



Comentários de
EVA WONG

O MÉTODO CORRETO DE CULTIVAR E MANTER A ENERGIA DA VIDA

Tradução do Clássico Chinês HUI-MING CHING
— de Liu Hua-Yang —

Resumo de O Metodo Correto De Cultivar E Manter A Energia Da Vida

O Hui-ming ching é um clássico sobre o cultivo do corpo e da mente. Hui significa sabedoria. Ming significa vida. Hui-ming ching é a união da sabedoria da mente com a energia da vida.

Com influências do Budismo, o Hui-ming ching revela o segredo para o cultivo da energia vital nas órbitas do Macrocosmos e do Microcosmo. Este livro ensina a arte de se viver baseado na paz interior e como acumular energia para continuar evoluindo.

Tem ainda como objetivo cultivar o corpo e a mente, preparar-se para a morte e prolongar a vida. O livro inclui todos os ensinamentos sobre o desenvolvimento e a transformação espiritual ao longo das fases da vida.

Conhecendo o Hui-ming ching, o leitor vai aprender a harmonizar as energias interiores com a meditação e exercícios de controle de respiração.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)