

PHÁP LÝ VÔ VI KHOA HỌC HUYỀN BÍ PHẬT PHÁP VIỆT NAM

TRUNG TÂM ĐÀO TẠO PHÁT TRIỂN ĐIỂN QUANG
TRƯỜNG SINH HỌC
NĂM THỨ 12

www.voviland.com

Email.bandao4p@gmail.com

SỐ 310 NGÀY 01 THÁNG 06 NĂM 2020

Thiên Đường Vô Vi Denmark sẽ đóng góp, tiếng nói chơn tình của tâm linh. Ước mong sự hợp tác và đóng góp chung tình, cùng hành giả Vô Vi, trong xây dựng chung cho nền đạo pháp ở mai sau.

BỐ THÍ BA LA MẬT

Kệ

**Giúp người giải thoát, thế gian mê
Tu thiên học đạo, hết còn quê
Trong đời có đạo, nào ai biết?
Giác ngộ người tu, độ giúp đời**

**Kính bái
Con; Lê Thành Lợi**



Siêu Pháp

(Phương pháp hít thở điển quang, **xem trong cách hành thiên**, www.voviland.com)

Con; Bạn đạo Lê Thành Lợi: Đóng góp câu hỏi tâm linh của bạn đạo bốn phương. Mục giải đáp thắc mắc về tâm linh sẽ là phương châm giải độc cho ngũ tạng và nội tâm. Giúp hành giả tu thiên giải thông mọi uất khí trong con người. Đây là luồng điển của Đại Bi quang phổ. Cúi mong tấm lòng thành của quý bạn đừng cắt xén hay thêm bớt.

Yêu cầu bạn vui lòng giúp tôi và giải thích thắc mắc. Xin cảm ơn.

2464. Hỏi. Chia sẻ những kinh nghiệm tu học, có lợi ích gì ?

2465. Hỏi. Tu thân là sao ?

2466. Hỏi. Đức Phật Thích Ca có tu theo sắc tướng không?

2467. Hỏi. Tu điển quang trường sanh học, là tu theo kiểu gì, xin giải thích?

2468. Hỏi. Tu tâm lẫn thân là tu model mới đúng không, ai là người sáng tạo?
 2469. Hỏi. Nhiều nhà tu cao xưng là Phật sống, đấng đạo, mà bị tai biến là sao?
 2470. Hỏi. Làm sao tâm linh phát triển?

BẠN ĐẠO HỎI

THÀNH LỢI ĐÁP

Odense, ngày 22/05/2020

2464. Hỏi. Chia sẻ những kinh nghiệm tu học, có lợi ích gì?

Đáp: Dạ thưa. Chia sẻ những điều mình giác ngộ thì rất hữu ích, tâm lẫn thân và cho quần chúng. Trên con đường truy tầm chân lý, ai cũng đang khao khát và mong mỏi trở về nguồn cội.

Giúp người tu, đạt được giác ngộ thì có nhiều điều lợi.

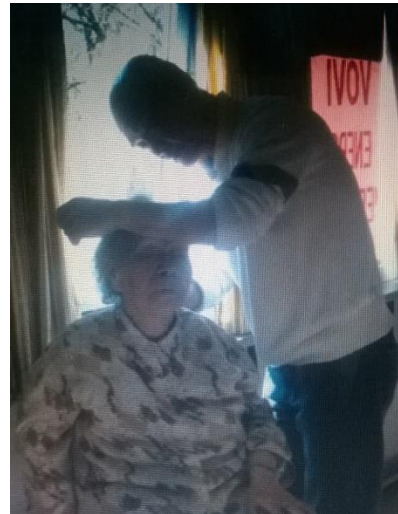
- . Lợi cho mình
- . Lợi cho người
- . Lợi cho xã hội
- . Lợi cho đạo

Giúp người có nghĩa là, giúp cho mình. Nó cũng là bổ thí Ba La Mật.

(Phương pháp thiền và hít thở điển quang uông thuốc Phật, xem trong trang, phương pháp hành thiền. www.voviland.com)

Kệ

**Giúp người giác ngộ, học tiến nhanh
 Điển thanh ban rải, kệ kinh thiên
 Nắm lấy chơn tình, tu tiến mãi
 Đừng nên giải đãi, việc tu thân**



Chữa bệnh nhức đầu kinh niên

Odense, ngày 23/05/2020

2465. Hỏi. Tu thân là sao?

Đáp: Dạ thưa; Ngày xưa mình nghe người ta nói tu thân, nó mơ hồ, không rõ ràng.

Hôm nay tôi dẫn chứng hình ảnh, kinh điển, tu thân rất rõ ràng hiện thực.

Tu từ bên trong nội tạng và bên ngoài thân thể quân bình.

Thân người quý giá, bảy ức niên mới thành người.

Mình phải bảo vệ, mình phải tu, thì mình mới tìm ra XÁ VỆ QUỐC.

