



PÉČE O ŘEKU EMOCÍ

“Nikdy si neuvědomujeme cenu vody, dokud naše studna nevyschne.”

Thomas Fuller - anglický spisovatel a historik (1608 - 1661)

~ vezmi si k sobě svou kresbu řeky emocí z výzvy č. 59
a reflexi na aktivitu z výzvy č. 60

~ uprav řeku o to, co řeka potřebuje

Potřebuje řeka něco odstranit, pročistit? Potřebuje naopak řeka něco dodat?

Udělej to, opečuj svojí řeku - uprav si jí tak, jak potřebuješ. Hýčkej si svojí řeku, hýčkej si sebe.

Udělej vše pro to, abys přijal/a svou řeku se vším co obsahuje.

~ zamysli se nad tím, co symboly v řece pro tebe znamenají
ve tvém reálném životě (například velký kámen, vyschlý břeh,...)

Zkus najít cesty, jak upravit svůj život nebo mysl o symboly řeky tak, aby se ti s tvou řekou dobře žilo.

