

**PROFESSOR
EMERITUS**

SIRIMONPORN

SURIYAWONGPAISAL

sirimonporndaode
@gmail.com

○ Line id:

sirimonpornnoh@gmail.com

○ Tel 085 161 5404





道德信息運動

Daodexinxi

Excercise

○タイで人気ある中国式運動





Dao Xin

โลกสุขพลานามัย

มีตลาดวางแผงปีที่ 2 ฉบับที่ 1 สิงหาคม 2550

ศึกษาตีพิมพ์ "แม่ใจแม่ใจ" จิตใจที่มอบความรักความอบอุ่นต่อลูกชาย

ตาต่อหินหายได้

โรคภูมิแพ้หายไปในเมื่อไปรัฐ

เกศบิลดาตาต่อฮันฮี

เงินของวัดคนที่ใช้คุ้มครองมนุษย์

พลังสมาธิเต๋าฮัน

ก่อเกิดปัญญา

อดอาหารสร้างพิษ

ต้นวิชาธรรม๐๐๐เต๋าฮัน

ครองรักครองเรือน

เต๋นร่ำเต๋าฮันขจัดพิษ

www.daodexin.org
ISSN 1905-3037

ฉบับต้อนรับวันแม่



チューラー大で



チューラー大で



チューラー大で



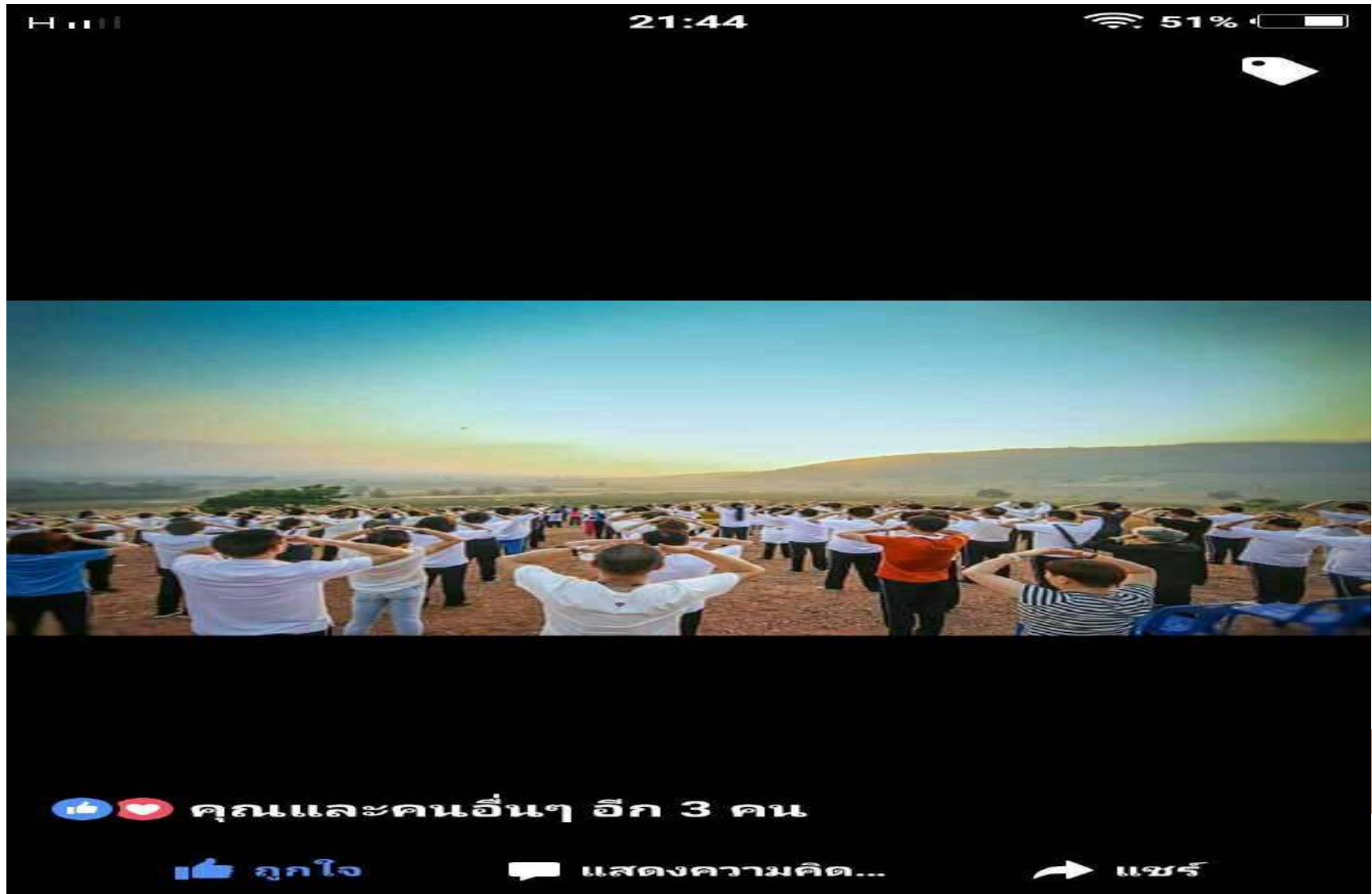
カンチャナブリーで



カンチャナブリーで



カンチャナブリで



カンチャナブリでの施設



カンチャナบุรีでの施設



ด้านนอกบ้านพักเฟส 1



ด้านนอกบ้านพักเฟส 1



ห้องประชุมเฟส 2

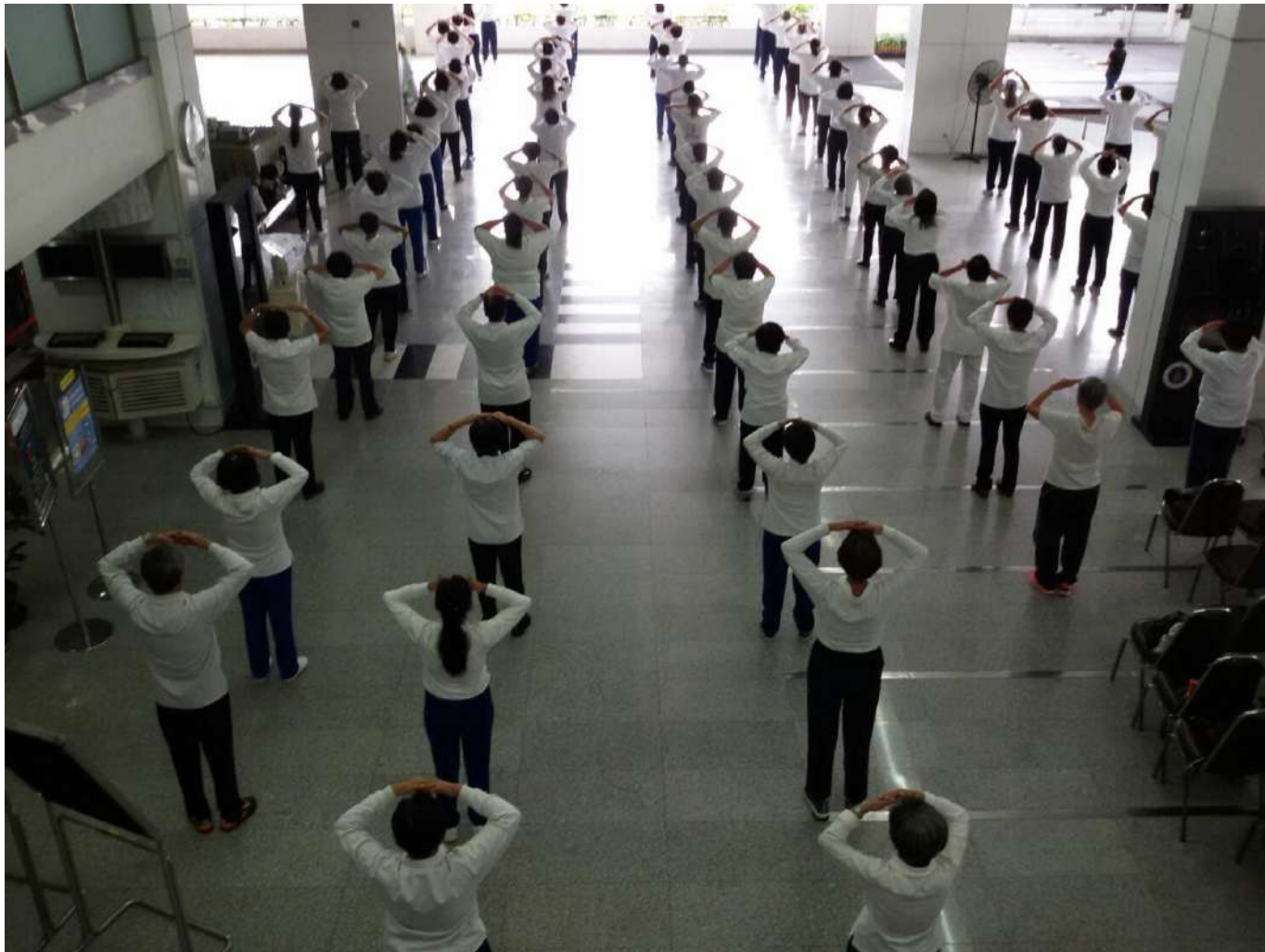


カンチャナブリでの施設



色々な所で









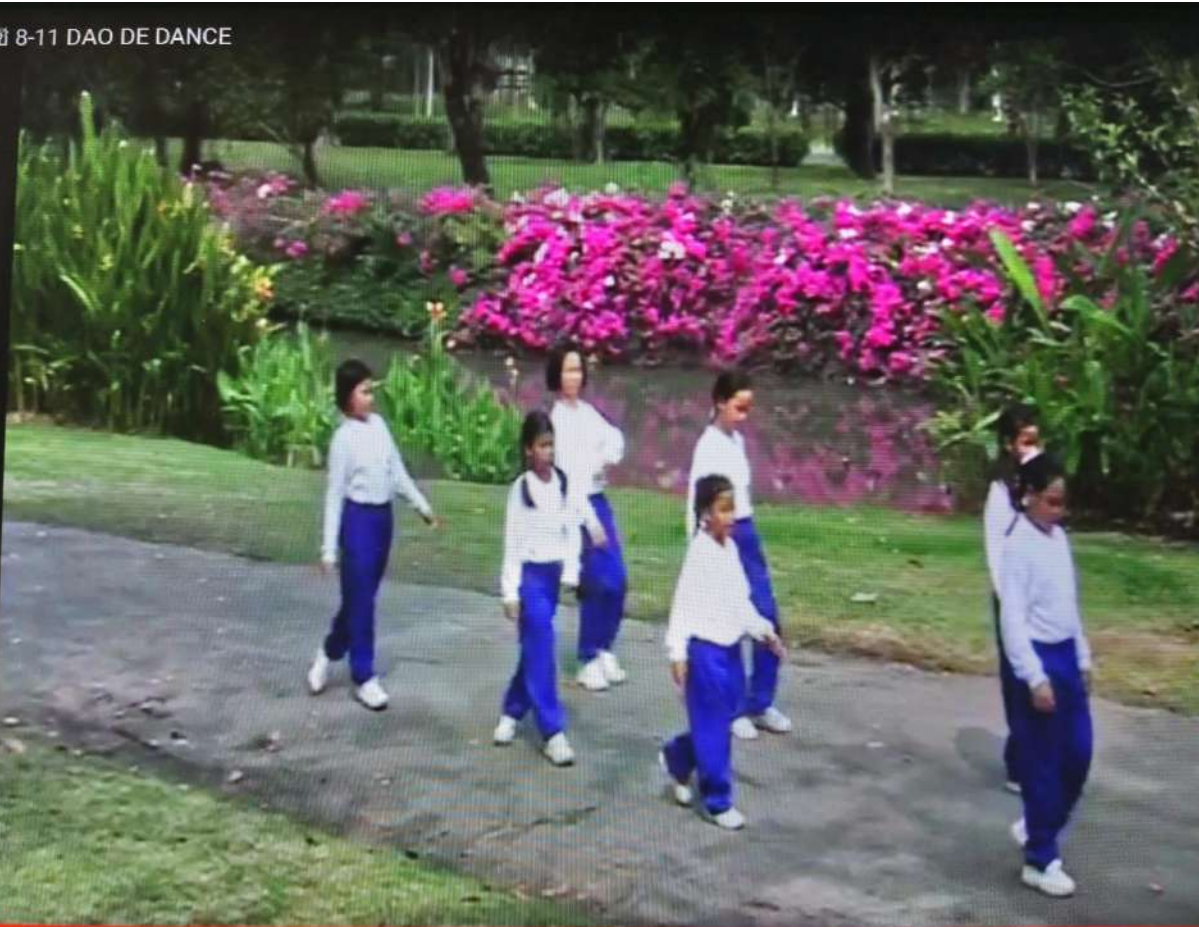
ล่าเตอซันซึ 8-11 DAO DE DANCE



เดินรำเต๋าต่อชั้นปี 8-11 DAO DE DANCE



ต้นรำเต๋าเต๋อซิ่นซี 8-11 DAO DE DANCE



▶ 14:51 / 16:46



youtube Search



2

0:20 / 2:09

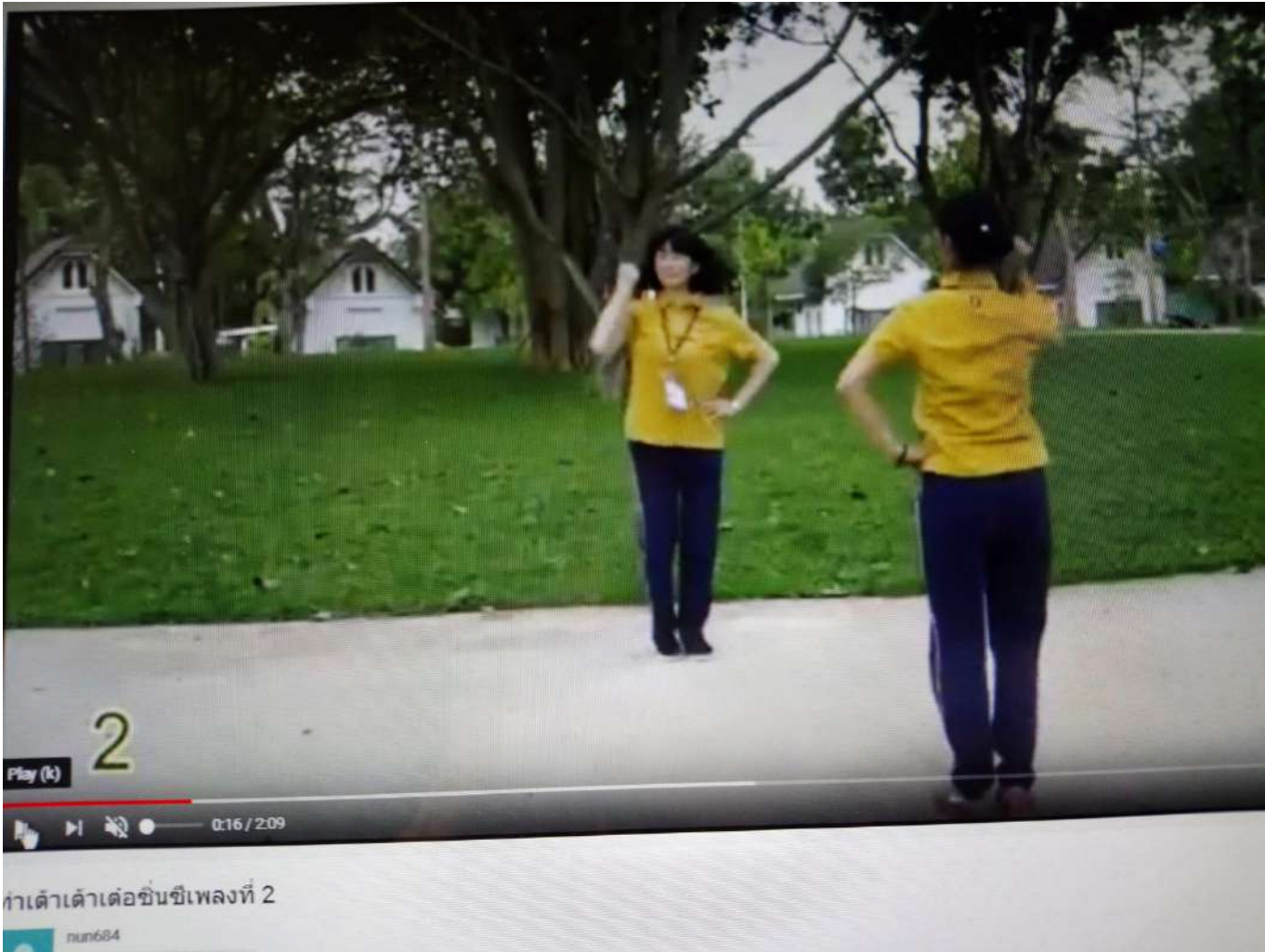
ทำเต้าเต้าต่อซันซีเพลงที่ 2

nun684

Subscribed 109

