

*natürlich lebendig*

# Die Reise zu den Sternen und zurück

von  
Melanie Goethe

Oktober 2017

© Melanie Goethe 2017. Alle Rechte vorbehalten.

Dieses Werk unterliegt dem deutschen Urheberrecht. Die Vervielfältigung, Bearbeitung und jede Art der Verwertung außerhalb der Grenzen des Urheberrechtes bedürfen der schriftlichen Zustimmung der Autorin. Das Downloaden und Verbreiten für den privaten, nicht kommerziellen Gebrauch ist erwünscht.



**Ich freue mich, dass Sie sich für meine Geschichten interessieren!**

Ich heiße Melanie Goethe, wohne im schönen Mainz am Rhein und ich bin Schamanin und Autorin.

Diese Geschichte habe ich für ein siebenjähriges Mädchen geschrieben, das an Allergien, Asthma und häufigen Atemwegserkrankungen litt. Sie konnte nicht gut allein sein und hatte immer wieder Streit mit ihrer Mutter, an der sie ihre Wut ausließ.

**Neurolinguistische Geschichten werden in Belgien und Holland bereits seit einigen Jahren sehr erfolgreich angewandt, um Kindern zu helfen. Zum Beispiel bei:**

Allergien, Ängsten, Hyperaktivität, Bettnässen, Wutanfällen, Eifersucht, Schüchternheit, Stottern, Schlafproblemen, geringem Selbstbewusstsein, Lernschwierigkeiten, Hautproblemen, Lügen, Trauer, Entwicklungsverzögerungen, Hochsensitivität, rebellischem Verhalten, Antriebslosigkeit, Mobbing, kulturellen Integrationsproblemen, kein Ehrgeiz/schnelles Aufgeben „ich kann das nicht“, u.v.m.\*

Es handelt sich dabei um eine ganz besondere Art metaphorischer Geschichte, die von den NLP-Trainern und Fachbuchautoren Paul Liekens und Ann Delnoy speziell für Kinder entwickelt wurde.

**Jede Geschichte hat ihren Zauber, ihre ureigene Kraft...**

War es als Kind nicht immer wieder schön, in Geschichten einzutauchen, mit den Figuren mit zu fiebern, mit zu fühlen und mit zu jubeln, wenn sich am Ende doch noch alles zum Guten wendete?

Kinder im Alter zwischen drei und elf Jahren können das besonders gut und intensiv. Sie können sich völlig mit einem Kuscheltier oder einer Figur aus einer Geschichte identifizieren.

**Einmal Vorlesen kann genügen,**

... um das Unterbewusstsein Ihres Kindes zu erreichen. Hier liegt eine unendliche Weisheit und Kraft verborgen. Die Selbstheilungskräfte Ihres Kindes können wieder in Schwung kommen und für bislang unlösbare Herausforderungen können sich neue Lösungen offenbaren.\*

Dafür braucht es spezielle Techniken (Formulierungen) und das Talent, die richtigen Worte zu finden. Beides bringe ich mit, zusammen mit einer riesigen Portion Leidenschaft für das Schreiben.

**Bringen Sie jetzt den Zauber und die Kraft einer persönlichen, ganz besonderen Geschichte in das Leben Ihres Kindes. Nähere Informationen finden Sie unter [www.natuerlich-lebendig.de](http://www.natuerlich-lebendig.de).**

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen!

Sie dürfen diese Geschichte für nicht kommerzielle Zwecke gerne weitergeben.

Ihre

A handwritten signature in blue ink that reads "Melanie Goethe". The signature is fluid and cursive.

\*Eine Geschichte ersetzt nicht die Behandlung eines Arztes oder Therapeuten.

„Hatschi!“ Cleos Augen tränen und ihr läuft die Nase. Genervt streicht sie sich ihre blonden Locken aus dem Gesicht. Jannis kramt in seiner Hosentasche und holt ein Päckchen Taschentücher hervor. Wortlos reicht er es Cleo, die ihn dankbar anlächelt. Ihre Taschentücher hat sie bereits alle aufgebraucht. Jannis ist ihr bester Freund seit dem Kindergarten. Schon damals hat Cleo öfter schlecht Luft bekommen, aber seit sie in die Schule geht, ist es schlimmer geworden. Sie reagiert allergisch auf Gräser und Pollen, ihre Augen jucken, sie muss ständig niesen und bekommt schlecht Luft. Viele Tage konnte sie gar nicht in die Schule gehen, weil sie krank war. Nur im Sommer, wenn die Linden blühen, geht es ihr besser. Sie bekommt gut Luft und genießt es, an den warmen Tagen draußen zu sein, ohne dass ihre Nase läuft und ihre Augen jucken. Jetzt, im Herbst, geht das Schniefen und Jucken wieder los. Cleo stößt einen lauten Seufzer aus. Sie vermisst es schon jetzt, frei durchatmen zu können.