Tu thân là làm cho thân mình khoẻ mạnh cường tráng và ít bệnh tật.

(Phương pháp thiền và hít thở điển quang uống thuốc Phật, xem trong trang, cách hành thiền. www.voviland.com)

Kệ

**Điển quang Trời Phật, giúp tu thân
Bạn nên cố gắng, học chuyên cần
Có pháp soi hồn, nhìn thấy rõ
Thân mình bệnh hoạn, nhớ hành siêng**

(Bạn phải thật lòng làm đúng pháp, như tôi chỉ, đừng có tu nửa chừng)



**Tu tâm, tu thân, tánh mạng song luyện
Tu kim cương là tánh mạng song luyện**

Odense, ngày 24/05/2020

2466. Hỏi. Đức Phật Thích Ca có tu theo sắc tướng không?

Đáp: Dạ thưa; Đức Phật Thích Ca, ngài tu thiền, giải thoát. Ngài không có tu theo sắc tướng.

Tu theo sắc tướng sẽ làm ta hèn hạ, cúi lòn, lụn bại. Tu theo sắc tướng là mấy ngàn năm, tu cầu vinh.

Người tu, đọc lịch sử Đức Phật Thích Ca, không sót một chữ, nhưng không hiểu, Đức Phật ngài tu, bỏ sắc tướng, mình tu lại trông vào.

Tu, sắc tướng có cái lợi, là được người ta nịnh bợ, cúng bái, sung sướng, nên người tu, khoái làm lớn, tranh giành và dùng thủ đoạn hại nhau, chia ra phe phái.

Tu sắc tướng, đi ngược lại đường lối Đức Phật Thích Ca, hại đồng đạo, hại luôn đồng bào.
Tu hoài không giải nghiệp.

(Phương pháp thiền và hít thở điển quang uống thuốc Phật, xem trong trang, cách hành thiền. www.voviland.com)

Kệ

**Hữu hình sắc tướng, sẽ hoại tan
Tham dục người tu, mê mẩn làm
Khí thể không còn, tâm Phật già
Tham lam dâm loạn, mãi cầu vinh**



Ngài bỏ ngai vàng đi tu, mình tu mình trông vào

Odense, ngày 25/05/2020

2467. Hỏi. Tu điển quang trường sanh học, là tu theo kiểu gì, xin giải thích ?

Đáp: Dạ thưa; Tu điển quang trường sanh học, là tu theo thời đại khoa học: Điển quang và trí tuệ. **Tu tâm lẫn thân.**

Con người có điển thì mình phải dồi mài, con người có thân thì phải luyện. Mình làm được hai việc này, thì tránh đi nhiều bệnh tật hiểm nghèo, như là ung thư, tai biến.

Trái lại còn thông minh và sáng suốt, phù hợp với nền văn minh hiện đại.

Văn minh là giúp cho con người sống lâu, ít bệnh tật.
Phật pháp là giúp người.

Bệnh thì do trước sanh ra.

Kệ

**Thời này tu điển, tiến rất nhanh
Văn minh Phật pháp, giúp ích mình
Trí tuệ con người, mau sáng tỏ
Song tu đời đạo, thật là mình**

(Uống thuốc Phật, uống nước lạnh âm dương Vô Vi mỗi buổi sáng thì bụng tránh ung thư ruột, máu tốt, da đẹp)



Odense, ngày 26/05/2020

2468. Hỏi. Tu tâm lẫn thân là tu model mới đúng không, ai là người sáng tạo?

Đáp: Dạ thưa; Từ xưa tới giờ mình chỉ nghe nói đơn độc là tu tâm thôi.

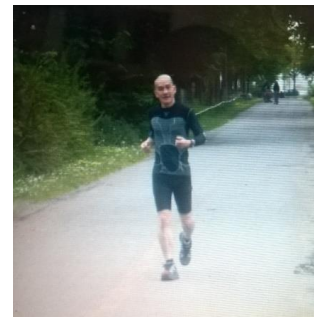
Hôm nay đời mới, Vô Vi trường sanh học: tôi khám phá ra mình có thể tu cả ba **Thân, Tâm và Điển.**

- . Tâm là hồn
- . Thân là vía
- . Điển quang là trí tuệ

Tâm và thân phải mạnh khoẻ, bớt bệnh hoạn và minh mẫn.
Tu như vậy thì nó văn minh.

Kệ

**Môn này chỉ dẫn, luyện thân-tâm
Đạo pháp đời nay, chỉ thực hành
Khai triển tâm mình, luôn giác ngộ
Thân người khỏe mạnh, tránh bệnh đau**



**Tim khoẻ thì mình có thể hoạt động tốt
Tim luyện được**

**Hình này, con chạy bộ 12.370 km. trong hai năm rưỡi.
Vòng quanh trái đất 40.000 km**

Odense, ngày 27/05/2020

2469. Hỏi. Nhiều nhà tu cao xưng là Phật sống, đắc đạo, mà bị tai biến là sao?

Đáp: Dạ thưa; Tu không biết về điển quang của Phật thì dễ bị tai biến. Tai biến cũng chứng tỏ cách thức tu và trí tuệ tu.

