

**WISDOM LIFE**  
INDIRA PLATA & HUI YU

智慧人生

ZhiNeng QiGong  
Curso de Primer Nivel



# ZHÌNÉNG QÌGŌNG

Zhì: Sabiduría e inteligencia

Néng: Capacidad

Qì: Sustancia primordial

Gōng: Trabajo o ejercicio

## ZhìNéng QìGōng

Capacidad de despertar la sabiduría interna para el desarrollo funcional de los potenciales y habilidades del ser humano, entrenando el cuerpo y la mente en su totalidad, a través del manejo de la sustancia primordial universal (Qi), y comprendiendo la relación del ser humano con la naturaleza.

智  
能  
气  
功

## LAS OCHO FRASES

### *Ding Tian Li Di*

La cabeza penetra el cielo,  
los pies se sumergen profundo en la tierra

### *Xing Song Yi Chong*

El cuerpo se relaja, la mente se expande

### *Wai Jing Nei Jing*

Tranquilidad por dentro, respeto por fuera

### *Xin Cheng Mao Gong*

Corazón claro, apariencia humilde

### *Yi Nian Bu Qi*

No hay otro pensamiento

### *Shen Zhu Tai Kong*

La mente se enfoca en la inmensidad vacía del Universo

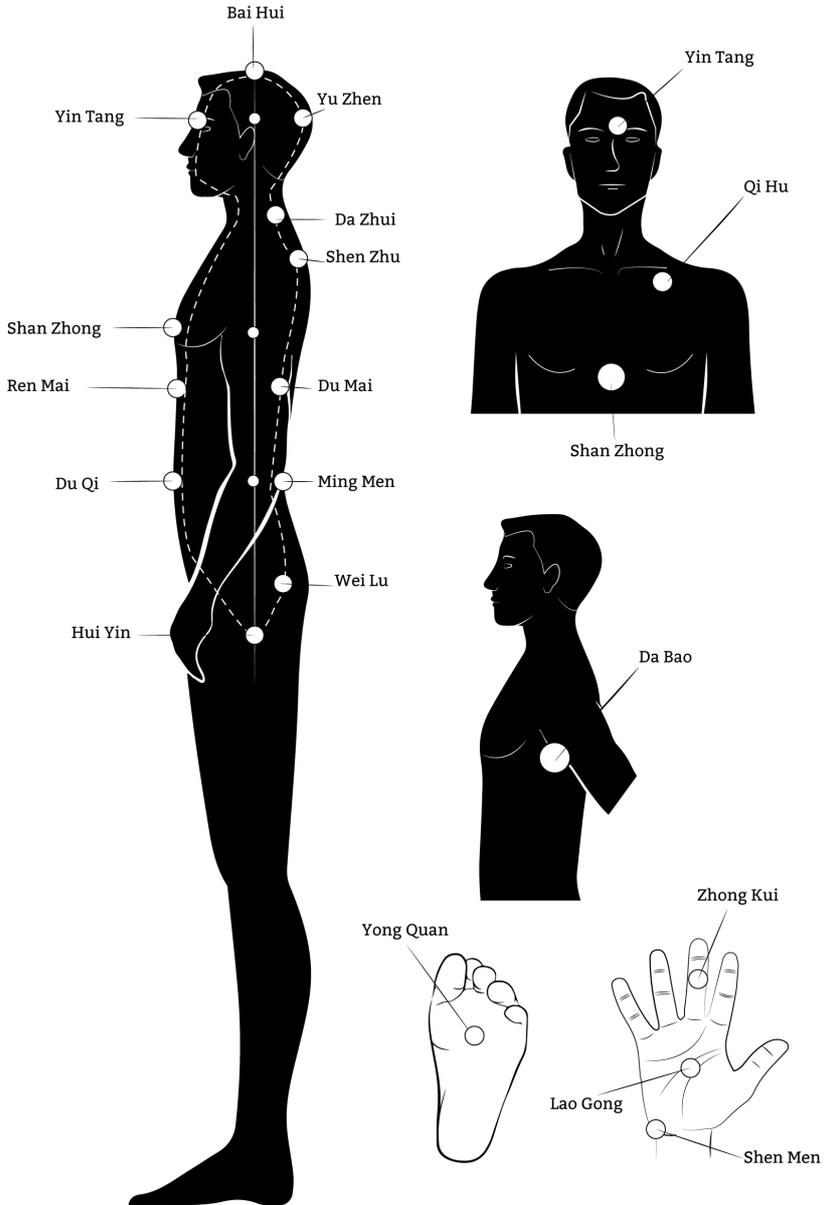
### *Shen Yi Zhao Ti*

La mente se enfoca profundamente dentro del cuerpo

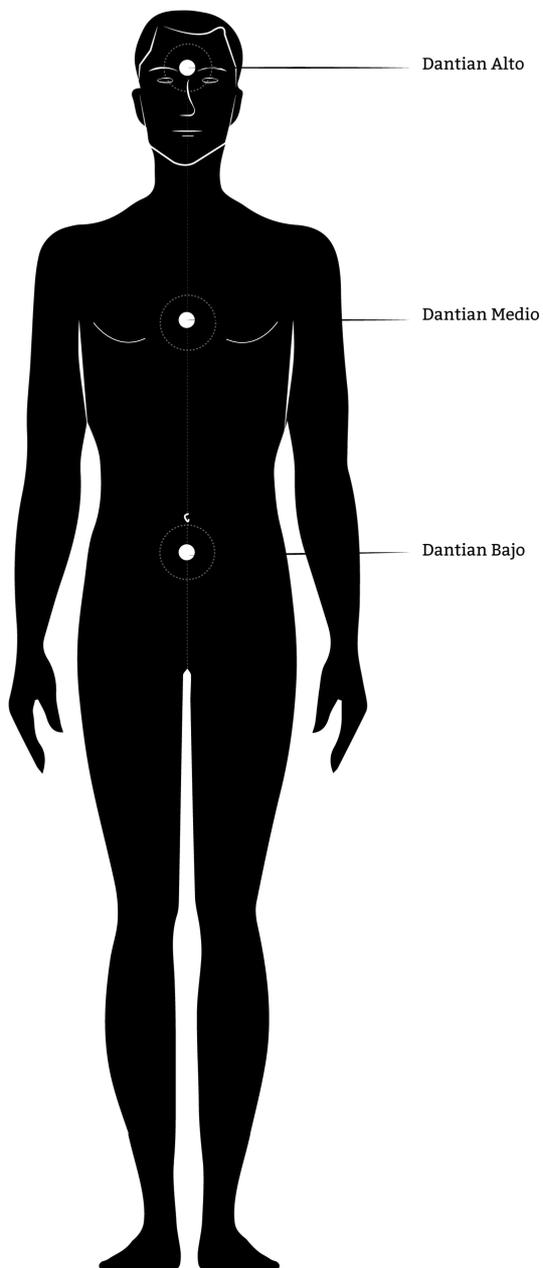
### *Zhou Shen Rong Rong*

Todo el cuerpo se armoniza con el QI

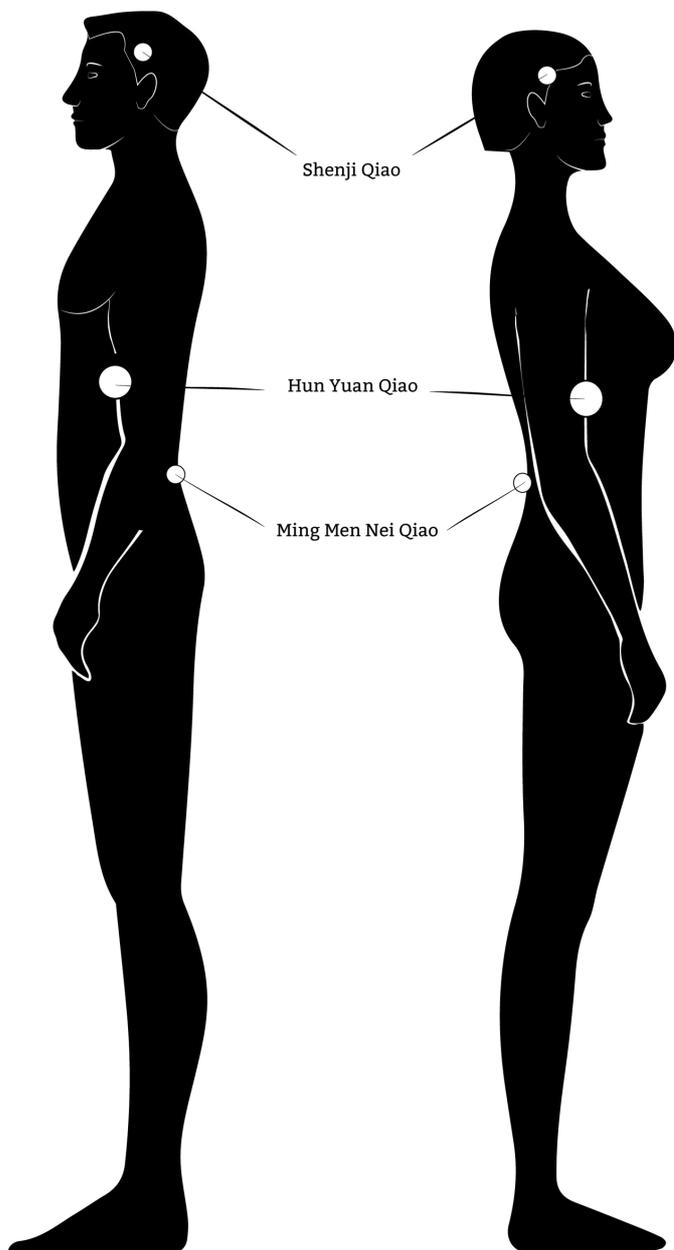
# PUNTOS DE ACUPUNTURA ZHÈNÉNG QÌGŌNG



# LOS 3 DANTIAN



# LOS TRES PALACIOS



## FRASES

### *Hun Yuan Ling Tong*

Eres uno con la fuente. Lo que envíes desde el fondo de tu corazón se hará realidad.

### *Xin Xiang Shi Cheng*

Lo que uno piense y sienta, es lo que sucederá.

(Este significado está inmerso en Hun Yuan Ling Tong)

### *Kong Kong Dang Dang, Huang Huang Hu Hu*

Vacío pero no vacío

### *Sheng Ming Li Wang Sheng*

La vida está llena de vitalidad

### *Tian Ren He Yi*

Los seres humanos y la naturaleza se fusionan para formar una totalidad

# PALABRAS PARA SANACIÓN

**Kai** | Abrir

**He** | Cerrar

**Tong** | Penetrar

**Mei** | Se ha terminado

**Hao** | Bien

**Hao La** | Ya está sano

**Hua San** | Transformar y desaparecer

**Qi Chong Zu** | El Qi es abundante

**Qi Tong Chang** | El Qi fluye bien

**Gong Neng  
Zheng Chang** | Todas las funciones son normales

# EVERYONE IS HAOLA

## Lyrics & music: Hui Yu

Thank you for the sun  
Thank you for the moon  
Thank you for the stars shining on me  
Thank you for the birds  
Thank you for the bees  
Thank you for the wings set me free  
Thank you for the flowers  
Thank you for the trees  
Thank you for the seeds growing in me

Everyone is Song  
Everyone is Tong  
Everyone is Haola I can feel

Hun Yuan Qi  
Yi Yuan Ti  
I love you  
You love me  
Hun Yuan Ling Tong  
Xing Xian Shi Cheng