



วันที่ 2 กันยายน พ.ศ. 2554

เรียน ท่านผู้เกี่ยวข้อง

ข้าพเจ้านายสุธีร์ พันทอง กรรมการผู้จัดการ บริษัท เพียวสุธีร์ โยคะ จำกัด สำนักงานตั้งอยู่เลขที่ 416/18 ซอยทองหล่อ 14 ถนนสุขุมวิท แขวงคลองตันเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110 เป็นอาจารย์สอนโยคะให้กับนักธุรกิจ ดารา นักแสดง นักร้อง บุคคลทั่วไปที่สนใจในศาสตร์ของโยคะ และนักเรียนที่ต้องการเรียนเพื่อไปเป็นครูโยคะ ด้วยความมุ่งมั่นที่จะมอบความรู้แก่ผู้ฝึกถึงประโยชน์ทางสรีระศาสตร์ที่จะได้จากการฝึกอาสนะท่าต่างๆ และการกำหนดลมหายใจที่ก่อให้เกิดสมาธิ เพื่อช่วยแก้ไขและบรรเทาความเจ็บป่วยให้แก่ผู้ที่มีปัญหาทางด้านสุขภาพ อีกทั้งยังมีความปลอดภัยด้วยความรู้ที่ถูกต้อง เพื่อให้ผู้ฝึกได้รับประโยชน์อย่างเต็มที่และแท้จริง ข้าพเจ้าจึงได้รวมท่าอาสนะต่างๆ จากโยคะในหลายแนวทางที่ได้ฝึกมา เช่น ไชโยเนกา แอชแทงกา วินยาสะ และคิวนันทะ แล้วนำเอาจุดเด่นของแนวทางต่างๆ นั้นมาเลือกสรรผสมผสานและถ่ายทอดมาเป็นรูปแบบของตนเอง

คุณปารดา จันทนานนท์ ก็เป็นลูกศิษย์คนหนึ่งของข้าพเจ้า เธอได้มาเรียนโยคะกับข้าพเจ้ามาเป็นเวลา 10 (สิบ) ปีแล้ว เธอมาเรียนโยคะกับข้าพเจ้าครั้งแรกในปี พ.ศ. 2544 ที่สวนลุมพินี ซึ่งเป็นสวนสาธารณะขนาดใหญ่ใจกลางกรุงเทพมหานคร เธอมีความถนัดและความกระตือรือร้นในฐานะนักเรียนและในเวลาไม่กี่เดือนต่อมาเธอก็ต้องการที่จะเป็นครูโยคะ ในช่วงเวลาห้า (5) ปีหลังจากนั้นเธอยังคงมาเรียนในชั้นเรียนของข้าพเจ้าเกือบทุกวัน โดยเธอจะเรียนติดต่อกัน 2 คลาส ในช่วงเช้าเวลาประมาณ 06.40 น. – 08.00 น. และ 08.30 น. – 09.30 น. รวมเวลาประมาณ 2 (สอง) ชั่วโมง 20 (ยี่สิบ) นาที และในบางครั้งเธอก็มีโอกาสได้ตามข้าพเจ้าไปเป็นตัวอย่างในชั้นเรียนอื่นๆ ในช่วงเช้าอีกด้วย ในเวลานี้คุณปารดาเติบโตในฐานะนักเรียน และข้าพเจ้าก็ได้ฝึกเธอให้เป็นครูในแบบครูฝึกสอน (อย่างที่ปฏิบัติกันในแถบตะวันออก) เช่นนี้เรื่อยมาตั้งแต่ที่เธอเป็นนักเรียนในชั้นของข้าพเจ้าเกือบทุกเช้าจนเธอสามารถจัดชั้นเรียนเองได้และได้ย้ายไปอยู่ที่ออสเตรเลียในปี พ.ศ.2552

Pure Suthee Yoga Co., Ltd.
416/18 Soi Thonglor 14, Sukhumvit Road, Klongtan-Nua, Wattana, Bangkok 10110 Thailand
Telephone +662 714 7715, Facsimile +662 714 7716
e-mail address : puresutheeyoga@hotmail.com
www.puresutheeyoga.com

สุธีร์ พันทอง



คุณปารดาได้รับการสอนตามแบบของข้าพเจ้า ซึ่งต้องมีการเรียนคำในภาษาสันสกฤตและปรัชญาของโยคะ เรียนวิธีการหายใจที่ถูกต้อง ตลอดจนการไหว้ครูทุกครั้งก่อนเริ่มสอนด้วย โดยเรียนจากหนังสือ และซีดีของข้าพเจ้าเอง เธอเรียนรู้วิธีออกคำสั่งในอาสนะต่างๆอย่างชัดเจนและแม่นยำ เธอเรียนรู้ถึงความสำคัญของการหายใจเพื่อให้ได้อาสนะที่ถูกต้องและรู้ว่าจะต้องสั่งให้หายใจอย่างไร คุณปารดาได้รับการฝึกสอนให้สามารถจัดชั้นเรียนได้และสามารถแก้ท่าของนักเรียนได้ อีกทั้งยังสามารถช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาเรื่องการยืดตัว มีอาการบาดเจ็บหรือมีความต้องการพิเศษต่างๆได้

ข้าพเจ้าในฐานะครู ขอรับรองว่าคุณปารดา จันทนานนท์ เป็นอีกผู้หนึ่งที่มีความสามารถเพียงพอและมีความพร้อมที่จะได้รับการถ่ายทอดการเรียนรู้เพื่อที่จะเป็นครูโยคะ และข้าพเจ้ายินดีที่จะให้การสนับสนุนคุณปารดา นักเรียนและผู้ที่มีความสนใจในโยคะทุกท่าน ที่มีความตั้งใจจริงที่จะเผยแพร่ศาสตร์แห่งโยคะในแนวทางปฏิบัติที่ถูกต้อง เน้นที่จะช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน โดยการนำโยคะไปปฏิบัติ เพื่อแก้ไขจุดบกพร่องของร่างกาย ปรับปรุงและเสริมสร้างระบบหายใจ ระบบประสาท และอวัยวะต่างๆ เพื่อขจัดความเสื่อม อีกทั้งยังเป็นแนวทางที่จะก่อให้เกิดสมาธิ เพื่อฝึกจิตและกายไปพร้อมๆ กัน



ขอให้โยคะคัมภีร์

สุทธี พันทอง

(นายสุทธีร์ พันทอง)