ich einer Spinne begegne, hilft mir mein Tier, dass ich keine Angst mehr vor der Spinne habe. Auf meiner Reise habe ich einen Hund getroffen, der

Othello hieß. Das Tier hat mich einmal am Abend besucht, als ich im Bett lag. Der Hund wollte schauen, wie es mir geht. Ihm ging es sehr gut. Bis jetzt brauchte ich ihn noch nicht.“

**Janine, 9 Jahre**

„Ich habe meinem Tier gesagt, dass ich beim Tennis, Bauchtanzen und in der Schule Hilfe brauche. Meine Absicht war, mein Krafttier kennen zu lernen. Mein Tier war ein Einhorn. Es besucht mich immer, wenn ich ein Problem habe, und unterstützt mich dann. Mein Leben hat sich positiv verändert mit ihm, und ich hoffe, dass es so bleibt. So hat mir das Einhorn zum Beispiel geholfen, als mein Großvater starb.“

**Anja, 11 Jahre**

„Wenn ich mir vorstelle, dass ich an meinem schönsten Ort bin auf der Erde, dann meine ich wirklich, dass ich am schönsten Ort, den ich mir vorstellen kann, bin. Ich war auf der Reise entspannt, und manchmal habe ich sogar gespürt, wie der Wind über mein Gesicht bläst. Ich habe mich nachher richtig gut gefühlt.“

**Luana, 11 Jahre**

„Bei einer Reise legt man sich hin, schließt die Augen und entspannt sich. Dann geht man in sich hinein und hört auf seine innere Stimme. Ich hatte einen Wunsch an das Tier, möchte ihn jedoch nicht sagen. Ein Panter mit seinen Freunden erschien mir. Die Tiere unterstützen mich stark, und ich habe sie so mehrmals gerufen in den schwierigen Situationen. Es hat sich bei mir viel verändert.“

**Angela, 12 Jahre**

„Bei den inneren Reisen haben wir uns nach dem Entspannen vorgestellt, dass wir an einem schönen Ort liegen. Vielleicht auf einer einsamen Insel mitten im Meer oder wo man eben mag. Dann merkst du, wie du langsam schwerer wirst und in den Boden sinkst. Und dann irgendwann kam jeder bei seinem Tier oder bei seiner Pflanze an. Wenn man dann Tier oder Pflanze getroffen hatte, konnte man von seinen Sorgen und Ängsten erzählen, damit diese einem helfen können. Irgendwann landet man wieder im Schulzimmer oder wo man sich gerade befindet. Aber das alles gelingt nur, wenn man daran glaubt! Ich wünschte mir, dass mir das Tier hilft, wenn ich mal Streit mit meinen Eltern habe. Was sehr, sehr selten vorkommt. Beim Tier traf ich einen Delfin. Da habe ich mich riesig gefreut. Delfine sind meine Lieblingstiere. Ich habe Delfin später einmal gerufen, weil ich damals wütend war. Warum, weiß ich aber nicht mehr. Er hat mir geholfen. Wenn ich ihn brauche kann ich ihn einfach rufen. Ich habe ihn jedoch nicht mehr gebraucht. Ich nehme an, das ist ein gutes Zeichen.“

Martina, 11 Jahre



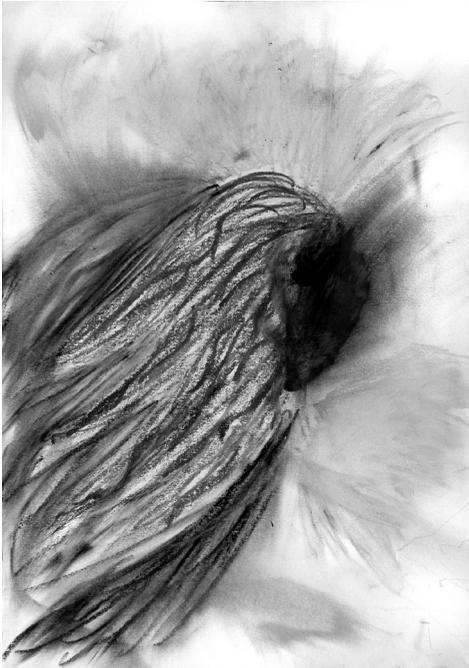
„Ich habe Angst, dass ich ertrinke, wenn ich mit dem Schiff auf einem See fahre. So wünschte ich mir ein Krafttier gegen diese Angst. Ein Walfisch kam. Er sagte mir, dass er immer unter mir ist und mich auffängt, wenn ich irgendwo versinke. Dies ist ein sehr gutes Gefühl. Dann nahm er mich in die Tiefe des Meeres und zeigte mir wunderschöne Wasserfälle. Ich fühle ihn im Bauch. Als ich mich verabschiedete meinte er: Denke wirklich an mich, wann immer du mit dem Schiff fährst.“

