

DXN Life

VOL 90

FOR INTERNAL CIRCULATION JULY 2023
KDN PP 13265/03/2013 (031580)

HEALTH INFORMATION

Unlock the Secret to Quality Sleep:
How Herbs, Teas, and Yoga Can Help

LEADERS CORNER

Saturnina Chavez &
Nicolas Canazas

SUCCESS STORY

DD Shaheen Hossain



PRODUCT INFORMATION

DXN
Curry Paste

Good morning to the DXN family,

As one of the world's top Ganoderma company, DXN is driven to ensure that the business is constantly developing to benefit our members from across the globe in their pursuit of better health and wealth. It was this spirit that enabled DXN to be successfully relisted on Bursa Malaysia's main market on 19th May 2023. This relisting will provide more great opportunities not only for DXN but all its members.

Besides health and wellness products, DXN recently ventured into the lifestyle business by establishing DXN Lifestyle. DXN Lifestyle comprises Boulder Valley, a lifestyle resort in Penang, Malaysia, that has tented accommodations and space for small parties and events, and also DXN's first wellness and retreat center, DXN Cyberville, in Cyberjaya, Malaysia. DXN Lifestyle offers our members an experiential Ganoderma harvesting experience and a recreational space for Ganotherapy and other natural health treatments using our products.

2023 was also the year DXN completed the construction of DXN Cyberville, DXN's new corporate headquarters. The headquarters has now become DXN's latest pride. It includes a three-storey wellness and retreat centre, a 10-storey apartment complex, and a two-storey recreational space, as well as a global cyber hub with a sales branch office, stockist sales counter, and a convention hall.

DXN has expanded to almost every continent in the world, widely spreading to everyone the benefits of health, wealth, and happiness. Currently, DXN is in Asia, Europe, Oceania, Africa, and North and South America. Soon, DXN will be expanding to more new markets such as Brazil, Argentina, China, and a few other countries so that DXN's concept of health, wealth, and happiness can reach more people to help make the world a better place to live and be enjoyed by everyone.

To meet the increasing demand in the economically challenging global business environment, DXN successfully built two mega manufacturing facilities in Telangana, India, and Ningxia, China, and a few new manufacturing plants in Peru, Morocco, and Dubai. We are also planning to set up a new organic mega-farming project in Guyana as organic products are now the most highly sought after products in the worldwide market.

With more than 16 million members, it is hoped that the concept of health, wealth and financial freedom can be achieved by many more people in the future. We believe that with this concept, more big achievements will be attained by DXN soon.

See you at the top in DXN!

早安德信大家庭，

作为全球顶尖的灵芝公司之一，德信致力于确保业务不断蓬勃发展，从而让全球会员在追求健康和财富的过程中得以受惠。德信凭借着不懈的精神，最终成功于2023年5月19日在大马证券交易所主要市场再次上市。此次上市不仅仅只是为了德信，更重要的是通过上市来为德信所有成员提供更多的机会。

除了各式各样的健康产品以外，德信也在近期涉足生活方式的业务，也因此成立了德信生活方式 (DXN Lifestyle)。德信生活方式 (DXN Lifestyle) 包括位于马来西亚槟城的豪华露营地假屋岩谷野营 (Boulder Valley)，这里为您提供精心打造的豪华帐篷住宿以及举办活动和派对的场地。此外，德信生活方式 (DXN Lifestyle) 还包括德信首家康体中心——德信 Cyberville，它坐落于马来西亚赛城的丘陵地带。德信生活方式 (DXN Lifestyle) 为您提供灵芝采摘的体验以及一个健康舒适的休闲区域，让会员们通过使用德信产品进行灵芝疗法与其它自然的健康治疗。

德信 Cyberville 的建设于 2023 年正式完工。作为德信的新总部，其已成为德信目前最引以为傲的建筑项目。德信 Cyberville 的第一栋大楼内设有 3 层楼康体中心，第二栋大楼内设有 10 层楼公寓，2 层楼的娱乐活动设施以及一间全球性的网络中心；另外还设有一间销售分行、库存销售柜台和一间会议厅。

德信一直致力在全球范围内扩展业务，皆在向每个人传递健康、财富和幸福的理念。如今，德信业务也已足迹遍布亚洲、欧洲、大洋洲、非洲、北美和南美，并且也誓言在不久的将来，会将德信拓展到巴西、阿根廷和中国等等的国家与地区。我们希望将德信健康、财富和幸福的理念惠及世界更多的人，从而让这个世界变得更美好。

为了满足德信会员们日益增长的需求，德信于印度泰伦加纳邦和中国宁夏建立了两家大型的制造工厂，另外，也在秘鲁、摩洛哥和迪拜建立了全新的制造工厂。由于有机产品是现今全球市场上最受欢迎的产品，德信也因而计划在圭亚那建立一家大型的有机农场。

德信目前在全球大约拥有 1600 万名会员，也希望未来有更多的人能够实现健康、财富和财务自由的梦想。我们深信秉持着德信理念，德信将会在不久的将来取得更大的成就。

我们顶峰见！

Selamat pagi keluarga DXN,

Sebagai salah sebuah syarikat Ganoderma yang terulung, DXN amat bersemangat dalam memastikan bahawa perniagaan ini berkembang secara berterusan dan dapat memberi manfaat kepada ahli-ahli di seluruh dunia yang sedang berusaha untuk mendapatkan kesihatan dan kekayaan yang lebih baik. Bertepatan dengan semangat ini, DXN telah berjaya disenaraikan di papan utama Bursa Malaysia pada 19 Mei 2023. Dengan penyenaian semua ini akan memberikan lebih banyak peluang yang lebih cerah bukan sahaja kepada DXN, malah semua ahli-ahlinya.

Selain daripada produk kesihatan dan kesejahteraan, DXN baru-baru ini juga menceburi perniagaan perlancongan dengan menubuhkan DXN Lifestyle. DXN Lifestyle termasuklah Boulder Valley, sebuah resort yang terletak di Pulau Pinang, Malaysia yang mempunyai khemah dan ruang untuk mengadakan majlis kecil-kecilan, dan juga pusat rehat dan kesejahteraan pertama DXN, DXN Cyberville, di Cyberjaya, Malaysia. DXN Lifestyle menawarkan pengalaman menuai Ganoderma dan ruang rekreasi untuk Ganoterapi dan lain-lain rawatan semula jadi menggunakan produk DXN.

Tahun 2023 juga menyaksikan kejayaan DXN menyempurnakan pembinaan DXN Cyberville, ibu pejabat korporat DXN yang baharu. Ibu pejabat ini merupakan kebanggaan terbaharu DXN, lanya adalah tiga tingkat pusat rehat dan kesejahteraan, 10 tingkat kompleks pangsapuri, dan dua tingkat ruang rekreasi, serta sebuah cawangan pejabat jualan, kaunter jualan stokis, dan sebuah dewan konvensyen.

DXN telah berkembang ke hampir setiap pelusuk dunia, membawakan kepada anda kebaikan kesihatan, kekayaan, dan kegembiraan. Kini, DXN sudah bertapak di Asia, Eropah, Oceania, Afrika, serta di Amerika Utara dan Selatan. Tidak lama lagi, DXN akan melebarkan sayap ke Brazil, Argentina, China dan beberapa lagi negara dengan harapan supaya konsep kesihatan, kekayaan dan kegembiraan DXN dapat sampai ke lebih ramai orang lagi dan menjadikan dunia sebuah tempat yang lebih indah untuk didiami oleh semua orang.

Bagi memenuhi permintaan yang semakin bertambah di dalam keadaan ekonomi yang serba mencabar ini, DXN telah berjaya membina dua fasiliti pembuatan yang besar di Telangana, India dan Ningxia, China, serta loji pembuatan di Peru, Maghribi, dan Dubai. Kami juga merancang untuk membina sebuah projek organik berskala mega di Guyana memandangkan produk organik adalah produk yang semakin mendapat tempat di kalangan pengguna di seluruh dunia.

Dengan lebih 16 juta ahli, adalah diharapkan supaya konsep kesihatan, kekayaan, dan kebebasan kewangan dapat dicapai oleh lebih ramai orang pada masa akan datang. Kami percaya dengan konsep ini, lebih banyak kejayaan yang akan dilakarkan oleh DXN kelak.

Jumpa anda di pucuk kejayaan dalam DXN!