Con người có điển, Phật có điển, viết ra kinh điển. Điển hoá văn.

Điển thì châu lưu khắp cả càn khôn vũ trụ.

Điển cũng châu lưu khắp cả toàn thân.

Con người bị tai biến là điển xáo trộn, mất quân bình.

Anh tu thì lập lại quân bình luồng điển âm dương thì tránh đi tai biến.

Anh có thể đo máu, đo tim, đo stress thì biết được tâm linh.

Hít thở điển quang (uổng thuốc Phật,) xem trong trang, cách hành thiền. www.voviland.com)

Kệ

**Tu thiên phải dụng, pháp Vô Vi
Chỉ dẫn điển quang, tránh bệnh tình
Tai biến bất thường, không còn nữa
Lo chi không thọ, sống dài lâu**



Trước kia con bệnh hoạn, yếu đuối, bệnh bốn mùa khi thay đổi thời tiết.

Odense, ngày 28/05/2020

2470. Hỏi. Làm sao tâm linh phát triển?

Đáp: Dạ thưa; Điển nó giúp mình phát triển, là nhờ mình dày công, mỗi ngày, mình tu sửa.

Mình tu sửa điển của mình. Đừng tài hay, đi sửa điển người khác.

Điển nó giúp cho mình một ngày một chút. Tu thời gian là mình thấy phát triển nhanh.

Mình nhớ là mình tu cho mình. Thì các Bạn không lười biếng. Trái lại tiến nhanh.

Tu đứng đắn thì phát triển, trước kia mình động loạn. Ngày nay thanh tịnh. Thanh tịnh là Phật.

Pháp này giúp Bạn đi tới giới đó, chúng không phải là tu không tới.

Tại mình không tin, cứ ỷ y là không tới.

Rồi cúng kiến, cầu xin tha lực phù hộ.

Nếu may mắn, gặp người hướng dẫn tâm linh đạt thì họ giúp cho mình giải nghiệp tâm.

Còn không thì khó giải được nghiệp tâm. Nghiệp tâm thì Thánh Thần Tiên Phật nào cũng bị.

Điển mới giải được nghiệp tâm.

Phương pháp uống thuốc Phật, hít thở điển quang, con có viết trong phương pháp công phu. www.voviland.com.
Chúc Bác thành công.

Kệ

**May mắn cho mình, gặp pháp tu
Điển quang pháp Phật, học pháp thiền
Thanh lọc điển lành, tâm sẽ sáng
Minh tâm kiến tánh, biết lầm sai**



Thời này tu, **ĐIỂN, TÂM, THÂN QUÂN BÌNH**

TRIẾT HỌC VÔ VI

PHÁP LÝ VÔ VI KHOA HỌC HUYỀN BÍ PHẬT PHÁP VIỆT NAM

PHÁP	LÝ	VÔ	VI	KHOA	HỌC	HUYỀN	BÍ	PHẬT	PHÁP	VIỆT	NAM
THIÊN TU LUYỆN ĐIỂN TÂM THÂN	CHON MINH GIẢI ĐIỂN TÂM LÀNH	KHÔNG THANH NHỆ TRỜI BAN PHƯỚC	HỮU TRẦN GIAN HẾT BỆNH TÌNH	NẦY TU LUYỆN ĐIỂN ĐI ĐÀ	TRONG BẢN THỂ TỰ CỨU TA	THIỆNG CHU' PHẬT TRỜI BAN CHIỀU	TRUYỀN MẬT PHÁP MÔI LỜI KINH	TÂM KHAI MỞ KHI THANH TỊNH	TRỜI GIÚP BẠN THOÁT THỂ GIAN	DÂN SIÊU QUỐC THIÊN PHÁP LÝ	TRUNG NỮ HIỆP LẬP VĂN MINH

