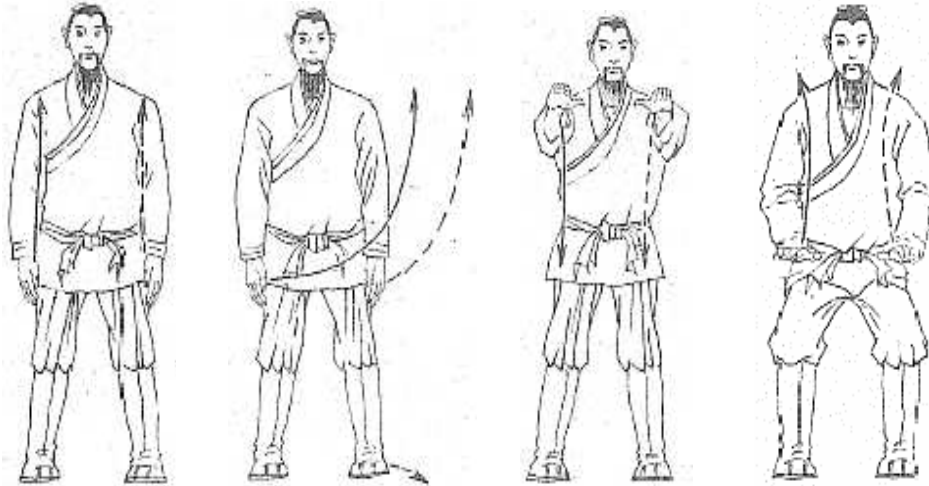


Daoyin-Baojian-Gong

1. Das Qi wecken



2. Das Boot schieben



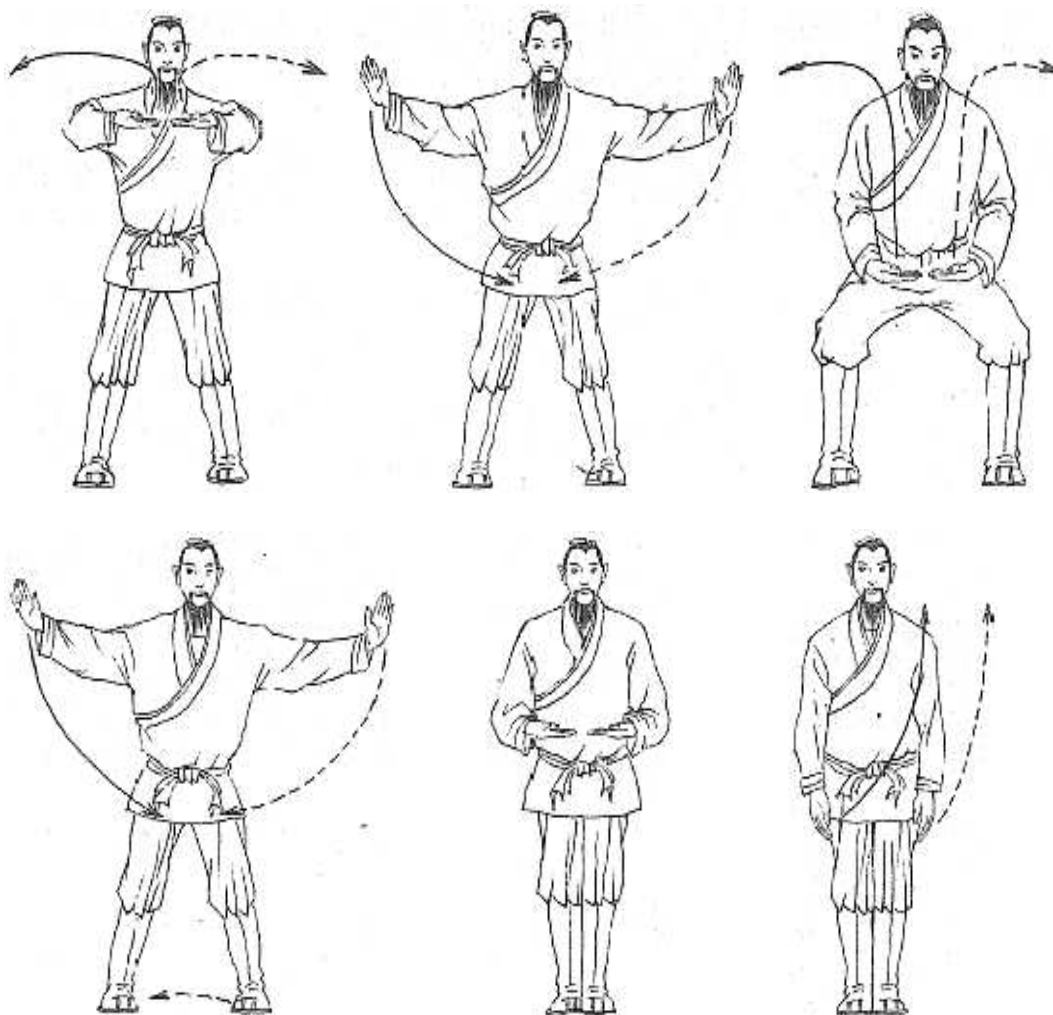
3. Sonne und Mond auf den Schultern tragen



