

RAIN: Viisas asennoituminen omaa (vaikeaa) kokemusta kohtaan

R: Recognize.

Tunnista mitä kokemuksessasi tapahtuu.

A: Allow.

Salli kokemuksesi juuri sellaisena kuin se on.

I: Investigate.

Tutki kokemustasi lempeästi.

N: Non-identification.

Samaistumattomuus.

RAIN: Viisas asennoituminen omaa (vaikeaa) kokemusta kohtaan

R: Recognize.

Tunnista mitä kokemuksessasi tapahtuu.

A: Allow.

Salli kokemuksesi juuri sellaisena kuin se on.

I: Investigate.

Tutki kokemustasi lempeästi.

N: Non-identification.

Samaistumattomuus.

RAIN: Viisas asennoituminen omaa (vaikeaa) kokemusta kohtaan

R: Recognize.

Tunnista mitä kokemuksessasi tapahtuu.

A: Allow.

Salli kokemuksesi juuri sellaisena kuin se on.

I: Investigate.

Tutki kokemustasi lempeästi.

N: Non-identification.

Samaistumattomuus.

RAIN: Viisas asennoituminen omaa (vaikeaa) kokemusta kohtaan

R: Recognize.

Tunnista mitä kokemuksessasi tapahtuu.

A: Allow.

Salli kokemuksesi juuri sellaisena kuin se on.

I: Investigate.

Tutki kokemustasi lempeästi.

N: Non-identification.

Samaistumattomuus.

RAIN: Viisas asennoituminen omaa (vaikeaa) kokemusta kohtaan

R: Recognize.

Tunnista mitä kokemuksessasi tapahtuu.

A: Allow.

Salli kokemuksesi juuri sellaisena kuin se on.

I: Investigate.

Tutki kokemustasi lempeästi.

N: Non-identification.

Samaistumattomuus.

RAIN: Viisas asennoituminen omaa (vaikeaa) kokemusta kohtaan

R: Recognize.

Tunnista mitä kokemuksessasi tapahtuu.

A: Allow.

Salli kokemuksesi juuri sellaisena kuin se on.

I: Investigate.

Tutki kokemustasi lempeästi.

N: Non-identification.

Samaistumattomuus.