„Da seid ihr ja endlich!“, ruft Fee ihnen entgegen. Ihre beste Freundin sitzt unter der alten Kastanie am Ufer des Sees und winkt ihnen schon von weitem zu. Ihre roten Haare hat sie zu einem Pferdeschwanz gebunden und wie immer stehen einige Strähnen nach allen Seiten ab. Fee meint, das müsse so sein, sie sei schließlich weder eine Ballerina noch die spießige Tante Bruseliese aus Pippi Langstrumpf. Cleo und Jannis winken zurück. Fee ist mit ihren Eltern erst vor zwei Jahren in ihre kleine Stadt gezogen. Cleo mochte sie von Anfang an und auch Jannis und Fee sind mittlerweile richtig gute Freunde. Sobald es draußen wärmer ist, verbringen sie zu dritt fast jede freie Minute hier am See etwas außerhalb der kleinen Stadt. Cleo kann sich keinen schöneren Ort auf der Erde vorstellen. Die eine Hälfte des Sees ist von Wiesen umgeben, auf denen vereinzelt Bäume stehen. Die andere Hälfte des Sees grenzt direkt an den Wald. Viele nennen ihn den Eulenzwald, weil dort viele Eulen leben. Neben Birken, Eichen und Haselbäumen wachsen hier vor allem Buchen. Auf den Wiesen stehen auch einige Obstbäume. Cleo liebt vor allem die süßen Kirschen. Jannis und sie belegen abwechselnd den zweiten Platz im Kirschkernelweitspucken, denn Fee ist darin einfach nicht zu schlagen. In letzter Zeit sind die Nachmittage am See jedoch seltener geworden, da Cleo zweimal in der Woche mit Fee zum Tanzunterricht geht und freitags lernt sie Gitarre. Am liebsten würde sie auch noch im Gospelchor singen, aber ihre Eltern sind der Meinung, das sei ein bisschen viel. Cleo hingegen mag es, wenn viel los ist. Hauptsache sie kann etwas mit Freunden oder ihrer Familie unternehmen.

Mit einem lauten Seufzer lässt sich Jannis auf die große, bunte Picknickdecke fallen, die Fee unter der Kastanie ausgebreitet hat. Cleo umarmt ihre Freundin zur Begrüßung und holt die Schüssel mit den Clementinen aus ihrem Rucksack, die ihre Mama ihr mitgegeben hat. Jannis Augen beginnen zu leuchten. Cleo schmunzelt, sie weiß, wie sehr Jannis Clementinen mag. Noch viel lieber als Kirschen. Sie und Fee würden aufpassen müssen, dass sie auch ein paar abbekommen.

„Was machen wir jetzt?“, fragt Cleo. Sie würde am liebsten im See schwimmen und anschließend gemütlich unter der Kastanie sitzen und sich Geschichten über den Eulenzwald ausdenken. Sie liebt Geschichten genau so sehr wie schwimmen. Nur nicht allein. Bei Fee stehen die Chancen allerdings schlecht, dass sie mit schwimmen kommt. Sogar an den heißen Tagen im Sommer hat sie nur kurz ihren Zeh ins Wasser gehalten und es sich dann lieber mit einem spannenden Buch am Ufer gemütlich gemacht. Jannis hingegen macht das kalte Wasser nichts aus. An so einem sonnigen und warmen Herbsttag wie heute gibt es einfach nichts Besseres, findet Cleo.

„Was schlägst du vor?“, fragt Jannis und schiebt sich genüsslich ein Stück Clementine in den Mund.

„Wollen wir im See schwimmen?“, fragt Cleo und ihre Augen funkeln vor Begeisterung.

„Normalerweise gerne, aber ich muss leider noch Mathe machen“, seufzt Fee.

„Ha ha“, sagt Cleo, „als ob du jemals im Herbst im See schwimmen warst.“

Fee grinst. „Stimmt, aber ich könnte eure Hilfe gebrauchen. Mathe ist für mich wie ein Tagebuch mit Schloss, für das ich den Schlüssel verloren habe.“

Cleo und Jannis schmunzeln. Fee übertreibt gerne. Cleo hat die Aufgaben längst erledigt. Mathe fällt ihr leicht. „Klar“, sagt sie und lächelt. Sie ist immer für ihre Freunde da, wenn sie ihre Hilfe brauchen. Das ist für Cleo selbstverständlich, auch wenn sie gerade so gar keine Lust auf Mathe hat. Sehnsüchtig blickt sie auf den See, der sich heute beinahe so glatt wie ein Spiegel vor ihnen ausbreitet. „Kommst du nachher mit mir schwimmen?“, fragt sie Jannis.