**Karin, 12 Jahre**



„Ich habe schon lange den Wunsch zu erleben wie es ist zu fliegen. Dafür wünschte ich mir ein Krafttier. Ein Pegasus kam und sagte: ‚Es braucht Zeit und dein Vertrauen und deinen Glauben. Dann wirst du mal Fliegen können. Ich wünsche mir von dir, dass du ganz viel an mich denkst.‘ Ich musste seine Flügel zeichnen.“

**Magdalena, 13 Jahre**



„Ich habe Angst, wenn ich alleine im Dunkeln bin oder im Dunkeln nach Hause gehen muss. Dafür habe ich ein Krafttier gerufen. Ein Löwe kam. Ich hatte etwas Respekt, freute mich aber auch. Er stand in einem großen Abstand zu mir da. Langsam kam er näher und gewann Vertrauen. Ich habe ihm von meiner Angst im Dunkeln erzählt. Er wollte, dass ich ihn streichle. Ich hatte zuerst etwas Angst davor, streichelte ihn dann aber lange. Danach spazierten wir zusammen in der Gegend umher und er zeigte mir, wo er lebte. Wenn ich ihm vertraue, werde ich weniger Angst im Dunkeln haben, meinte er. Ich spüre ihn ganz gut an der rechten Seite des Halses und der rechten Schulter. Er meinte, ich solle das Gefühl zeichnen, das ich habe, wenn ich ihn spüre. Das ist ein ganz schönes Gefühl.“

**Susan, 13 Jahre**

## Einleitung

*„... Unsere Zeit macht es der Jugend schwer. Es besteht überall das Streben, die Menschen gleichförmig zu machen und ihr Persönliches möglichst zu beschneiden. Dagegen wehrt sich die Seele mit Recht...“*

Hermann Hesse

Das Zitat von Hermann Hesse berührt einen wichtigen Aspekt bei der Frage, warum die Welt für viele Menschen – speziell auch für Kinder – immer wieder aus dem Gleichgewicht kommt. Die Gleichmacherei ist Gift für das Entfalten einer Seele. Als Kind bekam ich immer wieder zu spüren, wie diese sich nach außen drängende Seelenkraft beschnitten oder gar bestraft wurde. Bei mir wie bei anderen Menschen. Wie oft habe ich mich angepasst, um von den anderen nicht abgeschnitten zu sein. Heute, als Erwachsener, liegt es in meiner Hand, diese ursprüngliche Kraft, die jeden Moment immer wieder neu entsteht, zu würdigen und zu nähren.

Bei dieser anspruchsvollen Aufgabe sind mir Kinder selbst die besten Lehrer und „Erinnerer“. Sie haben die Gabe, im Augenblick zu sein mit der Freude und Lust, das Leben zu entdecken. Diese „Entdeckungsreise“ findet unmittelbar an der Grenze zum Unbekannten und Unerklärbaren statt. Dabei werden die Kinder von einer einzigartigen inneren Kraft genährt, die jeder Mensch mit sich auf die Welt bringt.

