

Es kommt so viel Stille, wenn ich dem letzten  
Wochenende „Singenfliegen“ Worte geben möchte  
aber wenn ich durch die Stadt gehe.. zur Arbeit.. während der  
Arbeit und danach wenn ich einkaufe, Holz säge ...  
singt es mit mir - hörbar - neue Lieder

die Welt leuchtet - wirklich! Innen und aussen

*G.T. aus E.*

Der singende Kreis im „Singenfliegen“ ist für mich ein Raum,  
- in dem mit grosser Achtsamkeit und tiefem Respekt der  
einzigartige Ausdruck gewürdigt wird.  
- in dem ich in einer Atmosphäre, frei von Leistung und  
Perfektion, meine Stimme mal sanft, mal kraftvoll tönen  
lassen kann.  
- wo ich mich im Hinhören nach Innen und Aussen üben kann.  
- wo die Kommunikation melodisch erfolgt:

**Der singende Kreis ist für mich ein Raum, in dem mein  
Vertrauen und die Liebe ins Lebendige unterstützt  
und genährt wird!**

*E. Z. aus B.*

...mir und meinem (Klang)Raum zu begegnen - allgemein  
und auch an bestimmten Orten in diesem Kreis von andern  
Singenden und Klingenden. Mit dem Hören vielleicht ganz  
speziell verbunden, aber auch mit den inneren Händen, die  
Überraschungen, wo es mich berührt hat. Dann aber auch  
wieder Lieder zu singen in den Spuren der Melodien und  
darüber hinaus. Ich fühle mich gereinigt und erfrischt,  
ausdehnt und genährt zugleich.

*E.A. aus B.*

Die besondere Energie, die beim Singen im Kreis entsteht,  
durch die gemeinsame Freude am Tönen. Deine Auswahl der  
Lieder aus verschiedenen Kulturkreisen, die unterschiedliche  
Energien erzeugen können und nicht selten einen spirituellen  
Bezug haben. Das individuelle Ausprobieren der Stimmen und  
die Klangbilder, die bei den Stimmübungen entstehen -wenn  
auch nur für einige Sekunden - berühren mich manchmal sehr  
tief auf wunderschöne Art. Diese Übungen bringen mich  
manchmal auch an Grenzen von Können und Wollen.  
Trotzdem steht es mir - durch Deine Art der Leitung - immer  
frei nur so weit zu gehen, wie ich will oder kann. Der Freiraum  
für individuelles Singen, der manchmal schräge aber oft auch  
wunderschöne neue Melodie-Variationen kreiert.

*J.Z. aus G.*



**Leitung: Christian Lerch**

Hirschengraben 35, 6003 Luzern

0041 41 240 52 72 - [www.christian-lerch.ch](http://www.christian-lerch.ch)

Dipl. Begleiter und Ausbilder in integrativer  
Imaginationsarbeit nach und bei Dr. Steven Gallegos  
Weiterbildung unter anderem in systemischem  
Familienstellen bei Dr. Victor Chu, Carola Castillo, Dan  
van Kampenhout, in zeremonieller Energiearbeit,  
Chakrareading bei G. Schuller, Er hat bei Howard Bad  
Hand, Lakotaindianer (Medizinmann, Psychologe und  
Taoist) gelernt. In Weiterbildung in Stimmarbeit nach  
Lichtenberg.



# Singenfliegen

## Wochenende

Vertrautes geniessen – Neues  
wagen

vom 24. - 26. Mai 2019  
im Galleli, Escholzmatt

mit Christian Lerch

# Singenfliegen

Vertraute Geniessen – Neues wagen

vom 24. – 26. Mai 2019

An diesem Wochenenden hast Du die Möglichkeit, vertieft **mit Deiner Stimme zu spielen**; sie zu geniessen, und Deinen Körper tönen und fliegen zu lassen. Singen und Tönen schaffen Raum für Präsenz und Resonanz, erweitern Deinen Raum und helfen den Fokus auf das Helle zu richten. Du kannst dein Leben feiern und dabei Deinem Klang mehr und mehr folgen. Bewegung und Tanzen zum eigenen Klang und zur Musik von Aussen gehören dabei dazu.

An der Schwitzhütte kannst in der Hütte oder draussen am Feuer teilnehmen – beides ist kraftvoll.

**Stimmspiele** und **Tönen in Resonanz mit dem Körper und Imaginationskraft** unterstützen dich. Wir singen auch **rituelle Lieder** – vor allem aus der Kultur der Indianer Nordamerikas. Ein belebendes Wochenende.



Ich freue mich, auch dieses Jahr im Galleli ein Wochenende mit Singen und tönen anzubieten.

Das Galleli bietet einen wundervollen Raum, um mit dem eigenen Klang und im Klang des Kreis seiner authentischen Stimme etwas näher zu kommen. Dabei steht die Freude und der Genuss dieser Resonanz im Vordergrund.



**Wo** Galleli, Escholzmatt  
[www.galleli.ch](http://www.galleli.ch)

**Zeiten** **24. - 26. Mai 2019**  
von Freitag 18:30 bis  
Sonntag ca. 16:00.

**Kosten** Fr. 320.-

Dazu kommt für Unterkunft,  
Schwitzhüttenplatz und -holz (Fr.  
140.-) und Essen (wir kochen selber.)

**Leitung** **Christian Lerch**, Hirschengraben 35  
6003 Luzern, 041 240 52 72  
[www.christian-lerch.ch](http://www.christian-lerch.ch)

**Teilnehmer** 10 – 16

**Anmeldung** Über meine Homepage oder mit dem  
Talon

---

Ich melde mich für das Singenfliegenwochen-  
ende im Galleli, 24. – 26. Mai 2019

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Fon: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Es gelten die Anmeldebedingungen auf meiner Homepage..