

Schließe deine Augen und werde ganz still.
So still, dass du deinen Atem hören kannst...
Dein Körper fühlt sich warm und weich an und du spürst, wie du ganz bequem dasitzt.
Du atmest ein und aus, es ist ganz leise um dich herum.

Mache dich jetzt bereit, mit mir auf eine kleine Reise zu gehen. Da kommt auch schon deine Reisewolke, du steigst ein und fliegst auf der weichen Wolke durch die Luft. Nun schwebst du auf der Wolke über ein Dorf.

In der Mitte erblickst du eine Kirche. Deine Reisewolke beginnt zu sinken und du steigst vor der großen Eingangstür der Kirche aus. Den Eingang nennt man auch „Portal“.

Das kommt aus der lateinischen Sprache von den Wörtern „porta coeli“ = „Himmelstor“.

Du nimmst dir viel Zeit, um dir die Kirchentür genau anzusehen.

Sie ist reich verziert. Deine Hand streicht über das dunkle Holz der Türe, das wunderbar geschnitzt ist.

Du öffnest die große, schwere Türe ..., du trittst ein und stehst im Kirchenraum.

Erwartungsvoll betrittst du die Kirche...

Die Kirchentür lässt du offen, so dass ein Sonnenstrahl in den Innenraum der Kirche fällt.

Du suchst dir in der Kirche einen Platz aus, von dem aus du alles gut sehen kannst, setzt dich hin und machst es dir bequem.

Vielleicht kannst du etwas hören, Geräusche oder Musik... Vielleicht nimmst du auch Gerüche wahr im Raum...

Du lässt den Blick durch die Kirche schweifen und betrachtest die vielen Dinge um dich herum...das Taufbecken..., den Altar..., die Kanzel..., die Kerzen..., die Fenster und wie Licht durch sie in die Kirche strömt ...

Auf einmal hörst du die Glocken läuten. Erst nur langsam und dann immer lauter.

Langsam gehst du den langen Gang entlang, der dich durch die Kirche zum Ausgang führt.

Nun gehst du durch die Tür ins Freie hinaus und schaust hoch zum Glockenturm.

Da fällt dir auch deine Reisewolke auf, die vom Himmel hinunterkommt und auf dich zuschwebt.

Ganz leicht lässt du dich in die Wolke fallen und ihr hebt ab in den Himmel...

Du kommst nun langsam zurück ins Klassenzimmer.

Du bewegst deine Hände, atmest tief ein und aus und machst langsam die Augen auf,

reckst und streckst dich. Jetzt setzt du dich wieder aufrecht hin, atmest noch einmal tief ein und aus und bist wieder zurück im Klasseraum.