



Copyright Silvia Szalony

## Ich bin dein Wetter

Stellt euch paarweise im Kreis hintereinander, der Vordere schließt die Augen, der Hintere spricht eine Wettergeschichte. Dabei berührt er dich sanft auf die eine oder andere Weise:

Erste Sonnenstrahlen fallen auf dich- sanfte Berührung am Kopf

Du spürst einen zarten Wind im Gesicht, auf den Haaren- Blasen auf Genick, Gesicht

Wind wird stärker, bewegt deinen Körper- sanftes Wiegen- mit beiden Händen an den Schultern nehmen, sanftes Hin- und Her

Erste Regentropfen fallen vom Himmel- mit den Fingerspitzen leicht an Schultern und Rücken antupfen

Der Regen wird stärker- mit den Händen am Rücken abwärts streichen

Der Regen ist stark und rinnt an dir entlang- mit den Händen vom Kopf über Rücken bis zu den Beinen und Füßen entlangstreichen

Wasser steigt und umsprudelt deine Füße und Beine- mit den Händen an den Füßen und um die Füße schnell berühren

Nun sinkt das Wasser, der Regen hört auf, das Wasser rinnt entlang deines Körpers ab- mit den Händen entlangstreichen

Die Sonne kommt wieder hervor- sanfte Berührungen am Kopf

Und der Wind bläst dich wieder trocken-Blasen ans Genick und ins Gesicht

**DAS HAT DOCH GUT GETAN! DU KANNST DICH SPÜREN UND WAHRNEHMEN!**