



Traumfänger

Natürlich schöne Träume fangen

Eine Legende besagt, dass Traumfänger über dem Bett aufgehängt werden, um gute Träume einzufangen und auf die Schlafenden schweben zu lassen; die schlechten Träume sollen im Netz der Fäden hängenbleiben. Bei Sonnenaufgang verschwinden sie wieder. Guter Schlaf ist wichtig. Und wann könnten Kinder den besser gebrauchen als in der Vorweihnachtszeit, wenn all die Wünsche und Feiertagsvorbereitungen und Heimlichkeiten sie vor Aufregung nicht schlafen lassen. Den eigenen Traumfänger selber zu basteln ist besonders schön.

1 Das wird benötigt

- lange, biegsame Zweige, von Hasel oder Weide zum Beispiel, auch Lärche eignet sich
- Wolle, Bast, Baumwollschnur oder auch Basteldraht
- Schere
- außerdem Blätter, Ästchen, Zapfen, wenn vorhanden auch Blüten und Kräuter; anstatt der klassischen Federn

2 So gehts

- Zweig auswählen und zu einem Kreis biegen. Nicht frisch geschnittene Zweige einige Stunden ins Wasser legen, damit das Holz wieder elastisch wird und beim Biegen nicht bricht.
- Die Enden miteinander verschlingen; ggf. mit einem Stück Schnur zusammenbinden. Es macht nichts, wenn der Kreis nicht rund ist. Auch ein Herz lässt sich formen und zwar so: Zwei oder mehr Zweige an einem Ende festzusammen binden. Dann den einen Zweig links im Bogen zurück führen, den anderen rechts. Beide Ende an der gleichen Stelle festbinden.
- Wolle auswählen, am Kreis festknoten und wickeln, bunt, eng, luftig, wie es gefällt. Wichtig: der Faden nicht zu lang sein, sonst verheddert er sich. Lieber immer wieder ein neues Stück anknoten. Am Ende Faden gut verknoten.
- Mit einem weiteren Faden eine Art Netz kreuz und quer über den Ring spannen – darin verfangen sich die Träume.
- Nun braucht es noch Verzierungen zum Anhängen. Fünf Stück bringen Glück. Was die Kinder nehmen ist egal: Blätter können gelocht und angebunden werden. Großes buntes Laub kann in Formen geschnitten werden, Herzen zum Beispiel. Zapfen, Nüsse, Federn, alles ist möglich. Besonders gut sind kleine Kräuterbüschel. Die riechen gut und fördern bessere Träume. Dafür einige Kräuterzweiglein zu Büscheln zusammenfassen und an den Stielen zusammen binden und am Traumfänger befestigen.
- Was an Blüten, Blättern und anderen Naturmaterialien noch übrig ist, kann jetzt ins Netz gesteckt werden, als zusätzlicher Blickfang. Und Traumfang.