Diese innere Verbundenheit scheint in einer Zeit der Neuorientierung und des Zerfalls alter Werte wichtiger denn je. Es geht

einfach nicht mehr, dass wir uns unbesehen alte Traditionen wieder aneignen. Fremdheit oder Fundamentalismus können daraus wachsen. Unsere Kultur muss wieder lernen, diese individuellen Urkräfte zu würdigen, zu pflegen, in gemeinschaftliche Verbindlichkeiten zu integrieren und so Traditionen neu zu beleben. Dies kräftigt das Individuum und die Gesellschaft und macht beide lebendiger.

Vorprogrammiertes und genormtes Denken hilft heute wenig, die Zukunft neu zu gestalten. Gefragt sind Menschen, die den Kontakt zu diesem inneren Kern wahren und die fähig sind, eine selbst verantwortliche Beziehung zwischen sich und der Umwelt zu schaffen. Die Kraft der Imagination, die ich in diesem Buch anspreche, unterstützt diesen Kontakt.

In jedem Menschen steckt ein tiefer, weiser Kern. Steht ein Mensch in Verbindung mit diesem Kern, weiß er, was er braucht, um sein Leben zu leben, seine Kraft auszudrücken und seine Verletzungen zu heilen. Es ist die Instanz, die jedem Leben innewohnt.

Imagination – unsere innere Bilderwelt – wächst aus diesem Ort in uns und ist gleichzeitig eine Brücke, die uns wieder Schritt für Schritt dahin zurückbringen kann. Über diesen Ort wird viel geforscht, theoretisiert und geschrieben – was dieser Ort aber von uns braucht, ist die Bereitschaft, mit ihm in eine Beziehung zu treten. Je mehr wir mit unseren inneren Instanzen kommunizieren und ihnen vertrauen, desto mehr sind sie bereit, unser Sein zu unterstützen.

Dieses Buch handelt von meinen Erfahrungen mit einer Imaginationsarbeit mit inneren Krafttieren, die die Verbundenheit mit dem inneren Kern beim Kind unterstützen.

Dr. Stephen Eligios Gallegos, ein jungianischer Psychologe, der in New Mexico, USA, lebt, hat diese Imaginationsart entwickelt. Er nennt sie „The Personal Totem Pole Process“<sup>©</sup>. In seiner Arbeit habe ich bestätigt gefunden, was ich innerlich bei mir und bei den Kindern, die ich begleitet habe, schon immer gespürt, erahnt und teilweise auch gelebt habe. Was ich in diesem Buch über die

inneren Bilderreisen mit Kindern beschreibe, trifft im Großen und Ganzen auch für die Erwachsenen zu. In diesem Sinne lädt es auch Sie dazu ein, Ihr inneres Ich besser wahrzunehmen, darauf zu hören, zu achten und innezuhalten.

Das Buch ist in zwei Teile gegliedert. Im ersten Teil zeige ich anhand verschiedener Beispiele aus meiner Praxis die Essenz dieser Arbeit auf und umreiße kurz den theoretischen Hintergrund. Der zweite Teil beinhaltet Anregungen und Tipps für die konkrete Arbeit. Auf dem kürzesten Weg vermittelt sich die Struktur und die Kraft der Arbeit über die Praxisbeispiele im ersten Teil.

Die Beispiele handeln von Kindern, die ich in Gruppen begleitete, und anderen, die ich in meiner Praxis in Einzelstunden unterstützt habe, die Balance zwischen sich und der Welt wieder zu finden. Die Namen der Kinder habe ich zum Teil geändert. Bei zwei Beispielen habe ich aus zwei Geschichten eine gemacht, damit die Herkunft nicht erkennbar ist. Die Essenz ist die gleiche geblieben.

Ich therapiere Kinder nicht und versuche auch nicht, eine Diagnose zu stellen. Ein Punkt, der mich bei meiner langjährigen Lehrertätigkeit immer gestört hat. Wenn Kinder allzu schnell abgeklärt, diagnostiziert und mit irgendeiner Störung definiert wurden. Ich bin überzeugt, dass alles, was sich zeigt, bei einem Kinde in irgendeiner Form da ist, um das Wachstum in etwas Positives zu unterstützen.

