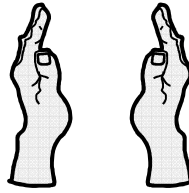


# Qi Gong de L'oreille

## Améliorer l'ouïe

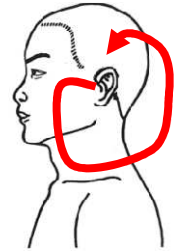
### Préparation

Compresser , densifier l'énergie entre les deux mains.  
Mettre les paumes de mains de chaque côté des oreilles



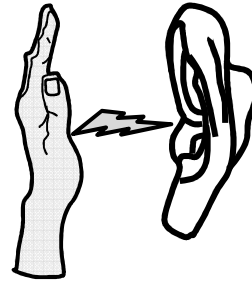
### Masser les Oreilles en Cercle Avant

appuyer les paumes de mains sur les oreilles  
7 cercles  
En Avant, en Bas, en Arrière, en Haut



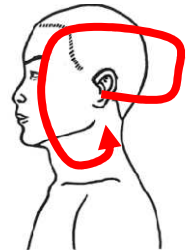
### Presser les oreilles

Approcher les mains à 5 cm des oreilles et pressez l'énergie  
Poser paume de main sur les oreilles  
Trembler toute la main  
Presser plus sur l'oreille  
Retirer, désobstruer les oreilles



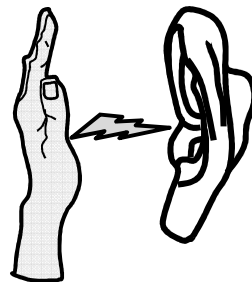
### Masser les Oreilles en Cercle Arrière

Garder les paumes de mains vers les yeux  
7 cercles extérieurs  
En arrière, en haut, en avant, en bas



### Presser les oreilles

Approcher les mains à 5 cm des oreilles et pressez l'énergie  
Poser paume de main sur les oreilles  
Trembler toute la main  
Presser plus sur l'oreille  
Retirer, désobstruer les oreilles



### Fermeture

Descendre les main Dan Tien

