**Traumreise Haus**

Setze dich bequem hin. Atme tief ein und aus. Du merkst, wie dein Atem kommt und geht. Ganz von selbst. DU musst nichts tun. Du fühlst dich ruhig und entspannt. Wenn du willst, kannst du nun deine Augen schließen…

Stell dir vor, du wanderst eine Straße entlang. Plötzlich stehst du vor einem besonderen Haus. Es sieht so einladend aus! Du läufst darauf zu und schaust es dir genau an … (längere Pause)

**Ich frage mich: Kann Gott wie ein Haus sein?** Dieses Haus ist stark und beständig. Es hat ein dickes Fundament. Es steht fest und stabil. Kein Sturm und kein Regen können ihm etwas anhaben. Das Haus hat hohe und große Fenster. Viel Licht fällt herein. Es ist nicht dunkel darin, sondern hell und freundlich. Ich fühle mich wohl, wenn ich es anschaue. Es sieht einladend aus! Ich bin gerne dort, finde darin einen Unterschlupf und fühle mich geborgen.

Gehe nun langsam aus dem Haus zurück in unser Klassenzimmer. Fühle deine Arme und Beine, deine Hände. Balle sie zu Fäusten. Bewege deine Füße. Atme ganz tief ein und aus. Dann recke und strecke dich. Nun öffne langsam deine Augen. Du bist zurück in unserem Klassenzimmer.