

# Weise Freunde

Mal zeigt sich eine Schlange; mal eine Schildkröte, dann wieder ist es eine ganze Menagerie. Die Verbindung mit Krafttieren hilft Kindern (und Erwachsene) Krisen zu überwinden

von Christian Lerch

## Der Igel

Als ich noch Lehrer der Mittelstufe war, hatte ich ein Schlüsselerlebnis mit einer Schülerin, die ich hier Anna nennen will. Geplant war ein einwöchiges Lager 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.

Bei den Vorbereitungen suchte jedes Kind auf einer Bilderreise ein Krafttier, das es durch diese Woche begleiten sollte. Zu Anna kam ein Igel, der ihr sagte, er helfe ihr, sich zu wehren. Das war die einzige Aussage, die dem Igel auf dieser Reise zu entlocken war, und Anna war damit zufrieden. Der Igel war da, um sie zu begleiten und sie war offen genug, ihm zu vertrauen. Was jetzt passierte war faszinierend. Jeden Tag nach dem Mittagessen legte sich Anna auf ihr Bett und besuchte den Igel.

Am Nachmittag in der Schule erzählte sie mir 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, ohne dass ich weitere Anleitungen gegeben hätte. Ich hörte mir ihre Geschichten mit Interesse an. Ab und zu dachte ich, dass dies schon speziell sei und sich fast "kleinkindlich" anfühlte. Zum Glück behielt ich diese Bewertung des Mädchens für mich.



Etwa zehn Tagen später sagte mir Anna unter Tränen, dass ihr Igel gestorben sei. Nach der Schule blieb sie noch da und ich begleitete sie zurück zum toten Igel. Dieser sagte ihr, dass sie ihn jetzt nicht mehr brauche, da ein neues Tier zu ihr komme. In diesem Augenblick tauchte ein Pandabär auf. "Jetzt bin ich für dich da. Ich bin stark, und du kannst mich 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.

## Kraftreisen

Inzwischen begleite ich seit mehr als zehn Jahren Kinder und Erwachsene auf inneren Bilderreisen. Dabei rege ich die Kinder an, mit Krafttieren, die sich ihnen auf diesen Reisen spontan zeigen, in Kontakt zu treten. Diese Tiere, diese Bilder,

stehen für die inneren Kräfte und es ist berührend zu erleben, was sich dabei alles zeigt. Je mehr ein Kind mit diesen Tieren in Kontakt kommt, desto besser ist es mit den eigenen Ressourcen verbunden. Gleichzeitig sind diese Tiere auch Mittler zwischen der objektiven und der subjektiven Realität – zwischen Alltag und Spiritualität. Kinder kommen aus einer Welt, in der die innere und äussere Realität eins ist.



Es tut den Kindern gut, wenn sie von Erwachsenen in diesen beiden Welten unterstützt werden, ohne ein analytisches oder esoterisches Konzept übergestülpt zu bekommen. Was dabei herauskommen kann, zeigen die folgenden Imaginationsreisen von Kindern. Die Analyse lasse ich weitgehend sein. Es ist nicht die Analyse, die heilt.

## Die Schildkröte

Viertklässler Paul kam in die Gruppe "Rituelles Entspannen". Er war hyperaktiv, ein sogenanntes POS-Kind, mit entsprechenden Problemen in der Schule. Als ich ihn zum ersten Mal sah, war er voller Energie. Er hatte eine derbe, gar grobe Sprache und meinte: "Ich schaue mal, ob das cool ist, was ihr so macht."

Paul hatte grösste Mühe still zu sitzen. Bei den Entspannungsübungen und Bilderreisen unterstützte ich ihn, indem ich ihn körperlich berührte. Das beruhigte ihn und gab ihm anscheinend Sicherheit.

