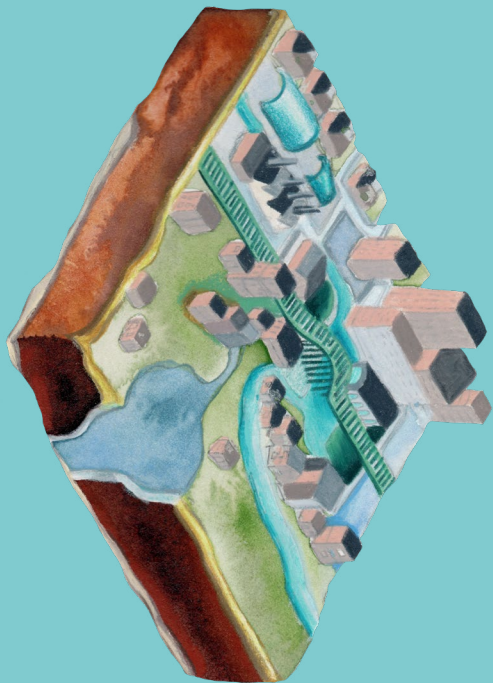


# OHREN SEHEN



## Die Stadt

Der Beton ist die äußerste Schicht der Stadt: grau und staubig. Der Asphalt ist dein Untergrund, ihn berühren deine Füße. Bei Hitze schmilzt er, vieles klebt an ihm. Auch dein Gang wird klebrig, bis du ganz zum Stehen kommst. Es blinkt und hupt, es rast und zischt der Straßenlärm an dir vorbei.

Hörst du den Puls der Stadt? Den Beat, den Rhythmus und die Melodie der Stadtgeräusche um dich herum? Lass sie zu einem City-Song in dir erklingen. Wenn du magst, kannst du sie mit dem Handy oder Aufnahmegerät aufnehmen.

# OHREN SEHEN



## Sehende Ohren

Mit deinen Ohren nimmst du nicht nur die Welt um dich herum wahr. Sie sorgen auch für dein Gleichgewicht und die räumliche Orientierung. Das äußere Ohr (Ohrmuschel), das Mittelohr (Trommelfell und Paukenhöhle) und das Innenohr (Schnecke und Gleichgewichtsorgan) sind über den Gehörgang miteinander verbunden und bilden gemeinsam das Ohr.

Berühre deine Ohrläppchen, massiere sie leicht, um die Ohren zu aktivieren. Lass dich von deinen Ohren durch den Raum und das, was dich umgibt, führen.

# OHREN SEHEN



## Der Erdboden

Berühre mit deinen Fingerspitzen die Erde auf dem Boden unter dir. Nimm etwas Erde in deine Hände. Wie fühlt sie sich an? Wie riecht sie? Was ist das für Erde – Muttererde, Sand- oder Tonboden, Komposterde, Pflanzen- oder Blumenerde? Was findest du Besonders: Laubblätter, Holz, Steine, Äste, Staub oder auch Müll? Grabe dich mit deinen Händen tief in die Erde. Vielleicht begegnest du anderen Lebewesen.



# OHREN SEHEN

## Die Vögel

Amsel, Buntspecht, Dohle, Elster, Kolibri, Eule, Adler, Krähe ... Sie alle kommunizieren singend und durch kurze Rufe – etwa, um auf sich aufmerksam zu machen oder ihr Revier zu verteidigen. Wenn Gefahr droht, warnen sie andere Vögel durch kurze Alarmrufe, die Raubtiere schwer orten können. Die Vogelsprache ist sehr vielfältig und beeindruckend, denn Vögel zwitschern und trällern international.

Spitze deine Lippen und lege die Zungenspitze an die unteren Schneidezähne. Dann lass die Luft mit etwas Kraft ausströmen, bis ein Pfeifton entsteht. Bewege die Zunge und den Unterkiefer leicht, so dass unterschiedliche Töne erklingen und vielleicht sogar eine Melodie zu hören ist.

# OHREN SEHEN

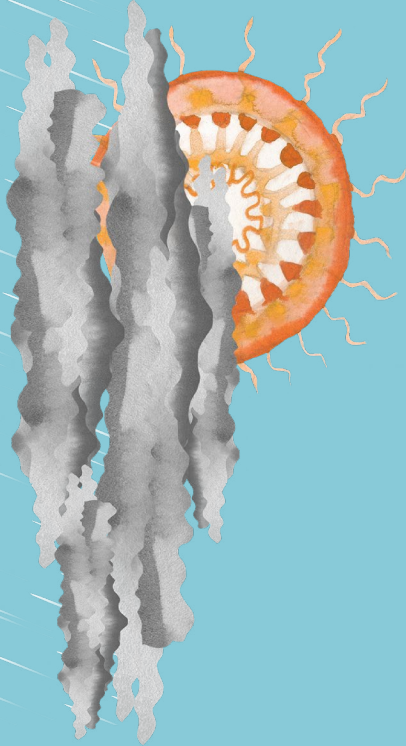


## Das Wasser

Regen, Bäche, Flüsse, Seen, Meere: Sie alle tragen Wasser in und mit sich. Zwei Drittel der Erdoberfläche ist von Wasser bedeckt. Die Atome, aus denen Wasser besteht, sind älter als die Erde selbst. Es gibt unzählige Arten von Wasser, z.B. Süßwasser, Salzwasser, Meerwasser, Grundwasser, Oberflächenwasser, Trinkwasser...