Thơ song ngữ Việt/Denmark

PHƯƠNG PHÁP PHÁ MÊ, PHÁ CHẤP

<p>BUDDHAS TANKE OM "IKKE", BRUG DEN NU (Brug ordet "ikke" til at overvinde dit problem) Sådan kan du løse situationen Livet er for kort, sex og kærlighed er oftest et problem Man bliver styret hårdt af svindel Uundgåelig, fordi den udfolder et net omkring os</p> <p>Hvor som helst vi går, bliver vi afbrudt I hjemmet og udenfor er vi afhængige Vores sind bliver knust over alt Og vores tarme strammer, det er svært at klare os igennem</p> <p>Denne gang spørger vi efter Buddha Vi håber at løse disse katastrofer Lyt nu til Buddhas anbefaling Brug ordet " IKKE", det løser problemerne</p> <p>Vi forstår nu Buddha Hvorfor Buddhas sind kun er "IKKE" Ingen penge, ingen minister, ingen konge Ikke bange for sult, fattigdom og ikke for smerte</p> <p>Mennesker lever med had og sorg Fordi ånden ikke gider studere den høje meditation Vi kan komme tæt på den ro og selvtillid Guds og Buddhas sind er ikke langt fra os</p> <p>Kom ned på jorden Vær modig at lære, hvad der er nær os Vi ønsker at komme til Buddhas verden Ved at gentage i sindet: Nam Mo A Di Da Phat, så vil Buddhas verden passere</p> <p>Med venlig hilsen</p>	<p>SONG NGỮ VIỆT-DANMARK ÁP DỤNG TÂM KHÔNG CỦA PHẬT ĐỂ THÁO GỠ KHÓ KHĂN</p> <p>Làm sao giải quyết sự tình Cuộc đời quá ngán, biến tình trái ngang Con người gặp nạn gian nan Khó mà tránh khỏi, lưới đời giăng ngang</p> <p>Đi đâu cũng bị cắt ngang Trong nhà, ngoài ngõ, buộc ràng khắp nơi Tâm ta phải bị tơi bời Ruột ta thắt đoạn, khó mà giải thông</p> <p>Kỳ này cầu Phật độ cho Mong sao, giải được tai ương, khổ nạn Bây giờ nghe pháp Phật ban Dụng " KHÔNG" giải tỏa, nạn nào cũng qua</p> <p>Bây giờ mới hiểu lời Ta Tại sao, tâm Phật chỉ là cái " KHÔNG" Không tiền, không tướng, không vương Không màn thế sự, không màn đón đầu</p> <p>Con người khổ hận sầu đau Tại tâm không học, phép cao đạo Thiền An nhiên tự tại nối liền Tâm Trời, tâm Phật, tâm mình chẳng xa</p> <p>Không còn lý luận cao xa Cam tâm học hỏi, những gì bên ta Muốn qua thế giới Di Đà Trì tâm mật niệm, Di Đà sẽ qua</p> <p>Kính bái</p>
---	--

Thưa các Bạn
Tu thiên thì nó có những chuyện huyền bí,
mình không ngờ.

- **ĐẮC ĐẠO NƠI ĐÂY, LỆ ỨA TRÀN LÀ SAO?**
- Cũng có người phỉ báng pháp thiền Vô Vi là tà đạo và Phật Trời, không độ.
- **Khi mình đắc pháp rồi...mới hiểu.**
- **Pháp Vô Vi Điển Quang Trường Sanh Học là Tận Độ.**
- **Ít bệnh hoạn, khoẻ mạnh, sống lâu và giải thoát.**



Bằng Hữu
Thành Lợi Lê

Cách Bào Chế Thuốc Trị Ung Thư
Xem số báo 227.

Cách Bào Chế Thuốc Trị Ung Thư
Xem số báo 227.

PHƯƠNG PHÁP THIÊN GIA LÊ THÀNH LỢI

PHÒNG, CHỐNG BỆNH DỊCH CORONAVIRUS,

CẢM CÚM, HO, SUYỄN, DỊ ỨNG, PHỔI YẾU, TÁO BÓN, ĐẦY BỤNG, UNG THƯ RUỘT VÀ NHỮNG CHỨNG BỆNH NAN Y KHÁC.

Tôi tên là Lê Thành Lợi, hướng dẫn pháp Thiền Điển Quang Trường Sinh Học và hiện sống ở Denmark.

Có rất nhiều phương pháp để điều trị và bảo vệ bệnh tật, cho những người có **vi-rút corona, cảm cúm, hen suyễn** và **người không mắc bệnh**.

Đây là phương thức trị bệnh, mà tôi nhận được từ bên trên, Trời Phật.

Nên bây giờ tôi muốn chia sẻ cùng quý Bạn.

Bốn phương cách để ngăn ngừa bệnh tật

. **Thuốc thiên nhiên Nature Medicine**

. **Uống Thuốc Phật** (Thở bằng phương pháp Phật, hít thở điển quang)

. **Xông hơi**

. **Bấm huyệt**

1. Thuốc thiên nhiên Nature medicine

. **Trà gừng với chanh và mật ong**

- 5. Lít nước lạnh (uống cho một ngày)

- 150 gr. Gừng tươi, cắt gừng thành miếng mỏng nhỏ

- 6. Sáu quả chanh tươi, vắt lấy nước saft.

- 1. Lọ mật ong ca. 200 gr. Hoặc đường phèn.

. **Chú ý. Người bị tiểu đường, khỏi dùng đường hay mật ong.**

. **Cách Pha trà**

- Đun sôi nước khoảng. 90 độ trong một cái nồi. Xong nhắc nồi ra từ bếp.