HEADQUARTERS :

DXN MARKETING SDN. BHD. 199301029165 (283904-P) (A.J.L. 93432)
Block C, 8 Suria Boutique Offices, Jalan PJU 1/42, Dataran Prima,
47301 Petaling Jaya Selangor Darul Ehsan.
Tel : +603-7809 3388 Fax : +603-7809 3300

BRANCHES :**DXN CYBERVILLE**

Jalan Teknokrat 1, Cyber 3,
63000 Cyberjaya, Selangor.
Tel: 03-8680 9888

DXN CAWANGAN ALOR SETAR

No. 113, Bandar Stargate,
Lebuhraya Sultanah Bahiyah,
05400 Alor Setar, Kedah.
Tel: 04-771 6688 Fax: 04-772 3775

DXN CAWANGAN PULAU PINANG

No. 20, Medan Angsana Satu
Bandar Baru Ayer Itam,
11500 Pulau Pinang.
Tel : 604-2409753
Fax : 604-8260774

DXN CAWANGAN JOHOR BAHRU

No. 33, Jln Molek 1/8, Taman Molek,
81100 Johor Bahru, Johor.
Tel: 07-351 0631 Fax: 07-351 0635

DXN CAWANGAN KOTA BHARU

PT 529, Syeksen 17
Jalan Jambatan Sultan Yahya Petra,
15050 Kota Bharu, Kelantan.
Tel: 09-7482868 Fax: 09-748 2863

DXN CAWANGAN KUCHING

Unit 98, Gala City, Jalan Tun Jugah,
93350 Kuching, Sarawak.
Tel: 082-265812 Fax: 082-265813

DXN CAWANGAN KOTA KINABALU

Lot 12-0 Ground Floor,
Block B, Inanam Business Centre,
88450 Kota Kinabalu, Sabah
Tel: 088-421209 Fax : 088-431209

Editor	: Najjihah Binti Roslan
Designer	: Ang Sui Lei, Nurifatin Syafiqah Bt Roslis, Shahril bin Hamid,
Team Members	: Sales and Training Department, Group Publication Department, Group Product Department (GPD),
Published By	: DXN Marketing Sdn. Bhd. 199301029165 (283904-P) (A.J.L. 93432) (A Wholly Owned Subsidiary of DXN Holdings Bhd.)
Printed By	: Golden Hill Press Sdn. Bhd. No. A-G-02 & A-G-03, Blok A, Jalan Bangau 11, Puchong Jaya, 47100 Puchong Selangor, Malaysia.

CONTENTS 目录
Isi Kandungan

-  **ACHIEVERS RECOGNITION** Pg 04-11
龙虎榜 PENGIKTIRAFAN
-  **LOCAL ACTIVITIES** Pg 12-13
国内活动 AKTIVITI TEMPATAN
-  **HEALTH INFORMATION** Pg 15-17
健康资讯 INFORMASI KESIHATAN
-  **SUCCESS STORY** Pg 18-19
成功之道 KISAH KEJAYAAN
-  **PRODUCT INFORMATION** Pg 20-21
产品专栏 INFORMASI PRODUK
-  **LEADERS CORNER** Pg 22-23
领袖专栏 SUDUT PEMIMPIN

IMPORTANT : The information contained within this publication is for reference and education purposes only. It is not intended as a substitute for the advice of a qualified medical professional. DXN Marketing Sdn. Bhd. does not condone or advocate self-diagnosis or self-medication in any way. If you have a condition which requires medical diagnosis and treatment, it is important that you visit a licensed health professional.

注意：本刊所刊载的一切资讯仅供参考及教育用途，并无意取代合格医生的意见。德信直销有限公司并不容许及不提倡任何方式的自行诊断或医疗，若遇病况，宜向合格医疗人员寻求诊断及治疗。

MUSTAHAK : Maklumat-maklumat yang terkandung dalam penerbitan ini adalah untuk tujuan rujukan dan pendidikan sahaja. Ia tidak sesuai digunakan sebagai pengganti nasihat daripada pakar perubatan yang berkelayakan. Syarikat DXN Marketing Sdn. Bhd. tidak membiar atau menganjurkan sebarang cara diagnosis diri atau penguatkuasaan diri. Jika anda dijangkiti sesuatu penyakit yang memerlukan diagnosis dan rawatan perubatan, adalah mustahak untuk anda mendapatkan khidmat rundingan pakar perubatan berlesen.

DATUK
LIM SIOW JIN
DXN's Founder
and Chairman

30
YEARS

**OF HARD WORK
AND EXCELLENCE**
年奋斗熔铸辉煌
**TAHUN KERJA KERAS
DAN KECEMERLANGAN**



GOLD CROWN DIAMOND



CHO MAR PHYU
(KUALA LUMPUR)



EXECUTIVE DOUBLE CROWN DIAMOND



ZALIDA BT MAT RANI
(PERAK)



SENIOR CROWN DIAMOND



PAULINE ANG
(JOHOR)



CROWN DIAMOND



AZIZAN B AHMAD
(NEGERI SEMBILAN)



GOLD DIAMOND



NAVIN PREMANAND
(SELANGOR)



EXECUTIVE DOUBLE DIAMOND



DAWA CHHIRING TAMANG
(JOHOR)



DOUBLE DIAMOND



SHAHEEN HOSSAIN
(KUALA LUMPUR)



EXECUTIVE SENIOR STAR DIAMOND



WAI PHYONG AUNG
(KUALA LUMPUR)



SENIOR STAR DIAMOND



SARASWATHY A/P MANIKAM
(JOHOR)



EXECUTIVE STAR DIAMOND



MOHAMMAD JASIM UDDIN
(KUALA LUMPUR)



SUJON KHAN
(KUALA LUMPUR)



THIDAR AUNG
(SELANGOR)



STAR DIAMOND



KYAW MIN
(NEGERI SEMBILAN)



MOHAMMAD MAMUN MIA
(NEGERI SEMBILAN)



MYA THIDAR TUN
(SELANGOR)



SADMAN HOSSAIN EMON
(KUALA LUMPUR)



STAR RUBY

FEBRUARY, MARCH & APRIL 2023



MALAYSIA

AAASHISH RAI
ABDUL RAHMAN
BELAL
CHAA IMANE
CHAA RAHIMA
CHEE MOH LIN
CHEN GUANG YU
EMELIANA SIMON LAHINDUN
FAN ZHUO
FATIMA AKECHAR MESSAOUDI
GANESAN A/L MUNUSAMY
GANESH BAHADUR KARKI
GANESH KC
HARI NARAYAN SAH
JEFF CHEONG
JENNY LIE
JOYNAL ABADEN

KADRI LAMIA
KADRI NADJET
KAMRUL HASAN
LEENAROSI A/P AROKIASAMY
LEONOR BARAWIS BARITOS
LIU GUI XIANG
LIU SHAN YUAN
MASUM MIAH
MD HABIB SHAKE
MEERA THAPA
MERAH ZOUAOUA
MERYEM CHEBARBI
NESAR UDDIN
NORMALA BT MD KASIM
OON WEN FAI
OU RUI HUNG
RADZI BIN MAT
RISHI RAM CHAUDHARI
SARA OMAR

SARAH REGGAD
SHRESTHA CHHAVILAL
STEPHEN JABRI ANAK SIMER
TERENCE LIM
THAMER ABDELJAOUAD BENMEHAL
TIAN TIAN
TIMOTHY SIMER
WILLIAM KHOO
WILLIAM WONG
YAGYA BAHADUR THAPA MAGAR
YANG ZHEN JUN
YOHANES
ZULKIFLI BIN ABDUL KARI @ ABDULLAH
 اولاد البكاي زينب



CARMENCHO DEL ROSARIO PALARAN



STAR AGENT

FEBRUARY, MARCH & APRIL 2023



MALAYSIA

ABDESLAM SOUHAILA
ABDUL AZIZ
ABDUL AZIZ
ABDUL GOPUR MIA
ABDUL HALIM
ABDUL MANNAN MIAH
ABDUL RAHIM BIN MOHAMED ISMAIL
ABDUL RAHMAN
ABDULLAH AL MAMUN
ABDULLAH RAHMAN
ABDULLAH TH A ALEMTAIRY
ABEL DUNGANA
ABLA GUERNICHE
ABUL BASAR
ADNAN OMER AZIZ
AFRIDA
AHAMMAD FORHAD
AHMAD AZLISHAH BIN AZIZAN
AHMAD M S S ALWALEED
AHMAD RUZAINI BIN AHMAD YUSRI
AHMED NASRY
AHMED SAFRIOUI
AI FELIECIA
AL AMIN
AL AMIN
ALBERT FOM
ALEYAH A J A Q ELENEZI
ALI BOUHYOU
ALI KH O J ALENEZI
ALIAADIYANA
ALISHA CHAUDHARY
ALVIN LOKE
AMAAL LSMAIL
AMAL ABID
AMAL AHMED AHMED NASAR
AMEL BELHAOUI
AMINA BENMÉRADI
AMIRAH BINTI AHMAD
AMMAR KHODJA DJOUDA
AMUTHA VALLI
ANG MU LAN
ANNIE LAM
ANUJ UDAS
AOUISSA SARA SAMIRA
ARDYANTI
ARIF ZULKIFLI
ARISTANTIA
ARMAN
ARSHAD
ASHISH RAI
ASMA BELKACEMI
ATU SAE LOW
AUNG THU HTET
AUNG ZAW HTWE
AUTUMN QU
AYE AYE MAR
AYE AYE SOE
AZHANI BINTI MOHD YUSOP
AZIZ RACHIDA
AZIZA ALI
AZMIR BIN HASHIM
AZZOUZ LEILA