This image shows a YouTube video player interface. At the top, the YouTube logo and a search bar are visible. The main video frame displays two women in yellow shirts and dark pants performing a dance or exercise routine on a paved path. A large green number '2' is overlaid on the bottom left of the video. Below the video, the video title 'ทำเต้าเต้าต่อซันซีเพลงที่ 2' is shown, along with the channel name 'nun684', a 'Subscribed' button, and a notification bell icon with the number '109'. The video progress bar at the bottom indicates the video is at 0:20 out of 2:09.





มวย เต้าเต๋อซันซี

道德信息拳

♡ + !
มวยเต้าเต๋อซันซี

▶ ⏪ 🔊 0:19 / 16:11



道德信息操

กายบริหารเตาเตอซันซี



[HTTP://WWW.DAODEXINXI.ORG/](http://www.daodexinxi.org/)

<http://www.daodexinxi.org>



HTTP://WWW.DAODEXINXI.ORG

Know the Tao Tae Siang Sea technique. Tao Te Ching Scripture · Featured activities · Training Center · Training course · Webboard · Boxing spot

◉ The water requirements of technical education breast Toe Series Resin year 2562. **NEW!!**

News / Activities

Training course schedule
Break up the world disaster
Publish
General news

Tao Tae Siang Sea technique
Restore natural health
Discover science
Teach the sarong early
Explaining Taoism

Become a volunteer

- [Life path to happiness and success](#)
- [Volunteer](#)
- [Volunteers](#)
- [Volunteer Regulations](#)

Interrogation

Purza: This technique is a cure for the disease. Yes or no...

