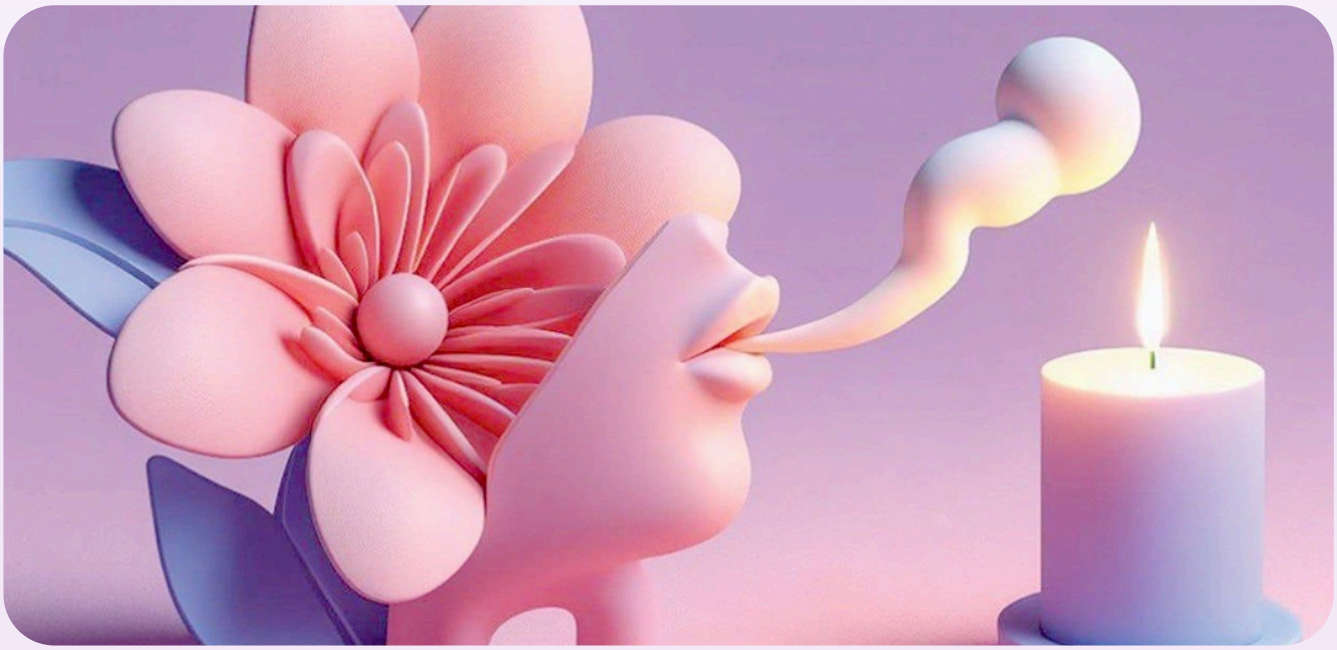
# תרגיל נשימה

## קחו נשימה עמוקה מפרח,
## ונשפו על נר דולק בעדינות, מבלי שיכבה.

חזרו על התרגיל כמה פעמים.



אחרי כל נשימה צובעים עיגול

באיזה צבע, או צבעים, הפרח שלי?
ולמה בחרתי בהם?

סרקו לתרגיל
באפליקציה