



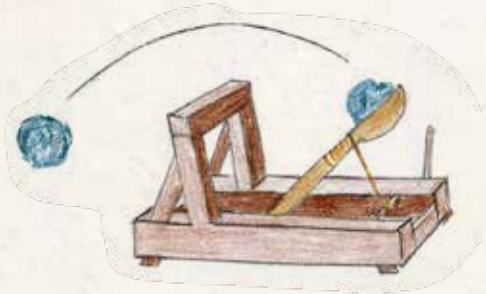
Overleven
in de natuur
Tilia

Ik schrijf over
planten, bomen,
dieren en over hoe
je de natuur en
natuurkrachten
kunt gebruiken om
te overleven.

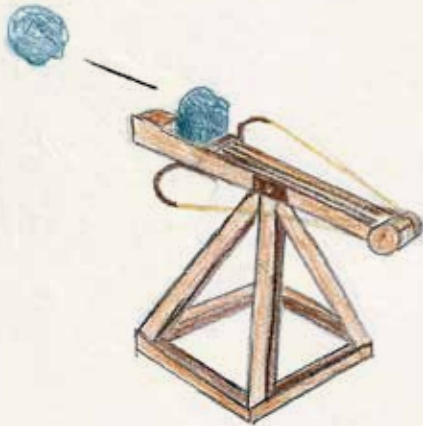
Tilia

Katapult

De katapult was een belangrijk wapen in de oudheid. Er zijn grote katapulten en kleine handkatapulten.



Boogbaangeschut



Vlakbaangeschut

Er werd geschoten met:

- * stenen
- * pijlen
- * kogels
- * vuurpotten



Let op: een katapult is een verboden wapen.

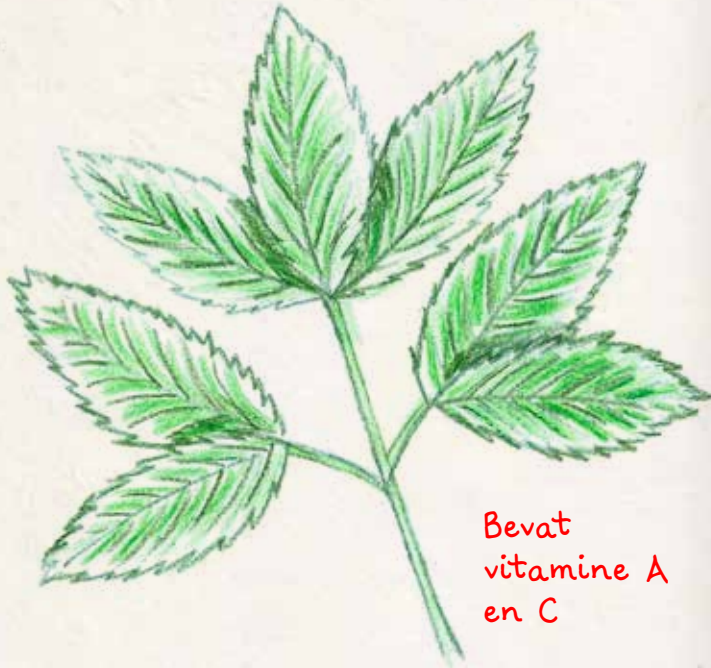
Tilia

Handkatapult

Deze kun je zelf maken van een y-vormige tak, elastiek en een stukje rubber of leer.

Zevenblad

Zevenblad groeit op veel plekken als **onkruid**. Eigenlijk is het **groente**.



Bevat
vitamine A
en C

Recept voor salade

Snijd de blaadjes en doe er wat olijfolie en azijn bij.



De bloemen zien er zo uit. Dit heet een **schermbloem**. Je kunt ze ook eten.

Recept voor stampot

Bak het zevenblad met olie.
Stamp gekookte aardappels tot puree en schep het gebakken zevenblad erdoorheen.
Lekker met bonen.

Zevenblad is vroeger door de **Romeinen** overal aangeplant om hun leger onderweg van voedsel te voorzien. Monniken hadden dit plantje vaak in de moestuin van hun klooster staan. Nu woekert het overal.

Tilia

Bijvoet

Deze plant groeit in bijna elk weiland aan de slootkant. Kauwen op een blaadje helpt tegen **vermoeidheid en pijn**. Het kan ook helpen tegen maagkramp, wormen, verkoudheid en blauwe plekken. De smaak is heel **bitter**.



Tilia

Romeinse soldaten legden blaadjes bijvoet in hun schoenen. Zo konden ze lang lopen zonder moe te worden. Een kruid voor **bij-je-voet** dus.