Der ist voll und ganz mit den Clementinen beschäftigt, nickt aber. „Joa“, nuschelt er, während ihm ein wenig Saft aus dem Mundwinkel läuft.

„Mit vollem Mund spricht man nicht“, sagt Cleo streng und stößt innerlich einen Freudenschrei aus. Sie kann es kaum erwarten, in den See zu springen.

„Wie war es am See?“, ruft ihre Mama ihr entgegen als Cleo am späten Nachmittag nach Hause kommt.

„Schön“, Cleo strahlt über das ganze Gesicht. „Jannis und ich waren schwimmen.“

„Hast du gut Luft bekommen? Musstest du oft niesen und haben deine Augen gejuckt?“, fragt ihre Mama besorgt.

Cleo weiß nicht warum, aber wenn ihre Mama so mit ihr spricht, macht sie das einfach wütend.

„Mir geht's gut“, brummt sie und kann ihre Wut nicht zurückhalten.

Ihre Mama zuckt ein wenig zusammen bevor auch sie wütend wird. „Ich habe dich nur gefragt, ob es dir heute gut gegangen ist. Da musst du nicht so patzig antworten.“

Cleo verschwindet auf ihr Zimmer, wobei die Tür etwas zu laut hinter ihr ins Schloss fällt. „Mist“, denkt sie, „jetzt sitze ich hier allein in meinem Zimmer.“ Eigentlich wollte sie heute mit Mama zusammen das Abendessen kochen. Zerknirscht lässt sie sich auf ihr Bett fallen. Das hat sie sich wohl selbst eingebrockt, aber sie konnte einfach nicht anders.

Irgendwann hört sie jemanden die Haustür aufschließen. Papa ist zuhause! Cleo stürmt aus ihrem Zimmer und fällt ihm um den Hals. Er lacht und nimmt sie in den Arm, während Mama wartet, bis Papa auch sie in den Arm nimmt. Beim Abendessen erzählt Cleo von der Schule und von ihrem Nachmittag am See mit Jannis und Fee. Papa schmunzelt als Cleo mit leuchtenden Augen erzählt, dass sie und Jannis im See geschwommen sind. „Meine kleine Nixe“, nennt er sie liebevoll und Cleo grinst.

Als Cleo im Bett liegt, scheint der Mond durch das geöffnete Fenster. Mama liest ihr noch eine Gutenachtgeschichte vor. Cleo liebt Gutenachtgeschichten und wenn Mama oder Papa an ihrem Bett sitzen, kann sie beruhigt einschlafen.

Es ist mitten in der Nacht als Cleo aufwacht. Dicke Wolken haben sich vor den Mond geschoben und in ihrem Zimmer ist es stockdunkel. Normalerweise lassen Mama und Papa immer eine kleine Lampe in ihrem Zimmer brennen. Ängstlich zieht Cleo ihre Bettdecke bis über die Nase. Ihre Augen jucken wieder ganz doll und sie bekommt schlecht Luft. Die letzten Nächte war es genauso. Sie will das nicht mehr! Ihre Fingernägel bohren sich in ihre Handflächen, dann bricht es aus ihr heraus. Sie schluchzt laut auf und kann die Tränen nicht mehr zurückhalten. Da reißt die Wolkendecke plötzlich auf und ein wunderschöner Sternenhimmel lässt Cleo ihre Sorgen für einen Moment vergessen. Fasziniert beobachtet sie die funkelnden Sterne. „Heute sind sie ganz besonders schön“, denkt Cleo und reibt sich verwundert die Augen. Einige der Sterne beginnen auf einmal heller zu leuchten. Sie sehen aus wie ein Pferd. Cleo traut ihren Augen kaum. Das Pferd hat Flügel! Cleo steht auf und geht zum Fenster ohne dabei das Sternepferd aus den Augen zu lassen. Es scheint auf sie zuzufliegen.

Seine Flügel schimmern silbern und es sieht aus, als ob tausende kleine Lichter sich auf- und abbewegen. Als das Sternepferd näher kommt, klettert Cleo erschrocken zurück in ihr Bett. Mit offenem Mund beobachtet sie, wie das Sternepferd auf ihrer Fensterbank landet. Kein Geräusch ist zu hören, aber es ist auf einmal strahlend hell in ihrem Zimmer und auch der Garten draußen vor ihrem Fenster erstrahlt in einem silbernen Licht.