Die Imaginationskraft ist organisch und wandelt sich mit jedem Menschen. Diese Kraft gehört zum Leben wie das tägliche Brot. Sie werden anhand der Beispiele erkennen, wie wirkungsvoll die Kraft der inneren Bilder sein kann. Gleichzeitig existieren weit mehr Möglichkeiten als die Imagination, Kinder auf dem Wegedgang zu ihrem Selbst zu unterstützen. Das Leben wird nicht in der Imagination gelebt. Ihre Kraft verleiht ihm jedoch die innere Balance und Verbundenheit und kann das Feuer des Lebens immer wieder neu entzünden.

Lesen Sie das Buch gleichsam mit dem Verstand UND mit der inneren Instanz, die nicht alles rational erfassen muss. Entnehmen

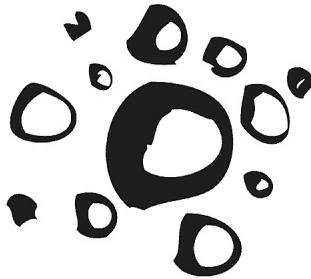
Sie dem Buch, was essenziell für Sie ist – lassen Sie sein, was unwichtig für Sie ist. Das wirklich „Wichtige“ erfahren Sie zwischen den Zeilen – da, wo es etwas in IHNEN bewegt.

Ich widme dieses Buch den Kindern. Dabei richte ich mich an Sie Erwachsene, damit es durch Sie die Kinder erreicht. Was ich berichte, soll Sie auch ermutigen, auf eigene Entdeckungsreisen zu gehen.

# Teil I

## Kinder und ihre Imagination

Die Essenz der Arbeit aus der Praxis



## Der Weihnachtsengel

Es war kurz vor Weihnachten im Jahre 1965. Ich war sechs Jahre alt und besuchte den Kindergarten. Die Adventszeit war eine Zeit, die ich liebte. Die geheimnisvollen dunklen Abende um den Küchentisch bei Kerzenlicht, die Mutter las Geschichten vor. Ab und zu spielten wir das Schattenspiel; ein Mitglied der Familie hielt einen Gegenstand vor die Kerze, die anderen versuchten im Schatten, der auf die Wand fiel, Figuren und Gestalten zu entdecken.

Noch viel geheimnisvoller jedoch war die Stube. Meine Eltern schlossen jeweils eine Woche vor Weihnachten die Türe zum Wohnzimmer ab. „Das Christkind braucht seine Ruhe, um den Baum vorzubereiten“, sagten sie. In meiner Fantasie geschahen die wunderlichsten Dinge hinter dieser verschlossenen Türe. Bei diesen Träumereien wurde mir immer ganz warm ums Herz. Natürlich versuchte ich ständig, durchs Schlüsselloch einen Blick von dieser Welt zu erhaschen.

Eines Abends war ich wieder besonders aufgeregt. Ich wollte wissen, was sich hinter dieser Türe abspielte. Ich rannte auf die Wohnzimmertüre zu und drückte die Klinke hinunter. Zu meiner großen Überraschung öffnete sich die Türe. Mutter hatte vergessen abzuschließen.

Ich stand da wie angewurzelt – was ich sah, war überwältigend! Ein weißer Engel schwebte durchs Zimmer! Er lächelte mir zu und flog dann aus dem weit offenen Fenster.

Ich war gänzlich aus dem Häuschen: „Ich habe das Christkind gesehen! Ich habe das Christkind gesehen!“, rief ich immer wieder.

Am nächsten Tag konnte ich es nicht erwarten, im Kindergarten zu erzählen, was ich erlebt hatte. Ich liebte meine Kindergartenlehrerin sehr. Daher konnte ich nicht verstehen, warum sie mir nicht glaubte. Sie versuchte mir zu erklären, dass das Christkind meine Eltern seien und ich mir das Ganze nur eingebildet hätte. Sie war wohl der Überzeugung, mit sechs Jahren sei es langsam Zeit, „realistisch“ zu werden, schließlich wurde ich ja bald eingeschult. Die meisten meiner Freunde im Kindergarten teilten ihre Meinung, dass ich mir das Christkind nur eingebildet hätte. Ich beharrte zuerst hartnäckig darauf, dass das, was ich gesehen hatte, stimmte. Erst als einige Kinder mich auszulachen begannen, wurde ich still.