Nach der Reise, in der wir ein Tier zur eigenen Entspannung riefen, war Paul aufgebracht und wütend. "Dieses Scheisstier. Was soll ich mit so einem doofen Vieh anfangen? Am liebsten würde ich es umbringen und in die Hölle schicken." Eine Schildkröte war zu ihm gekommen. Ich fragte ihn, was ihm an diesem Tier nicht passe. Er sagte, es sei so langsam und langweilig. Er hätte lieber einen Tiger gehabt, da wäre jedenfalls etwas los gewesen.

Ich war erstaunt. Paul hätte ja leicht ein Tier erfinden können. Doch nur wenige Kinder kommen bei dieser Arbeit auf die Idee zu mogeln. Immer wieder sagte Paul, er werde dieses Scheissvieh gewiss nicht noch einmal "besuchen". Höchstens werde er es umbringen. Er hatte es sehr eilig nach Hause zu gehen. Ich fragte ihn, ob er der Schildkröte eine Woche Zeit geben könne, bevor er sie umbringe. Auf diesen Vorschlag ging er ein.

Eine Woche später stürzte Paul ins Zimmer und erzählte mir, dass er mit der Mutter in der Stadt gewesen sei. Dort habe er viele Spielzeugschildkröten gesehen. Er habe gar nicht gewusst, wie viele Schildkröten es in den Geschäften gebe. Das erzählte er zwar ganz begeistert, doch zum Schluss sagte er: "Doof sind diese Tiere aber trotzdem."

Für die nächste Imaginationsreise zwängte Paul sich in das unterste Regal eines Schrankes. Ich sagte nicht zu ihm, so könne man sich nicht entspannen. Mir war plötzlich klar, dass der Schrank auf ihn wie der Schild seines Krafttiers wirkte. Als die Reise vorbei war, kam er ganz verwandelt aus dem Schrank. Es war kaum zu glauben. Er war für Momente ganz bei sich und in einer Ruhe. Im Kreis erzählte er sehr berührt, und mit einer anderen Sprache als sonst, von den Erlebnissen mit der Schildkröte.

"Die Schildkröte war ganz toll. Sie hatte unter ihrem Panzer viele Schätze und sagte mir, ich könne von ihr wünschen, was ich will. Sie könne mir alles unter ihrem Panzer hervorzaubern. Jetzt kann ich zu ihr gehen, wann immer ich will." Es sprudelte aus ihm heraus und er strahlte übers ganze Gesicht. Jedenfalls respektierte er jetzt die Schildkröte. Ja, er liebte sie sogar und begann, sie in sich zu integrieren. Sie begleitete ihn während der weiteren drei Kursstunden.

Die Schildkröte hat Paul geholfen, einen Ort der Ruhe in sich zu finden. Meine Aufgabe war es, am Anfang seinen Ärger auszuhalten und ihn dahin zu bringen, dass er die Schildkröte nicht sofort tötete. So konnte der ruhende Pol den Zugang zu Paul finden.

## Die Vielfalt

In eine Gruppe kam einmal ein Knabe, den ich hier Manuel nennen will. Der elfjährige Junge war ein ausserordentlich begabtes Kind. In der Schule hatte er fast überall die besten Noten und war unterfordert. Im Selektionssystem unserer Schule befinden sich nicht nur die sogenannten schwachen Schüler am Rand sondern auch die sogenannten guten. Manuel zog offenbar den Neid seiner Mitschüler auf sich. Er war als Streber verschrien und wurde geplatzt. Sein Auftreten war unsicher und verschüchtert. Ich begleitete die Gruppe auf eine Reise zu einem Tier, das die Kinder unterstützen sollte, sich in Stresssituationen zu entspannen. Alle Kinder begegneten einem Tier. Manuels Reise war bunt und vielfältig. Er traf auf Anlieb nicht bloss auf ein Krafttier wie die andern, sondern auf mehrere, und Aladin mit seinem fliegenden Teppich kam noch dazu.