„Das Sternenlicht sei mit dir, liebes Erdenkind.“ Die Stimme des Sternepferdes klingt freundlich und sanft, fast wie eine Melodie. „Ich bin Pegasus“, stellt es sich höflich vor und neigt dabei seinen Kopf. „Hatschi!“, Cleo greift nach einem Taschentuch auf ihrem Nachttisch und putzt sich hastig die Nase. Pegasus beobachtet sie dabei aufmerksam. Vor lauter Aufregung beginnt Cleo nach Luft zu schnappen. Sie hat plötzlich das Gefühl zu ersticken. Da wird das Licht um sie herum noch heller und beginnt, sie einzuhüllen. Wie eine weiche Decke legt es sich um ihren Körper und schon nach kurzer Zeit beginnt Cleo wieder ruhiger zu atmen.

„Ich kenne jemanden, der dir helfen kann. Ich bringe dich gerne zu ihr, wenn du das möchtest“, erklingt erneut die melodische Stimme in Cleos Ohren. Erstaunt blickt Cleo das Sternepferd an. „Na was ist? Kommst du nun mit oder nicht?“ Pegasus dreht seinen Körper so, dass Cleo auf seinen Rücken klettern kann. Sie zittert vor Aufregung als sie sich dem Fenster nähert, aber sie spürt, dass Pegasus gekommen ist, um ihr zu helfen. Vorsichtig berührt sie mit ihren Fingerspitzen seinen Lichtkörper. Sofort strömt ein Gefühl der Ruhe und Geborgenheit durch ihren Körper und sie klettert mutig auf Pegasus Rücken. Der breitet sanft seine Flügel aus und lautlos gleiten sie davon. Immer höher fliegen sie, geradewegs zu den Sternen, die ihnen vom Himmel aus den Weg leuchten. „Zu wem bringst du mich?“, fragt Cleo neugierig. „Du wirst sie gleich in ihrer ganzen Pracht und Schönheit sehen können“, antwortet Pegasus.

Je länger sie fliegen, desto dunkler wird es um sie herum und irgendwann strahlt nur noch Pegasus Licht in den Nachthimmel.

„Warum ist es hier so dunkel?“, fragt Cleo nach einer Weile. „Wenn ich in den Himmel schaue, sind da doch ganz viele leuchtende Sterne!“

„Wenn du in den Sternenhimmel schaust, sieht es für dich so aus, als ob die Sterne sehr nah beieinander sind, aber das sind sie nicht. Sie sind so weit voneinander entfernt, dass ihr Licht nicht ausreicht, um den gesamten Weltraum zu erleuchten. So wie das Licht einer Taschenlampe dich immer nur das sehen lässt, was direkt vor dir liegt. Weiter reicht ihr Licht nicht“, erklärt ihr Pegasus.

„Und warum ist hier oben überhaupt kein Wind? Es ist sogar warm“, wundert sich Cleo.

Pegasus lacht leise und es klingt wie eine wunderschöne Melodie. „Hier ist es sogar sehr kalt. Du würdest erfrieren, aber keine Angst, ich Sorge für Temperaturen, die dein Körper gut verträgt.“

„Und wie machst du das?“, fragt Cleo erstaunt.

„Magie“, antwortet Pegasus als wäre es das Normalste auf der Welt und fliegt eine Kurve. „Ich möchte dir gerne jemanden vorstellen.“

Cleo hält den Atem an. Sie hat noch nie in ihrem Leben etwas so Schönes gesehen.

„Das ist Mutter Erde, dein Zuhause“, sagt Pegasus.

„Sie ist wunderschön“, flüstert Cleo.

„Nur von hier oben könnt ihr Menschen Mutter Erde in ihrer ganzen Schönheit sehen. Ich wollte dir zeigen, was für ein Glück du hast, auf ihr leben zu dürfen.“

Immer näher kommen sie der Erde. Auf der Hälfte, die gerade der Sonne zugewandt ist, kann Cleo die großen Ozeane erkennen und die Berge. Die andere Hälfte liegt im dunkeln, doch nach und nach sind immer mehr Lichter zu sehen. In den Städten der Menschen wird es auch in der Nacht niemals

wirklich dunkel.