Mehr und mehr behielt ich Wahrnehmungen nicht alltäglicher Wirklichkeiten für mich. Die Welt der inneren Bilder war mir immer sehr wichtig. Ich denke, ich habe dank dieser Bildern überlebt. Es schien mir jedoch, dass es niemanden gab, der mich in dieser Wahrnehmung wirklich verstand.

Niemanden – außer meinem Freund aus der ersten Klasse. Er hieß Res. Mit ihm konnte ich die Welt hinter der alltäglich-realen leben. Wir haben im Wald mit Zwergen gespielt und sind zusammen in Welten eingetaucht, die nur wir kannten. Seine tiefe Verbundenheit mit der „Traumwelt“ inspirierte mich. Ich fühlte mich ihm in einer Weise nahe, die schwer zu erklären ist. Gegen Ende der ersten Klasse starb Res bei einem Autounfall. Sein Verlust war groß für mich. Den Schmerz konnte ich mit niemandem teilen. Bei der Beerdigung schluckte ich meine Tränen hinunter. Und ich kann mich gut erinnern, dass ich Angst hatte, dass alle Leute in der Kirche das Schlucken hörten. So versuchte ich, das Schlucken hinunterzuschlucken.

Lange Zeit hatte ich keinen wirklichen Freund mehr. Die Schule erlebte ich als langweilig. Zwar konnte ich noch mit meiner Imaginationswelt in Kontakt treten, drängte sie jedoch immer mehr zurück. Ich setzte meine imaginativen Fähigkeiten lediglich für das Erbringen von Schulleistungen ein; etwas in mir konnte

Lernstoff sehr schnell erfassen und zum erforderlichen Zeitpunkt abrufen. Gleichzeitig weigerte sich etwas anderes in mir, dieses Wissen zu speichern. So habe ich dieses „Fremdwissen“ zum Teil wieder schnell vergessen.

Dank meiner Fantasie konnte ich mich und andere gut unterhalten. Bei Schwierigkeiten in der Familie, in der Schule und im Freundeskreis diente meine Imaginationsfähigkeit dem Tagträumen. Ich habe viele Stunden meiner Kindheit mit Tagträumen verbracht, bin so der Realität entflohen, habe mich unterhalten und getröstet.

Tagträume sind kraftvoll. Sie helfen zu überleben, sind jedoch nicht unweigerlich ein wirklicher Ausdruck von Kreativität. Ich reproduzierte gewisse Tagträume wieder und wieder. Auch wenn ich in der realen Welt viel Spannendes erlebt habe: Das wirklich Spannende fand in meiner Traumwelt statt. Unzählige Male war ich der Held, der andere Menschen vor Gefahren rettete. Wenn ich bedrückt oder verängstigt im Bett lag, stellte ich mir vor, ich sei ein Artist im Zirkus, der vom Publikum für sein Kunststück bejubelt wurde. Diese Vorstellung tröstete mich und ließ mich Ängste und Nöte vergessen.

Zwar leistete mir diese Imaginationsfähigkeit gute Dienste fürs Überleben und Vergessen – ähnlich einer Schmerztablette –, sie war jedoch nicht Ausdruck der individuellen Lebenskraft, über die jeder Mensch verfügt.

Die imaginative Kraft verbindet uns Menschen mit unserem tiefsten Kern und ist gleichzeitig auch eine Brücke zu der „nichtalltäglichen Wirklichkeit“. Kinder sind mit dieser anderen Wirklichkeit auf natürliche Art und Weise verbunden. Ich erlebe immer wieder, wie Kinder danach hungern, auf dieser Ebene unterstützt zu werden, ohne dabei ein analytisches oder esoterisches Konzept übergestülpt zu bekommen.