BABUL HOSSAIN
BAHOUSIFADELA
BAKADI MOHAMED
BAKAL EL IDRISI
BAL BAHADUR DAMAI
BALAKRISHNAN A/L MARIMUTHOO
BALKIS BT MUSTAFA
BATAL LOUBNA
BEENA SUBBA
BEKKOUCHE FATIHA
BEKKOUCHE JAMILA
BEL BAHADUR MAGAR
BELARBI NADIA
BELGHITRI RABHA
BELINDA HO
BEN MEBAREK NACIRA
BEN NANA ZOHRA
BENAISSA NARIMAIN
BENBOUDA YASMINA
BENEDDINE ZOUAOUA
BENIA KARIMA
BENJAMIN TAN
BENKACEM NOUREDDINE
BENU MAYA MONGER
BENYAOUB RAFIKA
BERNADETTE SELVI A/P ANTHONY RAJ
BHIM BAHADUR DAMAI
BHIM BAHADUR TAMANG
BHIM NARAYAN SHRESTHA
BHUBINDRA KUMAL
BILGIS AHMED SALLAH NASSAR
BILIP MUKTAN
BIRENDRA KUMAR LAWATI
BISHAJIT BANIK
BONIFACE KEMARAU
BOSHRA MOHAMMED ALDOOAH
BOUAZZA HANANE
BOUGUELMOUNA KHEDIDJA NADADJ
BOUHANACHE KARIMA
BOUIZOUGARWE KHADIJA
BOUKARA SOUMIA
BOUKOBERINE KHEIRA
BOUTIBA RIMA
BUDHE SHRESTHA
CHAHINAZ DOUADI
CHAHRA BOUNAB
CHAIHOUBI ABLA
CHAN SU ZAN
CHANDRAKALA RANA
CHANDRAMANI A/L NARAYANAN
CHANDRAMUGAM A/L MUNUSAMY
CHAOU FARIDA
CHELFY MOKHTARIA
CCHELOUACHE FADILA NASSIMA
CHEN CHAO DONG
CHEN GUANG YU
CHEN JIA QING
CHEN XI
CHEN ZHI
CCHEONG CHEE KEONG
CHIBANE NABILA
CHIHANE NACÉRA
CHIMI WANGMO
CHIN HUI FEN
CHIN WEN HUI
CHO THANT SIN MON

CHO ZIN LATT
CHOO YIT CHUN
CHOW YU WEI
DAILIA BINTI DAN
DAISY BAJA ENRIQUEZ
DAVID WONG
DEVI YOLANDA
DHAN BAHADUR BISHWAKARMA
DHAVAMANI A/P MARIMUTHU
DIANA YASIN AHMED ALMUTAWAKIL
DIDANI AICHA
DIDOUCHE AOUA
DIPAK KUMAR YADAV
DIWAS KC
DJAMILA DOUAIFIA
DJELLALI AICHA
DJEZIRI FATIMA
DJOUADI ZOUBIDA
ELAINA CHU
ELHAM HOSSIN SALLAH DAKAR
ETHELINE PHANG SIAW LING
EVANGELINA PEH EU ANN
EVELYN S. ROLAGO
FARAH ADIBAH BINTI MOHD FADZLI
FARID
FATIHA OULED MOKHTAR
FATIMA ZAHARA
FAUZIAH
FAYSAL SHEIKH
FEGHOUL SOUADE
FEHAM NAWEL
FIROZ BIN HATIM BHOY
FONG ZHI QIANG
GAANTAIMATHY A/P MUNIANDY
GAN FOO KHEE@GAN SOON KEAN
GANA DJAMILA
GANESAN A/L SAMYNATHAN
GAURMAYA MAGAR
GEETA A/P TAMIL MARAN
GEEVAMBAL A/P MOHAMED GHANY
GLENDA B. DELA CRUZ
GOH HENG GAIP
GOH JWEE KENG
GORAKH BAHADUR THADA MAGAR
GUMAN SINGH BISHWOKARMA
GUO JIA YONG
GURDEV KAUR A/P PURAN SINGH
HAFIZUL HAFIZ ANNAR BASAH
HAN YA LI
HARJEET KAUR A/P SOHAN SINGH
HARKA MAYA RAI
HASAN ALI
HASMOT
HEDROUG FADHILA
HEE CHIEW PHIN
HIBA AZIZ
HII LIAN ING
HITA BAHADUR POKHREL
HJH NORJANAH BTE HJ TAHA
HLA SEIN NU
HLAING HLAING OO
HLUT ONG(A)SHWE YIN
HNIN OU
HOURIA KACHI
HTAM TANG MARY SHIN
HTAY MAUNG

HTWE YEE
 HUSAIN S S N ALADHAILAH
IBRAHIM
 IKRAM HOSSIN
 IMAM HOSSAIN
 IMRAN AHMED
 INDRA VASUGY A/P RAMASUNTRENAN
JA'AFAR BIN MOHD YUSOFF
 JAINAL MIAH
 JALAL UDDIN
 JAMAL UDDIN
 JASMINE YAU
 JAYA SELVI A/P RAJOO
 JAYDEN JONG
 JEFRYZAN
 JIANG WEI
 JIHAM MOHAMED BORIGI
 JIMMY PEH HOCK JIN
 JOAN LIM
 JOEHAFRINIZAM
 JOEL SU
 JOSEPH ELWIN
 JUEL RANA
KADRI YASMINE
 KALPANA GURUNG
 KAMALA A/P MUNUSAMY
 KARED DALIDA
 KAWSAR
 KAZI NASIR UDDIN
 KEDDACHE DALILA
 KELZANG CHODEN
 KERMICHE RADHIA
 KERRIUM SALIHA
 KESHI VILASHINI A/P GANESAN
 KHAING YIN MYO
 KHAIRUL AZMIR BIN ABDUL HAMID
 KHALFOUN AMMAR
 KHELOUFI DALILA
 KHIN AYE LWIN
 KHIN AYE WIN
 KHIN MAR LAR
 KHIN SOE
 KHINE KHINE MAW
 KHUSHBU RAI
 KI NAM
 KOUSIGAN
 KRISHNA BHADUR NEPALI
 KUMARAN A/L KRISHNAN KUTTY
 KUTTU KRISHNAN A/L VALANTHAN
 KYAW THAN
 KYAWT WAI WIN
 KYI KYI WIN
LA JA
 LABBACI NACIRA
 LAHLAL ZAHIA
 LAHMIDY EL GHADFA
 LAI CHAP CHIN
 LAI SZE TENG
 LAID HANI
 LAL BABU SINGH
 LANG NAM
 LARBAH FATIMA ZOHRA
 LARBAH HASSINA
 LATIFAH BT IBRAHIM
 LAXMAN MAGAR
 LAXMI MANDAL
 LAXMI TAMANG
 LEE HOCK GUAN
 LEE SHENG PING
 LEELAVATHY A/P SOCKALNGM
 LENG KOK CHEN
 LETCHUMY A/P BALAKRISHNAN
 LETTIFI IBTISSAM

LIANG ZHEN WEN
 LIE KWANG PIN
 LIM CHAI SIAN
 LIU SONG
 LOGESWARY A/P CHINATHAMBY
 LONE LONE CHAY
 LU AUNG
 LUCAS WAI
 LUM HKAWNG
 LUQMAN SHUKRI
 LWIN THANDAR KHAING
MSANTHY A/P MUNIANDY
 MAAROF
 MADHU SEJWAL
 MAH VI-VIEN
 MAHADI BIN MOHD NOR
 MAHFODZAH MD PADZI
 MAIZ KHEIRA
 MAMMA ABDERAHIM
 MAMUN MIAH
 MAN YI LING
 MANIKA LEPCHA
 MANISHA TAMANG
 MANMATI BOHORA
 MANMEET A/P RANJEET SINGH
 MARCELA PRAMIO SAMBALOD
 MARIEN LABO
 MARY JANE STA MARIA
 MARYAM MOHAMED SALAH AHMED SALIM
 MD ABDUL JABBAR
 MD AKIMUL
 MD ANWAR HOSSSEN
 MD FARUK
 MD HABIBULLAH
 MD HABIBUR RAHMAN
 MD HAFIZUR RAHMAN
 MD IMRAN SASSAN
 MD JAHANGIR ALAM
 MD JAKIR HOSSAIN
 MD JINNAH SHEKH
 MD JUWEL RANA
 MD KAWSAR
 MD MEHEDI HASAN
 MD MUKUL MIR
 MD OHIDUL ISLAM
 MD RAKIB HOSEN
 MD RAKIB HOSSAIN
 MD RAKIB SARDAR
 MD RASEL
 MD RUBEL
 MD SAJOL HOWLADER
 MD SAYFUL ISLAM
 MD SHAFIKUL ISLAM SOMUN
 MD SHAH HELAL
 MD SHAHIDULLAH
 MD SOHEL
 MD SOHEL BAPARI
 MD SORIF
 MD YUSOF BIN MAAROP
 MD.ALMAMUN
 MEGA BAHADUR SHAH
 MEGINDRA KUMAR BK
 MEHEDI HASAN
 MENOUAR DALILA
 MEZIRI MOUNA
 MIA MAHSIN
 MIAH SUJON
 MIN THANT TUN
 MINA CHAUDHARY
 MISS THANYPARAT
 MOBARAK HOSSAIN PATWARY
 MOHAMAD SAIFUL B A RAHMN
 MOHAMMAD AHINUR RAHMAN

