

MODEL YIN OG YANG-BALANCE



Tænk på en person, du lige nu kun kan tænke dårligt om.
Hvem er det?

Prøv så at komme i tanke om nogle gode ting ved denne person.

Tænk nu på en person, du kun kan komme i tanke om gode ting ved. Hvem er det?

Prøv så at komme i tanke om nogle dårlige ting ved denne person.