Wenig später fliegen sie über die kleine Stadt, wo Cleo zuhause ist. Hier leuchten nur noch einige Straßenlaternen, in den meisten Häusern ist es bereits dunkel, nur hinter wenigen Fenstern brennt noch Licht. Cleo ist traurig, dass ihre Reise schon zu Ende ist. Sie kann bereits das Haus ihrer Eltern sehen, doch Pegasus fliegt einfach darüber hinweg. Erst als sie den Stadtrand erreichen wird er langsamer und setzt zum Sinkflug an. Sie landen direkt neben der alten Kastanie am Ufer des Sees. Ein bisschen wehmütig klettert Cleo von Pegasus Rücken. Würde es nach ihr gehen, hätten sie noch eine ganze Weile weiterfliegen können.

„Warum bringst du mich hierher?“, fragt sie verwundert.

Pegasus deutet mit seinem Kopf auf die alte Kastanie und Cleo reißt erstaunt die Augen auf. In dem Baum ist eine Tür, die sie noch nie zuvor gesehen hat. Sie schimmert leicht golden und ist mit tausenden Ranken und kleinen Blättern verziert. Hunderte Glühwürmchen tanzen um die beiden Flügel der Tür, die sich in diesem Moment öffnen. Heraus tritt eine wunderschöne Frau, deren ganzer Körper mit Blüten und Blättern bedeckt ist. Schmetterlinge flattern in ihren langen, braunen Haaren umher, die ihr bis zu den Kniekehlen reichen. Ihre Augen schimmern so blau wie ein Ozean und in ihren Armen wiegt sie ein kleines Baby.

Pegasus verneigt sich. „Das Sternenlicht sei mit dir, verehrte Mutter Erde.“

„Segen sei mit dir, lieber Pegasus“, erwidert Mutter Erde lächelnd und Cleo hat sofort das Bedürfnis, von ihr in ihren Armen gewiegt zu werden wie das Baby.

„Schön, dass du hier bist. Willkommen zuhause, mein geliebtes Kind“, wendet sich Mutter Erde Cleo zu. Sie beugt sich zu ihr hinab und gibt ihr einen Kuss auf die Stirn. Ein wunderbares Gefühl der Geborgenheit breitet sich in ihr aus.

„Wie kannst du so klein sein, wenn du die ganze Erde bist?“, fragt Cleo mutig und macht mit ihren Armen eine ausladende Bewegung.

„Ich bin immer und überall. Ich bin jedes Blatt und jede Blüte, ich bin das Gras und der Wald, ich bin der kleine Bach und der reißende Fluss und ich bin dein zuhause“, sagt Mutter Erde lächelnd und das Baby in ihren Armen gibt einen glucksenden, vergnügten Laut von sich. „Du bist sicher und wirst geliebt, genau so wie du bist. Weißt du eigentlich, wie schön du bist?“

Cleo weiß nicht, was sie antworten soll, da deutet Mutter Erde auf die Tür in der Kastanie. Dort steht jetzt ein großer Spiegel, der in allen Regenbogenfarben schimmert. Sein Rahmen scheint aus tausenden, kleinen Wurzeln zu bestehen. Neugierig macht Cleo ein paar Schritte auf den Spiegel zu und kann nicht glauben, was sie sieht.

„Wer ist das Mädchen in dem Spiegel?“

„Das bist du, mein geliebtes Kind“, sagt Mutter Erde mit ihrer sanften Stimme, „Du bist so wunderschön. Du hast es nur noch nicht erkannt.“

Zärtlich lächelt sie Cleo an und blickt dann hinauf zu einem Ast über ihren Köpfen, wo eine Eule sitzt und Cleo mit ihren großen, gelben Augen beobachtet. Cleo hat die Eule bis jetzt gar nicht bemerkt.

„Ich glaube, du solltest dich einmal mit Kira unterhalten“, sagt Mutter Erde und zwinkert Cleo zu. Dann beginnt sie sich zu drehen, immer schneller und schneller. Die Blätter und Blüten wirbeln durcheinander und fliegen gemeinsam mit den Schmetterlingen und Glühwürmchen in alle Himmelsrichtungen davon. Cleo beobachtet das Schauspiel mit offenem Mund und als sie wieder zu der Tür in der Kastanie schaut, beginnen die goldenen Ranken und Blätter zu verblassen und sich wieder in die Rinde des Baumes zu verwandeln.

„Sei gegrüßt, liebe Cleo.“ Cleo schaut wieder hinauf zu der Eule über ihrem Kopf. „Ich bin Kira und ich habe dich bereits erwartet. Ich kann dir helfen, wenn du das möchtest“, sagt die Eule und sitzt dabei seelenruhig auf ihrem Ast.