[View information in this category.](#)

Recipe

Member application hone Chua Tao

Tao Te Chok Sea >> Boxing spot

Search for the name of the dance / boxing area / district

[Boxing dance points pdf](#)

Exercise Place

No.	Exercise Place	area	province
1	Royal Irrigation Department (Pak Kret)	Pak Kret	Nonthaburi
2	Royal Irrigation Department (Samsen)	Dusit	Bangkok
3	Kalapapruek Kanchanaphisek		
4	Faculty of Nursing, Chiang Mai University		Chiang Mai
5	Faculty of Science, Mahidol University		
6	Chulalongkorn University		Bangkok
7	Senior Civil Servants and Teachers Club (Ministry of Education)		
8	Elderly Club, Mae Subdistrict, Chiang Mai Province		Chiang Mai
9	Elderly Club		
10	Ramintra Elderly Housing Club		
11	Elderly Club, Samnakorn Village		
12	The elderly club is in a long time.		
13	Health Care Club (Ban Dong Khilek)	coping	Chiang Mai
14	Sotang Boxing Dance Club Bang Khun Thian Sports Center (Rama 2)	Bang Khun Thian	Bangkok
15	Seniors Club, Mae Subdistrict is	Doi Saket	Chiang Mai
16	Tao Te Chok Taksin Club	Thonburi	Bangkok
17	Tao Te Choc Sea Club, Phitsamulok		
18	Tao Te Choc Sea Club, Chatuchak Park		Phuket
19	Tao Teo Sea Club, Sunn Luang, Phuket	city	Chiang Mai
20	Tao Te Choc Sea Club, Chiang Mai, Chiang Mai	coping	Chiang Mai
21	Tao Tae Siang Sea Club, Chiang Mai	coping	Chiang Mai
22	Park Ville Community	coping	Chiang Mai
23	The Olive Temple Community		
24	Lert Lion 4 Village		



2	Ramintra Km 7	city	Phuket
3	Wararom 69		
4	Wararom 69 (Nong Khaem District)		
5	Saranrom Palace opposite Wat Phra Kaew Sanam Luang		Bangkok
6	Viriyah Insurance	Din Daeng	Bangkok
7	Weng Sun Shrine		
8	Sivaleumpai	Taling Chan	Bangkok
9	Elderly Quality of Life Development Center Nonthaburi Municipality		
40	Sirindhorn Center for Rehabilitation	city	Nonthaburi
41	Boonmee Health Center (Sathu Pradit 56)	Yannawa	Bangkok
42	Saphan Sung Youth Center		
43	Confucius Institute, Burapha University	city	Chon Buri
44	Queen Sirikit National Institute of Child Health	Ratchathewi	Bangkok
45	Salvation Army Village Development Association	Ramintra	Bangkok
46	Thai Chinese Association, Bang Rakam District, Phitsanulok Province		
47	200 years garden		
48	Khlong Chan Botanical Garden	Khlong Chan	Bangkok
49	Suan Raninat		
50	Lumpini Park		
51	Suan Saranrom		
52	Pathum Thani Provincial Park		
53	Health Park, Public Relations Department	Phaya Thai	Bangkok
54	Chiang Khong Crown Prince Hospital Health Park	Chiang Khong	Chiang Rai
55	Suan Luang Rama IX		Bangkok
56	Chaloem Phra Kiat Park Rama 9		



58	<u>Chalerm Phrakiat R. > Park (Suan Sathorn)</u>		
59	<u>Benjasiri Park</u>		
60	<u>Thai Garden, Din Daeng</u>		
61	<u>Sammakorn Soi 48</u>		
62	<u>Ban Thong Village Community Office</u>		
63	<u>The State Railway of Thailand</u>	Pathumwan	Bangkok
64	<u>In front of King Mongkut's University of Technology Thonburi</u>		
65	<u>Bok village, the highest army</u>	Ramintra	Bangkok
66	<u>Greenville Village Taling Chan-Bang Bua Thong Rd.</u>		
67	<u>Chaiyapruerk-Bang Bua Thong Village</u>		
68	<u>Suetrong Village Phaholyothin 52</u>		
69	<u>Napakai Village, Bangna</u>		
70	<u>Fah Khram Nakorn Village</u>	Lam Luk Ka	Pathum Thani
71	<u>Sri Krung Rama 3 Village</u>		
72	<u>Sinthawee Village, Suan Than 2</u>		
73	<u>Perfect Village Ramkhamhaeng Road 164, along the lake</u>		
74	<u>Ruangsiiri Village</u>		
75	<u>Tang Hua Seng Department Store</u>		
76	<u>Chalermprakiat Building, 1st Floor Hall, Chiang Mai University</u>		Chiang Mai
77	<u>Utta Thalang Phuket</u>	Thalang	Phuket
78	<u>Naval Hospital</u>		
79	<u>Nakornping Hospital, Chiang Mai</u>	Mae Rim	Chiang Mai
80	<u>Phramongkutklao Hospital</u>		
81	<u>Ramathibodi Hospital</u>		
82	<u>San Kamphaeng Health Promotion Hospital</u>	coping	Chiang Mai
83	<u>Bamrungwittaya School</u>	Khlong San	Bangkok
84	<u>Under the Technical Nursing Building (NT) Faculty of Nursing Chiang Mai University</u>		Chiang Mai

Total 84





เทคนิคต่อสู้ซินซี สลายข้อเข่าเสื่อม

โรคบางโรคที่หลายคนอาจบอว่าไม่ใช่โรคร้ายแรง
อะไร ไม่ถึงแก่ชีวิต กลับกลายเป็นโรคที่สร้างความ
ทุกข์ทรมานทั้งกายและใจให้ใครหลาย ๆ คน เพราะ
ไม่อาจใช้ชีวิตโดยปกติสุขได้

เมื่อไม่นานมานี้ที่ อาจารย์พี่ พิศิธ ธงระดมธรรม ครูฝึกนันท
ศูริยวงศ์ไพศาล อาจารย์คณะศึกษาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ต้องทนความปวดเข่าที่ถึงขั้นเป็นอุปสรรคในการทำงาน อาจารย์พี่เล่าว่า
“ช่วงประมาณปี 2549 เจ็บเข่ามาก เจ็บขาหนัก จะนั่งลงคุกเข่า นั่งลง
กราบพระก็ปวดไปหมด โดยเฉพาะเมื่อโดนแสงแดดที่จระปวดมาก ทำให้
ไม่อยากจะอยู่ในห้องแอร์ ในห้องแอร์ ไม่อยากจะนั่งนอนบนเตียง เพราะต้องอยู่ใน
ในห้องแอร์ จนในที่สุดก็คิดตั้งหน้าว่า ออกจากระยะเวลางาน เพราะมี
ความพยายามในการทำงาน”

นอกจากปวดเข่าแล้ว อาจารย์ยังมีอาการท่อนกระดูกคอเสื่อม
และกระดูกสันหลังเคลื่อน เนื่องจากพี่โหม่งทำงานอยู่กับโต๊ะมานาน
หลายปีสมัยเรียนปริญญาเอกจนกระทั่งมาเป็นอาจารย์ พอได้มีเกษียณ
จึงเริ่มเห็นอาการเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายตนเอง

“โดยรวมที่สัมผัสกันเป็นครั้งหน้าคือต่าทำงาน เค่งเคียรกับการ
การงานมาก จึงไม่ค่อยได้สนใจดูแลสุขภาพ จนเมื่อมีอาการปวดเข่า
ทำให้รู้สึกแสบมาก ๆ รู้สึกว่าทำอะไรก็ลำบาก ไม่เช่นนั้นชีวิตของเรา
จะดีลงแสดงไม่ว่าดี”

เทคนิคต่อสู้ซินซีแก้ปวดเข่า

อาจารย์พยายามรักษาอยู่หลายทาง ทั้งกินยาตามทีหมอสั่ง ทำ
กายภาพบำบัด และไปทำหมอนวด ซึ่งทำให้ต้องบรณาการการช้ชวร
แล้วก็กลับเป็นโรคอีก

“เมื่อเดือนมาแล้วทำให้ไปเข้าคอร์สอบรมการปฏิบัติทางจิตด้านต่อสู้ซินซี
จึงไปทำดี โดยที่ไม่ได้ตามตัวซ้ำว่าต้องทำอะไรบ้าง”

อาจารย์จึงไปเข้าคอร์สอบรมการปฏิบัติทางจิตด้านต่อสู้ซินซีที่ศูนย์
อบรมแห่งจิตด้านต่อสู้ซินซีสากล อำเภอปอพลอย จังหวัดกาญจนบุรี
นาน 4 วัน ร่วมกิจกรรมด้วยว่า ช่วยๆ กายบริหาร ซึ่งรวมถึง นั่งสมาธิ
และเข้าคอร์สออกกำลังกาย เช่น นวด นวดนวด และ
อาหารมังสวิรัต เพียงแค่ 2 วันอาการปวดต่าง ๆ ก็หายเป็นปกติ

ตั้งแต่นั้นมา อาจารย์จึงฝึกเทคนิคด้านต่อสู้ซินซีอย่างจริงจัง ไป
เข้าคอร์สที่มหาวิทยาลัยอื่น ทั้งไปฝึกด้วยตัวเองและฝึกกับกลุ่มเพื่อนที่ทำงาน
อาจารย์บอกว่า ปีที่ทำเป็นกลุ่มก็ยิ่งสนุก เพราะมีเพื่อน จึงฝึกอย่างต่อเนื่อง
ทุกวันหรือเลิก

