

**Living Tao Tai Ji Ritual
(Part 1)**

天 tiān	Heaven
上 shàng	Above
地 dì	Earth
下 xià	Below
外 wài	Outside
內 nèi	Inside
前 qián	Moving Forward
進 jìn	Advancing Action
後 hòu	Moving Back
退 tuì	Into Stillness
左 zuǒ	Left
顧 gù	Looking Presently
右 yòu	Right
盼 pàn	Looking Far
中 zhōng	Center
庸 yōng	Unwobbling Pivot
安 ān	Inner Peace
定 dìng	Settling
內 nèi	Inside
觀 guān	Contemplation
音 yīn	Resonance
地 dì 天 tiān 地 dì	Earth Heaven Earth (Circle)
抱 bào	Embrace
虎 hǔ	Tiger
歸 guī	Return
山 shān	Mountain
東 dōng	East
南 nán	South
西 xī	West
北 běi	North
東 dōng	East
朝南 cháo nán	Facing South

中 zhōng Center
庸 yōng Unwobbling Pivot
安 ān Inner Peace
定 dìng Settling
內 nèi Inside
觀 guān Contemplation
音 yīn Resonance

西 xī West
南 nán South
東 dōng East
北 běi North
西 xī West
朝南 chāo nán Facing South

中 zhōng Center
庸 yōng Unwobbling Pivot
安 ān Inner Peace
定 dìng Settling
內 nèi Inside
觀 guān Contemplation
音 yīn Resonance

地 dì 天 tiān 地 dì Earth Heaven Earth (Circle)
抱 bào Embrace
虎 hǔ Tiger
歸 guī Return
山 shān Mountain