- Bỏ tất cả mọi thứ vào nồi và đậy nắp lại. Và chờ khoảng. 30- 45 phút. Sau đó dùng.

- Uống 4 ly trà, hơi ấm một chút. ca. 1 lit.

 <p>Nồi nấu</p>	 <p>Gừng tươi</p>	 <p>Chanh tươi</p>
 <p>Mật ong hay đường phèn</p>	 <p>Bình trà</p>	 <p>Ly Trà</p>

2. Uống thuốc Phật hay hít thở điển quang (hít thở phương pháp Phật)

Sau khi uống trà, Bạn phải uống thuốc Phật.

Nhìn vào hình dưới.

Thở nằm, ngậm miệng và chỉ dùng mũi để thở sâu vào dạ dày.

Và dạ dày của bạn phình lên và xẹp lại, khi bạn thở ra.

Bạn thở 10 lần và tạm dừng trong 2 giây. Bạn làm đi, làm lại nhiều lần.

Bạn có thể mất 15- 25 phút mỗi lần.

Bạn phải làm chậm, bạn càng làm chậm thì càng mạnh.

. Bạn thở cho đến khi bạn đổ mồ hôi.

. Bạn phải làm điều đó **tối thiểu 3 lần một ngày. Và Bạn làm nhiều ngày.**

. Bạn thực hiện phương pháp thở Phật và bạn có thể ngồi trên ghế.

. Bạn thực hiện phương pháp thở Phật, ngồi thiền.

Khi bạn thực hiện ngồi thiền và phương pháp thở Phật, **ý bạn phải ra lệnh mỗi lần, đầy bụng, đầy ngực và tung lên bộ đầu.**

Khi bạn thở, bạn đếm số:

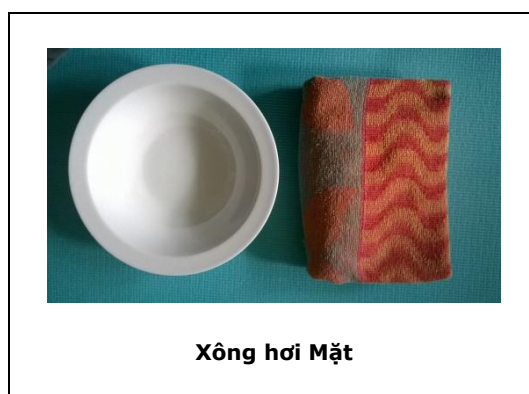
- . 10- 10, 10- 9, 10- 8, 10- 7, 10- 6, 10- 5, 10- 4, 10- 3, 10- 2, 10- 1. Ngưng 2 giây.
- . 9- 9-, 9- 8, 9- 7, 9- 6, 9- 5, 9- 4, 9- 3, 9- 2, 9- 1. Ngưng 2 giây.
- . 8- 8, 8- 7, 8- 6, 8- 5, 8- 4, 8- 3, 8- 2, 8- 1. Ngưng 2 giây.
- . 7- 7, 7- 6, 7- 5, 7- 4, 7- 3, 7- 2, 7- 1. Ngưng 2 giây.
- . 6- 6, 6- 5, 6- 4, 6- 3, 6- 2, 6- 1. Ngưng 2 giây.
- . 5- 5, 5- 4, 5- 3, 5- 2, 5- 1. Ngưng 2 giây.
- . 4- 4, 4- 3, 4- 2, 4- 1. Ngưng 2 giây.
- . 3- 3, 3- 2, 3- 1. Ngưng 2 giây.
- . 2- 2, 2- 1. Ngưng 2 giây.
- . 1- 1. Kết thúc.



3. Xông Hơi Sauna

A. Sau nửa giờ phương pháp thở Phật, bạn có thể đến phòng tắm hơi 20 phút, chỉ một lần.

B. Nếu bạn không sử dụng phòng tắm hơi, bạn có thể NẤU nước nóng bằng ấm và đổ vào một cái bát lớn. (Xông hơi mặt)



Đặt khuôn mặt của bạn trên tô nước nóng và quấn khăn quanh đầu trong 5-10 phút. Làm 2-3 lần.