Wierrook maken

Bijvoet verdrijft insecten en vieze geuren. Pluk een paar stelen met bloemknoppen. Laat ongeveer twee dagen drogen. Maak met een touwtje een bundel van de takjes. Steek een kant aan en blaas de vlam uit, zodat de takjes gaan roken

Tegen kwade geesten en onheil

In de Middeleeuwen noemde men bijvoet **Moeder aller kruiden**. Mensen dachten dat niet alleen hielp bij allerlei ziekten, maar je ook kon beschermen tegen pest, kwade geesten en onweer. Een takje onder je kussen zou helpen tegen nachtmerries.

5 elementen

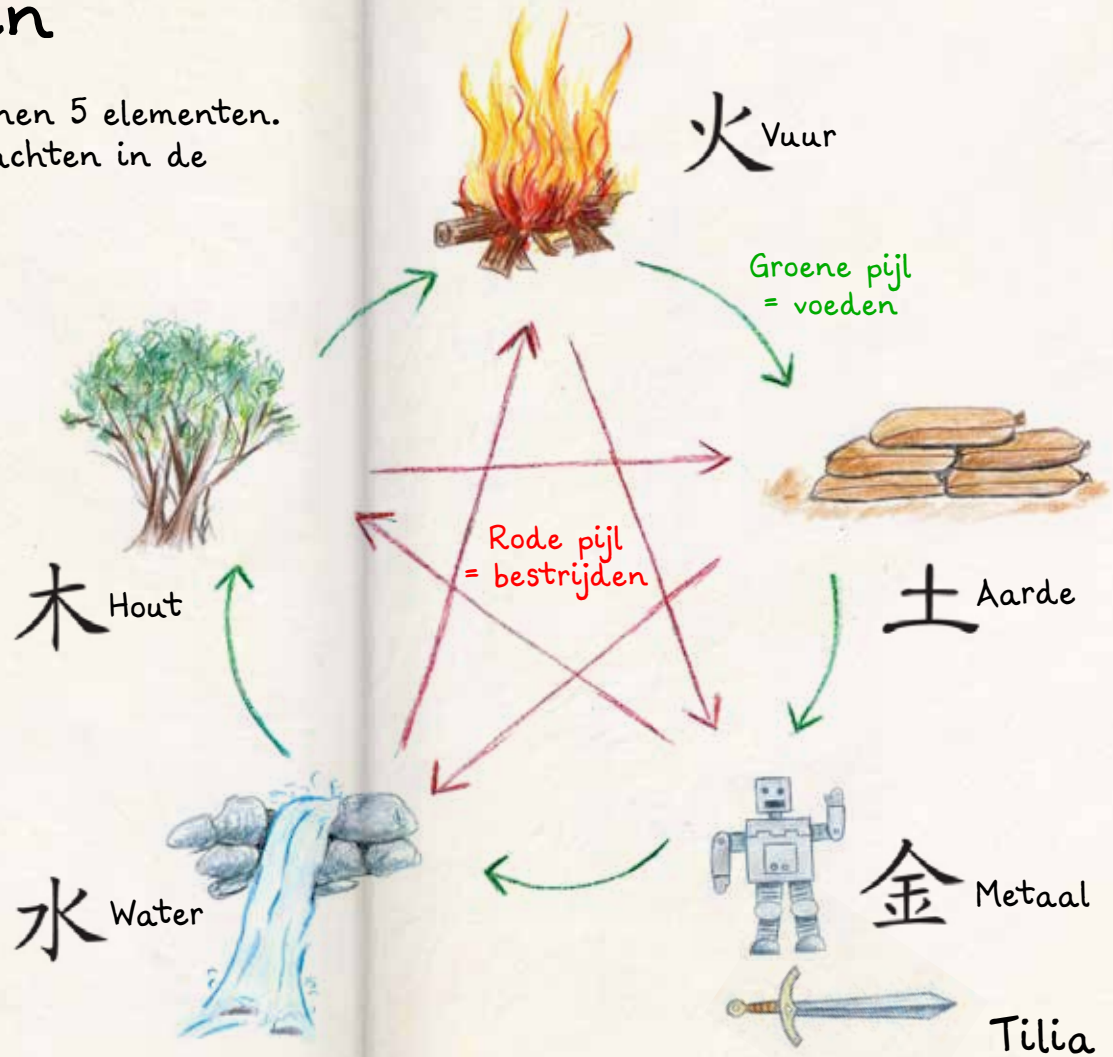
De oude Chinezen kennen 5 elementen. Dit zijn belangrijke krachten in de natuur.

Ze kunnen elkaar voeden en sterker maken.

Dit zijn de groene pijlen in de cirkel.

Ze kunnen elkaar ook bestrijden en verzwakken.

Dit zijn de rode pijlen in de ster.



5 elementen

Een heleboel dingen zijn volgens de oude Chinezen onderverdeeld in 5 elementen.



