IMMORTALITE

Rajeunir un peu chaque jour

* Longue vie, santé florissante et ardeur sexuelle résultentavant tout d’une certaine philosiphie, d’un art de vivre et d’une diététique adéquate
* Méthodes d’entretien de la vie yangsheng

Sources de nutrition

* Le Ciel => air => respiration => oxygénation/revitalisation=> important de ne pas restreindre sa respiration
* Ciel => énergies cosmiques +> s’imprégner des énergies du ciel et se protéger des énergies toxiques
* La Terre : eau (sang de la terre) => hydrate et nettoie => revitalise comme dans la nature + porteuse de messages
* La Terre : aliments : local et de saison, quantités
* La Terre : remèdes (pharmacopée)
* L’Homme : les sens => couleurs, parfums, goûts, sons
* L’Homme : les émotions

Organes et méridiens