○ チューワジット(ชีว จิต)という雑誌



สมาธิคลายปวด

อาจารย์ปวีเล่าว่า เมื่อไปเข้าคอร์สฝึกอบรมที่พอพลอย ได้ฝึกนั่งสมาธิเข้า-เย็น ช่วยให้จิตใจนิ่งผ่อนคลาย นอกจากนี้ การปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างยังเป็นพลังบำบัดรักษาที่ดีเยี่ยมที่ช่วยให้อาจารย์หายจากอาการปวดได้ เพราะอาจารย์จำได้ว่าก่อนปวด เทคนิคเต๋าต๋องซินซี เคยกล่าวไว้โรคที่เราเป็นหลาย ๆ อย่างขณะนี้เกิดจากสภาพจิต ถ้าจิตใจเราสบายผ่อนคลาย และปล่อยวาง ก็จะหายจากโรค

ดนตรีบำบัดกาย - จิต

การเดินรำ รำมวย กายบริหาร และนั่งสมาธิตามเทคนิคเต๋าต๋องซินซีจะใช้ดนตรีประกอบเพื่อให้ร่างกายและจิตใจผ่อนคลาย เปิดรับพลังจากธรรมชาติเข้ามาบำบัดรักษาส่วนที่บกพร่องในร่างกายเรา

อาจารย์ปวีอธิบายว่า ในขณะที่นั่งสมาธิ เราจะกำหนดจิตให้อยู่ที่เสียงเพลงและเสียงบรรยายของอาจารย์จำเมี่ยวกว่อ

นอกจากนี้ การที่ได้ฟังเพลงและร้องเพลงเต๋ายังช่วยยกระดับจิตใจ ทำให้จิตใจเบิกบาน ไม่เคร่งเครียด มีความสุข และยังช่วยให้มีความหวังในชีวิตด้วย เพราะเพลงเต๋ายังมีเนื้อหาให้กำลังใจ สอนให้ยึดมั่นในการกระทำความดี และเชื่อมั่นในหลักความดีที่ว่า

“ถ้าเราเป็นคนดี เราทำดีก็จะได้รับผลดีตอบแทน จึงไม่จำเป็นต้องเศร้าหมองหรือเคร่งเครียดกังวลจนเกินไป”

อาจารย์กล่าวด้วยใบหน้าสดใสฉายประกายความสุข

ทางด้านร่างกาย ดนตรีเต๋ายังช่วยให้การหมุนเวียนโลหิตและการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ เป็นปกติ ช่วยจิตใจสมดุลอิน - หยางและธาตุทั้ง ๕ ในร่างกายอีกด้วย

รำมวย กายบริหาร

การรำมวยช่วยกระตุ้นให้โลหิตหมุนเวียนทั่วร่างกาย โดยเฉพาะระบบใหญ่ ๆ ๑ ระบบในร่างกาย ได้แก่ ระบบหมุนเวียนโลหิต หัวใจ หลอดเลือดฝอย สมอง ทางเดินหายใจ ทางเดินอาหาร เนื้อเยื่อพังผืด ทางเดินปัสสาวะ เส้นโลหิตฝอยและโครงกระดูก และยังช่วยให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรงอีกด้วย ส่วนการทำกายบริหารช่วยพัฒนาสมองซีกขวาผ่อนคลายความเครียด และช่วยให้สมองมีความจำดี มีความคิดสร้างสรรค์ และมีสมาธิ

ทำกายบริหารคลายปวด

วันนี้เป็นโอกาสที่อาจารย์ปวีกรุณาสาธิตทำกายบริหารง่าย ๆ ให้ผู้อ่าน **ชีวิต**ทดลองทำ เพื่อสุขภาพแข็งแรงกับตัวบ้าน



ท่าที่ 1 “รวบรวมสมาธิ”

มี 3 จังหวะ
ทำต่อเนื่องกันไป

เตรียม - ยืนให้เท้าห่างกันเท่าความกว้างของหัวไหล่ แขนอยู่ข้างลำตัว

จังหวะที่ 1 คว่ำมือทั้งสองลง หันปลายนิ้วเข้าหากัน วาดเข็มนาฬิกาครึ่งตัวให้อยู่เหนือสะดือ 2 นิ้ว

จังหวะที่ 2 กัดข้อมือทั้งสองลงช้าๆ ให้ฝ่ามือทั้งสองชนกันกับพื้น ปลายนิ้วทั้งสองเหยียดตรงหันเข้าหากัน

จังหวะที่ 3 ลดระดับฝ่ามือมาอยู่ที่บริเวณหน้าขา แล้วปล่อยมือไว้ข้างลำตัว

ทำซ้ำ 10 ครั้ง

ท่าที่ 2 “ฟ้าคนเป็นหนึ่ง”

มี 4 จังหวะ
ทำต่อเนื่องกันไป

เตรียม - ยืนให้เท้าห่างกันเท่าความกว้างของหัวไหล่ แขนอยู่ข้างลำตัว

จังหวะที่ 1 กางแขนทั้งสองข้างออกทำมุม 45 องศากับลำตัว

จังหวะที่ 2 ลำตัวตรง วาดแขนซ้ายไปด้านหน้าลำตัว แขนขวาวาดไปด้านหลัง ทำพร้อมๆ กัน

จังหวะที่ 3 และ 4 ทำต่อเนื่องกัน งอศอกทั้งสองข้าง ให้มือซ้ายมาแตะบริเวณสะดือเบาๆ ในขณะที่มือขวาวาดไปแตะบริเวณกระดูกสันหลัง มือด้านหน้ากับด้านหลังต้องตรงกันและสัมผัสกัน

ท่าเช่นเดียวกัน แต่สลับมือขวามาอยู่ด้านหน้า มือซ้ายไปอยู่ด้านหลัง ทำสลับซ้ายขวาเช่นนี้ 10 ครั้ง





ท่าที่ 3 “เต่าธรรมชาติ” มี 2 ส่วน ส่วนละ 6 จังหวะ ทำต่อเนื่องกันไป

ส่วนที่ 1

- เตรียม - ยืนให้เท้าทั้งสองข้างห่างกันเท่าความกว้างของหัวไหล่ แขนอยู่ข้างลำตัว
- จังหวะที่ 1 ค่อย ๆ ยกแขนทั้งสองข้างขึ้นช้า ๆ ประมาณ 15 องศา
- จังหวะที่ 2 ยกแขนทั้งสองข้างขึ้นช้า ๆ อีกประมาณ 15 องศา พร้อมกับหายใจเข้าลึก ๆ
- จังหวะที่ 3 ยกแขนขึ้นเสมอกัน
- จังหวะที่ 4 ยกแขนขึ้นเรื่อย ๆ ฆาอยู่ระดับคอ
- จังหวะที่ 5 ยกแขนทั้งสองข้างขึ้นเหนือศีรษะ ให้แขนทั้งสองข้างโค้งเข้าหากัน
- จังหวะที่ 6 งอศอกให้ฝ่ามือซ้ายทับมือขวาอยู่เหนือศีรษะ

ส่วนที่ 2

- จังหวะที่ 1 เลื่อนฝ่ามือทั้งสองลงมาที่หน้าผากช้า ๆ โดยที่มือทั้งสองยังทับกันอยู่ หันฝ่ามือเข้าหาตัว
- จังหวะที่ 2 ลดฝ่ามือลงช้า ๆ มาอยู่ระดับคอ
- จังหวะที่ 3 ลดฝ่ามือลงมาอยู่ระดับหน้าอก
- จังหวะที่ 4 ลดฝ่ามือลงอีก มาอยู่เหนือสะโพก 2 นิ้ว
- จังหวะที่ 5 ลดฝ่ามือลงมาอยู่ระดับหน้าท้อง
- จังหวะที่ 6 ลดฝ่ามือลงมาอยู่ระดับหน้าขา พร้อมกับแยกมือออกจากกัน ทำเช่นเดียวกันอีก 10 ครั้ง



เทคนิคเจ้าเค่อซันซี เป็นการนำประญาจากคัมภีร์เต๋าต่อจึงของปรมาจารย์หล่าจื่อมาผสมผสานกับทฤษฎีทางวิทยาศาสตร์ มีทั้งหมด 8 สาขา เช่น ฐานยว 9 ท่า กายบริหาร 3 ท่า เต้นรำ 11 ท่า การนั่งสมาธิ การรับใช้สังคม เป็นต้น ผู้คิดค้นเทคนิคนี้คือ อาจารย์จ้าวเปียวทว้อ

บวยเต๋าซัน เป็นการออกกำลังกายช้า ๆ ตามจังหวะดนตรี ทำร่างกายประยุกต์มาจากบวยไทเก๊ก โดยปรับให้หายใจและรับช้อนบอยอง ยึดหลักปรัชญาความกลมกลืน เรียบง่าย และสอดคล้องกับธรรมชาติตามคัมภีร์เต๋าต่อจึง

ปัจจุบันอาจารย์สามารถเอาชนะโรคปวดเข่าได้โดยเด็ดขาด และหันกลับมทงานวิชาการที่ตัวเองรักได้อย่างมีความสุข ด้วยสุขภาพกายที่สมบูรณ์แข็งแรงและสุขภาพจิตที่เบิกบานแจ่มใสยิ่งกว่าเดิม แม้จะอยู่ในวัยเกษียณแล้วก็ตาม

“ตอนที่เราไม่สบาย ร่างกายไม่ดี ก็คิดว่าจะไม่ทำงานวิชาการแล้ว แต่พอหายก็เลยลุกขึ้นมาทำงาน เพราะมีกำลังใจ” อาจารย์จึงเขียนหนังสือวิชาการขึ้นมาเล่มหนึ่งแล้วส่งเข้าประกวด จนเกือบจะได้รับรางวัลที่หนึ่ง

“ทั้งหมดเกิดขึ้นได้เพราะเมื่อมีความหวัง มีความเชื่อมั่นในชีวิตแล้ว เราก็เชื่อมั่นว่าจะทำได้ และก็มีกำลังใจทำงาน” อาจารย์เล่าถึงความสำเร็จอย่างภาคภูมิใจ