Am Tag nach dem Kurs rief mich seine Mutter an. Sie war aufgebracht und fragte mich, was ich mit ihrem Sohn gemacht habe. Nach dem Kurs habe er die halbe Nacht geweint. Im Gespräch mit ihm und den Eltern stellte sich dann heraus, dass er schon wieder das Gefühl hatte, falsch zu sein, da seine Reise doch so anders verlaufen war als die der andern. Dies brachte seine schmerzlichen Erfahrungen aus der Schule an die Oberfläche. Jetzt war er auch noch bei diesen Entspannungsreisen ein Aussenseiter. Unglaublich, wie stark diese Prägung spürbar wurde.

Mit meiner Unterstützung gelang es Manuel mehr und mehr, seiner eigenen Art des Reisens zu vertrauen und sie zu geniessen. Das Thema "falsch sein" entspannte sich zusehends. Da ich die Schüler nicht zu bewerten hatte, waren Manuels Geschichten einfach ein Teil unsres Kreises. Die anderen Kinder waren gespannt darauf, was Manuel wohl zu erzählen hatte.

Nach etwa einem Jahr in der Gruppe kam Manuel nach einer Stunde zu mir und sagte: "Herr Lerch, ich habe das Gefühl, dass ich lüge. Das kann ja gar nicht sein, was ich da erlebe. Es ist oft so anders als bei den andern Kindern." Das Wort "lügen" machte mich betroffen. Doch da ich mich beeilen musste, sagte ich kurzerhand zu ihm: "Sag das doch mal deinen inneren Tieren und schau, was sie dazu meinen."

Nach drei Tagen rief mich Manuel zu Hause an und sagte: "Herr Lerch, ich getraue mich nicht, meine Tiere zu fragen. Ich habe einfach das Gefühl, dass ich diese Tiere, diese Bilder und alles erfinde." Ich fragte ihn, ob ich ihn gleich am Telefon auf einer Reise begleiten könne. Er fand das eine aufregende Idee, und so bat ich ihn, die Augen zu schliessen und ein Tier zu rufen.

Ein Adler erschien und meinte: "Stimmt, du erfindest manchmal Tiere, die dir begegnen. Sie sind aber genau so wichtig, wie diejenigen, die aus dir herauskommen. Auch von erfundenen Tiere lernst du Wichtiges."



Ich half ihm den Adler zu fragen, ob es wichtig sei zu wissen, wann er ein Tier erfinde und wann es "echt" sei. "Nein, das ist nicht wichtig. Wichtig ist, dass du mit ihnen sprichst und sie ernst nimmst", war die Antwort. Die Reise ging noch weiter und am Ende riet ich: "Frag Adler,

ob er echt oder erfunden sei." Ich war einfach neugierig. Lange blieb es ruhig. Dann sagte der Knabe, der Adler sei wütend auf mich: "Hat Herr Lerch nicht aufgepasst. Ich habe doch gesagt, dass das nicht wichtig sei."

Das Thema "falsch sein" veränderte sich bei Manuel offenbar auch in der Schule. Er fühlte sich viel integrierter in der Klasse. Langweilig war es ihm deswegen trotzdem noch ab und zu.

## Die Lösung

Ich war mit einer Ausbildungsgruppe in Deutschland in einem Kurshaus, als mich der Sohn des Gastgebers fragte, was wir in dieser Woche machten und ob er teilnehmen dürfe. Ich will den Kleinen hier Markus nennen. In dieser Zeit war es für ihn sehr mühsam, zur Schule zu gehen, denn die Schule nahm ihm wertvolle Zeit für Sachen, die ihn brennend interessierten.

Ich erklärte Markus was wir vorhatten und dass es für ihn langweilig wäre, die ganze Zeit bei uns Erwachsenen mitzumachen. Ich bot ihm aber an, ihn auf einer Krafttierreise zu begleiten, wenn er Lust dazu habe. Er wollte dies unbedingt und es war für ihn in Ordnung, dies im Kreis der Ausbildungsgruppe zu tun. Er war gar begeistert.