## Aufbruch

Zehn Jahre lang unterrichtete ich als Primarlehrer an der Grund- und Mittelschule in Adligenswil bei Luzern. Ich liebte den täglichen Kontakt zu den Kindern. Als anstrengend empfand ich das Spannungsfeld zwischen den unterschiedlichen Erwartungen der Eltern, Lehrer, den starren Anforderungen des Lehrplans und dem organischen Wachstum jedes einzelnen Kindes. Kein Kind lernt wie das andere, trotzdem gibt die Norm vor, dass alle zum vorgegebenen Zeitpunkt das gleiche Lernziel erreichen sollen. Meiner Meinung nach hat jedes Kind seinen individuellen Wachstumsrhythmus und sollte darin gefördert werden.

Während meiner Lehrtätigkeit habe ich mich weitergebildet in themenzentriertem Theater, in Massage und Craniosacraltherapie und mich intensiv mit der zeremoniellen, schamanistischen Medizinradarbeit der Indianer Nordamerikas auseinander gesetzt. Ich begann, Rituale und Zeremonien in und mit der Natur zu leiten.

1991 verließ ich die Schule und verbrachte zehn Monate in Santa Fe, USA. Unter anderem habe ich bei Dr. Stephen Gallegos die Methode der integrativen Imaginationsarbeit erlernt. Er hat diese Methode in seinem Prozess entdeckt und entwickelt. Er nennt sie „The Personal Totem Pole Process“<sup>®</sup>. Ich bin dankbar für das, was ich dabei gelernt habe. Gemäß der Essenz dieser „Arbeit“ ist daraus über Jahre etwas Eigenes gewachsen. In Weiterbildungs- und Wochenendseminaren gebe ich seit Jahren diese Imaginationsarbeit weiter. Ich unterstütze Menschen dabei, ihren eigenen Bezug zu ihrem Inneren zu finden.

Meine erste Imaginationsreise war überraschend. Sie führte mich zurück in die Zeit, in der ich begonnen hatte, meine Intuition und Verbundenheit mit den inneren Bildern zu verstecken und zu zähmen.

In meiner Imagination erschien eine Fledermaus und sagte: „Komm mit mir, ich muss dir etwas zeigen.“ Ich folgte ihr neugierig. Sie

führte mich zu Res, meinem Freund aus der ersten Klasse, der damals bei einem Autounfall ums Leben gekommen war. Jahre hatte ich nicht mehr an ihn gedacht. „Warum führst du mich zu meinem damaligen Freund?“, fragte ich überrascht die Fledermaus. Fledermaus: „Du hast seinen Verlust noch zu wenig betrauert. Es ist jetzt an der Zeit, dies zu tun.“ Als sie dies sagte, spürte ich, wie ungeachtet der zwanzig Jahre, die seit seinem Tod vergangen waren, eine Welle von Gefühlen in mir hochstieg.

Res stand so da, wie ich mich an ihn erinnern konnte. Ich begrüßte ihn. Meine Verbundenheit und Liebe zu ihm ließen ein wohliges Gefühl in mir aufsteigen. Mein Freund war bei dieser inneren Reise spürbar präsent und sollte es auch in den folgenden Wochen in Santa Fe bleiben. Das Wiederauftauchen der Verbundenheit mit ihm und den Welten, die ich mit ihm teilen konnte, öffnete viele Türen für meinen eigenen Entwicklungsprozess und das Vertrauen in meine Kraft und Fähigkeiten.

„Liebst du dich so sehr, dass du bereit bist, mit den Ohren deines Herzens auf all die Stimmen zu hören, die in dir gehört werden wollen?“

Dies war Stephen Gallegos erste Frage an die Ausbildungsteilnehmer. Mir kamen unzählige Momente meiner zehnjährigen Tätigkeit als Lehrer in den Sinn, in denen ich den Kindern diese Frage innerlich gestellt habe. Ich habe das individuelle Potenzial bei Kindern immer wieder gespürt und versucht, dem organischen Drang der Kinder nach Lernen und Wachsen gerecht zu werden, das nicht immer im Einklang mit dem Lehrplan stand. Die Norm an die Individualität anzupassen, war meine größte Herausforderung beim Unterrichten. Es freut mich zu sehen, dass viele Anstrengungen gemacht werden, die Schule so zu gestalten, dass sie dem individuellen Wachstum jedes Kindes gerecht werden kann. Ich bin überzeugt, dass dabei die Auseinandersetzung mit der kraftvollen Welt der Imagination immer wichtiger wird. Sie scheint mir der fehlende vierte Teil im Kreis neben Pestalozzis KOPF – HERZ – HAND zu sein.

