



ZHI NENG QI GONG

Qi Gong de la Sagesse

Par Maître ZHOU Jing Hong

GRAND CHAMP D'ÉNERGIE NATURELLE

2022

Mois	Jour	Nouvelle lune	Méthodes	Jour	Pleine lune	Méthodes
Janvier	1	●	1 ^{re} méthode	14	○	1 ^{re} méthode
Février	1	●	2 ^e méthode	14	○	2 ^e méthode
Mars	1	●	3 ^e méthode	16	○	3 ^e méthode
Avril	1	●	4 ^e méthode	14	○	4 ^e méthode
Mai	1	●	1 ^{re} méthode	14	○	1 ^{re} méthode
Juin	28	●	2 ^e méthode	12	○	2 ^e méthode
Juillet	28	●	3 ^e méthode	12	○	3 ^e méthode
Août	27	●	4 ^e méthode	11	○	4 ^e méthode
Septembre	27	●	1 ^{re} méthode	9	○	1 ^{re} méthode
Octobre	25	●	2 ^e méthode	9	○	2 ^e méthode
Novembre	23	●	3 ^e méthode	7	○	3 ^e méthode
Décembre	23	●	4 ^e méthode	7	○	4 ^e méthode

- Ces dates sont calculées en fonction de la 1^{ère} heure de la journée qui est 23 h (calendrier traditionnel chinois). Par exemple, pour janvier, il s'agit du 12 à partir de 23 h.

- Vous pouvez pratiquer le lendemain ou le surlendemain des dates données, si vous avez manqué la 1^{ère} fois.