Cuestionario de evaluación de secuencias de Chi Kung de los 7 Lotos

Nombre: _____ País: _____

Correo electrónico: _____ Idioma: _____

Nivel de Chi Kung en revisión: _____ Fecha de revisión: _____

1. *Para avanzar al siguiente nivel en la serie Chi Kung de los 7 Lotos, escribe un breve reflejo de los cambios generales que has experimentado con la práctica de esta secuencia en las áreas de:*

Bienestar físico

_____

_____

_____

_____

Sensibilidad energética

_____

_____

_____

_____

Claridad mental

_____

_____

_____

Bienestar emocional

Estado de conciencia

Experiencias en los sueños

Cambios en el pulsos

2. *Responde las siguientes preguntas:*

¿Cuáles son los mayores beneficios que has sentido o recibido de tu práctica de Chi Kung?

_____

_____

_____

¿Cuál ha sido el aspecto más desafiante o difícil para ti en la práctica diaria?

_____

_____

_____

¿Qué preguntas o dudas tienes con respecto a ejercicios específicos en este nivel o en tu práctica general de Chi Kung?

_____

_____

_____

¿Cómo describirías la sensación del flujo de energía dentro de tu piel, en tu piel y fuera de tu piel?

_____

_____

_____

Describe cómo limpias y armonizas tu energía diariamente.

_____

_____

_____

Describe qué hábitos en tu vida cotidiana te causan desperdiciar y agotar tu energía.

_____

_____

_____

Describe qué hábitos de estilo de vida llevas a cabo para fortalecer y desarrollar tu energía.

_____

_____

_____

¿Sientes que has integrado este nivel de Chi Kung y estás listo/a para avanzar al siguiente nivel? Explica las razones:

_____

_____

_____

3. *Al finalizar, por favor envía este documento a info@ontogony.com ¡Y recibirás un correo electrónico de seguimiento para organizar la fecha y hora para tu entrevista personal con Tessy Bardavid!*