## Wie ein Mädchen mir den Weg gewiesen hat

Während meines letzten Jahres als Lehrer einer vierten Primar-klasse hatte ich ein Schlüsselerlebnis mit einem Mädchen, das ich hier Anna nennen will. Geplant war ein einwöchiges Lager zum Thema Indianer in den Bergen.

Anna war noch nie von zu Hause fort gewesen und hatte Angst. Sie wollte nicht mitkommen. Die Eltern und ich versuchten, ihr zu helfen, ihre Angst zu überwinden. Dennoch weigerte sich Anna hartnäckig, mitzukommen. Schließlich entschieden wir gemeinsam, dass Anna zu Hause bleiben sollte. Bei den Vorbereitungen war sie jedoch auch dabei. Jedes Kind suchte auf einer inneren Bilderreise ein Krafttier, das es durch diese Woche begleiten sollte. Zu Anna kam ein Igel, der ihr sagte: „Ich helfe dir, dich zu wehren.“ Das war die einzige Aussage des Igels, die Anna im Kreis der Klasse erzählte. Anna schien damit zufrieden. Der Igel war da, um sie zu begleiten, und sie war offen genug, ihm zu vertrauen.

Was dann passierte, war faszinierend. Jeden Tag nach dem Mittagessen legte sich Anna auf ihr Bett und besuchte den Igel. Am Nachmittag erzählte sie mir in der Schule immer als Erstes, was sie mit ihrem Krafttier erlebt hatte. Sie ging mit dem Igel spazieren. Er zeigte ihr seine Wohnung, und sie tranken zusammen Limonade. Dies dauerte etwa acht Tage. Ich gab keine weiteren Anleitungen, sondern hörte mir ihre Geschichten einfach an. Ab und zu dachte ich, dass dies schon eigenartig sei und sich fast „kleinkindlich“ anfühlte. Zum Glück behielt ich diese Bewertung für mich.

Nach etwa zehn Tagen erzählte mir Anna unter Tränen, dass ihr Igel gestorben sei. Nach der Schule blieb sie noch da und ich begleitete sie zurück zum toten Igel.

Der tote Igel meinte: „Du brauchst mich nicht mehr. Ein anderes Tier ist jetzt für dich da.“ In diesem Augenblick tauchte ein Pandabär auf. „Jetzt bin ich für dich da. Ich bin stark und kann auch kämpfen wie der Igel. Mich kannst du jedoch umarmen“, sagte er. Anna war glücklich über den Pandabären. Leicht wie

eine Feder verabschiedete sie sich. Nach zwei weiteren Tagen sagte sie, ihr sei es jetzt klar: Sie werde mitkommen in die Berge. Sie nahm einen Stoffpanda mit und tröstete andere Mädchen, wenn diese Heimweh hatten. Die Eltern und ich waren verblüfft. Der Igel hatte gewusst, was sie brauchte: Er hatte sie bedingungslos in ihrem Nein unterstützt.

Das Erlebnis mit Anna berührte mich so sehr, dass mir klar wurde, dass ich mehr über diese Imaginationskraft wissen, erfahren und lernen wollte. Nachdem ich 1993 nach meinem USA-Aufenthalt in die Schweiz zurückgekehrt war, begann ich, in meiner Praxis Kinder und Erwachsene bei der integrativen Imaginationsarbeit zu begleiten. Gleichzeitig führte ich Seminare für Erwachsene und Kinder durch. Die Geschichte von Anna symbolisiert für mich das Wesen dieser speziellen Imaginationsarbeit – die Menschen dort zu unterstützen und zu würdigen, wo sie stehen.