„Hallo“, antwortet Cleo zaghaft. „Woher kennst du meinen Namen?“

Die Eule legt ihren Kopf schief. „Ich kenne deinen Namen und ich weiß auch, dass du oft schlecht Luft bekommst, dass deine Augen jucken und du viel niesen musst.“

Cleo schaut Kira verwundert an. „Woher weißt du das?“ Hat die Eule sie beobachtet?

„Glaube mir, ich weiß noch sehr viel mehr. Wir Eulen haben sehr gute Augen und ein noch besseres Gehör. Wir sind aufmerksame Zuhörer und sehr weise und wir vergessen niemals etwas. Außerdem sind die Bäume unsere Freunde und ihnen entgeht fast nichts. Mit ihren Wurzeln bilden sie tief unter der Erde ein Netz, über das sie sich Tag und Nacht austauschen. Daher besitzt jeder Baum das gesamte Wissen aller Bäume. Wenn du also mal einen guten Rat brauchst, frage ruhig eine Eule oder einen Baum.“

Cleo schlägt es vor Staunen die Sprache, doch Kira hat noch mehr zu sagen.

„Als ich noch eine junge Eule war, bekam ich sehr schlecht Luft und hatte oft das Gefühl, zu ersticken. An manchen Tagen konnte ich gar nicht fliegen und habe einfach nur auf meinem Ast gesessen. Das war schrecklich, denn ich tue nichts lieber als fliegen. Meine Augen haben ständig gejuckt und ich musste andauernd niesen. Ich war manchmal richtig verzweifelt und unzufrieden mit mir und meinem Leben. Das alles hat mich wütend gemacht und meine Wut habe ich dann an Mama und Papa ausgelassen, die ja nichts dafür konnten, aber meine Wut musste einfach raus.“

Cleo ist froh, dass sie jemand versteht.

„Heute kann ich frei atmen und genieße mein Leben. Und du kannst das auch,“ sagt Kira.

Cleo schaut die Eule zweifelnd an.

„Als du noch ein kleines Mädchen warst, konntest du nicht schwimmen. Heute kannst du es, denn du bist gewachsen, du bist stärker geworden und du hast viel gelernt. Genauso wirst du lernen, frei zu atmen“, erklärt ihr Kira.

„Und wie kann ich das lernen?“, fragt Cleo noch immer zweifelnd.

„Mir hat damals eine alte, weise Eule geholfen und heute helfe ich dir“, sagt Kira lächelnd und lässt sich vom Ast fallen. Elegant breitet sie ihre braun-weißen Flügel aus und landet direkt vor Cleos Füßen. Cleo und Pegasus machen es sich im Gras gemütlich und lauschen gespannt Kiras Worten.

„Ich werde dir heute drei Geheimnisse verraten“, beginnt Kira. „Das erste Geheimnis ist zugleich ein guter Rat: „Lerne von den Bäumen. Fällt ihr Samen auf die Erde, vertraut er darauf, genau zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein. Er hat alles, was er braucht, um ein starker, schöner Baum zu werden. Mutig wächst er der Sonne entgegen und ist durch seine Wurzeln stets mit Mutter Erde verbunden. Tief verwurzelt zeigt er der Welt seine wunderschöne Krone und kann sogar wilde Stürme überstehen. Mit all seinen Ästen, Blättern und Früchten ist er ein wahres Wunder. Genau wie du.“

Kiras Augen leuchten in der Dunkelheit und Cleo hat das Gefühl, dass ihnen nichts verborgen bleibt.

„Verwurzele dich tief in der Erde, vertraue dir selbst und wachse mutig der Sonne entgegen. Zeige der Welt deine Schönheit, denn du bist einzigartig.“

„Was meinst du damit, dass ich einzigartig bin?“, fragt Cleo.

„Kein Baum versucht so zu wachsen wie ein anderer Baum. Kein Baum gleicht dem anderen. Stelle dir vor, alle Menschen würden gleich aussehen und die gleichen Dinge tun und sagen. Das wäre doch langweilig!“

Cleo hat fasziniert zugehört. „Wie kann ich mich verwurzeln?“

Kira lächelt sie geheimnisvoll an. „Möchtest du es ausprobieren?“

Cleo nickt eifrig.

„Gut, dann stelle deine Füße auf den Boden. Du kannst stehen oder sitzen, das ist egal“, sagt Kira und Cleo stellt ihre Füße flach auf die Erde.