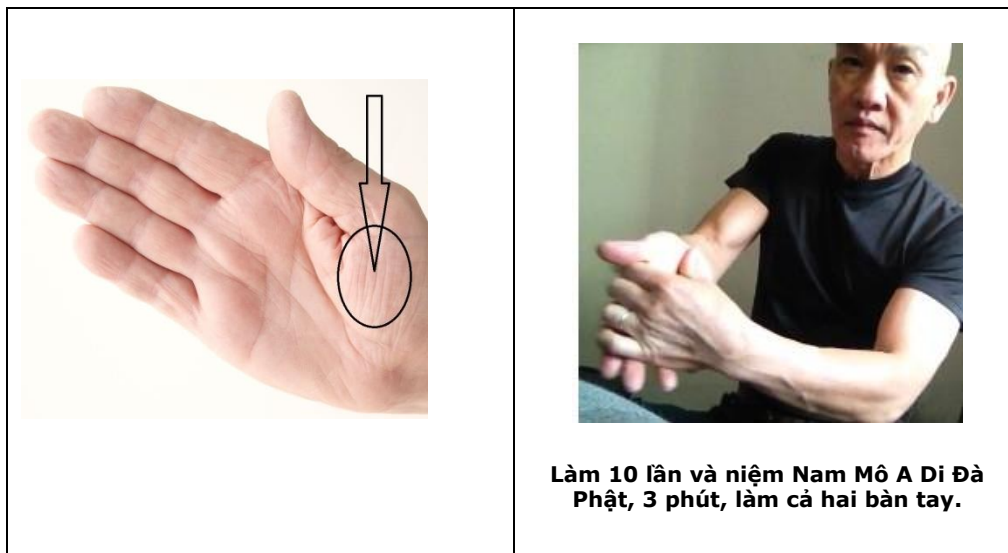
4. Phương Pháp Bấm Huyệt

. Ấn vào bàn tay

A. Sử dụng ngón tay cái ấn và đẩy tay về phía trước và sau, khoảng 1 phút. Nó giúp phổi. Bạn có thể làm nhiều lần.

Làm 10 lần và niệm Nam Mô A Di Đà Phật, 3 phút, làm cả hai bàn tay. Bạn làm bên tay phải và tay trái. Có đau thì làm. Làm khi nào hết đau, hết bệnh.

Nhìn vào hình



B. Ấn vào cạnh Xương Sườn

Sử dụng ngón tay cái ấn vào xương sườn đẩy về phía trước và đẩy lại phía sau. Làm cả hai bên sườn, nó giúp ho và phổi. Làm 3 phút. Bạn có thể làm nhiều lần trong ngày.



Với bốn ví dụ tốt đẹp, tôi hy vọng, điều đó nó có thể giúp Bạn thoát khỏi bệnh dịch Corona, cúm, ho, hen suyễn, dị ứng, phổi yếu, táo bón, đầy bụng và các bệnh khác.

Chúc mạnh khỏe và Trời Phật luôn ban ơn Bạn

PHÁP	LÝ	VÔ	VI	KHOA	HỌC	HUYỀN	BÍ	PHẬT	PHÁP	VIỆT	NAM
THIÊN TU LUYỆN ĐIÊN TÂM THÂN	CHON MINH GIẢI ĐIÊN TÂM LÀNH	KHÔNG THANH NHỆ TRỜI BAN PHƯỚC	HỮU TRẦN GIAN HẾT BỆNH TÌNH	NẢY TU LUYỆN ĐIÊN DI ĐÀ	TRONG BẢN THỂ TỰ CỨU TA	THIỆNG CHƯ PHẬT TRỜI BAN CHIẾU	TRUYỀN MẬT PHÁP MỠI LỜI KINH	TÂM KHAI MỞ KHI THANH TỊNH	TRỜI GIÚP BẠN THOÁT THỂ GIAN	DÂN SIÊU QUỐC THIÊN PHÁP LÝ	TRUNG NỮ HIỆP LẬP VĂN MINH



Thiền Gia
Thành Lợi Lê

GUIDE: PROTECT YOURSELF FROM CORONA VIRUS,

INFLUENZA, COUGH, ASTHMA, ALLERGY, LUNGS, HARD STOMACH AND MORE...

My name is Thanh Loi Le, I am Viet Nam Vo Vi Energy Meditation teacher, and I live in Denmark.

There are many ways to treat illness as corona virus, influenza, asthma. These methods will help people, who has corona and also help to prevent for those, who have not corona virus.

Here are the forms that God has sent me. And now I will like to share them with you.

Here are the four methods to prevent illness.

1. Nature medicine
2. Buddha's medicine (breathing by Buddha's method)
3. Sauna
4. Acupuncture pressing

1. Nature medicine: Ginger tea with lemon and honey

- . 5. lit water (this amount is for a whole day)
- . 150 gram of fresh ginger cut the ginger into small thin pieces.
- . 6. Fresh lemons use only the lemon juice.
- . 1. Glass of honey approx. 200 grams.

Attention. People with diabetes, do not need to use sugar or honey.

Making the tea

- Boil water to approx. 90 degrees in a pot. Remove the pot from the hob.
- Put all things in the pot and cover the pot with a lid. And wait approx. 30- 45 minutes.
- Drink 4 cups of tea a little warm. Approx. 1 lit.
-

 <p>Pot</p>	 <p>Ginger</p>	 <p>Lemons</p>
		

honey		Tea glass
	Tea pot	

2. **Buddha's medicine or Gods energy (Buddha's breathing method)**

After drinking the tea, you must take Buddha's medicine, which is the breathing method.

Look at the picture (below).

