

Massagegeschichte „Die Wiese erwacht“

Endlich nach einem langen und kalten Winter, hält der Frühling seinen Einzug. Nach einigen trüben Tagen öffnet sich das Wolkenband

(beide Hände flach auf den Rücken legen und langsam nach außen ziehen)

und die Sonne in ihrer ganzen Größe und Schönheit ist zu sehen
(mit dem Zeigefinger einen großen Kreis auf den Rücken malen).



Ihre langen warmen Strahlen ziehen lautlos zur Erde.
(mit dem Zeigefinger lange Striche bis in alle Winkel des Rückens ziehen).

Sie schenken den Blumen, den Bäumen, den Tieren und auch dir ganz viel Wärme.
Spür einmal ihre Kraft
(beide Hände liegen einen Moment still auf dem Rücken).

Diese warmen Strahlen lassen kleine Wunder geschehen. Lautlos und wie von Zauberhand geführt, öffnet sich die Erde
(die Handkanten aneinander legen und langsam nach außen aufziehen).

Plötzlich platzt eine Blumenzwiebel auf
(leicht mit dem Zeigefinger auf den Rücken tippen)
und langsam wächst aus ihr ein zarter Stängel.



Er schlängelt sich durch die Erde an die Erdoberfläche und dann der Sonne entgegen.
(mit dem Finger langsame Schlangenlinien ziehen).

Kraftvoll kommt aus ihm eine geschlossene Blüte heraus, deren Kelch sich sofort öffnet
(alle Fingerspitzen einer Hand zusammengeführt auf den Rücken abstellen und langsam auseinander ziehen).

Nun platzt eine Zwiebel nach der anderen, *(mehrmals auf den Rücken tippen)*
und aus jeder wächst ein Stängel, der sich an die Erdoberfläche und dann der Sonne entgegen schlängelt.
(mehrere Schlangenlinien malen)

Auch aus ihnen kommen Blüten, die sich sofort öffnen,
(alle Fingerspitzen einer Hand zusammengeführt auf den Rücken abstellen und langsam auseinander ziehen)
und die Wiese in eine bunte Frühlingswiese verwandeln.

Leicht wiegen sie im Wind hin und her
(leicht mit der Hand über den Rücken streichen und sanft pusten).

Ein Kind kommt an der Wiese vorbei, sieht die bunten Blumen und geht zu ihnen
(mit den Handflächen über den Rücken gehen).

Vorsichtig pflückt es Blume für Blume
(mit den Fingerspitzen leichte Greifbewegungen machen)
und dann läuft es mit strahlendem Gesicht fort
(mit den Handflächen über den Rücken gehen).

