

# Muttwald

Waldgenuss

## Beschreibung

Der Wald ist ein grünes Wunder. Beständig keimt und wächst, grünt und verfällt etwas. Schon auf einem Quadratmeter Fläche leben zahllose Tier- und Pflanzenarten, Flechten und Pilze. Eine Einladung, um diesen Resonanzraum mit allen Sinnen zu erkunden. Es raschelt, knackt und duftet. Anders als beim starren Arbeiten am Computer, werden Körper und Geist im Wald ganzheitlich angeregt. Außerdem ist es wissenschaftlich erwiesen, dass Waldluft gesund ist. Dazu tragen nicht nur die ätherischen Öle von Nadelbäumen bei, sondern auch die vielen Mikroben, die die Abwehrkräfte stärken.