Lie down on your back, keep your mouth closed and **use only nose** to breathe deeply into your stomach. Note: You keep your mouth closed the whole time.

You breathe in through your nose and fill your stomach up with air until your stomach gets bigger and bigger.

And then you breathe out through your nose, while your stomach gets smaller and smaller.

You can take 15- 25 min, each time.

You have to do it slow. The slower you breathe the better results you will get.

You breathe until you will get sweaty.

. You must practice it at least 3 times per day. And repeat it on several days for better results.

. You can also practice the Buddha's breathing method by sitting on a chair.

. You can also practice the Buddha's breathing method, when you do your meditation.

*** This is how you breathe, while you are meditating:

When you practice the Buddha's breathing method, you must do it in this order:

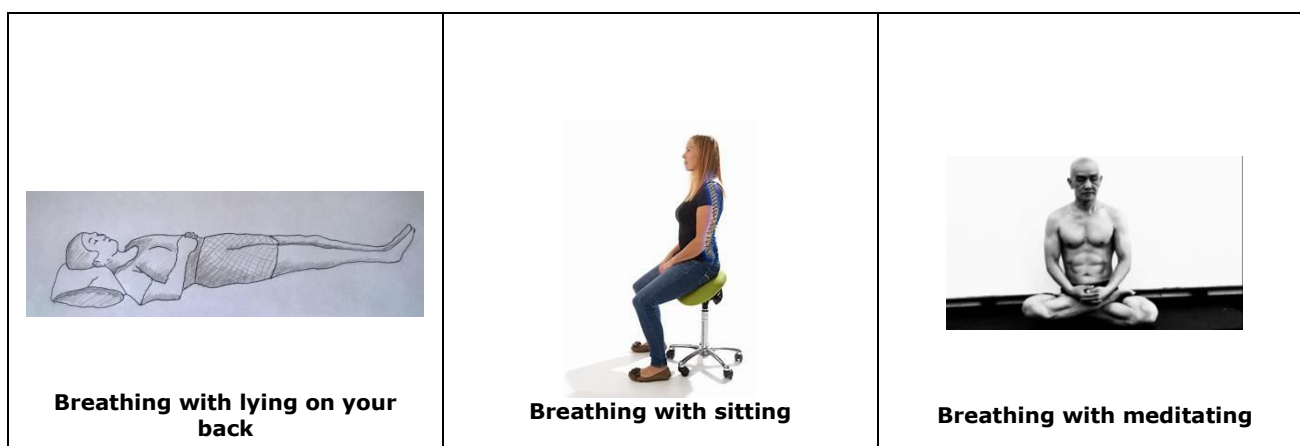
Fill your belly with air to the maximum. And after fill your chest with air to the max, and then imagine that you are "moving" the air from your chest up to your head. And the end you breathe the air out through your nose.

Note: Remember, that your mouth is closed the whole time.

When you breathe, you count the numbers:

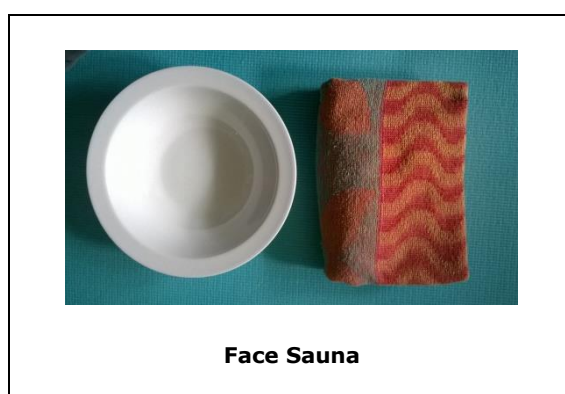
- . 10- 10, 10- 9, 10- 8, 10- 7, 10- 6, 10- 5, 10- 4, 10- 3, 10- 2, 10- 1. Pause 2 sec.
- . 9- 9-, 9- 8, 9- 7, 9- 6, 9- 5, 9- 4, 9- 3, 9- 2, 9- 1. Pause 2 sec.
- . 8- 8, 8- 7, 8- 6, 8- 5, 8- 4, 8- 3, 8- 2, 8- 1. Pause 2 sec.
- . 7- 7, 7- 6, 7- 5, 7- 4, 7- 3, 7- 2, 7- 1. Pause 2 sec.
- . 6- 6, 6- 5, 6- 4, 6- 3, 6- 2, 6- 1. Pause 2 sec.
- . 5- 5, 5- 4, 5- 3, 5- 2, 5- 1. Pause 2 sec.
- . 4- 4, 4- 3, 4- 2, 4- 1. Pause 2 sec.
- . 3- 3, 3- 2, 3- 1. Pause 2 sec.
- . 2- 2, 2- 1. Pause 2 sec.
- . 1- 1. Finish.

