

Повреждения

Шаолиньская поговорка гласит:

Много говорить – повреждается ци, много стоять – повреждаются кости, много работать – повреждаются мышцы, много спать – повреждается Дух, много есть – повреждается желудок, много сидеть – повреждается поясница.

[qigong](#)

From:

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

Permanent link:

<https://wiki.rtzra.ru/qigong/info/damages>

Last update: **2022/10/09 12:11**

