

"Ветер раскачивает иву" (Фэн Пай Лю / Feng bai liu / 风摆柳)

1. zhuang dan tian mo dan tian / вращать даньтиень тереть даньтиень
2. shuang shou tui yue / две руки толкают луну
3. sheng jiang shi / поднимать и опускать
4. zuo you xie zai / влево-вправо разрезать
5. bai he zhan chi / белый журавль раскрывает крылья
6. feng bai liu / ветер раскачивает иву
7. huan yin yang / поменять инь и ян
8. la jin si / тянуть золотую нить
9. dan zhang tui chuang / одной ладонью раскрыть окно

Источник: <http://club-shaolin.ru/qigong/fengbailiu.htm>

From:

<https://wiki.rtzra.ru/> - RTzRa's hive

Permanent link:

<https://wiki.rtzra.ru/qigong/complex/qigong/fengbailiu>

Last update: **2017/05/09 18:34**

