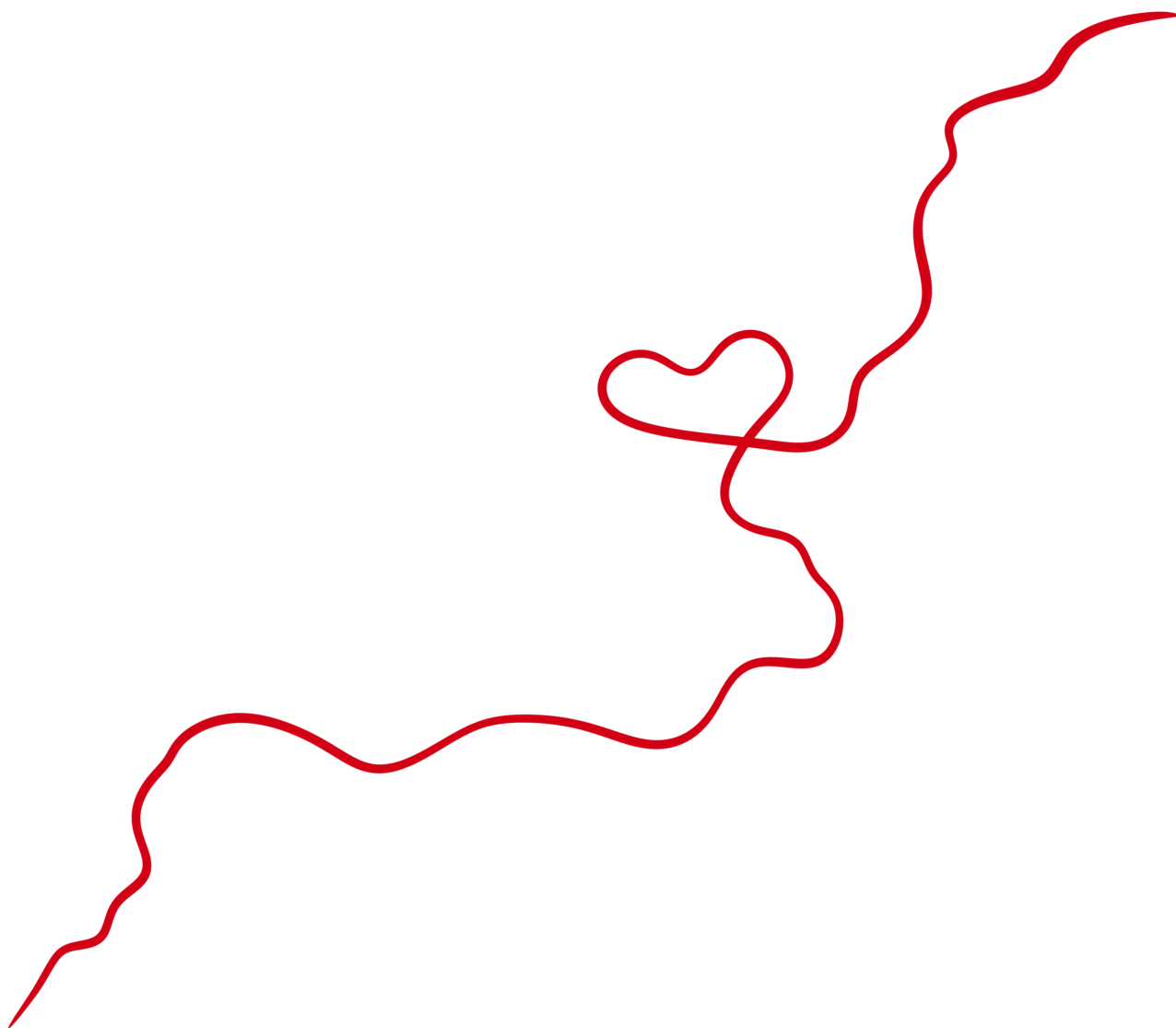
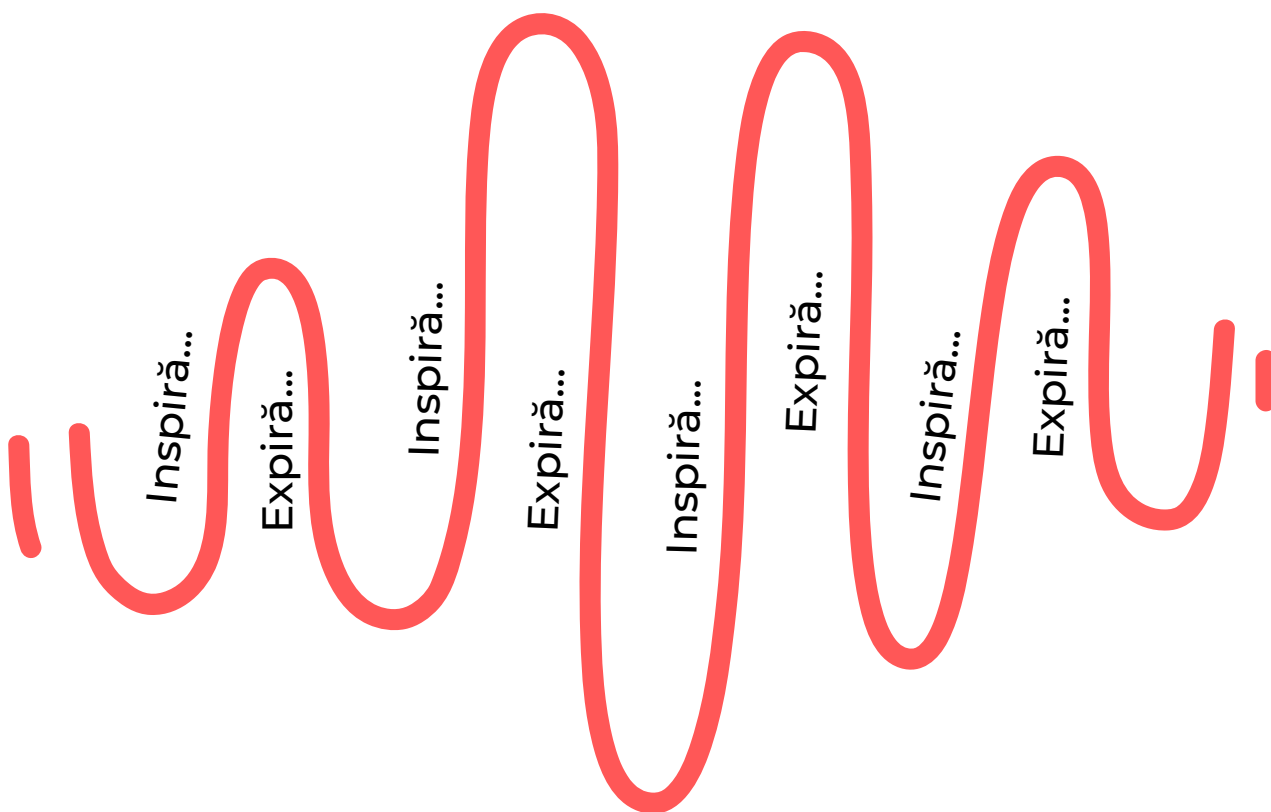


