Ein neues Rentier

Heute ist es wieder einmal sehr anstrengend im Stall. Die Rentiere nörgeln schon den ganzen Tag. Am liebsten würde Sternenstaub einen Kakao trinken und dabei meditieren. Hast du Lust, möchtest du die Geschichte hören?

Ja? Dann leg dich auf die Matte ...

Einstimmung:

Mach es dir auf deiner Matte bequem, und atme ein paar Mal tief ein und wieder aus.

Spüre, ob du so gut liegen kannst. Alle Geräusche, die du jetzt noch hörst, sind dir egal. Wenn du magst, schließe deine Augen, und lausche jetzt meiner Stimme.

Atme tief in den Bauch hinein. Erst hebt sich dein Bauch und dann deine Brust. Mach es beim Ausatmen anders herum, und du merkst, wie du mit jedem Atemzug ruhiger und ruhiger wirst

Geschichte:

Puh ..., haben die Rentiere heute aber schlechte Laune. Jeder mäkelt an allem herum. Das Heu ist zu trocken, das Moos nicht frisch genug. Dem einen Rentier ist es zu kalt, dem anderen zu warm. Sternenstaub wechselt das Heu und das Moos, öffnet und schließt die Fenster im Stall, ganz wie es den Tieren gefällt.

Alles ist in den Augen der Tiere verkehrt, was immer er auch tut. Fegt er, staubt es zu viel. Fegt er nicht, beschweren sie sich, dass es zu dreckig sei. Striegelt er das Fell, ist es dem einen zu fest und dem anderen wieder nicht fest genug. Schließlich beginnt Sternenstaub, laut zu schimpfen. "Heute ist ein Tag zum Verzweifeln. Ihr seid vielleicht ein eingebildetes Volk. Ich gehe jetzt spazieren; ich brauche frische Luft!"

Sternenstaub knallt die Stalltür zu und stapft wütend durch das Weihnachtsdorf.

"Wir können froh sein, dass Sternenstaub für uns da ist", meint das älteste Rentier und Sternenstaubs bester Freund. "Er kümmert sich am allerbesten um uns. Hört doch mal auf, so zu nörgeln." "Ja, du hast recht. Als ich mir ganz doll den Magen verdorben habe, weil ich zu viele Weihnachtskekse und Schokolade gegessen hatte, hat er nicht mit mir geschimpft, sondern in meinem Stall gesessen und mir den Bauch gestreichelt bis es besser wurde. Die ganze Nacht lang." Es wird ganz still im Stall, und jedes Rentier denkt nach. Jeder von ihnen hatte schon ein solches Erlebnis mit Sternenstaub.

Sternenstaub wandert in der Zwischenzeit durch das Weihnachtsdorf und tritt mürrisch durch den Schnee. Es ist bereits dunkel geworden, und in den Häusern des Dorfes scheint ein

einladender Lichtschein durch die Fenster, aber Sternenstaub sieht das nicht. "Hey, Sternenstaub was ist mit dir? Du siehst aber wütend aus." "Ach, ich brauche frische Luft, und ich meine: ganz frische Luft. Meine Rentiere sind heute wieder einmal schrecklich." Sternenstaub erzählt dem Weihnachtsmann, was heute im Stall los war. "Ja, ja, diese eingebildeten Viecher. Geh du erst mal in den Wald und atme ganz viel frische Luft. Dann geht es dir nachher bestimmt besser."

Sternenstaub stapft davon. Er ist nicht nur ärgerlich; er ist auch besorgt. Alle haben genörgelt, was das Zeug hält, nur einer nicht, sein bester Freund. Und Sternenstaub erinnert sich an das Gespräch bei ihrem Ausflug zum kleinen See, wo sie Schlittschuhyoga gemacht haben. "Meine Zeit ist bald zu Ende. Ich kann den schweren Schlitten nicht mehr ziehen. Du musst Ersatz für mich suchen", sagte damals sein bester Freund.

"Woher soll ich nur Ersatz nehmen? Rentiere kann man nicht so einfach kaufen. Sie leben frei im Wald. Und fangen kann man sie auch nicht. Sie müssen freiwillig mitkommen und im Stall leben wollen. Aber ich muss mich anstrengen, mein bester Freund braucht seine Ruhe und keine anstrengenden Weihnachtsflüge mehr."

Sternenstaub wandert ziellos durch den Wald. Der Schnee auf den Ästen glitzert unter den Sternen. Im hellen Mondlicht rieselt durch den leichten Wind immer wieder Schnee zu Boden, und es sieht aus als fielen tausend kleine Diamanten von den Bäumen. Der Wald wird immer dichter, und Sternenstaub ar-

beitet sich durch dichtes Gebüsch. Als er dabei wieder einmal seinen Kopf durch einen dichten Busch streckt, schaut er plötzlich in zwei große Rentieraugen. "Nanu, wer bist denn du?" "Ich bin ein Rentier. Siehst du das nicht?", antwortet das Tier schnippisch. "Natürlich sehe ich das. Aber ich möchte wissen, wie du heißt und was du hier machst", entgegnet Sternenstaub.

