

Fantasiereise: Gespräche mit Gott; Eingang Vaterunser

Zur Ruhe kommen, tief durchatmen, Augen schließen

=> Kochi läuten

Du sitzt im Klassenraum und gehst in Gedanken zur Garderobe. Ganz geduldig wartest du, bis Platz ist und ziehst dich um. Du stellst dich auf und gehst mit den anderen Kindern in das Dorf.

Es ist ein schöner Tag und die Sonne scheint. Leichter Wind rauscht in den Blättern der Bäume. Die Luft duftet nach reifem Holunder.

Du folgst einem Feldweg. Es knirscht auf dem Schotter bei jedem Schritt.

Schließlich kommst du an ein geheimnisvolles Tor am Ende des Weges. Du öffnest das Tor. Links und rechts stehen alte Obstbäume. Der Duft der Äpfel und Birnen steigt dir in die Nase. Wespen fliegen umher, auch sie folgen dem süßen Duft. Du gehst weiter und entdeckst eine bunte Blumenwiese. Die Sonnenblumen leuchten und laden Bienen zum Entspannen ein. Gerade überlegst du, ob du eine Sonnenblume pflücken sollst. Da kommt dir jemand entgegen. Du erkennst sie nicht gleich, aber es ist eine Person, die du sehr gut kennst. Gemeinsam erkundet ihr den Garten und schaut euch die stillen und schönen Ecken an, die den Garten so besonders machen. Schließlich geht ihr zu einem Teich. Dort schwimmen Enten und lassen es sich gut gehen. Ihr setzt euch auf eine Bank und schaut den Enten zu. Eine Libelle fliegt vorbei und auch ein Frosch quakt ein lustiges Lied. Es ist schön hier. Du fühlst dich gut und geborgen.

Nun wird es Zeit, Abschied zu nehmen. Die Person gibt dir eine wichtige Botschaft mit auf den Weg: Hör gut zu...

Mit dieser Botschaft kehrst du zum Tor zurück. Ein letztes Mal drehst du dich um und hältst das Bild des Gartens und die wichtige Botschaft fest.

Nun kommst du mit deiner Aufmerksamkeit in diesen Raum zurück. Atme einmal tief ein und aus. Strecke deine Arme, deine Beine und wackele mal mit den Füßen. Öffne deine Augen und blicke dich um.

=> Kochi läuten

