

Horká čokoláda

Představ si, že držíš hrnek s horkou čokoládou.

Je příliš uřelá na pití, a tak ji potřebuješ pofoukat, aby vychladla.



Přiblíž hrníček k obličeji, dlouze se nadechni a pomalu vydechuj, aby se čokoláda ochladila.

Znou se nadechni a pomalu foukej.

Teď trochu čokolády ochutnej a řekni: „Hmmm...!“

Zkus svoje „hmmm“ prodloužit, jak nejdéle to půjde.

Zkus to znovu! Upij malinko čokolády a řekni: „Hmmmm...!“

Polož hrníček, dlouze se nadechni a pak dlouze vydechni všechen vzduch.

Mňam!