

BALANCIERSTAMM

Im Gleichgewicht zu sein bedeutet, dass äussere und innere Kräfte ausgeglichen sind. Die Balance zu finden ist nicht immer einfach ...

➔ **Versuche, über den Stamm zu balancieren ohne den Boden zu berühren.**

◆ *Gelingt es dir auch, mit jemand anderem zu kreuzen?*

Auch der Wald sucht im Kräftespiel von äusseren und inneren Kräften ein Gleichgewicht. Äussere Kräfte für den Wald sind beispielsweise die Witterung, Luftschadstoffe oder ein Sturm. Alle Lebewesen sind Teil eines riesigen Nahrungsnetzwerks, das nach dem Prinzip "Fressen und Gefressen werden" funktioniert. Verschwindet eine Tier- oder Pflanzenart ganz aus dem Wald, kommt das gesamte Gefüge aus dem Gleichgewicht wie bei einem Mobile.

Die inneren Kräfte spürst du bei einem Waldspaziergang. Nachher fühlst du dich wohler und ausgeglichener.