Fülle ein Glas mit Wasser. Nimm einen, zwei, drei Schlucke und stell dir vor, du kannst mit deinen Bewegungen kontrollieren, wohin das Wasser in und durch deinen Körper fließt.

# OHREN SEHEN



## Das Wetter

Finde einen Ort, an dem du das Wetter wahrnehmen kannst, wie es sich immerzu verändert. Dort, wo sich der Himmel über dir weit öffnet und du nicht nur den peitschenden Wind und die wärmenden Sonnenstrahlen auf deiner Haut spürst, sondern auch die Regentropfen, die an dir haften bleiben.

Schließe deine Augen, spüre das Wetter: Wie warm oder kalt ist es? Was bewegt sich um dich durch die Luft? Du kannst dich mitbewegen.

# OHREN SEHEN



## Die Schlange

Ich bewege mich zwischen Gräsern und Steinen, in den Bäumen, zwischen den Blättern und im Wasser. Die größte und schönste Quelle im Bergwald, das ist mein Zuhause. Der Ort, an dem alles begann, wo das reinste und klarste Wasser entspringt. Eines Tages machte ich mich auf und schlängelte das Tal hinab. Dort lernte ich die Stadt kennen. Hinter mir floss stets das Wasser.

Nimm einen Schluck Wasser, lass das Wasser durch deinen Körper fließen. Denk daran: Es gibt dir Leben, beschützt und ernährt dich. Wenn du es küsst, löscht es deinen Durst.

# OHREN SEHEN

## Die Wolken

Lege dich auf den Boden und schaue die Wolken an. Wie weich und flauschig sie sind! Kann dein Körper auch so werden?

Als Wolke weitest du dich aus, in alle Richtungen, und wirst immer schneller. Gemeinsam mit den anderen Wolken ziehst du an einen Ort, der wie für dich gemacht scheint.

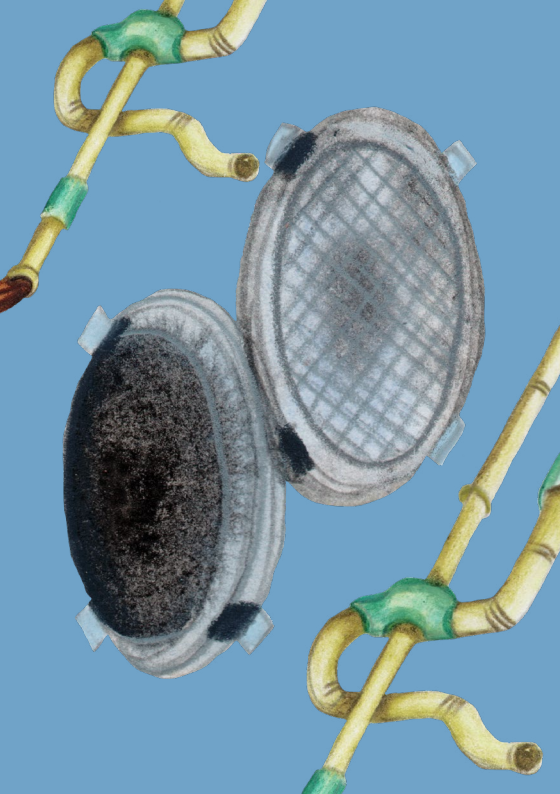


# OHREN SEHEN



## Der Samen

Suche einen Samen von einer Blume, einem Getreide, einer Hülsenfrucht, vielleicht auch einen Apfel- oder Birnenkern. Grabe ein kleines Loch in den Boden und lege deinen Samen hinein. Wenn er bequem liegt, decke ihn mit Erde zu und tanz darauf. Stell dir vor, was hier alles wachsen wird!



# OHREN SEHEN

## Der Gully & die Kanalisation

Ich stehe ständig unter hohem Druck. Durch meine Rohre rauscht das Abwasser aus den Häusern. Doch nicht nur das: Ich trage auch die Chemikalien aus den Fabriken, das Regenwasser, das die Straßen hinunterläuft und den Müll, der in die Gullys gespült wird, mit mir. Das ist meine Aufgabe: Den Dreck mitzunehmen.

Was hast du schon alles die Toilette hinuntergespült? Würdest du gerade gern etwas die Toilette runterspülen, was dich nervt und was du gern loswerden möchtest?