

Die Fly jagt Möwen

■ **Ruhetönung**

Du setzt dich ganz ruhig hin und machst es dir gemütlich.

Du atmest ruhig ein und aus und vergisst alles, was um dich herum geschieht.

Stell dir vor, die Fly besucht dich.

Sie setzt sich neben dich, und du schließt die Augen.

Sie legt dir die Pfote auf den Arm, und deine Arme werden ganz ruhig.

Sie legt dir den Kopf aufs Knie, und auch deine Beine werden ganz ruhig.

Jetzt kannst du mit ihr gehen, und ihr macht zusammen eine Reise in deine Fantasie.

Immer wieder macht die Fly Urlaub auf Sylt, wenn gerade eine Klasse 5 auf Klassenfahrt dort ist. Die Kinder sind alle zehn oder elf Jahre alt. Sie haben sich schon lange darauf gefreut, ans Meer zu fahren.

Dort geht die Fly oft mit den Kindern spazieren. Dann streifen sie durch die Sanddünen, laufen am Meer entlang oder rennen durch das Watt. Die Fly läuft immer ohne Leine, damit sie zurückkommen kann, falls die Kinder sie doch einmal ärgern. Manchmal bewerfen sie sie aus Spaß mit Sand, dann dreht sie sich um und läuft zurück. Mit diesen Kindern geht sie dann lange nicht spazieren; sie müssen sich dies erst wieder verdienen. Manchmal dauert es bis zu vier Tagen, und es gibt sogar zwei Jungen, mit denen sie überhaupt nicht mehr geht. Wahrscheinlich haben sie mehr gemacht, als nur mit Sand geschmissen.

Meistens aber geht die Fly wahnsinnig gern mit den Kindern an den Strand. Dort lässt sie sich den Ball werfen, fängt ihn

Bevor die Fly sie erwischte, flog die Möve weg.



in der Luft auf, trägt ihn ein Stück und legt ihn wieder so hin, dass man ihn erneut gut werfen kann.

Am liebsten aber jagt sie Möwen. Sie hält schon immer Ausschau, wo sie im Sand am Meeressaum stehen. Dann sinkt sie in den Sand, und alle Kinder, die mit ihr gehen, lassen sich ebenfalls auf den Bauch in den Sand fallen. Dann robbt die Fly voran und presst ihren Bauch fest auf den Boden, damit die beiden Möwen vor ihr, die sie im Auge hat, sie nicht bemerken. Die Kinder robben ebenfalls auf dem Bauch durch den Sand, kriechen auf die Möwen zu und schleichen sich an. Schließlich gelingt es der Fly, bis auf drei Meter heranzukommen, ohne dass die Möwen sie bemerkt haben. Jetzt hält sie inne, spannt die Muskeln an, so als würde sie gleich starten, und will sich schnell auf die Möwen stürzen. Schließlich schießt sie los, und beinahe hätte sie doch tatsächlich eine der beiden Möwen erwischt. Aber diese haben sich in aller Ruhe vom Boden erhoben, drehen eine kleine Runde und fliegen einige Meter weiter, um wieder elegant zu landen.

Die Fly hat sie dann meistens längst aus den Augen verloren, weil sie andere Möwen ins Visier genommen hat, und schleicht sich schon wieder ganz vorsichtig an, um dieses Mal mehr Erfolg zu haben ... Aber ich kann dir sagen, solange sie nach Sylt fährt, hat sie noch nie eine Möwe gefangen. Sie glaubt aber immer noch, dass es ihr eines Tages gelingen wird.

■ **Rücknahme**

Jetzt kannst du langsam wieder wach werden.

Es kommt ein frischer Wind, der dich wieder munter macht.

Er pustet einmal über dich, und du streckst deine Arme und Beine.

Er pustet zweimal über dich, und du atmest tief ein und aus, ballst die Hände zur Faust und räkelst dich.