MOHAMMAD AHSAN
 MOHAMMAD ALAMIN
 MOHAMMAD ALOMGIR KHONDOKER
 MOHAMMAD ATIKUR RAHMAN
 MOHAMMAD DULAL MIAH
 MOHAMMAD HAMIDUL ISLAM
 MOHAMMAD JAMIL HOSSSEN
 MOHAMMAD MILON MIA
 MOHAMMAD SAFAET
 MOHAMMAD SAIFUL
 MOHAMMAD SALA UDDIN
 MOHAMMAD SANIUL ISLAM
 MOHAMMAD SHAHALAM
 MOHAMMAD SHAHIN ISLAM
 MOHAMMAD TAFAZZAL
 MOHAMMED HOSSIN ALI
 MOHAMMED SADAKMIAH
 MOHAN KHAKUREL
 MOHD AFIZAN
 MOHD ARIFIN BIN JUSOH
 MOHD GHAZALI
 MOHD ROISUDDIN
 MOHD ROSHIDI
 MOHD SHUVA AHMMED
 MOHD YUSSUF B ABD KHALID
 MOHD ZAKI
 MOKTAR
 MOMIN
 MONIR HOSSAIN
 MOON WONG
 MOUAISSA MERIEM
 MUBARAK OMAR MUBARAK
 MUHAMMAD ARIFFUDDIN B KHUZAIMAH
 MUHAMMAD HAZWAN HAMIMI BIN HAMDAN
 MUHAMMAD REDZUAN B YAHYA
 MUHAMMAD SHAHIN MIAH
 MUHAMMAD SYARIFUDDIN BIN ISMAIL
 MUHD HAFIS
 MUHD SYHAHRIL
 MUNERAH A F Z ALMUTAIRI
 MURAD
 MUTA LSLAM
 MUTAHER HOSSAIN
 MYINT MYINT
 MYINT MYINT OO
 MYINT SOE
NDUP ZAU TAWNG
 NACHI DJANETTE
 NADA MOHAMMED
 NAFE H M R ALTHEFIRI
 NAND KUMARI RAI
 NANDA KYAW SWA
 NANG DOI
 NANG KHIN MHWE
 NANG PHYU PYAE SONE
 NARI MAYA MONGER
 NASEEM MOHAMMED HUSSEIN AL-SHAHITHI
 NATALIE ONG SIEW THONG
 NIRMALA RAI
 NOR HAZHIRAH
 NOR IDZIAN B ZULKFLY
 NOR INTAN SHAFIRAH BINTI NORMAZI
 NORA MAAROUFI
 NORAISHA
 NOREZWANI
 NORLIA BINTI YUSUP
 NUR ALIA BINTI DAWOD
 NUR ANIS BT JAMALUDIN
 NUR CHASANAH
 NUR HAYATI
 NUR HIDAYAH
 NURALAM HOSSAIN
 NURDIANAH

NURHAFNISA
 NURHHASANAH
 NURUL ATIQA BINTI AZAHARI
 NURUL IZZATI
 NURYUHANA BINTI HAMID
OCHA NADIA
 OHMER KHAING
 OLA OMAR
 OMAR BELAL AHMED ALI
 OMAR S KH F ALENEZI
 OU YE ZHEN
 OURRAD SOUHILA
 OURTAL ABDELKADER
 OUSMER DJAMILA
P. JEEVANATHAN A/L PERAMSAVAN
 PABITRA RANA
 PENG WEI
 PETER A/L SAMVELOO
 PHONE HTUT KHAUNG
 PHYU SIN KHAING
 POLY AKTER
 PREAM BAHADUR CHHANTYAL
 PREM BAHADUR MAGAR
 PREM BDR TAMANG
 PREM KUMAR MANDAL
 PRI LUM
 PRISCILLA
 PROSHENJIT KUMAR MUNI
 PUASA BIN ALI
 PURNA BAHADUR GHARTI CHEETRI
 PURNAKALA MAHAT
 PUTRI ANGGRAIN
QUEK MING WOEI
RACHANA RAI
 RADHA MANANDHAR
 RAHMAH BINTI YUSOF
 RAJENDRA MAJHI
 RAJESWARY A/P K.APPAPILLAI
 RAM DEB MANDAL
 RAM NARESH CHAUDHARY THARU
 RAM PRASAD MAHATO
 RASAL MIHA
 RASEL MIAH
 RATHA MANI A/P NADARAJAN
 RAY NATHUNI
 RIABI ZAHIA
 RIPON HUSSAN
 RIZKI
 ROHANA MALEK
 ROHIT CHAND
 ROUBAI CHORFI HABIBA
 RUSHMA RAI
 RUSMIYATI
SAAD M N M ALOTAIBI
 SABIN LUITEL
 SAFIKUR RAHIMAN
 SAFRIENA
 SAH UDIT NARAYAN
 SAIFUL ISLAM
 SALAM BUHA MOH SALAH
 SALBIAH ZAINON
 SALBIAN BINTI YAHYA
 SALIMA BELAHBIB
 SALWAHYU
 SAMIA SALLAH HASSAN
 SAMIHA RADAF
 SAMUEL LAW
 SAN SAN THEIN
 SANDANA SAMY A/L RENNGA SAMY
 SANDANAMERI A/P ANTHONYSAMY
 SANGITA BOHARA
 SANU GHALE

SARA OMAR
 SARAH ALI MOHAMMED AHMED
 SARAN RAJ A/L RAVI
 SEBASTIEN KOH
 SEBITIN B BARUMBUN
 SEINT WAR WAR AUNG
 SEINT WYUTYEE HTET
 SELVA RAJU
 SENG PAN
 SHAJAHAN BIN ABDUL
 SHAJIB MIAH
 SHAMBHU KHATRI
 SHAMIM MIAH
 SHANITA LYN KUMAR
 SHANTHINI A/P NADARAJAN
 SHANTI KUMARI THAPA
 SHARADA A/P KUMARAN
 SHARMILA KC KHATRI
 SHAZZARIQ SHAH BIN HAMDAN
 SHIVA KUMAR BIJUKCHHE
 SHORIFUL ISLAM
 SHWE HLINE PHYU
 SHYAM MOCHI
 SIDDIK MOHAMMAD
 SIMON THEW
 SITADEWI A/P SUBRAMANIAM
 SITI ZUBAIDAH BINTI ABDUL LATIF
 SIVA KUMAR GOPALAN
 SLAIMAN EID KHLAIF
 SMAYAH SOUMIA
 SOBHIYAT BHATTARAI
 SOHEL
 SONAM LHAMO
 SONIA ZERZOUR
 SOON GIN SIEW
 SOUFIANE NASSIF
 SOUMIA BAHABI
 STEPHANIE HEAW
 STEVEN CHIN
 SU SU MYINT
 SU THINZAR PHYO
 SU YEE MON
 SUBHASH PRASAD CHAUDHARY
 SUHAILA SHAM BINTI MOHD ABAS
 SUJAN KUSUWAR
 SUJIT UPERKOTI
 SULONG BINTI BOTOK
 SULTAN M S A ALMUTAIRI
 SUMATHI A/P SUBRAMANIAM
 SUNIL BASNET
 SUNIL KUMAR BHAGAT
 SURYANI
 SUYASH PRASHANT SAMBERKAR
 SWE MIN HTET
 SWE NWE MYINT
 SYARRIZUAN BIN ABDUL RASHID
TAJEL MOLLA
 TALHA ZAHRA
 TAN BOON PING
 TAN CHUN HONG
 TARFA NADJIA
 TARUMAN
 TAY CHUN HONG
 TEK BAHADUR RASKOTI
 THAN HTUT
 THANALETCHUMY A/P RAMAN
 THAZIN NWE
 THEIN THEIN YEE
 THI THI HLAING
 THIEN TECK LEONG
 THIN MYAT NILAR