Am dritten Tag kam er in die Gruppe, legte sich auf die Matte und schloss die Augen. Dies schien für ihn ganz natürlich zu sein. Nach einer kurzen Entspannungsphase liess ich ihn zu seinem Traumplatz gehen. Er war im Urwald. Dort rief er ein Tier, das ihn in der nächsten Zeit begleiten wollte. Zuerst geschah nichts. Plötzlich kam ein Pandabär. Markus sagte: "Der Pandabär hat Angst, weil er von den Jägern verfolgt wird." Ich: "Frag ihn, ob du ihm helfen kannst." Markus: "Er sagt ja. Er will, dass ich ihm helfe. Ich weiss aber nicht wie." Ich: "Frag den Panda, ob er weiss, wie du ihm helfen kannst." Markus: "Nein, der Pandabär weiss es auch nicht."

Eine verzwickte Situation. Markus lag da in seiner Geschichte. Der Pandabär wusste weder ein noch aus und brauchte Hilfe von ihm. Beide wussten aber nicht, wie dies hätte geschehen sollen. So blieb Markus eine Weile in diesem Dilemma und auch ich musste aushalten, dass es offenbar im Moment keine Lösung gab.

Nach einer Weile fragte ich: "Wie ist das für dich und den Panda?" Markus: "Nicht schön." Ich: "Hast du Angst?" Markus machte bei dieser Frage sofort die Augen auf, schaute mich erstaunt an und fragte: "Hättest du keine Angst?"

Nach einer Weile meinte er: "Jetzt hat der Pandabär eine Idee. Ich und er sollen alle Tiere des Urwalds rufen, damit sie helfen können." Pandabär und Markus riefen die Urwaldtiere. Sie kamen alle, doch auch sie wussten keinen Rat. Auch sie wurden von den Jägern verfolgt und waren hilflos.

Nach einer Weile meinte Markus: "Die Elefanten haben eine Idee. Ihre Freunde arbeiten beim Zirkus, und dieser Zirkus gehört den Jägern. Die Elefanten wollen nun ihre Freunde fragen, ob sie bereit seien nicht mehr aufzutreten, bis die Jäger die Tiere nicht mehr töten werden."

Diese Idee fanden Markus und die andern Tiere gut. Sie gingen zusammen zum Zirkus und alle Tiere machten bereitwillig mit. Sie weigerten sich, weiter aufzutreten. Nach einer Weile sagte Markus: "Die Jäger hören aber immer noch nicht auf zu jagen. Die Gefahr ist immer noch da, und wir wissen nicht was tun." Markus schien müde zu werden. Die Tiere meinten dann auch, dass es genug sei. Ich liess ihn sich bei den Tieren bedanken und verabschieden. Er war etwas verwirrt.

Grundsätzlich vertraue ich den inneren Prozessen, auch wenn sie vorerst nicht zu einer Lösung führen. Im Kreis der Ausbildungsgruppe forderte mich diese Situation speziell heraus. Einige Teilnehmer hatten Mühe, diese Geschichte so stehen zu lassen. Sie meinten, man könne ein Kind doch nicht so im Ungelösten hängen lassen.

Für Markus schien das nicht so problematisch. Er war sehr bei sich und etwas nachdenklich. Einen Tag vor meiner Abreise, fragte ich ihn nach seinem Pandabären. Ganz selbstverständlich meinte er: "Die Tiere haben eine Lösung gefunden. Sie sind alle in ein Flugzeug gestiegen und nach Deutschland geflogen. So können die Urwaldjäger sie nicht mehr erreichen." Ich fragte, ob die Tiere denn alle zu ihm kämen, worauf er erwiderte: "Ja klar. Sie sind jetzt in Frankfurt gelandet, und ich bin gespannt, wie sie den Weg zu uns finden werden."

Ein paar Wochen später erhielt ich eine Zeichnung, auf der Markus die Ankunft der Tiere darstellte.

## **Das Gift**

Wenn der Zeitpunkt dazu gekommen ist, lösen sich Probleme von Kindern manchmal in kurzen Begegnungen mit inneren Bildern auf.