## **Integrative Imaginationsarbeit – Innere Bilderreisen mit Krafttieren**

Die Kinder tauchen in einem Entspannungszustand in ihre inneren Welten und begegnen auf dieser „Reise ins Innere“ Bildern und Geschichten, wie man sie im Traumzustand erlebt. Bei diesen Reisen ist das Kind wach, jedoch in einer tiefen Entspannung. Je nach Persönlichkeit und Situation trifft das Kind auf ganz unterschiedliche Krafttiere, die ihm etwas zeigen wollen, ihm eine Aufgabe stellen, seine Anliegen unterstützen und ihm beistehen. Die Tiere stehen für einen Teil seiner seelischen Kräfte. Je nach Zustand dieser Kräfte kann es dem Tier sehr gut gehen, es kann aber auch schüchtern, verletzt, hungrig oder gefangen sein und die Hilfe des Kindes benötigen. Es kann auch sein, dass sich die innere Unterstützung nicht in Form eines Tieres zeigt. Manchmal taucht eine Pflanze, ein Engel, ein Riese, sogar ein Außerirdischer, ein Kristall oder was auch immer auf.



## Über den Autor



Christian Lerch lebt in Luzern, Schweiz.  
Aus- und Weiterbildung in

- Personal Totem Pole Process nach Steven Gallegos, USA
- Systemischem Familienstellen bei Victor Chu, Heidelberg und Carola Castillo, Venezuela
- Zeremonieller Energiearbeit in der Schweiz und den USA (Medizinradwissen)
- Chakrareading bei Gerrie Schuller, Holland
- Themenzentriertem Theater
- Massage und Craniosacral-Therapie
- Weiterbildung in Singen und Tönen bei Lisa Sokolov, USA
- In Weiterbildung in Stimmarbeit nach Lichtenberg
- Ausbildung bei Howard Bad Hand, Lakotaindianer (Medizinmann, Psychologe und Taoist).

Er arbeitet in eigener Praxis und bietet unter anderem Weiterbildungen in der Imaginations- und Ritualarbeit in der Schweiz und in Berlin an. Er kann auch für interne Weiterbildungen in Institutionen engagiert werden. Rituelles Familienstellen, Singen und Tönen im Kreis und Ritualarbeit in der Natur sind weitere Schwerpunkte in seinem Angebot. Er kann auch für Initiationsarbeit mit Jugendlichen angefragt werden.

Im Jahr 2005 hat er mit der Filmerin und Imaginationsbegleiterin Sybille Ott, Basel, den 25-minütigen Demofilm „Kraft von innen“ gedreht. In ihm wird die im Buch beschriebene Imaginationsarbeit mit Kindern einer Schulklasse dargestellt. Der Film

ist bei ihm zu bestellen. Bei Interesse melden sie sich direkt bei ihm. Er ist auf Youtube abspielbar.

Gerne vermittelt er auch ImaginationsbegleiterInnen in ihrer Nähe oder andere Weiterbildungsmöglichkeiten in der Imaginationsarbeit in Europa.

Email: [info@christian-lerch.ch](mailto:info@christian-lerch.ch)

Homepage: [www.christian-lerch.ch](http://www.christian-lerch.ch)

## Online

Umfangreiche Informationen zu unseren Themen, ausführliche Leseproben aller unserer Bücher, einen versandkostenfreien Bestellservice und unseren kostenlosen Newsletter. All das und mehr finden Sie auf unserer Website.

[www.arbor-verlag.de](http://www.arbor-verlag.de)

## Mehr von Christian Lerch

[www.arbor-verlag.de/christian-lerch](http://www.arbor-verlag.de/christian-lerch)

## Seminare

Die gemeinnützige *Arbor-Seminare gGmbH* organisiert regelmäßig Seminare und Weiterbildungen mit führenden Vertretern achtsamkeitsbasierter Verfahren.

Nähere Informationen finden Sie unter:

[www.arbor-seminare.de](http://www.arbor-seminare.de)