THIN THIN LAI
 THIN THIN MYINT
 THIN THIRI BON
 THINESWARAN
 THU YA AUNG
 TIN WIN PHYU
 TOP LAL OLI
 TOWHIDUL ISLAM
 TULSI KHATIWADA
 TUN THIN
 TUN TUN NAING
URA DU LA
 UNGKU MUTALIB
 UPENDRA ACHARYA
VASANTHAN A/L RAMIAH
 VICNESVARAN A/L CHOLOMUTHU
WAIMA
 WAN XUE TING
 WANG JIN PENG
 WANG LI LI
 WANGEL LAMA
 WE YU HANG
 WILLIAM KHOO
 WILLIAM WONG
 WIN WIN MAR
 WIN YEE
 WIN ZAW OO
 WINNIE SOO
 WISSEM BOUMEKAH
 WONG KIM FATT
 WONG SHEN SIONG
 WONG WEI LING
XAVIER YEONG
 XUN MING LI
YADAV GIRI
 YAHIA CHERIF NAOUAL
 YAHIAZOUAIR LAHOUEARIA
 YAO LEI
 YEAP MEI CHIN
 YIN YIN PHWAY THU
 YOUCEF BOUCHEMA
 YU YU NAING
 YUNUS RAHMAN
ZAR ZAR SAN
 ZARIAH
 ZAW MIN TUN
 ZAW NAING TUN
 ZAW TUN NAING
 ZENAINI NAOUAL
 ZHAO LONG
 ZHOU ZHI YU
 ZHUANG QIAN MING
 ZIN KO MYO MIN
 ZINAB BT IDRIS

بوحفص أمينه
 بوصبيع ونام
 بوقرة عبد الغاني
 دادي بابا سهيلة بنت حمو بن يحيى
 زينب اولاد البكاري
 سعدية معلم
 عبد العزيز الخضر العمر
 فضيلة عبد القدوس
 كيار فاطمة



FRTZ ALELIGAY
 IMELDA PASAMONTE GARCIA
 LACHHIM PRASAD RAI
 PHIPHAT SRICHAJ



DXN MALAYSIA 30TH ANNIVERSARY & RECOGNITION 2023



Thank you



THE FIRST GA SUMMIT 2023



X-TRA Cream On The Cake

Congratulations to all Qualifiers!



TOTAL CASH POOL

RM 7,622,31

DIRGHA LAL DONG

X-tra Cream give you extra boost and value of money and productivity of being DXN valued member. This campaign cycles push your sales and your bonus to unlimited distinguish between your sales and revenue streams. Be a part of the campaign and enjoy the rewards and benefits of the extravaganza X-tra Cream. Thank you DXN.

DC TRADING CO

The X-tra Cream on the cake was created many years back to increase the bonus of the members in DXN. We never missed once also. If we can, you can. For those who cannot do 1000PPV then at least do 500PPV. Go for the X-tra Ordinary Reward.

ZALIDA BT MAT RANI

Assalamualaikum and Good Morning DXN!

Why did we choose Extra Cream? It is because not only do we get extra products to be used in our daily lives, but we also get SV and PV and an extra bonus.

Only those who understand will join any campaign organised by DXN. Join and you will surely enjoy it.

HOLISTIC HEALTH CARE

X-tra Cream give you extra boost and value of money and productivity of being DXN valued member. This campaign cycles push your sales and your bonus to unlimited distinguish between your sales and revenue streams. Be a part of the campaign and enjoy the rewards and benefits of the extravaganza X-tra Cream. Thank you DXN.

DIRGAHAYU JAYA ENTERPRISE

I'm honoured to have been a part of the DXN X-tra Cream Campaign and completed three cycles. This journey has been transformative, filled with growth and camaraderie. To everyone embarking on this path, remember that persistence and belief in yourself pave the way for success. Keep pushing forward, and you'll achieve greatness in your DXN Life endeavours.

ROSLINA BT HASNAN

Since DXN introduced the Xtra Cream On The Cake campaign, I was very excited about the remunerative Cash Pool offer.

By maintaining personal 1000 PV every month, we can enjoy a high monthly bonus in each cycle and by adding an extra cash pool, we can accumulate extra bonuses.

I encourage DXN distributors to grab this opportunity. This provides extra income and increases group sales, which further increases DXN sales in the country and the world in general.

DATIN HAJAH KHAIRUL ANIZA BINTI ISMAIL

I am very honoured to be involved in the recent X-tra Cream on the Cake. And here this month without my knowledge I have been in the campaign for the 3 cycles.

I chose to be in the campaign because of the perks of the return on this campaign is very very attractive and the wide choices of products I can select. The parallelism of the product benefits and the return makes me easy to decide to be in this campaign. I hope these kinds of campaigns will be more in the future and more interesting remunerations as a gift to the DXN members. I hope the members will always be aware of the promotions given too!!!

Thank you
And Wassalam

Unlock the Secret to Quality Sleep: How Herbs, Teas, and Yoga Can Help

优质睡眠的秘密：草药、饮茶和瑜伽

Terokai Rahsia untuk Tidur yang Berkualiti : Bagaimana Herba, Teh, dan Yoga Dapat Membantu



WHAT IMPACT SLEEP QUALITY?



Do you find yourself tossing and turning at night, unable to get a good night's sleep? You're not alone. In today's fast-paced world, sleep has become a luxury that many of us can't afford. Poor sleep quality can affect our physical and mental health, leading to fatigue, mood swings, and even chronic diseases such as diabetes and heart disease [1,2,3]. But the good news is that there are natural ways to improve your sleep quality. From herbs to tea and yoga, there are various techniques that can help you unlock the secret to quality sleep. In this article, we'll explore how these methods can help you achieve a restful night's sleep and wake up refreshed and energized. So if you're tired of counting sheep and struggling to fall asleep, read on to discover the secrets to getting the sleep you deserve.

Many factors affect the quality of our sleep. Stress and anxiety can make it difficult for us to fall asleep and stay asleep. Environmental factors, such as noise and light can also disrupt our sleep patterns [4]. Additionally, lifestyle factors such as diet, exercise, and screen time can affect our sleep quality. For example, studies have shown that drinking alcohol causes sleep disturbance due to frequent nighttime and early morning awakenings, while regular exercise can improve our sleep quality [3,5].

您是否在夜里总是辗转反侧无法入睡?当然,您也不是唯一的一个。睡眠本来是人人拥有的正常生理功能,却在当今快节奏的世界中成了很多人望而不得的奢侈品。睡眠质量不佳不仅影响身心健康,导致疲劳、情绪波动,甚至还有引发糖尿病、心脏病和其他慢性疾病的风险[1,2,3]。但好消息是,我们可以采取一些简单的传统方法来改善睡眠质量的问题,例如草药疗法、饮茶和瑜伽等等。这些各式各样的小技巧都是有助于改善睡眠质量。我们将在这篇文章中探讨这些方法如何帮助您轻松享有优质睡眠,并在苏醒时焕发精神和精力充沛。如果您厌倦了数羊入睡,那就请继续往下阅读以解锁有助于改善睡眠质量的秘密。

影响睡眠质量的因素有很多:压力和焦虑会使我们难以入睡和保持睡眠状态、噪音和光线等等环境干扰因素也会扰乱正常的睡眠模式[4]。生活方式也是影响睡眠质量地的因素之一,其中包括饮食、锻炼和观看屏幕的时间。研究表明,饮酒会导致人们在入睡后频繁醒来,降低整夜的睡眠质量。反之,平时规律的锻炼则有助于夜间睡眠[3,5]。

Anda sukar mendapatkan tidur yang baik pada waktu malam? Anda tidak keseorangan. Dalam dunia yang serba pantas ini, tidur adalah suatu perkara mewah yang ramai tidak mampu perolehi. Tidur yang tidak berkualiti boleh memberi kesan kepada kesihatan fizikal dan mental, menyebabkan keletihan, mood tidak menentu, dan penyakit kronik seperti kencing manis dan penyakit jantung [1,2,3]. Tetapi berita baiknya adalah, ada cara semula jadi yang dapat membantu memperbaiki kualiti tidur. Dari herba ke teh dan yoga, pelbagai kaedah dapat membantu anda mendapatkan tidur yang lebih baik dan bangun dengan lebih segar dan bertenaga. Jadi jika anda penat berusaha untuk tidur, teruskan membaca untuk mengetahui rahsia mendapatkan tidur yang berkualiti.

Banyak faktor yang mempengaruhi kualiti tidur kita. Tekanan dan keresahan boleh menyukarkan kita untuk tidur dengan lena. Faktor persekitaran seperti bunyi bising dan cahaya juga boleh membantu corak tidur kita [4]. Tambahan pula, faktor gaya hidup seperti pemakanan, senamari, dan pendedahan kepada skrin juga dapat mempengaruhi kualiti tidur kita. Sebagai contoh, kajian telah menunjukkan bahawa pengambilan alkohol boleh menyebabkan gangguan tidur pada waktu malam yang kerap dan bangun pada awal pagi, manakala senaman yang kerap dapat membantu memperbaiki kualiti tidur kita [3,5].

