

Fang lyden av vann

Lukk øynene et minutt og bare lytt til vannet.

Øret legger merke til ting øyet hopper forbi.

Finn rennende eller skvulpende vann. Lukk øynene sammen ett minutt og bare lytt, uten å si noe.

15 min

“Hva hørte dere som dere ikke la merke til før dere lukket øynene?”