Susi war etwa acht Jahre alt. Sie war in einer Entspannungsgruppe für Kinder, die ich jeweils über sechs Wochen anbiete. Ihre Mutter hatte mir gesagt, sie wache fast jede Nacht auf, sei dann voller Ängste und könne nicht mehr einschlafen. Ich erlebte Susi in der Gruppe als zurückgezogen. Es schien viel in ihr abzulaufen, was nicht nach draussen treten konnte. Sie erzählte sehr wenig von ihren Reisen. Die ersten drei Male zeigte sich ihr kurz eine Schlange, die aber sofort wieder verschwand. Als sie das in der vierten Stunde wieder erzählte, fragte ich sie, ob sie bereit sei in der Mitte des Kreises die Schlange nochmals zu besuchen. Zu meiner Überraschung sagte sie zu.

Susi schloss die Augen. Die Schlange war sehr schnell da. Sie kroch vor Susi hin und her. Susi: "Sie ist ganz traurig." Ich: "Frag sie warum sie so traurig ist." Susi: "Die Schlange sagt, dass sie kein Gift mehr in ihren Zähnen hat." Ich: "Frag sie, ob du ihr helfen kannst." Susi: "Ich soll ihr Gift geben. Aber ich weiss doch nicht wie." Ich: "Sag ihr das." Susi: "Die Schlange meint ich hätte ganz viel Gift in meinen Zähnen. Das soll ich ihr in den Mund spritzen." Ich: "Bist du bereit dazu?" Susi: "Ja."

Offenbar war es ihr klar, was sie tun musste. Sie machte für eine Weile Kaubewegungen mit dem Mund. Danach meinte sie, dass es jetzt gut sei. Ich liess Susi sich bei der Schlange bedanken und verabschieden. Die Schlange meinte noch, Susi könne sie jederzeit um Hilfe rufen.

Danach sah Susi entspannt aus. Sie hatte eine faszinierende Reise hinter sich, die ich aber nicht zu analysieren versuchte. Vor der nächsten Stunde kam die Mutter vorbei und sagte, Susi habe die ganze Woche jede Nacht durchgeschlafen.

## **Die Methode**

Diese Integrative Imaginationsarbeit hat Dr. Stephen Gallegos, ein jungianischer Psychologe aus den USA entwickelt. Sie basiert auf der Auseinandersetzung mit inneren Bildern – oft Tierwesen. Sie nennt sich <The Personal Totem Pole Prozess>. Auf einer begleiteten Imaginationsreise werden nach einer Entspannung diese Bilder wachgerufen, die sich jedem Einzelnen ganz individuell zeigen. Diese <Bilder> können gefühlt, gehört oder wie im Traum gesehen werden. Die Tiere stehen für persönliche Aspekte, die aktiviert oder geklärt werden wollen. Manchmal zeigen sich Lieblingstiere, manchmal sind es unbekannte oder solche, vor denen ein Kind sich ängstigt. Durch die begleitete Hinwendung zu diesen Krafttieren wird das innere wie äussere Wohlbefinden unterstützt. Blockaden können so gelöst und das Selbstvertrauen gestärkt werden. Respekt und Kommunikation sind der Kern dieser Arbeit.

Natürlich öffnet diese Arbeit gerade auch Erwachsenen die Türen zu den eigenen Ressourcen. Dieses eigene Erleben und <den-eigenen-Prozess-gehen> ist schlussendlich auch Bedingung, wenn Sie Kinder in diesem Prozess begleiten. Sie müssen mit diesem delikaten Ort der Imagination selber in Kontakt sein.



**Christian Lerch**, Schweiz, ist dipl. Ausbilder und Begleiter in der integrativen Imaginationsarbeit mit inneren Krafttieren nach Dr. Stephen Gallegos. Er arbeitet mit Erwachsenen, wie mit Kindern. Seit etwa 10 Jahren Jahren führt er Seminare in der Schweiz und Deutschland für Erwachsene und Kinder durch. Er begleitet auch Schulklassen mit sozialen Konflikten und bietet seine Arbeit an Lehrerweiterbildungen an.