*Eine Fantasiereise für Kinder in der Weihnachtszeit*

*von Tanja Draxler-Zenz*

**Besondere Geschenke unter dem Christbaum**

Mache es dir auf deinem Platz gemütlich, atme ruhig ein und aus. Du kommst immer mehr und mehr zur Ruhe. Deine Arme und Beine werden schwer…dein Körper entspannt sich und freut sich auf eine Reise in deine Fantasiewelt.

Stell dir vor, es ist Weihnachtsabend…es duftet herrlich nach Orangen und Keksen…Kerzen scheinen sanft im Raum, angenehme Weihnachtsmusik ist zu hören…

Du bist schon ein wenig aufgeregt, denn gleich werden die Geschenke unter den Christbaum gelegt. Du wartest vor der Türe und hörst das Glöckchen läuten. Ganz leise gehst du in den Raum, in dem der Christbaum steht. Wie schön er aussieht. Die Kerzen strahlen, die Kugeln leuchten. Du fühlst dich wohl, denn es ist endlich Weihnachten.

Da entdeckst du auch die Geschenke, die unter dem Baum liegen. Du packst sie aus und freust dich, denn du hast genau das bekommen, was du dir gewünscht hast. Du freust dich sehr darüber...

Doch es liegt noch ein anderes, großes Geschenk unter dem Baum. Dein Name steht darauf geschrieben. Was kann das nur sein? Du kannst dich nicht erinnern, dir noch etwas gewünscht zu haben.

Du nimmst das Geschenk in deine Hände und packst es vorsichtig aus. Ganz langsam nimmst du das Papier herunter. Unter dem Papier ist ein großer Karton. Du öffnest den Karton ganz langsam. Was wird in ihm wohl versteckt sein? Bausteine, eine Puppe, Lego oder Zuckerstangen? Neugierig öffnest du den Karton…doch du bist überrascht… es ist kein Spielzeug in ihm versteckt…du findest in ihm andere Geschenke des Lebens…solche, mit denen man nicht spielen kann…man kann sie auch nicht anziehen oder essen…man kann sie nur fühlen…

Du blickst hinein und entdeckst darin eine Umarmung von einem lieben Menschen. Das tut gut, du genießt die Umarmung…

… doch du entdeckst noch mehr… ein liebes Wort von deiner Freundin oder deinem Freund…einen liebevollen Blick von deiner Mama oder deinem Papa…du findest darin das Gefühl geborgen zu sein und geliebt zu werden…einen Gute Nacht Kuss von jemanden, den du sehr lieb hast und ganz hinten im Karton entdeckst du noch liebevolle Umarmungen, die dich stärken und die dir gut tun…, es sind lauter Dinge, die man nicht kaufen kann, die das Leben jedoch so wunderschön machen und bereichern…was findest du noch in dem Karton ?...

Langsam kommst du mit deiner Aufmerksamkeit wieder zurück auf deinen Platz in diesen Raum. Nimm deinen Atem wieder wahr. Recke und strecke dich ein wenig und sei wieder ganz im Hier und Jetzt.