

## VIET-CHI POST N. XXXII

a. d. XVII kal. Iul. A. MMIX

[www.vovietjournal.org](http://www.vovietjournal.org)

[vovietmailbox@vovietjournal.org](mailto:vovietmailbox@vovietjournal.org)

### Epistula CCCV

### MOTUS PHI-YEN

(ineditum)

Ut studia  
exerces, ita  
vitam vivis

## “DISCERE PER VITAM”

Magistri Phan-Hoang epistularum series

VIET-CHI POST No 32 Epistula n. 305

ORIGINAL IN ENGLISH by Phan-Hoang

LATINE TRANSLATION by Daniela Mazzon

### Epistula n. 305 (draft)

#### In Adirondack Montibus, m. Maio 2009

(Hanc epistulam in longo itinere ex Adirondack Montibus, per Virides Montes, Ceruleos Montes, Pocono Montes, usque ad Appalachiani iugi extremam partem scripsi.)

Discipuli cari,

Ista quinque litterarum seriei "De Veris Exercitationibus /TIEP-XUAN" ultima epistula est. Vobis gratulor quod interfuistis his virtualibus exercitationibus. Exerceatis, quaeso, ultimum motum PHI-YEN DAO-VAN ut infra demonstratum .

#### MOTUS QUARTUS: PHI-YEN DAO-VAN/ HIRUNDO VOLANS

Series TIEP-XUAN/VER, ut dixi, ex quattuor motibus, praecipue vere exercendis, composita est: KHOI-A; TUOI-DAO, SON-THAN KHAI-QUAN, et PHI-YEN DAO-VAN.

PHI-YEN quosdam motus (et Stationes quoque) spiritui et naturae avis ‘YEN’, i. e. harundinis, coniunctos nominamus. *Motus* – Vietnamitice *CHIEU* – a nobis quaedam sequentiae vocantur; *Stationes* – Vietnamitice *THE^* – immobiles status nominantur. PHI-YEN *Motum*, exempli causa, invenimus in Ngu-dieu-bo, Bat-dieu-bo, Thap-bat-dieu-bo, Phi-dieu, Tuyen-sinh, ut *Stationem* in aliquot martialibus rationibus (VO-VIET, CHI-KIEM, CHI-BONG) et in spirandi exercitiis (VIETTAICHI, VIET-KHI-PHAP). In TIEP-XUAN haec quattuor exercitia, suo nomine, appellamus PHI-YEN DAO-VAN, i. e. “*hirundinem volantem et nubes cedentes*”, vel “*hirundinem volantem, quae nubes*

*movere potest”.*

**De parte ad corpus pertinente et de parte ad respiratione pertinente** – Ut bene te exercearis, vide imagines photographicas numero notatas ex uno usque ad decem. **De spiritu ducendo:** Per *Tho-Phoi /pulmoneum respiratum*, motus lentissime incipit- vide imagines 01 et 02. Deinde sta ut in imagine photographica 03, dum spiritum breviter retines. **De spiritu edendo:** Per *Tho-Phoi* una cum *Tho-Bung/ pulmonum et ventris respiratu* coniunctum, spiritum ducito dum brachiis circulum describis, motu horis contrario (vide imaginem 03 et imaginem 04). Huius momenti motus velocior est; immobilem stationis gradum retine. Motus tali modo finem habet. Spiritum naturaliter trahe, postea diverse motum iterum inchoa in horarum partem (vide imagines 05 - 08).

**De verbis-** “*Series harundinis exercitatio*” nominatur cum utramque partem exerceas. Novem series “*harundinis exercitii circuitus*” nominatur. Mando ut in PHI-YEN DAO-VAN circuitu cotidie te exerceas .

**De parte ad naturae rationem pertinente-** Exercitatio PHI-YEN DAO-VAN contentionem, quae sanguinis pressum nimium causa est, praeventit. Stationis terminus (libratus es in uno crure) multos cruris musculos firmat, dum cerebrum, qui corpus librat, excitat.

**De interiore vi et vitalibus punctis-** De interiore vi, PHI-YEN DAO-VAN interioris roboris cursum in toto corpore, per spirandi rationem, quam diligenter exposui, adiuvat. Memento: cum spiritum ducis, interior vis in unum locum, *Trung-Dien* nominatum, cogitur, qui inter solarem plexum et ventrem est (Dan-Dien/Hara). Cum spiritum edis, interior vis, per totum corpus alacriter currens, id a toxicis purgat et impedimenta superat. Mente vehementer imperante, id evenit: nam cogitatio cerebrum regit.

**De vitalibus punctis-** Duo vitalia puncta sunt, quae in primo motu Khoi-A descripsi:  
- *CI (Cuc-tuyen)*, in Cordis Meridiano (*Thu-Thieu-Am Tam-Kinh*)  
- *RI (Dong-tuyen)*, in Renum Meridiano (*Tuc-Thieu-Am Than-Kinh*)  
Memento *Khi-hai* locum, in pervagato ventris puncto *Dan-dien/Hara* positum esse.

**De Mente Cogitationeque:** Cum motum PHI-YEN DAO-VAN exerces, te libere ut hirundinem per caerulea mundi volare finge. Vitae voluptate frue. Mentem intende in tuam veram naturam (*ban-lai dien-muc*), i. e. tibi persuasum sit tuam essentiam liberam et integram esse. Animus et corpus concordēs sunt, quod pacifici. Ut hirundo volas, quod liber es (sine cupiditatibus) et laetus (tibi ipsi consonans).

Translatis verbis: Cogitatione complectere Viae Lacteae magnitudinem, orbis terrarum exiguitatem in nostra galassia: terra aequabilis arenae granulo in Sahara est. Nos autem, cum terra comparati, instar pulviscoli sumus. Verum tamen, cum PHI-YEN DAO-VAN (*harundinem volantem*) exerces, tua mens totam Viam Lacteam tenere potest. Omnia parva sunt, cum tu, hirundo volans, omnia de caelo videas. Noli credere te parvum imbecillumque esse. Concordia consensioque te fortiorem faciunt.

**De figurazione-** Hirundo veris, amoris, felicitatis, magnae opinionis de se imago est.

**De ratione-** Si “*hirundo/yen*” eris, in tempore verno semper manebis, laetus et versutus. PHI-YEN DAO-VAN nos monet ut omnium dierum offendicula contemnamus. Quis sis et quomodo te geras considera.

Si quaerere aliquid vis, scribe, quaeso, ad VIET-CHI POST [vovietmailbox@vovietjournal.org](mailto:vovietmailbox@vovietjournal.org).  
vel ad Magistrum Phan-Hoang [vovietblackbelt@yahoo.com](mailto:vovietblackbelt@yahoo.com) .

*Salvebitis - ni-amahoro -. Spero me vos in amoeno Ofir litore(apud Portum) visurum, in aestiva exercitatione ex die 22 usque ad diem 26 m. Iulio a. 2009.*

Valete.

PHAN-HOANG, VIET-CHI POST XXXII © a. MMIX

## MOTUS QUARTUS - PHI YEN DAO VAN















Phan-Hoang, © Vere 2009