„Als nächstes stelle dir vor, dass auf der Unterseite deiner Füße jeweils eine Tür ist. Mache beide

Türen auf und lasse goldene Wurzeln aus deinen Füßen in die Erde wachsen. Immer tiefer und tiefer. Spüre, wie es sich anfühlt und vertraue darauf, dass es funktioniert. Es genügt, wenn du es dir vorstellst.“

Cleo schließt ihre Augen, um sich besser konzentrieren zu können und Kira lässt ihr Zeit.

„Nach einer Weile, wenn es sich für dich richtig anfühlt, ziehe deine Wurzeln wieder in deine Füße zurück und schließe die Türen. Ich rate dir, regelmäßig zu üben. Spüre, dass du sicher bist und wachse voller Vertrauen der Sonne entgegen. Und je näher du dem Himmel kommst, desto tiefer lasse deine Wurzeln in die Erde wachsen. Das macht dich stark und gesund.“

„Das mache ich“, sagt Cleo. Es fühlt sich gut an, wenn auch noch ein wenig ungewohnt.

„Das zweite Geheimnis“, fährt Kira fort, „ist zugleich ein Geschenk. Eine gute Freundin möchte es dir gerne überreichen.“

In diesem Moment löst sich aus dem dicken Stamm der Kastanie eine schöne und starke Frau. Ihr Körper ist überall mit Kastanienblättern bedeckt und ihre schwarzen Haare sind wild um kleine Äste gewickelt, die nach allen Seiten von ihrem Kopf abstehen und an denen Kastanien hängen. Ihre großen, kastanienbraunen Augen schauen Cleo liebevoll an.

„Mein Name ist Kastana, ich bin der Baumgeist der Kastanie und ich bringe dir ein Geschenk aus dem Königreich der Lüfte.“

In ihren Händen, die aus zarten Ästen bestehen, hält sie eine kleine, weiß leuchtende Kugel. Es ist keine feste Kugel, sie scheint aus Nebel zu bestehen.

„Das ist Myriell. Sie wurde aus reiner Luft erschaffen“, erklärt Kastana. „Du darfst sie in deine Lungen aufnehmen, wenn du das möchtest. Sie hilft dir, frei zu atmen.“

Kastana reicht ihr die Kugel. Sie fühlt sich angenehm an, so wie frischer Nebel am Morgen.

„Bist du bereit?“, fragt Kastana und blickt sie aufmunternd an.

Cleo nickt, hält Myriell dicht vor Mund und Nase und atmet tief ein. Dankbar lächelt sie Kastana an, die ihr zum Abschied noch einmal zuwinkt und dann wieder mit der Kastanie verschmilzt.

„Ich verrate dir noch ein drittes Geheimnis“, meldet sich Kira wieder zu Wort und wendet sich Cleos Lungen zu. „Du hast ein Helferlein in deinen Lungen, das dafür verantwortlich ist, dass du so oft schlecht Luft bekommst. Pustella, warum geht ihr immer so schnell die Puste aus?“

Eine Stimme, die wie das Rauschen des Windes klingt, antwortet flüsternd. „Ich wollte, dass sie mal zur Ruhe kommt. Ständig sind andere Menschen um sie herum. Ich dachte, wenn ihr die Puste ausgeht, nimmt sie sich mehr Zeit für sich selbst. Es tut mir leid, dass es ihr so schlecht geht. Das wollte ich nicht.“ Kira nickt verständnisvoll. „Du wolltest nur helfen und dafür danke ich dir.“

Kira schaut auf Cleos Bauch. „Und Du, Fräulein Sensibille, warum lässt du sie so oft niesen, ihre Augen jucken und ihre Nase laufen? Warum lässt du sie so oft krank sein?“

Ein leises Räuspern ist zu hören. „Sie ist nicht gerne mit sich allein, weil sie noch nicht erkannt hat, was für eine wunderbare Freundin sie ist. Ich wollte, dass sie das erkennt. Dann braucht sie auch keine Angst mehr zu haben, alleine zu sein oder keine Freunde zu haben.“

Kira nickt nachdenklich. „Du wolltest nur helfen und ich danke dir dafür. Ich frage mich allerdings, warum du sie im Sommer nicht genauso allergisch auf Gräser und Pollen reagieren lässt wie im Frühling, Herbst und Winter?“

„Ich weiß es nicht“, sagt Fräulein Sensibille etwas verlegen.

Kira wendet sich an Cleo. „Was hältst du davon, dich ab jetzt neben deinen Freunden auch regelmäßig mit dir selbst zu verabreden? Werde deine allerbeste Freundin und verbringe immer wieder Zeit nur mit dir.“



„Wie werde ich meine allerbeste Freundin?“, fragt Cleo, die sich nicht vorstellen kann, wie das gehen soll.