If you're struggling to get a good night's sleep, herbs may be able to help. Some **natural herbs** can help improve sleep quality by promoting relaxation, reducing anxiety, and regulating sleep patterns, including but not limited as below:

Valerian (*Valeriana officinalis*)

Valerian root is an herb that has been used for centuries to promote relaxation and improve sleep quality. It works by increasing levels of GABA, a neurotransmitter that promotes calmness and relaxation. Taking valerian root supplements before bed can help to reduce anxiety and improve sleep quality^[6].

Fu Ling (*Poria cocos*)

Poria cocos is a type of mushroom that is frequently used as sedative and hypnotic herbs to promote relaxation and improve sleep quality^[7]. In Traditional Chinese medicine (TCM), *Poria cocos* is believed to have calming properties and is used to help balance the body's qi, or life energy.

如果您彻夜难眠，不妨试一试**草药疗法**，或许对您有所帮助。一些天然草药有助于促进放松、减少焦虑及调节睡眠模式，从而帮助改善睡眠质量。这些天然草药包括但不限于以下几种：

缬草 (*Valeriana officinalis*)

缬草根在几个世纪以来，一直被用于促进放松和提升睡眠的一种草药。它通过增加γ-氨基丁酸 (GABA) 在大脑中的作用以达到促进平静和放松。睡前服用缬草根补充剂有助于减轻焦虑并提高睡眠质量^[6]。

茯苓 (*Poria cocos*)

茯苓是一种真菌，经常被用于镇静和催眠，以促进放松和改善睡眠质量^[7]。在传统中医 (TCM) 中，茯苓被认为具有镇静和维持生命能量平衡的作用。

Jika anda sukar mendapat tidur yang baik, **penggunaan herba** mungkin dapat membantu. Sesetengah herba dapat membantu memperbaiki kualiti tidur dengan membantu memberi ketenangan, mengurangkan keresahan, dan menetapkan corak tidur, termasuklah perkara berikut:

Valerian (*Valeriana officinalis*)

Akar valerian adalah herba yang digunakan sejak dahulu lagi yang dapat membantu memberi ketenangan dan memperbaiki kualiti tidur. Ianya berfungsi dengan cara meningkatkan tahap GABA, satu penghantar neuron yang membantu memberi ketenangan. Pengambilan akar valerian sebelum tidur dapat membantu mengurangkan keresahan dan memperbaiki kualiti tidur^[6].

Fu Ling (*Poria cocos*)

Poria cocos adalah sejenis cendawan yang sering digunakan sebagai sedatif dan herba hipnotik bagi memberikan ketenangan dan memperbaiki kualiti tidur^[7]. Dalam perubatan tradisional China (TCM), *Poria cocos* dipercayai mempunyai ciri-ciri yang menenangkan dan digunakan untuk membantu menyeimbangkan qi dalam badan, atau tenaga kehidupan.

On top of that, **teas** are often used to promote relaxation and help calm the mind and body. Different types of tea have different properties and may contain compounds that have a calming effect and help to reduce anxiety, thereby promoting sleep. One popular tea for promoting relaxation is chamomile tea, which contains apigenin, a compound that may have sedative properties. **Chamomile tea** has been shown in some studies to reduce anxiety and improve sleep quality^[8]. In addition, real tea, such as **Oolong tea** contains theanine, an amino acid that has been shown to have a relaxing effect on the mind and body, and may help in promoting relaxation and reducing stress. Theanine has also been shown to increase alpha brain wave activity, which is associated with relaxation and improved sleep quality at night^[9]. Both teas can be consumed at different times of the day, oolong tea in the daytime while chamomile tea, which has a milder taste, at night before bedtime.

众所周知，**饮茶**具有促进身心放松、安神的作用。然而，不同种类的茶也具有不同的特性，例如有一些茶可能含有镇静作用的化合物，有助于缓解焦虑，从而促进睡眠。其中一种便是人人皆知的**洋甘菊茶**，它所含有的是芹菜素，是一种具有镇静作用的化合物。多项研究也表明，洋甘菊茶确实有效减少焦虑，并且改善睡眠质量^[8]。此外，**乌龙茶**所含有的茶氨酸是茶叶中特有的氨基酸物质，已被证实对身心有放松和舒缓压力的作用。另有研究也证实，茶氨酸还有增加α脑波活动的作用，这种脑电波有助于平复心情，从而改善夜间的睡眠质量^[9]。这两种茶饮适合在不同的时间饮用，乌龙茶适合白天饮用，而洋甘菊茶的味道较为温和，则适合晚上睡前饮用。

Tambahan lagi, **teh** juga kerap digunakan untuk memberikan ketenangan dan membantu menenangkan minda dan badan. Jenis teh yang berbeza mempunyai ciri-ciri yang berlainan dan mempunyai komposisi yang boleh membantu menenangkan dan mengurangkan keresahan, dan sekaligus membantu untuk tidur. Salah satu teh terkenal yang membantu menenangkan adalah **teh kamomil**, yang mengandungi apigenin, sejenis komposisi yang mempunyai ciri-ciri sedatif. Beberapa kajian telah mendapati bahawa teh kamomil dapat membantu mengurangkan keresahan dan memperbaiki kualiti tidur^[8]. Teh seperti **teh Oolong** mengandungi theanine, sejenis asid amino yang terbukti mempunyai kesan menenangkan kepada minda dan badan, dan dapat membantu memberikan ketenangan dan mengurangkan tekanan. Theanine juga dapat membantu meningkatkan aktiviti getaran alfa otak, yang dikaitkan dengan ketenangan dan memperbaiki kualiti tidur pada waktu malam^[9]. Kedua-dua jenis teh boleh diambil pada waktu yang berbeza, teh oolong pada waktu siang, dan teh kamomil, yang mempunyai rasa yang lebih sederhana, pada waktu malam, sebelum tidur.

Besides, **yoga**, a mind-body practice, also has proven to improve sleep quality by promoting relaxation and reducing stress. Certain yoga poses can help calm the mind and body, leading to better sleep quality. Some of the best yoga poses for better sleep include:

Child's Pose

The child's pose is a gentle yoga pose that promotes relaxation and reduces stress. It involves sitting on the floor with your knees bent and your forehead resting on the ground. This pose helps calm the mind and body, leading to better sleep quality.

Legs Up the Wall Pose

The legs up the wall pose is a restorative yoga pose that promotes relaxation and reduces stress. It involves lying on your back with your legs resting against a wall. This pose helps improve circulation and reduce anxiety, leading to better sleep quality.

Corpse Pose

The corpse pose is a relaxation pose that involves lying on your back with your arms and legs spread out. This pose helps calm the mind and body, leading to better sleep quality. It is a great pose to practice before bed to promote relaxation and reduce stress.

此外，**瑜伽**是一种身心的练习，通过放松身体和思维，降低人的紧张感和焦虑感，从而帮助人们更容易入睡并提高睡眠质量。不妨做一些放松心灵的瑜伽姿势来提升睡眠质量。帮助提升睡眠质量的瑜伽姿势包括：

儿童式

儿童式是一个温和的瑜伽姿势，有助于释放压力，恢复身心平静。该动作是坐在地板上，将膝盖弯曲，再把前额靠在地板上。这个姿势有助于平静身心，从而提高睡眠质量。

双腿爬墙式

双腿爬墙式是一种恢复性瑜伽姿势，可让身心放松，缓解压力和紧张。该动作是将双腿靠在墙上。这个姿势通过倒立的双腿，能够促进血液循环，减少焦虑，从而提高睡眠质量。

躺尸式

躺尸式是经典的放松姿势，该动作是仰卧躺在地板上，将双臂摊开。这个姿势有助于平静身心，从而提高睡眠质量。这个姿势是睡前的理想选择，可以帮助您放松并缓解压力。

Selain daripada itu, **yoga**, aktiviti yang menggunakan fizikal dan mental, juga terbukti dapat memperbaiki kualiti tidur dengan memberikan ketenangan dan mengurangkan tekanan. Sesetengah posisi yoga dapat membantu menenangkan minda dan badan, memberikan kualiti hidup yang lebih baik. Antara posisi yoga terbaik untuk tidur yang lebih baik adalah:

Posisi Budak

Posisi budak adalah posisi yoga mudah yang memberikan ketenangan dan mengurangkan tekanan. Untuk melakukan posisi ini, seseorang individu perlu duduk di lantai dengan melutut dan dahi anda berada di lantai. Posisi ini dapat membantu menenangkan minda dan badan, yang membawa kepada tidur yang lebih baik.

Posisi Kaki di Dinding

Posisi kaki di dinding adalah gaya yoga yang membantu memberikan ketenangan dan mengurangkan tekanan. Untuk melakukan posisi ini, anda perlu berbaring di lantai dan meletakkan kaki anda pada dinding. Posisi ini dapat membantu memperbaiki peredaran darah, mengurangkan keresahan, dan membolehkan tidur yang lebih berkualiti dapat dikecapi.

