



Der Friedenstanz mit Mutter Erde zu Trommelrhythmen öffnet die Herzen der Jugendlichen beim Kindertanzlager im Laret.

Foto zVg.

«In der heutigen Zeit sind Rituale wichtiger denn je»

Kindertanz-Indianerlager leistet Friedensarbeit und bietet Raum für Spass und alle Gefühle

kb. Tanzen, trommeln, singen, spielen, Spiritualität – beim 19. Kindertanz-Indianerlager im idyllischen Laret konnten Anfang August 32 Kinder und Jugendliche eine wunderbare Woche erleben. Geleitet wurde das Lager von der diplomierten Tanz- und Ausdruckstherapeutin Ladina Kindschi vom Star Fire Mountain College Davos und acht Helfern.

Friedensarbeit fängt Ladina Kindschis Meinung nach bei jedem Einzelnen und in den Familien an. «Jeder Mensch ist unendlich wichtig. Kinder wollen sich öffnen und sich zeigen. Sie wollen mithelfen, eine friedliche Welt zu kreieren», ist sie überzeugt.

So sein, wie man wirklich ist

Viele der teilnehmenden Jugendlichen zwischen 7 und 17 Jahren stehen in Schule oder Familie unter Stress. «In unserem Lager dürfen sie so sein, wie sie wirklich sind. Werte wie Vertrauen, Offenheit und Dankbarkeit sind mir enorm wichtig.» Dazu gibt Ladina Kindschi den Kin-

dern einen geschützten Raum, in dem alle Gefühle gezeigt werden dürfen. «Sie dürfen traurig und wütend sein oder Angst haben, sie dürfen ihre Aggressionen rauslassen – alles darf sein», sagt die Therapeutin. «Viele Kinder haben keinen Rückhalt mehr, fühlen sich einsam und von den Erwachsenen im Stich gelassen. Sie leiden extrem unter Leistungsdruck und Gruppenzwängen. In unserem Lager sprechen wir diese Themen an. Gemeinsam lösen wir Konflikte – friedlich.»

Mirjam Camenisch, eine der betreuenden Lehrerinnen, berichtet aus ihrer Erfahrung: «Unsere heutigen Kinder können kaum mehr still sein und sind ständig nach aussen orientiert. Bei uns lernen die Kinder, sich durch Yoga und Tanz selbst besser wahrzunehmen, Selbstvertrauen aufzubauen, sich zu konzentrieren und ihren Körper zu spüren.»

Selbst die Zappeligsten werden still und machen Fortschritte

Es ist ganz erstaunlich, wie schnell Ladina Kindschi es fertig bringt, eine vertrauensvolle und friedliche Atmosphäre zu schaffen. Man spürt deutlich ihr grosses Vertrauen in die Kinder und ihre Liebe für sie.

Höchst erstaunlich ist auch, wie hingebungsvoll und still selbst die Zappeligsten in der Meditation sitzen. «Disziplin und Regeln einzuhalten ist ganz wichtig», betont Ladina Kindschi. «Kinder wollen gefördert und gefordert werden. Disziplin gibt Halt und Struktur. Druck von aussen kreiert nur noch mehr Stress. In unserer heutigen Zeit sind Rituale wichtiger denn je. Rituale geben Schutz, Vertrauen und Stabilität. Sie öffnen unser Herz und führen uns in ein friedliches Miteinander. Die Kreisläufe von Gewalt, Stress und Angst müssen unterbrochen, die Kreisläufe von Vertrauen und Gemeinsamkeit gestärkt werden.»

Mehrere begeisterte «Wiederholungstäter»

Ladina Kindschis Konzept mit der Verbindung von Spiritualität, Friedensarbeit, Nähe zur Mutter Natur, Tanz, Musik, Spass und Gemeinschaftsgefühl hat grossen Erfolg. Viele Kinder fühlen sich im Lager so wohl, dass sie immer wieder kommen. So auch die 17-jährige Nadja Peeters, die das sechste Mal dabei ist. Sie geniesst, dass «ich den Alltag mal abstellen und mit den kleinen Kindern zusammen sein kann, die

noch so viel Energie haben und dankbar und herzlich sind».

Der 11-jährige Dominic Lehmann kommt ebenfalls gerne und begründet: «Hier erlebe ich Frieden und Hoffnung.» Diego Meuli ist zwölf Jahre alt und bereits zum siebten Mal im Lager. Er findet die Woche richtig toll: «Es kommt einfach alles aus dem Herzen. Man muss nicht überlegen. Es ist friedlich hier, und ich lerne mit allen Kindern zusammenzuarbeiten», sagt er überzeugt. Jannik Stieger, 13 Jahre alt: «Im Kinderlager erlebe ich, dass ich voller Liebe bin. Mir gefällt es, einen Friedenskreis zu legen, mit der Erde zu atmen und die Bäume wie Freunde zu umarmen. Ich wünsche mir sehr, dass ich es diesmal schaffe, im Alltag so weiterzuleben.»

Julia Wiesinger aus Davos ist begeistert: «Ich bewege mich gern, und ich mache auch gerne solche Sachen wie Meditieren und Yoga», sagt die Zehnjährige. Sie ist das erste Mal da und meint spontan: «Ich komme sicher wieder.» Es ist wahrlich eine Freude, diese muntere Schar so glücklich und zufrieden zu erleben! Mehr Informationen über Ladina Kindschi, ihr Star Fire Mountain College und alle geplanten Aktivitäten finden Interessierte auf der Website www.starfire-college.com.