

## Folha de Originações

---

Esta folha é usada quando exercita o Treino 4: Originações.

Tenho uma dor no estômago.

A sala parece maior.

Tive uma contração muscular numa perna.

Sinto-me a afundar.

As cores da sala estão mais brilhantes.

Sinto-me maravilhosamente.

Só agora é que me apercebi de que tenho uma dor de cabeça há anos.

Isto é uma estupidez.

Sinto-me todo confuso.

Tenho uma dor aguda nas costas.

Por alguma razão sinto-me mais leve.

Não te posso dizer.

Sinto-me péssimo — como se tivesse perdido alguma coisa ou algo do género.

Eh pá! Eu não sabia isso antes.

A sala parece estar a ficar mais escura.

Sabes, isto realmente funciona.

Sinto-me muito tenso.

Aquela parede parece estar a mover-se na minha direção.

Sinto-me como se algo me tivesse atingido no peito.

Sinto-me bastante quente.

Sinto-me como se tivesse a cabeça comprimida.

Parece que estou a ver a parede por trás do meu corpo.

Sinto-me tão alto como este edifício.

Esta cadeira é tão confortável que até podia dormir aqui.

Continuo a pensar naquele polícia que apitou para mim esta manhã.

De repente as coisas parecem muito mais brilhantes.

Ainda não terminamos com isto?

Sinto-me como se estivesse a flutuar.

Parece que a parede se está a desmoronar para cima de mim.

Aquela parede parece mesmo estreita.

Uau!!! UAU!!!!!!!

Ai! Oh, ui!

Sinto picadas na cara.

Estou a ficar com sono.

Estou a morrer de fome. Vamos almoçar.

Lembro-me de uma ocasião em que caí e me magoei.

De repente sinto-me tão cansado.

Está tudo a ficar enevoado.

Esta sala está a balançar?

Apercebi-me agora de quanto tenho estado errado toda a minha vida.

Sinto-me como se tivesse uma teia de aranha na cara.

Dói-me o joelho esquerdo.

Sinto-me tão leve!

Não está a ficar mais calor aqui?

Acabo de me recordar da primeira vez que fui nadar.

As minhas costas têm estado a doer-me assim há anos.

Segura a minha mão.

Sinto-me tão só.

Sinto-me como se não pudesse falar.

Todo o meu corpo está a começar a estremecer.

Doem-me as costelas.

Sinto-me como daquela vez em que fui atropelado por um carro.

Parece que está tudo a escurecer.

Não — não, não, não, não!!!!!!