หลังหายจากอาการปวดข้อเข่า อาจารย์มีทัศนคติใจดีแลสุขภาพมากยิ่งขึ้น โดยพยายามปฏิบัติตัวตามหลักนาฬิกาชีวิต กินอาหารมังสวิรัตที่โอกาสจะอำนวย คีมเครื่องดีสุขภาพ เช่น นมถั่วเหลืองผสมมะนาว และออกกำลังกายด้วยการรำมวยและท่ากายบริหารเกือบทุกวัน

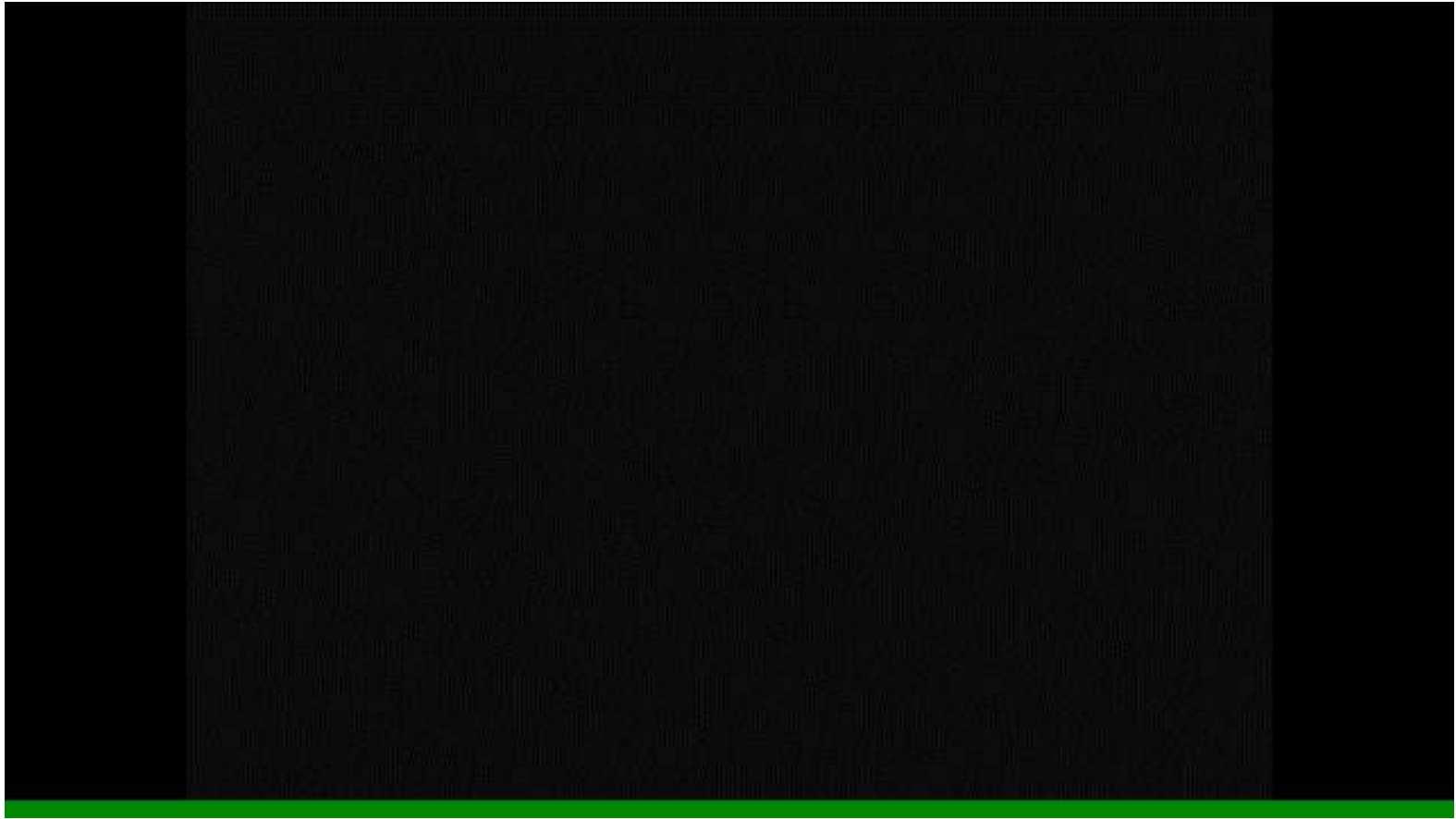
ในแต่ละวันก็เอาใจใส่ดูแลคนรอบข้างมากยิ่งขึ้น ทั้งยังตั้งกลุ่มรำมวยเต๋าขึ้นใหม่ที่หมู่บ้าน อาจารย์บอกว่าเพื่อ “ตอบแทนสิ่งที่เราได้รับมา” นั่นคือชีวิตที่มีความสุขและความสำเร็จ

คุณก็เป็นเจ้าของชีวิตที่มีความสุขและความสำเร็จได้เพียงหันมารักและใส่ใจตัวเองและคนรอบข้าง แล้วจะรู้ว่าชีวิตคุณมีคุณค่ามากเพียงใด (๒)

ขอขอบคุณ ข้อมูลจากมูลนิธิเต๋าต่อซันซี









效果

○宇宙から最高のエネルギーを得る。



○ 身体の血流の循環を刺激する。



○身体のリラックス
に役立つ。



○ 毒物や病原菌
を身体から除去



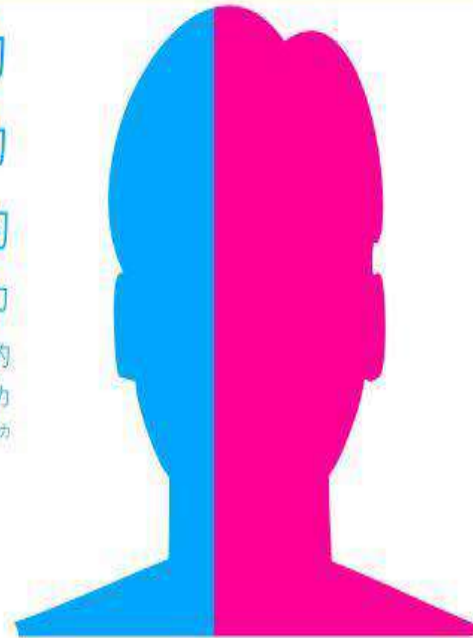
右腦活性化 老化防止



あなたの診断結果：

右脳寄り・作図力

論理力
推理力
抽象的
言語力
理性的
要約力
計算力



作図力
感情的
記憶力
拡張力
本能
想像力
直観力

左脳 43% : 57% 右脳



「右腦」 感情的、創造性、藝術性、直感的、空想的、不規則、藝術、夢

「左腦」 計畫性、理性的、論理的、實証的、正確性、實存的、規則的、科學、現實



○ <http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/15798>

研究成果：

道德信息運動 → 子どもの
読解力向上



- <https://thethaiger.com/news/opinion/Phuket-Opinion-Finding-life-balance-Daodexinxi>



- <https://www.tci-thaijo.org/index.php/cmunursing/article/view/148037>

研究成果：

道德信息運動 

高血圧症治療に貢献



[HTTPS://WWW.NCBI.NLM.NIH.GOV/PUBMED/
27417176](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27417176)

研究成果：

糖尿病治療への貢献



[HTTP://WWW.WOMENSPHEREFEST.ORG/ENERGYALIGNMENT](http://www.womenspherefest.org/energyalignment)



[HTTP://WWW.WOMENSPHEREFEST.ORG/ENERGYALIGNMENT](http://www.womenspherefest.org/energyalignment)

- マリワンは癌の生存者です。彼女は卵巣嚢胞除去術の前にDaode Xinxiを発見しました。Daode Xinxiの練習の7日後に彼女の嚢胞が消失した。



中国伝統健康法 (気功健康法)

中国古代から伝承されてきた健康法です

◎人に備わっている自然治癒力を高めます ◎免疫力を高めます

◎慢性病に効果があります ◎精気、元氣を取り戻します

潜在能力を開発する為の3つの要素

1 調心 リラックスした精神集中

意識をコントロールして雑念のない平静な状態になるように脳を導きます。言葉を司る脳の活動を抑え生命力をコントロールする間脳、脳幹の働きを活発にします。

2 調息 呼吸を整える(正しい呼吸法を学ぶ)

日常の浅い呼吸から、深い腹式呼吸に変える訓練

腹部の腹腔神経節(自律神経の塊り)に周期的な刺激を加える事で脳の深部を活性化し生命力を鍛える事が出来ます。

3 調身 姿勢を整える

訓練により宇宙波動の周波数と自分の周波数を合わせる事が出来るようになり、大自然と宇宙の気のパワーを自分の中に取り込む事が出来るようになります



研究業績表彰





JAPAN FOUNDATION



ศ.กิตติคุณ ดร. สิริมนพร สุริยะวงศ์ไพศาล
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ผศ. ดร. วินัย จามรสूरียา
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

BOOKTALK

พ่อแม่ลูกญี่ปุ่นชาติเดียว?

ผู้วิจารณ์

ศ.ดร.อรรธยา สุวรรณระดา

พิธีกร

ผศ.ดร. กัทร้อร์ พิมพ์นกุล

ลงทะเบียนฟรีทางนี้



23 กรกฎาคม 2564
13.30-15.00 น.