„Höre dir aufmerksam zu, tröste dich und vergib dir, wenn du mal einen Fehler gemacht hast. Lache mit dir und freue dich, dass es dich gibt. Frage dich, worauf du gerade Lust hast und wenn es möglich ist, tue es. Wie behandelst du deine beste Freundin? Was tust du für sie? Was würdest du ihr niemals antun? So verhalte dich auch dir gegenüber“, erklärt ihr Kira und scheint in Erinnerungen zu schwelgen. „Als ich damals meine allerbeste Freundin wurde, war das zunächst ungewohnt, aber mit der Zeit macht es einen Heidenspaß“, sagt Kira und schmunzelt.

„Das mache ich“, sagt Cleo. Sie ist neugierig, wie es ist, seine allerbeste Freundin zu sein.

Kira lächelt und schaut wieder auf Cleos Lungen und Bauch. „Ihr beiden habt es gehört. Sie wird sich von nun an öfter um sich selbst kümmern. Ich glaube, wir alle wollen, dass es ihr gut geht, oder?“

„Ja“, sagen Pustella und Fräulein Sensibille gleichzeitig.

„Gut, dann habe ich einen Vorschlag“, sagt Kira. „Du, Pustella, sorgst ab sofort dafür, dass sie frei atmen kann und genug Luft bekommt. Du kannst gerne Myriell um Hilfe bitten. Gemeinsam schafft ihr das.“

„Ich bin einverstanden“, antwortet Pustella.

„Und Fräulein Sensibille, du weißt, wie du sie und ihren Körper im Sommer auf Gräser und Pollen reagieren lässt. Genau so kannst du sie und ihren Körper ab sofort im Frühling, Herbst und Winter auf alle Gräser und Pollen reagieren lassen.“

„Einverstanden“, sagt Fräulein Sensibille und Kira nickt zufrieden.

Wenig später klettert Cleo wieder auf Pegasus Rücken, der seine Flügel ausbreitet und sanft vom Boden abhebt. Von hier oben sieht der See aus wie ein riesiger, funkelnder Kristall mit all den Sternen, die sich in seinem Wasser spiegeln. Kira begleitet sie noch eine Runde um den See bevor sie in Richtung Eulenburg fliegt. „Danke“, ruft Cleo ihr zum Abschied hinterher und sieht gerade noch, wie Kira kopfüber in die Baumkronen eintaucht.

Es dauert nicht lange bis sie wieder auf Cleos Fensterbank landen. „Das Sternenlicht sei mit dir“, sagt Pegasus lächelnd. „Danke für diese wunderschöne Reise zu den Sternen und zurück“, flüstert Cleo mit Tränen in den Augen. Sie schaut Pegasus nach, der immer höher fliegt bis er wieder seinen Platz am Himmel eingenommen hat. Cleo winkt ihrem neuen Freund noch einmal zu, bevor sie sich unter ihre Bettdecke kuschelt. Was für ein Abenteuer! Glückliche und zufriedene schläft sie ein.

Einige Zeit später sitzt Cleo am See. Jannis und Fee sind noch nicht da. Früher hätte sie zuhause ungeduldig auf die beiden gewartet, aber heute ist sie einfach schon mal losgegangen. Sie genießt die Ruhe, ihre Nase ist frei und sie bekommt gut Luft. Niesen musste sie heute noch gar nicht. Sie fühlt sich richtig gut. Sie hat ihre Schuhe ausgezogen und lässt ihre Wurzeln tief in die Erde wachsen. Es ist ein herrlicher Tag. Der Wind spielt mit dem Wasser des Sees, das in der Nachmittagssonne golden schimmert. Um sie herum liegen hunderte gelbe Kastanienblätter. „Sei begrüßt, Kastana“, ruft Cleo übermütig. Dann lauscht sie angestrengt, aber da ist nichts. Ein wenig enttäuscht zuckt sie mit den Schultern und springt kurz darauf erschrocken auf. Drei Kastanien sind direkt zwischen ihren Füßen gelandet und aufgeplatzt. Cleo lacht. „Ich wünsche dir auch einen schönen Tag, Kastana!“ Dann lässt sie sich wieder ins Gras fallen. „Ich bin genau zur richtigen Zeit am richtigen Ort“, denkt sie glücklich und genießt, wie die frische, würzige Herbstluft in ihre Lungen strömt. Es ist ein herrliches Gefühl, frei atmen zu können.

