

Mouvement 6 : Prospérité, succès, longévité (fu du sou) 5 fois

Les pieds sont bien enracinés durant tout cet exercice.

Commencez en relâchant les bras le long du corps.

1. Ouvrez les deux bras vers l'extérieur en les portant ensuite en avant comme pour embrasser quelqu'un dans vos bras. Les jambes sont tendues. Ramenez les mains vers le front. Poussez le bassin en avant et regardez vers le haut quand les mains sont ramenées en arrière. Les jambes fléchissent dans le même temps.
2. Alors que vous tendez les jambes et penchez le corps en avant, balancez les bras sur le côté et refaites le mouvement d'embrasser, et suivez cet élan en pliant légèrement les genoux et en ramenant les mains en arrière au niveau de la gorge. Le regard est à l'horizontale.
3. Refaites le mouvement d'embrasser et ramenez les mains vers le bas-ventre en regardant vers le bas.

Ce mouvement ne doit pas être répété comme peuvent l'être les cinq premiers

Indications thérapeutiques: efficace pour les douleurs lombaires, la sciatique, la spondylose, les kystes ovariens, la dysfonction érectile, la stérilité, l'obésité, les troubles digestifs, l'hépatite, les calculs biliaires et les calculs rénaux.