มวย เต๋าเตอซันซี

道德信息拳

♡ + !
มวยเต๋าเตอซันซี

▶ ▶▶ 🔊 0:19 / 16:11

反射療法 REFLEXOLOGY

ภาพแสดงจุดสะท้อนบริเวณฝ่าเท้า

1. สมองส่วนหน้า
2. โพรงอากาศหน้าผาก
3. สมองส่วนหลัง และก้านสมอง
4. ต่อมใต้สมอง
5. ประสาทคู่ที่ 5
6. จมูก
7. คอ
8. ตา
9. หู
10. กล้ามเนื้อไหล่
11. ต่อมไทรอยด์
12. พาราไทรอยด์
13. หลอดลม, ปอด
14. กระเพาะอาหาร



19. ต่อมไทรอยด์
20. กลุ่มประสาทของท้อง
21. ต่อมทหรวกโต
22. ไต
23. ท่อไต
24. กระเพาะปัสสาวะ
25. ลำไส้เล็ก
26. ลำไส้
27. ตีนปัดเปิด ระหว่างลำไส้
28. ลำไส้ใหญ่ข้างรับ
29. ลำไส้ใหญ่ส่วนขวาง
30. ลำไส้ใหญ่ข้างลง
31. ลำไส้ใหญ่ส่วนตรง
32. พาราเรณิก
33. หัวใจ
34. ม้าม

つぼ：湧泉（ゆうせん）



※「生命の泉が湧く」という意味のツボ。

肝臓は右だけ



胃腸は広範囲。
じっくりもみほぐそう



かかとをほぐす



○ 21日で行動は習慣になる説



「習慣化には**66**日必要」だとする説 約2ヶ月。





道德信息操

กายบริหารเตาเตอซันซี



○運動といっても実は
瞑想。

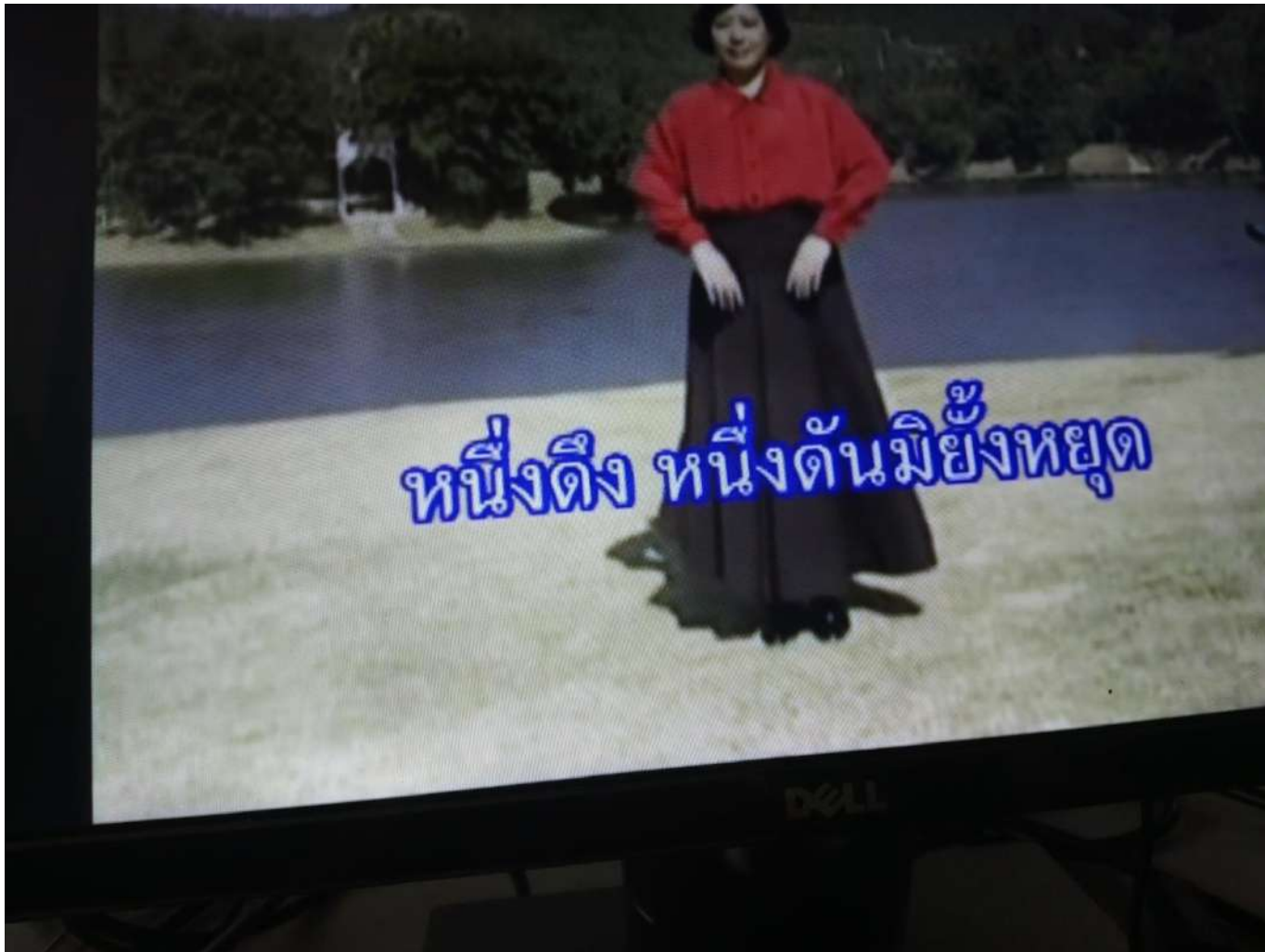


○柔 剛

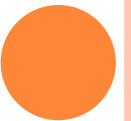
○弱 強







หนึ่งดีง หนึ่งตันมียิ่งหยุด





นำพลังจักรวาล







เต้ายิ่งใหญ่กลับคืน











第二節

天人會

ฟ้าคนเป็นหนึ่ง

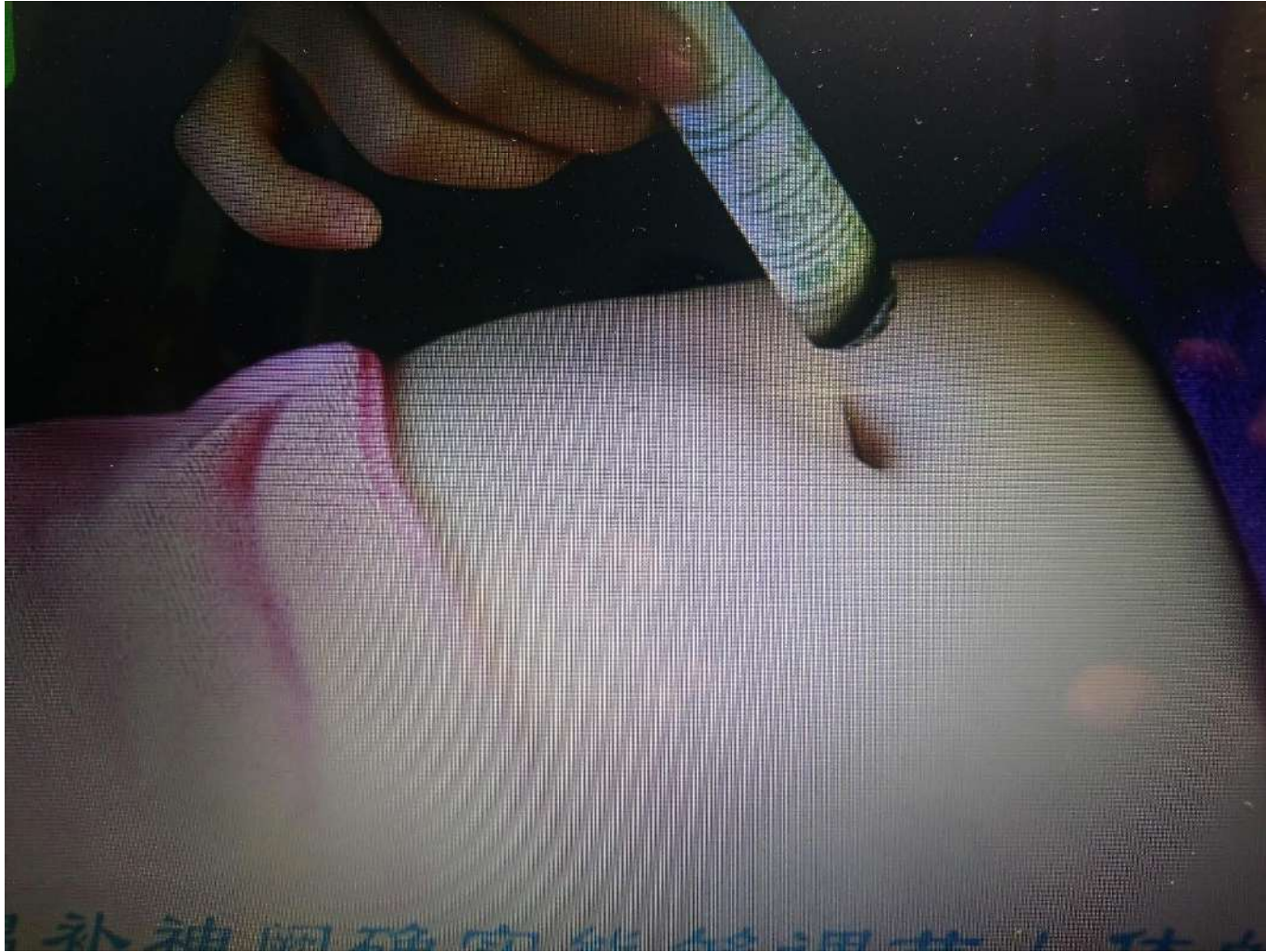


- 神闕穴(しんけつけつ)は、第8番目の経穴である。武道・武術では天南穴という。
- けいけつ
- 【経穴】
- 灸(きゅう)をすえ、鍼(はり)を打つべき身体の箇所。つぼ。