Er pustet dreimal über dich, und du machst die Augen auf und fühlst dich frisch und wach!

Die Fly verschwindet im Nebel

■ **Ruhetönung**

Du setzt dich ganz ruhig hin und machst es dir gemütlich.

Du atmest ruhig ein und aus und vergisst alles, was um dich herum geschieht.

Stell dir vor, die Fly besucht dich.

Sie setzt sich neben dich, und du schließt die Augen.

Sie legt dir die Pfote auf den Arm, und deine Arme werden ganz ruhig.

Sie legt dir den Kopf aufs Knie, und auch deine Beine werden ganz ruhig.

Jetzt kannst du mit ihr gehen, und ihr macht zusammen eine Reise in deine Fantasie.

Einmal war es ein sehr feuchter, ungemütlicher Herbsttag gewesen. Die Fly war den ganzen Tag nicht richtig zum Ballfangen gekommen, weil es immerzu regnete. (Der Fly hätte das nichts ausgemacht, aber der Sara, die mit ihr rausging, schon.) Jedenfalls war die Fly am Abend gar nicht müde, ihre Pfoten waren noch voller Energie, so dass sie am liebsten immerzu herumgesprungen wäre. Und spät abends musste sie dann doch wirklich noch einmal raus.

Da hatte sich aber ein dichter Nebel über die Wiesen gelegt. Es war, als würde man unter einem weißen Tuch gehen; die Sara konnte keine drei Meter weit sehen. Auf der Hauptstraße ging es ja noch – da gab es Zäune, Hauswände und Straßenlaternen, an denen man sich orientieren konnte. Die Fly war als schwarzer Schatten mit weißen Flecken zu sehen, ein paar Meter entfernt.

Aber als sie dann zur Wiese einbogen, war es mit einem Schlag viel dunkler. Die Sara musste sehr aufpassen, dass sie nicht über die Bordsteinkante stolperte. Aber Hunde haben zum Glück gute Nasen, und so wusste wenigstens die Fly immer genau, wo sie war. Sie roch schon das nasse Gras und dachte daran, wie schön es sein würde, darüberzurrasen, wie es ihr den Bauch kitzeln würde und wie sie ihre Beine endlich richtig anstrengen könnte. All ihre Muskeln juckten vor Aufregung, und so wurde sie immer schneller und schneller und sprang schließlich, ohne sich noch einmal umzuschauen, los auf die Wiese.

Die Sara hatte nur gehört, wie die Fly plötzlich davongerannt war. Jetzt hörte sie nichts mehr, außer dem Rauschen der Bäume. „Fly“, rief sie, „Fly!“ Aber kein schwarz-weißer Schatten tauchte aus dem Nebel auf. Was mache ich nur, dachte die Sara. Sie machte ein paar Schritte auf die Wiese, aber das lange Gras durchnässte ihre Hosenbeine, und sie merkte schnell, dass sie die Orientierung verlor ... Also doch lieber auf dem geteerten Weg bleiben. Wieder rief sie laut: „Fly, komm her!“ Sie lauschte ... Nichts.

Die Wiese war groß, am anderen Ende stand eine Reihe von Bäumen, aber Sara konnte nicht so weit sehen. Alles um sie herum war eine dunkelgraue Suppe. Sie konnte nur eine trübe Straßenlaterne sehen, ein Stück weiter am Weg; alles weitere schluckte der Nebel.

„Fly!“, rief die Sara. Ihr wird doch nichts passiert sein, dachte sie. Nein, so ein Hund kann gut auf sich aufpassen ... Aber warum kommt sie dann nicht? Kann sie mich vielleicht gar nicht hören? Wieder legte sie die Hände wie einen Trichter an den Mund. „Fly!“ – Und wieder nichts.

Langsam ging die Sara auf dem geteerten Weg an der Wiese entlang. Manchmal schien der Nebel etwas lichter zu werden, aber das täuschte; gleich darauf war er wieder so dicht