Posisi Mayat

Posisi mayat adalah gaya yang menenangkan, di mana anda perlu berbaring sambil tangan dan kaki dibuka luas. Posisi ini dapat membantu menenangkan minda dan badan, dan memberikan tidur yang lebih berkualiti. Ianya adalah posisi yang terbaik untuk diamalkan sebelum tidur kerana ianya memberikan ketenangan dan mengurangkan tekanan.

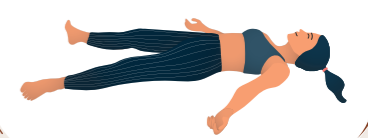
Child's Pose



Legs Up the Wall Pose



Corpse Pose



By combining herbs, teas, and yoga, you can create a bedtime routine that promotes relaxation and improves sleep quality. So, if you're struggling to get a good night's sleep, try incorporating these natural techniques into your routine and unlock the secret to quality sleep.

通过养成草药疗法、饮茶和瑜伽锻炼的睡前好习惯，让您的全身得到彻底放松，同时提高您的睡眠质量。因此，若您存在入睡困难的问题，那就试着把这些简单的技巧融入到您的日常生活中，轻松静享优质好睡眠。

Dengan gabungan herba, teh, dan yoga, anda akan dapat mempunyai rutin tidur yang memberikan ketenangan dan memperbaiki kualiti tidur. Jadi, jika anda sedang berusaha untuk memperbaiki mutu tidur anda, cuba gabungkan teknik semula jadi ini ke dalam rutin anda dan terokai rahsia tidur yang berkualiti.

References | 参考文献 | Referências :

1. Toshiko Kila, Eiji Yoshioka, Hiroki Satoh, Yasuaki Saijo, Mariko Kawaharada, Eisaku Okada, Reiko Kishi; Short Sleep Duration and Poor Sleep Quality Increase the Risk of Diabetes in Japanese Workers With No Family History of Diabetes. *Diabetes Care*. 1 February 2012; 35 (2): 313-318. <https://doi.org/10.2337/011-1455>
2. Triantafyllou S, Saeb S, Lattie EG, Mohr DC, Kording KP. Relationship Between Sleep Quality and Mood: Ecological Momentary Assessment Study. *JMIR Ment Health*. 2019 Mar 27;6(3):e12613. doi: 10.2196/12613. PMID: 30916663; PMCID: PMC6456824.
3. Dzierzewski JM, Buman MP, Giacobi PR Jr, Roberts BL, Aiken-Morgan AT, Marsiske M, McCrae CS. Exercise and sleep in community-dwelling older adults: evidence for a reciprocal relationship. *J Sleep Res*. 2014 Feb;23(1):61-8. doi: 10.1111/jsr.12078. Epub 2013 Aug 24. PMID: 23980920; PMCID: PMC3844037.
4. Halperin D. Environmental noise and sleep disturbances: A threat to health? *Sleep Sci*. 2014 Dec;7(4):209-12. doi: 10.1016/j.slsci.2014.11.003. Epub 2014 Nov 15. PMID: 25483931; PMCID: PMC4608916.
5. Park SY, Oh MK, Lee BS, Kim HG, Lee WJ, Lee JH, Lim JT, Kim JY. The Effects of Alcohol on Quality of Sleep. *Korean J Fam Med*. 2015 Nov;36(6):294-9. doi: 10.4082/kjfm.2015.36.6.294. Epub 2015 Nov 20. PMID: 26634095; PMCID: PMC4666894.
6. Kubala J. How Valerian Root Helps You Relax and Sleep Better. *Healthline*. Dec 21, 2021. <https://www.healthline.com/nutrition/valerian-root#what-is-valerian>
7. Shah JuncVikash Kumar, Na Sam-Shik, Chong Myong-Soo, Woo Jae-Hoon, Kwon Yeong-Ok, Lee Mi Kyeong, Oh Ki-Yeon. Poria cocos ethanol extract and its active constituent, pachymic acid, modulate sleep architectures via activation of GABAergic transmission in rats. *J Biomed Res* 2015;16(3):84-92. <https://doi.org/10.12729/jbr.2015.16.3.084>
8. Burch K. Yes, chamomile tea does make you sleepy — here's how it can help you fall asleep. *Insider*. June 30, 2020. <https://www.insider.com/guides/health/does-chamomile-tea-make-you-sleepy>
9. Rao TP, Ozeki M, Juneja LR. In Search of a Safe Natural Sleep Aid. *J Am Coll Nutr*. 2015;34(5):436-47. doi: 10.1080/07315724.2014.926153. Epub 2015 Mar 11. PMID: 25759004.

MY SUCCESS STORY

DOUBLE DIAMOND

Shaheen Hossain



Good Morning DXN Family!

I am Shaheen Hossain, a Bangladeshi and a son of a middle-class family. In April 2015, I moved to Malaysia and was faced with many challenges. I was 20 years old at that time when I came to Malaysia with my family. We were facing a lot of financial problems. My DXN journey started one day at the train station. My respected leader, Alauddin Suman CD, had come to Malaysia for DXN business. I met him at a train station by chance, and then I joined DXN. Thank you very much, dear leader.

I have seen a lot of Bangladeshi doing excellent DXN business in many different countries. Therefore, I'm also motivated to do this business seriously in Bangladesh. DXN first started in Malaysia, so I moved to Malaysia in search of a greater opportunity. I also realized that if I were ever to go back to Bangladesh or go anywhere in the world, I can still do DXN business globally through this modern technology.

My first DXN product was DXN Ganozhi Toothpaste. It was the best toothpaste I have ever used. The oral problems that I had for 2 years disappeared after I started using the toothpaste. My family and I then decided to continue using it forever. Alhamdulillah for everything.

After getting to know DXN, I found that by doing DXN business, I can fulfill my dreams. Moreover, I can earn royalties and respect. Most of all, good health is ensured. In addition to that, I can travel and explore the world through DXN. And the best part is, I can still earn an income even when I am traveling overseas as well as when I am old. By doing DXN business, I can help people achieve their dreams and ensure next generation income.

That is why I started doing the business seriously. However, I didn't have money to buy products when I first started. The business was slow and difficult and I was faced with many challenges. I was rejected by a lot of people, including acquaintances, strangers, friends and relatives. They used to make a lot of negative comments, which was very difficult for me to bear. I came home feeling sad and depressed every day. I was very disappointed because I tried to bring DXN to everyone, and I was very honest and not harming anyone. I continued doing DXN business like this, and within 3 years, I was able to recruit 24 people. Little by little, my business grew and I managed to achieve the SA status.

I was working for a long time without a work permit. I tried to apply for permit in several different places and failed, but I never stopped doing DXN business. I never gave up and believed that I could achieve success through DXN. Therefore, I stayed in Malaysia and continued my business. It has been 5 years since I started my DXN journey. I have been changing jobs and moving from one place to another, hoping to get a better job. I had changed jobs almost 23 times within the 5 years I was in Malaysia.

On July 2019, I was thinking before I went to sleep that night that it has been 5 years and I could not earn as much money from my current job as I did from doing DXN business. I have been doing DXN business as my part time job and I didn't have work permit for almost 5 months. So, I decided that I have to do something in these 5 months, and I made up my mind that I have to do a good job in the DXN business.

I have to work harder in my DXN business. I then made a very thoughtful decision that no matter how much money I earned from my current job, it will never be enough for me to bring it back to Bangladesh. However, if I do DXN business, it is a good way to generate income even if I go back to my country. Therefore, I made a decision that I will not join any other company besides DXN. I wanted to retire from my job in order to do DXN business full time and work harder.

In order to achieve the Star Diamond status within 5 months, I began my mission. I woke up at nine o'clock every morning and went from one office to another. I started my new prospecting by wandering around different shopping malls and restaurants in many different places.

Alhamdulillah, I started doing my business more seriously and I received positive results. Thus, I continued my work for 4 months, and I was able to achieve the SD and ESD status within 4 months. Alhamdulillah, I am the first Bangladeshi in Kuala Lumpur to have achieved such achievement.

On August 2019, I received RM300 for my first month bonus and RM700 on my second month when I was a SA. In my third month, I achieved SR status and my bonus was RM1700. By the fourth month, I achieved SD and ESD status and my bonus was RM5000. Alhamdulillah.

I decided that I won't be going back to Bangladesh before helping my downline succeed. During the pandemic, I took the opportunity to focus on DXN. There was no job and no business, so a lot of people suddenly have some free time. Since our company sells organic, daily essential, and immune system booster products that meet every human's needs, I started doing product presentation because there was no lockdown on the Internet. My business spread from one country to another, and I was able to achieve DD, making me the first Bangladeshi to achieve the status in Malaysia. Moreover, I also qualified for the 2023 TSIP. I have a network with more than 13,000 members currently in 56 countries, consisting of more than 500 SAs, 8 SRs, 4 SDs, and 3 ESDs. My next mission is to achieve CA status.