神闕穴







ฟ้าคนเป็นหนึ่ง

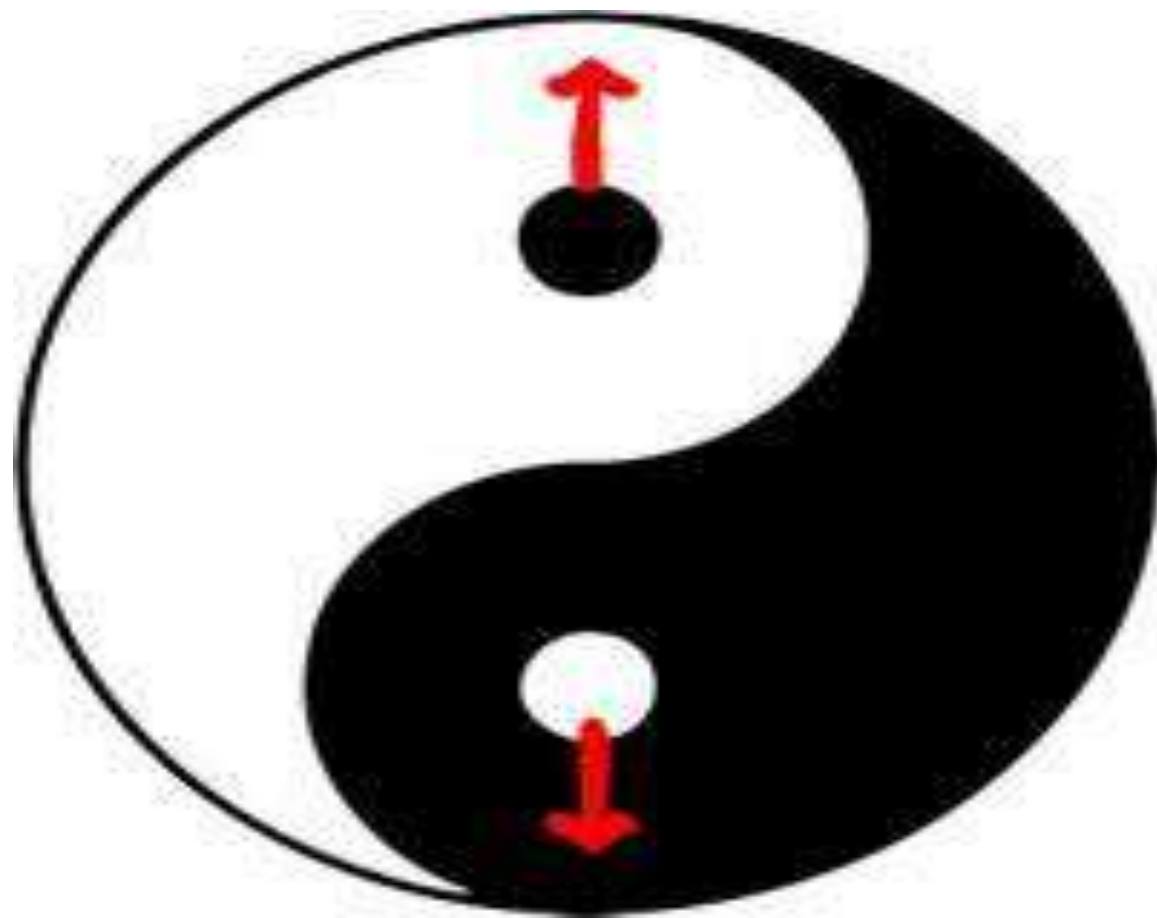




ฟ้าคนกลมกลืน



陰陽魚





กายบริหารเตาจีน

第三节
大道自然





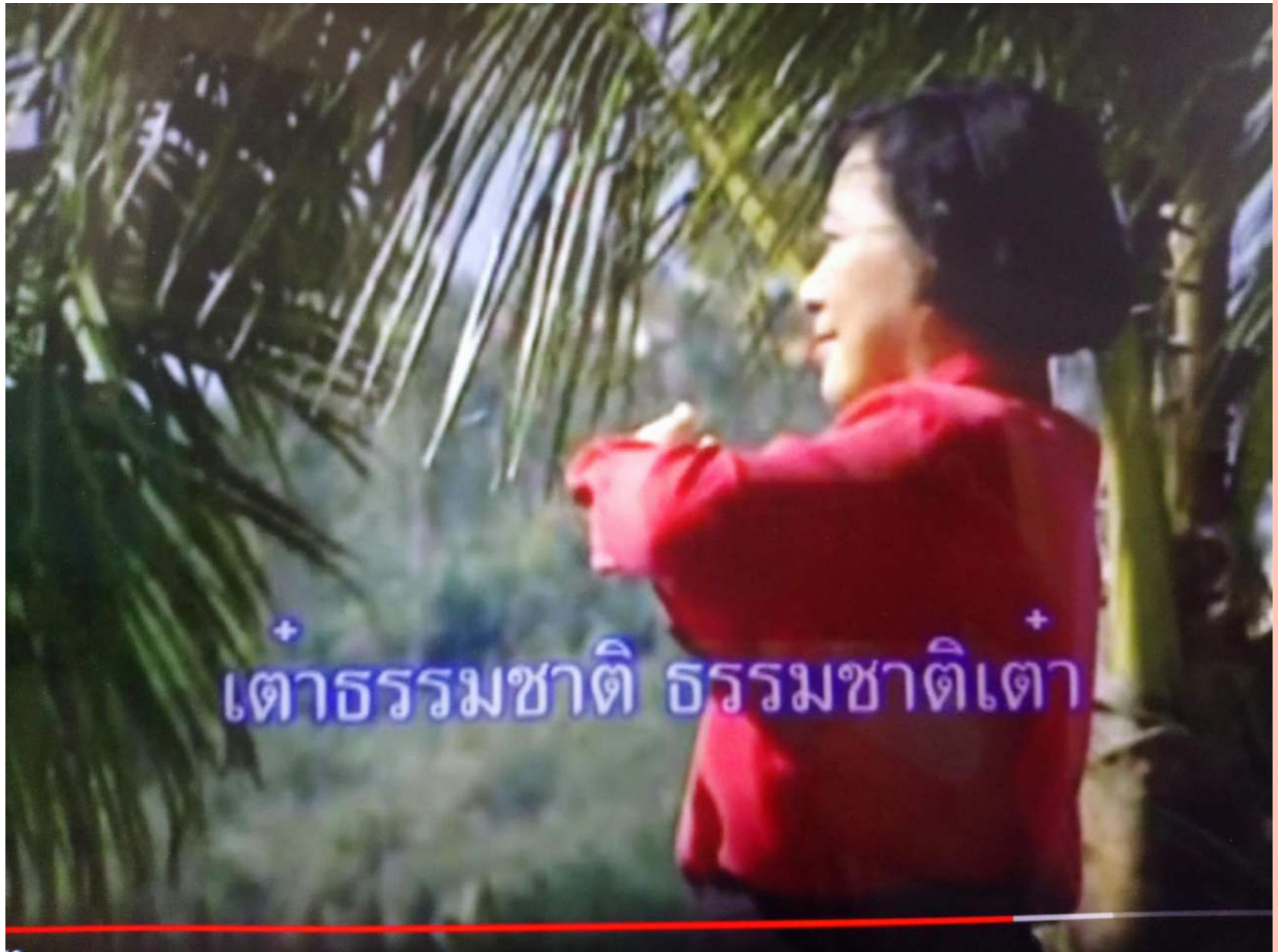
+
เตาถินธรรมชาติ





+
วัฒนธรรมชาติคือเต๋า





+ +
เตาธรรมชาติ ธรรมชาติเตา

กายบริหารเต้าจีน



รวบรวมสมาธิ



ฟาดคนเป็นหนึ่ง



เต้าธรรมชาติ

ประสิทธิภาพ

1. พัฒนาซอฟต์แวร์สมองซีกขวาในร่างกาย
2. เปิดเส้นทางเดินพลังงานแสงของศูนย์พลังงานใหญ่ 7 แห่งในร่างกาย
3. เปิดประตูของจิตวิญญาณ เสริมการเชื่อมสัมพันธ์ระหว่างจุลจักรวาลร่างกายกับมหจักรวาลที่ยิ่งใหญ่



ค่าลงทะเบียนท่านละ 3,200 บาท

(ค่ารถปรับอากาศ ชั้นหนึ่งไป-กลับ, ค่าบ้านพัก, ค่าอาหาร)

