



- 1- Olhe Fixamente nos 4 pontinhos pretos (centrais) do desenho e conte ate 10 (olhando para os pontinhos).
- 2- Depois olhe para um parede e pisque varias vezes.
- 3- Observa a imagem que aparece na propria parede. (Quanto mais voce piscar melhor sera a visualizacao).