

Asioiden polttaminen nuotiossa

1. Kirjoita vaikeat ja kipeät asiasi paperille ja heitä nuotioon palamaan.
2. Tee sama uudestaan mielikuvissasi.
Tai heitä ajatuksiasi palamaan nuotioon tai heitä ne jokeen.
3. Kirjoita pitkä kuvaus tunteitasi myllertävistä asioista ja polta se juhlallisesti, vaikka vanhassa kurkkupurkissa.
4. Mene puukon kanssa metsään, kerää erilaista palavaa materiaali pohtien sitä omaa ominaisuuttasi, josta tahdot päästä eroon.
5. Rakenna keräämistäsi aineksista tämän ominaisuutesi symboli; taideteos johon lataat hartaasti 1-4 tunnin aikana itsestäsi koko iljetyksen.
6. Sitten laita taideteoksesi kunnolliseen nuotioon ja poltat juhlallisesti sen ja tuon inhottavan ominaisuutesi.