ส่วนลดพิเศษ สำหรับสมาชิกเหล่าจื่อเต้า ลดทันที 5%

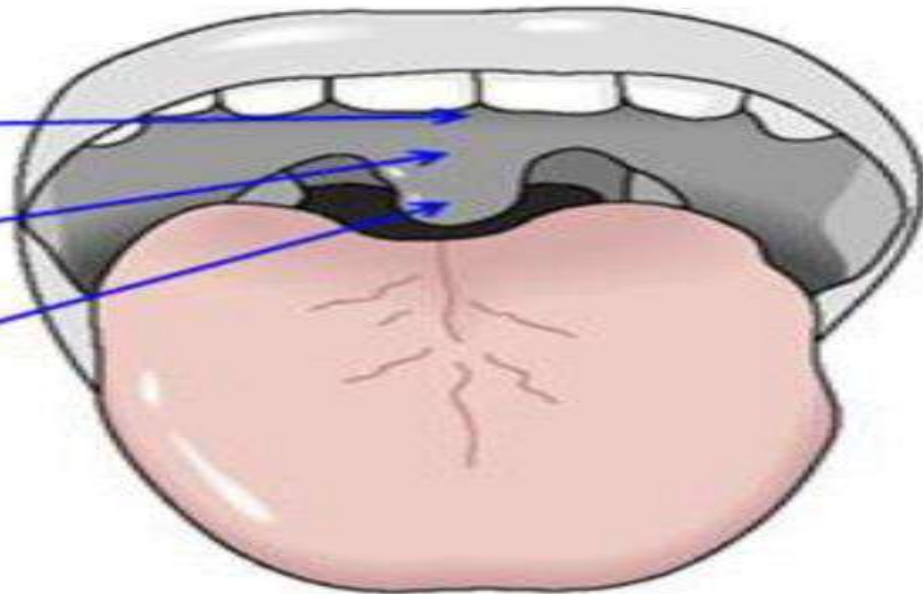
การสมัคร โอนเงินเข้าบัญชีออมทรัพย์ บริษัทเหล่าจื่อเต้าเต๋อ
ซันซีสากล จำกัด ธนาคารกรุงเทพ เลขที่ 175-4-15015-7 สาขา
คลองเตย (เขียนชื่อที่อยู่ในใบโอนเงิน ส่งมาที่ 0-2204-1530)

ติดต่อสอบถาม บริษัท เหล่าจื่อเต้าเต๋อซันซีสากล จำกัด โทร 02-204 1531-5
email : daodexinxi@gmail.com เว็บไซต์ www.daodexinxi.org

硬口蓋

軟口蓋

口蓋垂

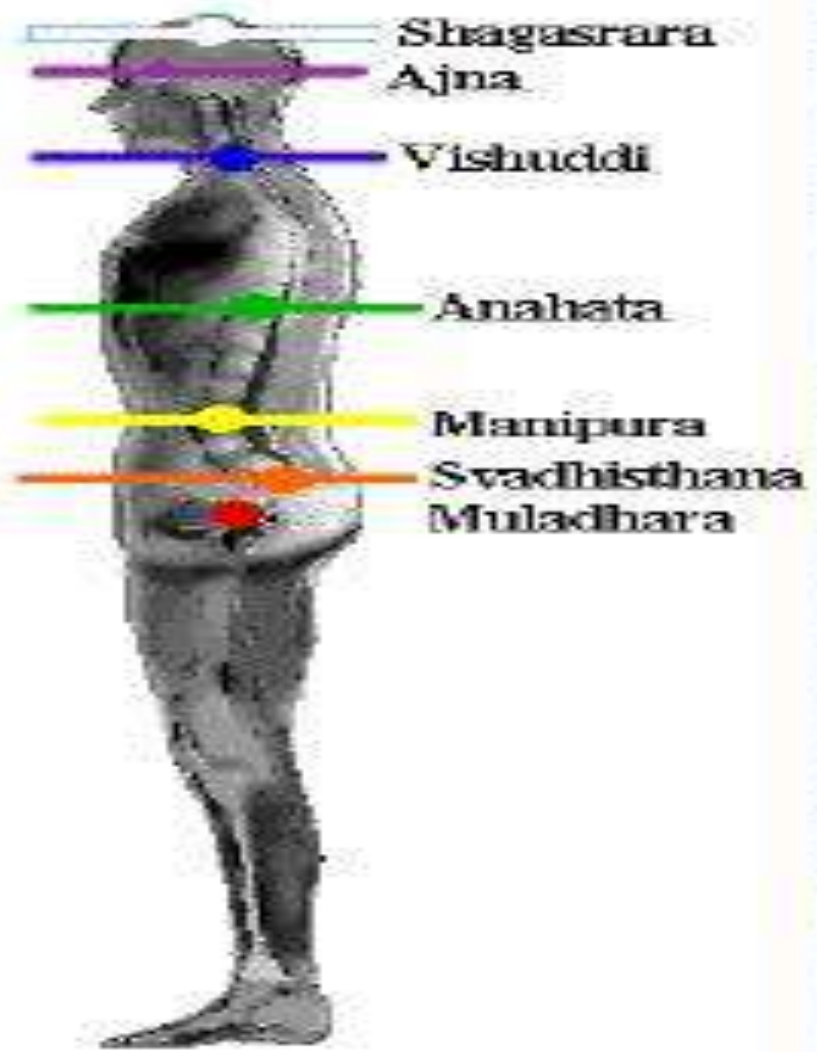


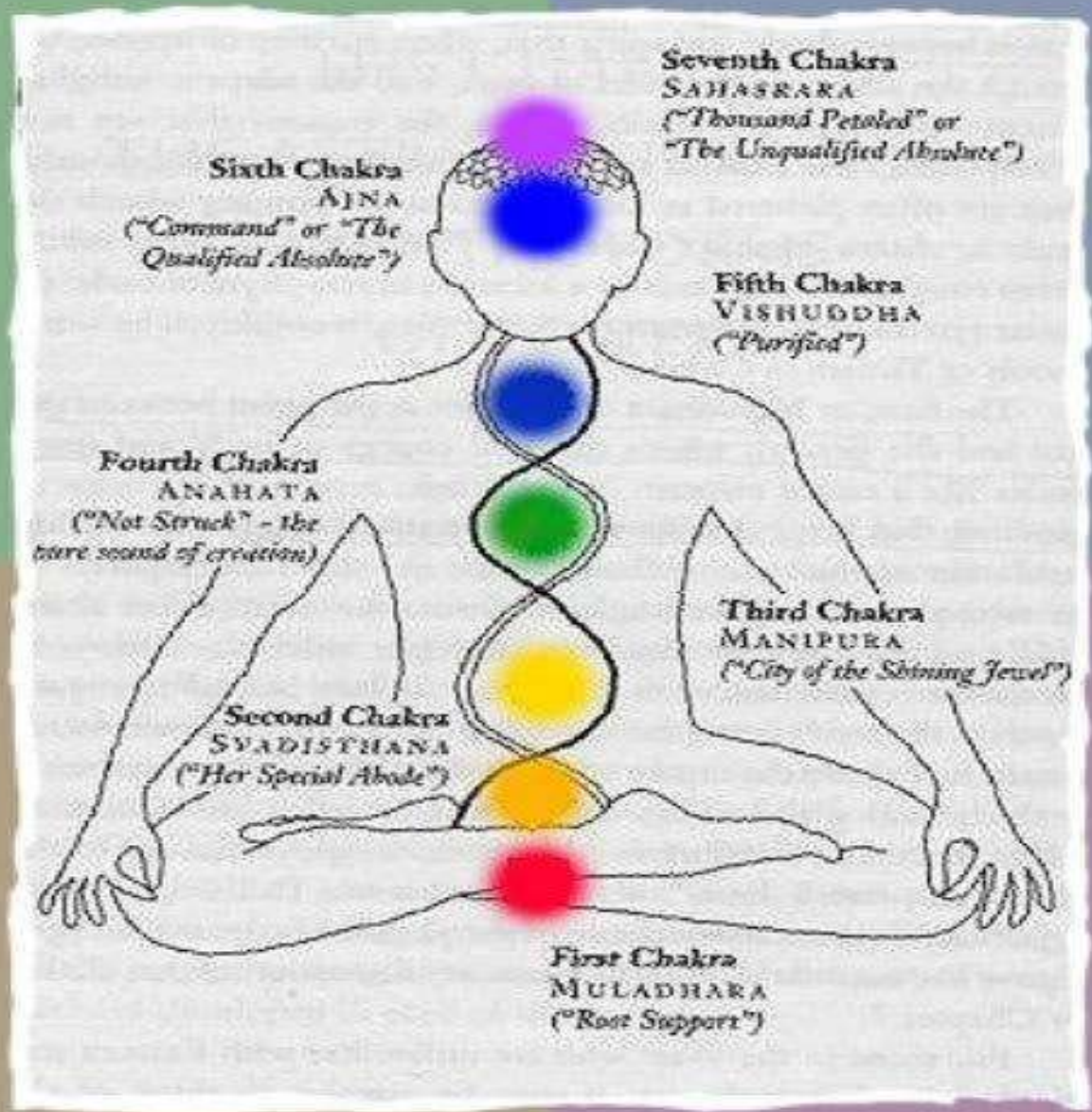
○チャクラ

(梵: चक्र, cakra; 英: chakra)は、サンスクリットで円、円盤、車輪、轆轤(ろくろ)を意味する語である。ヒンドゥー教のタントラやハタ・ヨーガ、仏教の後期密教では、人体の頭部、胸部、腹部などにあるとされる中枢を指す言葉として用いられる。

○輪(りん)と漢訳される。チベット語では「コルロ」^[*2]という。







手のひらの上の円でこすって目を温める効果

- 頭痛、倦怠感、不眠、不安...なんとなく調子が悪いけど、なにをしても「快適」にならない。その不調は、もしかするとスマホやパソコンで酷使している“目”からきているのかもしれない。目が緊張していると、交感神経もオンのまま。身体は休めない。



注意点

- 食後は食べたものを消化するために消化器に血液が集まっています。そこで運動すると、消化器により負担をかけることが考えられます。食後すぐの運動は避けましょう。





- <http://www.daodexinxi.org>



○ 21日で行動は習慣になる説



「習慣化には**66**日必要」だとする説 約2ヶ月。



ご清聴ありがとうございました。

○Line id:

sirimonpornnoh@gmail.com

○Tel 085 161 5404