Example: 10-10 is only one breathing through Buddha’s breathing method. 10-9 is also just one breathing. You continue to breathe and count like this until you hit 1-1. Be patience. It takes some time.***



3. Sauna

- A.** After a half hour of Buddha’s breathing method, you can go to the sauna for 20 minutes, just one time.
- B.** If you do not have access to a sauna, you can boil some hot water and pour it into a large bowl. (Face sauna)



Place your face on the top of a bowl and cover your head with a towel all around the head for 5-10 min. repeat this 2-3 times.

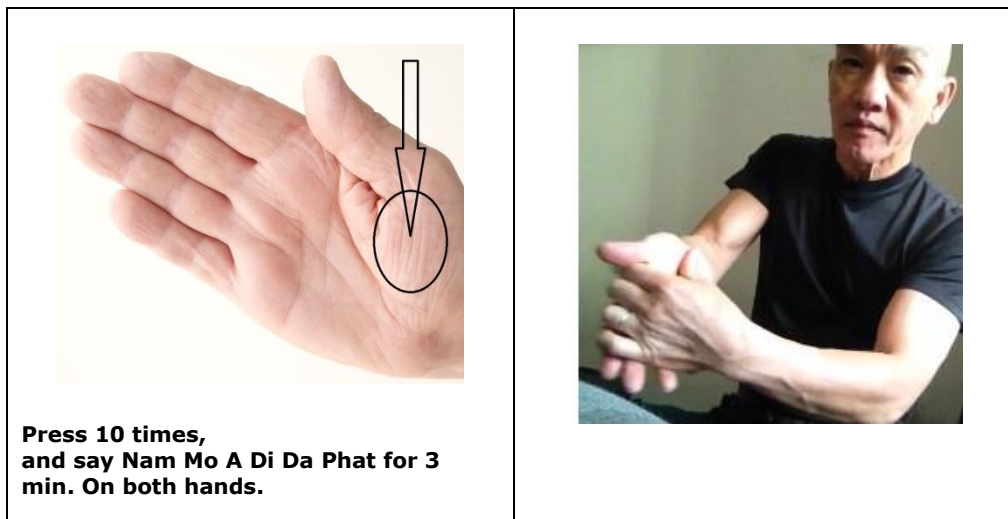
4. Acupuncture pressing method

Pressing on the hand

- A.** Using your thumb to press and push it on your hand back and forward for 3 minutes. It is good for the lungs. You can repeat this many times as you like.

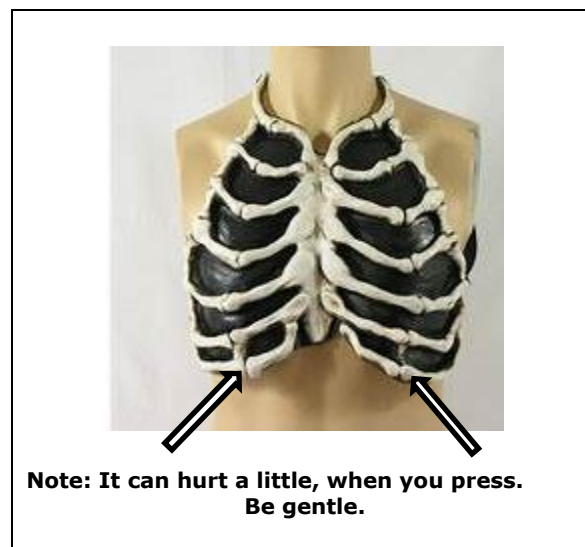
You do the same thing on the right and left hand.

Look at the picture below.



B. Pressing on the ribs

Using the thumb to press the ribs back and forward on both sides for 3 minutes, it helps to prevent cough and it is good for the lungs. You can repeat this many times as you like.



These 4 unique methods are examples, how to combat diseases as COVID -19, influenza, cough, asthma, allergy and other diseases. And I hope it can help you to prevent in getting CORONA VIRUS and other dangerous diseases.

**Get well soon and God bless you
Thanh Loi Le**



Viet Nam Vo Vi Energy Meditation teacher

THANH LOI LE



08:20

Fra: Sundhedsstyrelsen Institu... >



Til: ★ Z: Le T Lợi >

Skjul

SV: Guiden beskyttelse mod coronavirus covid 19 og mere

i dag kl. 10.23

Kære Thanh Loi Le

Tak for din henvendelse og indsendelse af "Guiden beskyttelse mod coronavirus covid 19", som vi tager til efterretning.

Med venlig hilsen

Tina Birch
Informationsmedarbejder

Sundhedsstyrelsen
T [+45 72 22 74 00](tel:+4572227400)
sst@sst.dk



SUNDHEDSSTYRELSEN

Đây là bức thư của Bộ Sức Khỏe nhà nước Denmark, cảm ơn và khen tặng.

Nhận định phương pháp trị bệnh dịch CORONA VIRUS COVID 19 là phương án tốt.

Hiện tại thì chưa có phương pháp nào tốt, để điều trị Virus.