Vuur



Aarde



Metaal



Water



Hout



Wit

Zwart
Blauw

Groen

Scherp

Zout

Zuur

Herfst

Winter

Lente

Verdriet

Angst

Woede

Longen

Nieren

Lever

Dikke darm

Blaas

Galblaas

Huilen

Kreunen

Schreeuwen

neus

Oren

Ogen

Kleur

Rood

Geel

Smaak

Bitter

Zoet

Seizoen

Zomer

Nazomer

Emotie

Vreugde

Zorgen

Orgaan

Hart

Milt

Dunne darm

Maag

Geluid

Lachen

Zingen

Zintuig

Tong

Mond

Vuur

Vuur komt in de natuur voor bij een **blikseminslag** of door een **vulkaan-uitbarsting**.

Het was voor mensen heel belangrijk dat ze leerden om vuur te maken. Zo konden ze hun grot verwarmen en eten koken.

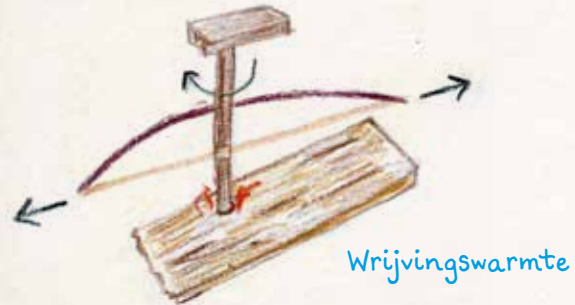


Er zijn geen dieren die zelf vuur kunnen maken.

Wapens met vuur

Vroeger werd er **brandende pek** van een kasteelmuur gegooid of er werd met **brandende pijlen** geschoten. Toen het **buskruit** uitgevonden werd, kwamen er **vuurwapens**.

Oude manieren van vuurmaken:



Vuursteen

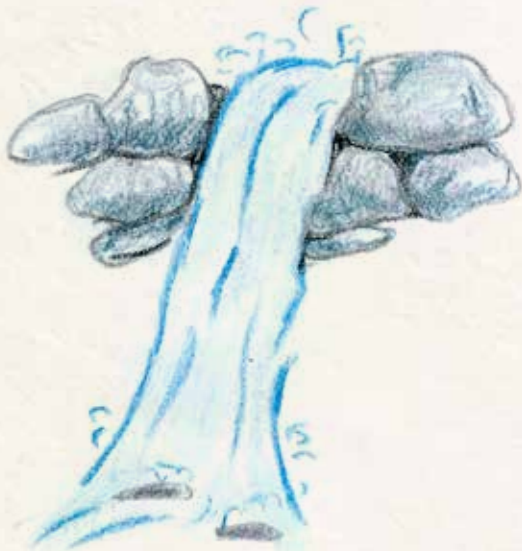
Tilia

Water

Water is de bron van het leven.

Het voedt alles wat groeit, zoals bomen, planten, dieren en mensen.

In de bergen komt vaak geneeskrachtig water voor.



Water kan ook gevaarlijk zijn. Mensen kunnen verdrinken door een vloedgolf of een overstroming. Of ze kunnen onderkoeld raken in koud water.

Wapens met water

Een kasteel heeft vaak een slotgracht ter verdediging. Een waterkanon is bedoeld om mensen uit elkaar te drijven.

Vechtsport

Goede krijgers zeggen vaak dat je moet vechten als water.

Je gedachten moeten zo kalm zijn als een windstil meer.

Je energie moet zo sterk zijn als een snelstromende rivier.

En je lichaam moet zo soepel zijn als waterdamp. Je bent overal, maar niemand kan je pakken.

Tilia

5 elementen

Hoe ze elkaar voeden

Zo maken de krachten elkaar **sterker**:

Na een vuur ontstaat er as.
As maakt de aarde vruchtbaarder.



Uit de aarde wordt metaal gedolven.



Dit is niet zo duidelijk. Misschien dachten de oude Chinezen dat bij een goudader water tevoorschijn kwam.



Water voedt alles wat leeft.



Hout is brandstof voor vuur.



5 elementen

Hoe ze elkaar bestrijden.

Deze krachten maken elkaar **zwakker** of ze houden elkaar in bedwang:

Met vuur kun je metaal smelten.



Vuur bestrijdt metaal

Metalen gereedschap, zoals een bijl en zaag, kan hout kapot maken.



Metaal bestrijdt hout

De wortels van een plant zorgen ervoor dat de aarde bij elkaar blijft. Daarom zijn planten in de duinen zo belangrijk.



Hout bestrijdt aarde

Aarde wordt gebruikt om water in te dammen. Denk maar aan dijken, duinen en oevers.



Aarde bestrijdt water

Water blust vuur.



Water bestrijdt vuur