Urmărește Firul roșu

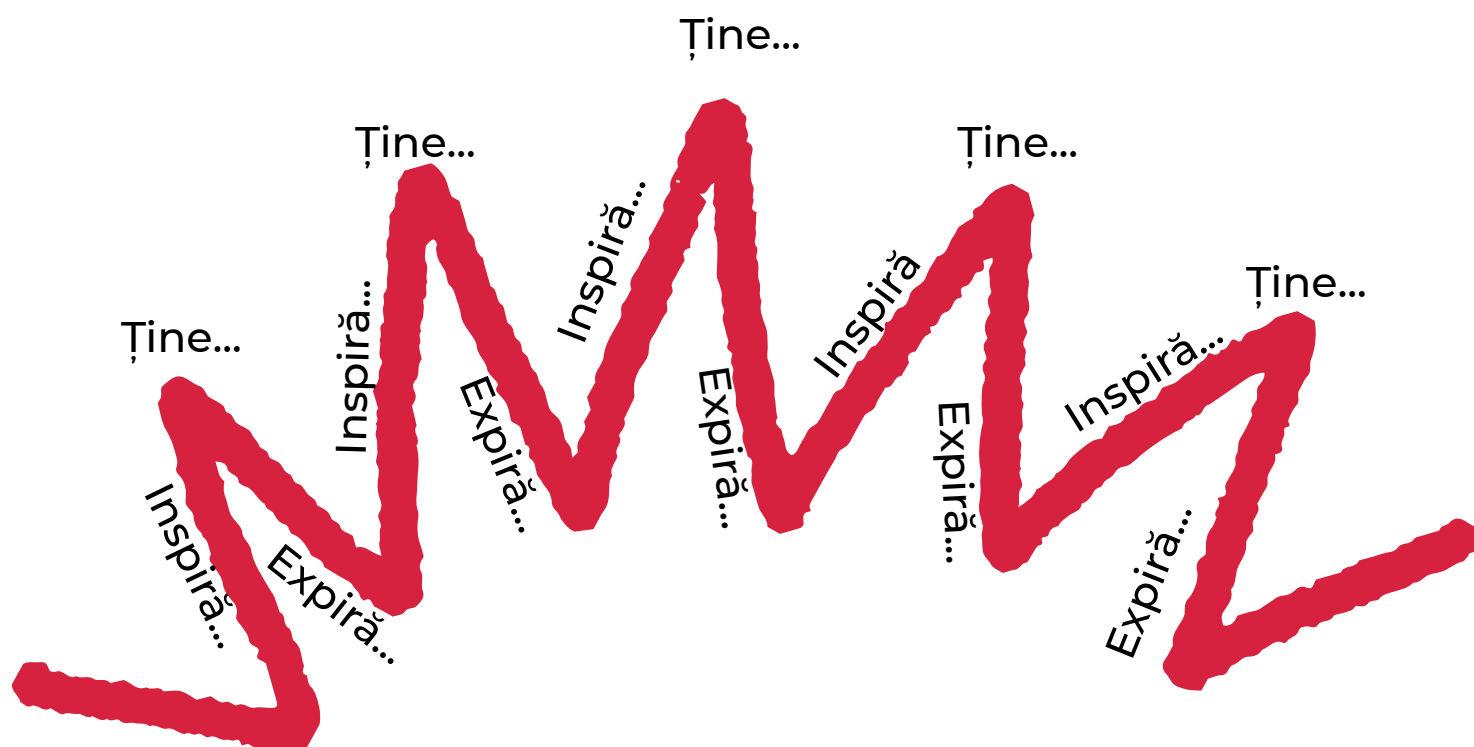


Inspiră, expiră, ține...

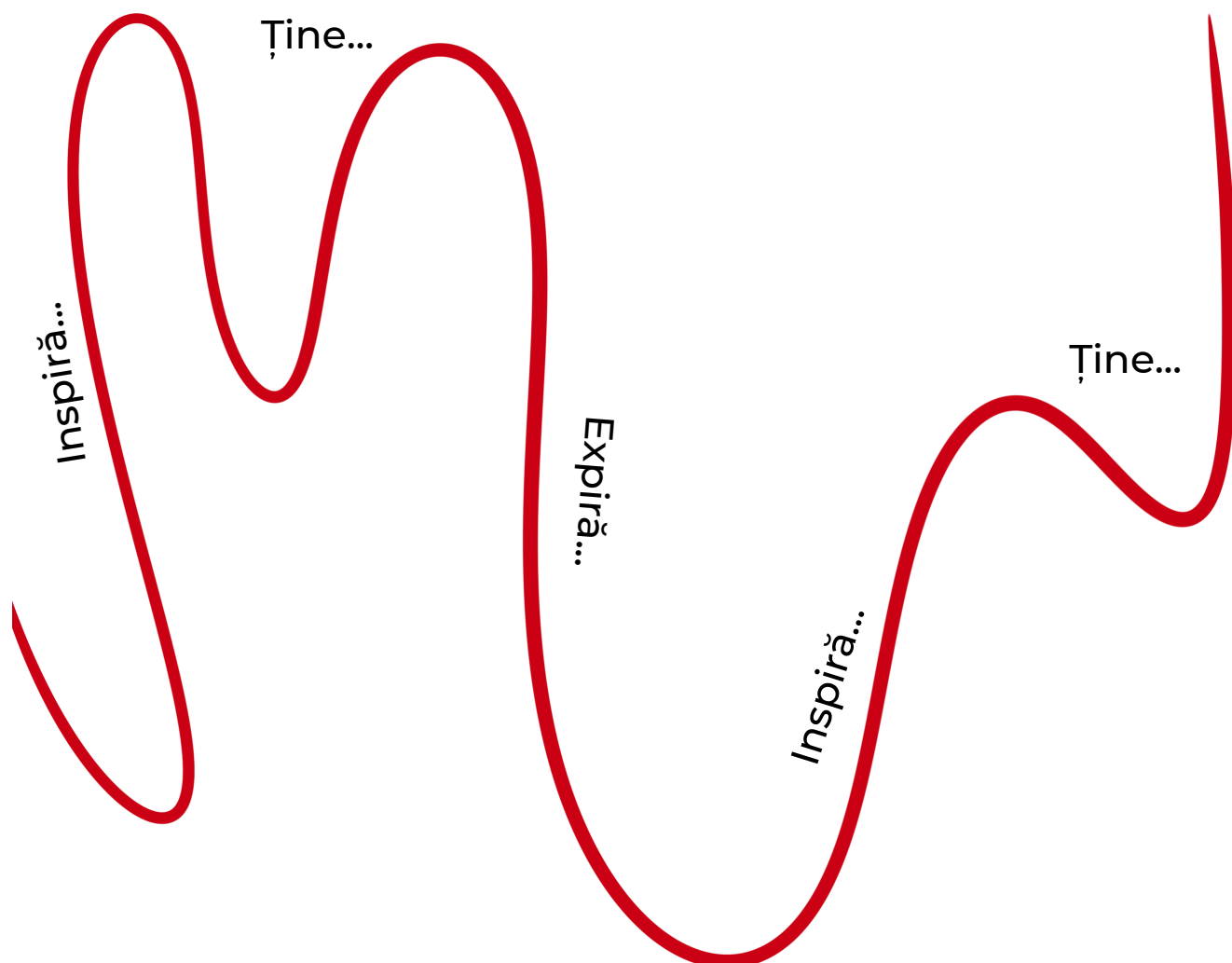
Urmărește încet firul cu degetul și respiră
calm...



Urmărește încet firul cu degetul și respiră
calm...



Urmărește încet firul cu degetul și respiră
calm...



Inspiră...

Ține...

Expiră...

Inspiră...

Ține...