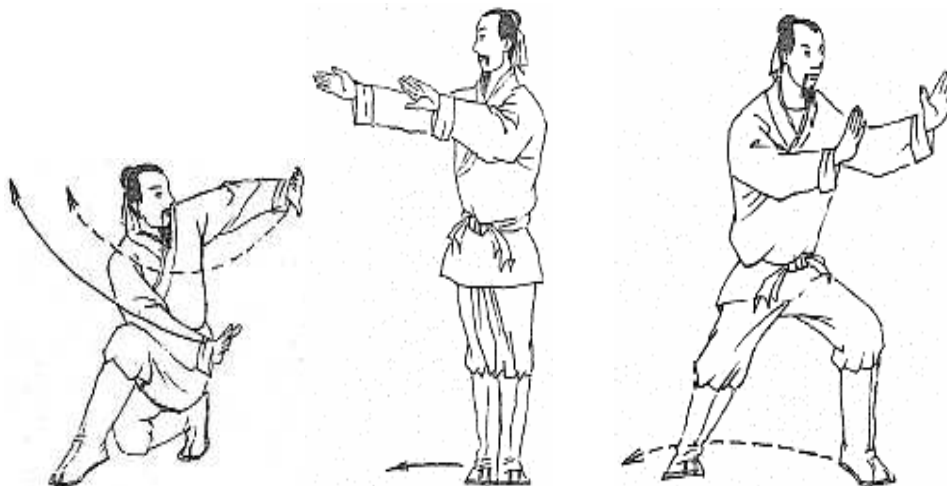
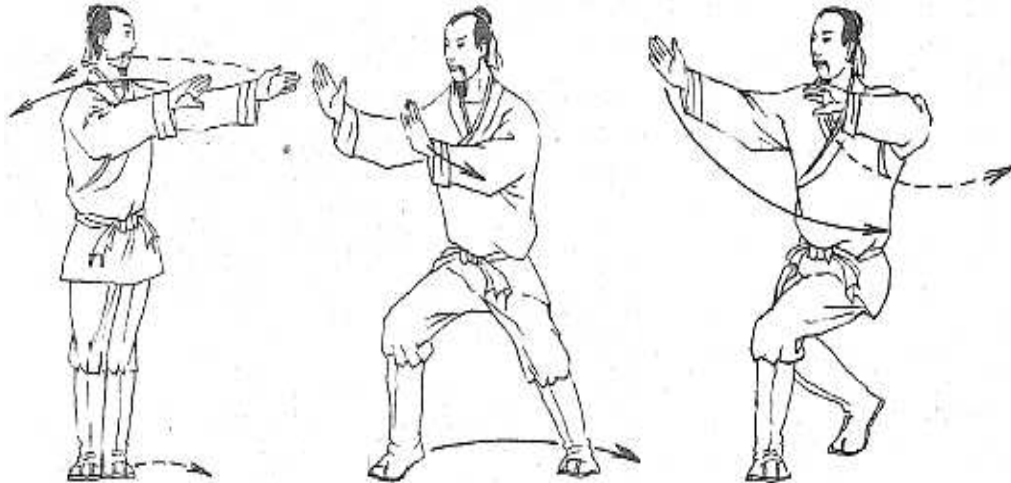
4. Der Sagenvogel breitet seine Flügel aus



5. Mit innerer Kraft den Mühlstein heben



6. Das Fenster öffnen und den Mond betrachten



7. Die Kleider im Wind entstauben



8. Der alte Weise streicht zufrieden seinen Bart

