Bílá sobota

Aktivita:  
 Rodina se sesedne. Každý napíše na svůj lísteček, co by rád pohřbil. Snad starý konflikt, nebo životní vzorce jako vlastní citlivost, lehkou vznětlivost, nedorozumění, které kalí ovzduší, zranění, sebeobviňování, pocity viny.  
Pak se lísteček mlčky zmačkat a hodit do krabičky. Pak je možné jít do zahrady a vyhrabat díru., do které se dají cedulky hodit a zaházet hlínou. Kdo chce, může na tomto místě pěstovat květinu nebo keř jako znamení toho, že co bylo pohřbeno, přinese nové ovoce. Nebo když zahradu nemáte, můžete cedulky společně spálit. Lze si představit: To staré se skutečně ruší, je to pohřbeno.

Přímluvy

Myslíme dnes na naše blízké, na všechny naše přátele a známé, se kterými bychom byli dnes rádi, na všechny, kteří trpí krizí na všechny, kteří jsou v karanténě, aby se tento čas tichosti stal léčivou dobou.