"Mein Name ist Wirbelwind, weil ich so schnell bin, und ich gehe hier spazieren." "Wohnst du hier im Wald?" "Nö, mal hier, mal dort. Ich habe keinen festen Platz. Wer bist denn du?", fragt Wirbelwind. "Ich bin Sternenstaub, der Weihnachtself, und komme aus dem Weihnachtsdorf gleich hinter dem Wald." "Weihnachtsdorf? Was ist denn das?" "Das ist das Dorf vom Weihnachtsmann. Dort gibt es Werkstätten für Spielzeug, und es ist das ganze Jahr Weihnachten. Dort leben viele Elfen, die das Spielzeug herstellen, und am großen Tag fliegt der Weihnachtsmann mit dem Schlitten durch die Welt der Menschen und verteilt die Sachen, die die Menschen sich gewünscht haben." "Fliegen? Mit einem Schlitten?", fragt Wirbelwind neugierig. "Ja! Der Schlitten wird von Rentieren gezogen, und mit Hilfe des Sternenstaubes können die Rentiere fliegen." "Du veräppelst mich", lacht Wirbelwind.

"Nein", antwortet Sternenstaub. "Ich bin der Pfleger von Rentieren und Schlitten. Meine Aufgabe ist es, die Tiere zu pflegen, also sie zu bürsten und zu striegeln, ihnen das beste Futter zu geben und den Schlitten und das Geschirr der Rentiere blank zu putzen." "Was gibt es denn für Futter bei euch?", fragt Wirbelwind. "Es gibt wunderbar duftendes Heu, Moos, das die Tie-

re nicht frieren lässt, Äpfel und Möhren, und jeder bekommt, was ihm am besten schmeckt." Wirbelwind läuft das Wasser im Mund zusammen. Er hat schon einige Tage nichts Ordentliches mehr gefressen.

"Ich suche ein neues Rentier. Möchtest du vielleicht mitkommen ins Weihnachtsdorf?" "Warum suchst du denn ein neues Rentier?", will Wirbelwind wissen, und Sternenstaub erzählt von seinem Freund. Viele Jahre leben sie schon zusammen und haben manche Abenteuer erlebt. Sternenstaub erzählt auch vom Leben im Weihnachtsdorf, von den Spieletagen und von leckeren Keksen und Kakao.

Wirbelwind hört ganz gespannt zu. "Ich möchte deinen Freund und die Elfen gerne kennenlernen. Aber am meisten interessiert mich das Futter. Ich hab nämlich so einen großen Hunger." "Na, dann komm", sagt Sternenstaub, und die beiden ziehen los. Der Weg führt sie durch den dichten Wald, wo der Schnee fein von den Ästen rieselt und im Mondlicht wieder wie tausend kleine Diamanten glitzert, über das freie Feld, das durch das Mondlicht silbern glänzt, zum Weihnachtsdorf. Die Fenster sind hell erleuchtet, und alles sieht einladend aus. Wirbelwind trabt staunend durch die Gassen. "Hier sieht es aber gemütlich aus. Alles ist so friedlich, und alles wirkt ruhig und entspannt." "Komm nur, ich zeige dir den Stall, dort gibt es, wenn du magst, eine Box für dich ganz allein. Dort hast du es warm und ruhig." Sternenstaub öffnet die große Stalltür, die er vorhin wütend zugeknallt hat. Die Rentier heben den Kopf, als er den Stall betritt. "Bist du uns noch böse?", fragt eins der Tiere. "Nein, aber reißt

euch doch mal ein bisschen zusammen in der nächsten Zeit. Manchmal seid ihr einfach nur schwierig und eingebildet. Aber schaut einmal, ich habe jemanden mitgebracht." Wirbelwind trabt in den Stallgang. Die Rentiere machen große Augen. "Was willst du mit dem?", prustet einer verächtlich aus. "Der Schlitten ist voll besetzt. Wir brauchen kein neues Rentier", meckert ein anderes. "Schon wieder meckert ihr nur herum. Das neue Rentier ist ein Ersatz für mich", sagt Sternenstaubs alter Freund. "Ich bin alt und kann den Schlitten nicht mehr gut ziehen, und damit ist ein Platz im Gespann frei." Die Rentiere diskutieren und diskutieren, aber Wirbelwind ist das egal. Er hat die freie Box entdeckt und das herrliche Futter. Es schmeckt wirklich sooo gut. Er kuschelt sich ins Stroh und genießt schmatzend das leckere Moos. Es wird ihm ganz warm, und bald schon ist er eingeschlafen und atmet ganz ruhig.

Rückholung

Atme jetzt auch du dreimal tief ein und aus. Spüre deinen Bauch, und bewege deinen Arme und Beine. Stampfe mit den Füßen auf den Boden, und klatsche in die Hände. Jetzt bist du zurück in der vollkommen wachen Welt.