

## HARJUTUSTIK UUTELE AURADELE

- 5 tiibetlast
- Avardumise harjutus
- Energiatorni harjutus
- Isiklik harjutus
- Jõu harjutus
- Keskendumise harjutus
- Kogumise harjutus
- Kohaloleku harjutus
- Kommunikatsiooni harjutus
- Kristalliseerumise harjutus
- Lõpmatuse harjutus
- Maa-harjutus
- Maandumise harjutus
- Omni-teadvuse harjutus
- Puhastav harjutus
- Püsivuse harjutus
- Sisutuse harjutus
- Südame harjutus
- Tasakaalu harjutus
- Tasandi harjutus
- Tule-harjutus
- Tühjuse harjutus
- Uue alguse harjutus
- Vabanemise harjutus
- Vaimu harjutus
- Valmisoleku harjutus
- Vee-harjutus
- Õhu-harjutus
- Üksinduse harjutus