

## Läsprov

*Ta några djupa andetag... Lägg handen på magen så att du känner hur din mage höjer och sänker sig när du andas. Jag vill att du låter dina tankar segla förbi som små moln ovanför ditt huvud. Låt dem segla förbi utan att bry dig om dem just nu. Jag vill att du känner efter, lyssnar på din andning, känner hur din mage höjer och sänker sig.*

*Tänk dig att du står på ett högt berg. Nedanför berget finns en stor trädgård. Det är din trädgård så det är bara du som vet hur det ser ut där nere... Nere i din trädgård står ett stort tält. Du har aldrig sett ett så stort tält förut. Nu ska du få vara med om något som jag tror att du inte har varit med om tidigare. Tänk att du tittar upp mot himlen... där kommer en stor ballong flygandes. Vilken färg har ballongen...? Ballongen har ett långt snöre. Ta tag i snöret och håll fast dig så hårt du bara kan. Du ska nu med ballongens hjälp hoppa eller flyga ner för berget... Du är väldigt modig som vågar! För i fantasin är allt möjligt eller hur? Nu flyger eller hoppar du rakt ut från berget. Känn hur dina fötter lyfter från marken... Ballongen lyfter dig... Hur känns det? Är det läskigt eller bara kul...? Känn efter hur det känns i kroppen... Nu är du högt uppe i luften... Kittlar det i magen...? Försiktigt sjunker du ner mot det stora tältet. Sakta, sakta sjunker du ner och ser att marken närmar sig mer och mer. Nu sätter du fötterna i marken och landar mjukt. Har du haft en rolig stund i luften...? Nu kan du släppa ballongen och låta den flyga iväg bland molnen. Ballongen ska flyga i väg på nya äventyr, och du ska gå mot det stora tältet. Det finns en stor öppning där du kan gå in. Det är ett stort cirkustält och du går in genom öppningen. Vad ser du?...*