

AGYNYITÁS, AGYTISZTÍTÁS

Nézz fel az égre, és érezd, hogy a nagy kozmosz, a világmindenség része vagy. Hagyd, hogy a nehéz, rossz gondolatokat „kiszívja” fejedből a nagy kozmosz. Érezni fogod, hogy kitisztul a fejed, jó gondolataid támadnak, feltöltődsz energiával, és tisztán fogod látni a világ dolgait. Ha kell, naponta gyakorold az „agynyitást”.