I am really blessed to have this wonderful business and great uplines and downlines. I am also very thankful for

having such incredible team leaders. I would like to thank the Founder and Executive Chairman of DXN, Datuk Lim Siow Jin for the opportunity and countless support that has been given to me. I am very happy because of DXN. I have my utmost faith in DXN. Let's join DXN now for a brighter future for everyone.

Thank you DXN



早安德信大家庭!

我的名字是 Shaheen Hossain, 是一名孟加拉国公民, 来自一个小康之家。于 2015 年 4 月, 我来到马来西亚经历了重重难关与挑战。那年的我 20 岁, 和家人搬迁到马来西亚, 当时的我们正面临着巨大的财务问题。然而, 我与德信的旅程在某一天的火车站上开始。我在火车站偶然遇见了我尊敬的领导 Alauddin Suman CD 先生, 他当时刚好来到马来西亚处理德信业务, 我也在认识他之后加入了德信。我敬爱的领导, 我衷心感谢您。

亲眼见证许多同胞们在多个不同的国家展开德信业务而取得成功, 他们的成功也激励了我更加认真地经营德信业务。德信最初在马来西亚起步, 所以我决定移居到马来西亚希望能够获得更好的机会。但实际上我也意识到, 如果我回到孟加拉国或世界上任何一个国家, 我依然可以通过现代发达的科技在全球范围内继续德信业务。

我使用的第一个德信产品是德信灵芝保健牙膏。这是我目前用过的最好用的牙膏, 这款牙膏治好了伴随我两年的口腔问题。我和家人也决定会持续使用这款牙膏。感恩阿拉真主。

在我进一步了解德信后, 我发现通过从事德信业务可以帮助我实现梦想。除此之外, 我还可以赚取高回报、得到尊重、健康的身躯, 以及通过德信到不同的国家去旅行。最难能可贵的是, 即使我年老退休了,

我仍然可以边赚取收入边环游世界。通过从事德信业务, 我可以帮助更多的人实现他们的梦想, 并确保他们的子孙后代的收入得到保障。

这就是我如此认真地从事德信业务的原因。但其实万事开头难, 我刚开始创业的时候, 没钱没人脉。生意进展缓慢, 面临着各种各样的挑战。我在这趟德信旅程曾遭受各种挫败和拒绝, 包括熟人、陌生人、朋友和亲戚。他们所给予的负面评价, 让我难以接受。

我每天都是带着悲伤和沮丧的心情回家。我诚心诚意地向大家介绍德信, 没有伤害任何人, 可是得到的却是一次又一次的失望和心寒。纵使如此, 我仍然坚持不放弃, 因为我始终相信, 所有的努力都会有收获。皇天不负有心人, 我在三年内成功招募了 24 个会员。渐渐地, 我的业务在不断发展壮大, 我也成功达至明星代理 (SA) 的阶级。

我在没有工作准证的情况下工作了很长的一段时间。我尝试在多个不同的地方申请工作准证, 但都失败了。纵使如此, 我从未停止过德信的业务。我坚持着理想及梦想, 秉持着不放弃的精神, 相信自己在不远的未来肯定能够在德信取得成功。我定居马来西亚从事德信业务已将近 5 年, 这期间我经常换工作和搬家, 已换了大概 23 份的工作, 只为了能够找到一份更好的工作。

2019 年 7 月的某一个晚上, 我在睡前思考了一会儿。5 年都过去了, 我现在的工资竟然还不如我在德信兼职所赚取的收入。基于将近 5 个月没有工作准证, 我萌生了一个念头, 就是决定要好好利用这五个月, 希望能够在德信业务上闯出一番作为, 让业务更上一层楼。

无论我多么努力工作, 所赚取的工资都不足以让我带回孟加拉国。因此, 我必须全身心投入到德信业务上, 因为我深深了解德信是一家只要您肯付出努力就有回报的直销公司。此外, 德信也是一家即使我回到自己的国家后, 我依然能够继续从事的业务。因此, 我决定不再加入德信以外的任何其他公司, 全职从事德信业务。

为了要在 5 个月内达到钻石明星的阶级, 我每天早上九点起床, 走遍大大小小的地方, 如办公室、购物中心和餐馆等等。

感恩阿拉真主, 我认真地从事德信业务, 并且取得优异的成绩。因此, 在我继续拼搏的 4 个月, 我成功达至了钻石明星和执行钻石明星的阶级。感恩阿拉真主, 我是吉隆坡第一位取得如此成就的孟加拉人。

2019 年 8 月, 当我达至明星代理 (SA) 的阶级时, 我的第一个月奖金为 RM300, 第二个月奖金为 RM700。当我达至红宝石明星 (SR) 的阶级时, 我的每月奖金为 RM1700。接着, 我在第四个月成功达至了钻石明星 (SD) 和执行钻石明星 (ESD) 的阶级时, 每月奖金为 RM5000。感恩阿拉真主。

我决定, 在还未帮助到我的下线取得成功之前, 我绝不返回孟加拉国。疫情期间, 我借此机会更加专注于德信业务。当时大家没工作也没生意, 一下子变得非常空闲, 而恰好德信多样化产品能够满足人们的各种日常所需, 如家庭用品和增强免疫力的健康产品等等, 我因而开始进行产品演示, 在网上解释产品的益处。我的业务很快地从一个国家扩展到另一个国家, 并且成功达至双钻石明星 (DD) 的阶级。成为了马来西亚首位获得双钻石明星 (DD) 的孟加拉人。除此之外, 我还取得 2023 年旅游研讨会奖励的资格。我目前的网络会员组织由 56 个国家或地区的 13,000 名会员组成, 其中包括 500 名明星代理 (SA)、8 名红宝石明星 (SR)、4 名钻石明星 (SD) 及 3 名执行钻石明星 (ESD)。然而, 我的下一个目标当然就是成为皇冠大使 (CA)。

我感到非常庆幸能够拥有如此精彩出色的事业, 一班杰出的上线和下线, 还有一位卓越的团队领导。我还要感谢德信创始人兼执行主席拿督林孝仁给我的机会和坚定的支持。我对德信非常满意, 也对德信充满信心。欢迎加入德信, 让我们一起共创更美好的未来。

谢谢德信。



Selamat pagi Keluarga DXN!

Nama saya Shaheen Hossain, seorang warganegara Bangladesh dan berasal dari keluarga berpendapatan sederhana. Pada April 2015, saya telah berhijrah ke Malaysia dan menghadapi pelbagai cabaran. Saya berumur 20 tahun ketika saya datang ke Malaysia bersama keluarga. Kami menghadapi masalah kewangan. Perjalanan saya bersama DXN bermula di sebuah stesen keretapi. Ahli atasan saya, CD Alauddin Suman telah datang ke Malaysia berkaitan urusan perniagaan DXN. Saya bertemu beliau di stesen keretapi secara kebetulan, dan kemudiannya menyertai DXN. Terima kasih kepada beliau.

Saya telah melihat ramai rakan senegara saya yang berjaya dengan melakukan perniagaan DXN di beberapa buah negara. Ini membuatkan saya terinspirasi untuk melakukan perniagaan ini di Bangladesh. DXN bermula di Malaysia, jadi saya berpindah ke Malaysia untuk mencari peluang yang lebih baik. Saya juga sedar bahawa jika saya kembali ke Bangladesh atau ke mana-mana negara di dunia, saya masih lagi boleh melakukan perniagaan DXN secara global melalui teknologi moden.

Produk DXN pertama saya adalah Ubat Gigi Ganozhi DXN. Ianya adalah ubat gigi terbaik yang pernah saya gunakan, masalah gigi yang saya alami hampir dua tahun berjaya pulih setelah menggunakan ubat gigi ini. Saya sekeluarga mengambil keputusan untuk terus menggunakannya. Syukur kepada Tuhan atas segalanya.

Bagi mengetahui lebih mengenai DXN, saya mendapati bahawa dengan melakukan perniagaan DXN, saya dapat mencapai impian saya. Tambahan lagi, saya boleh mendapat imbuhan dan dihormati, serta kesihatan yang baik. Saya juga boleh mengembara ke seluruh dunia dengan DXN. Dan yang paling istimewa, saya masih dapat menjana pendapatan apabila saya mengembara ke negara lain dan juga ketika saya sudah berusia. Dengan melakukan perniagaan DXN, saya dapat membantu orang lain juga untuk mencapai impian mereka serta memastikan pendapatan mereka untuk generasi akan datang terjamin.

Inilah sebabnya saya melakukan perniagaan ini dengan bersungguh-sungguh. Walau bagaimanapun, saya tidak mempunyai wang ketika saya mula-mula menjalankan perniagaan. Perniagaan agak perlahan dan sukar, serta saya menghadapi pelbagai jenis cabaran. Saya telah ditolak oleh ramai orang, termasuklah kenalan, orang asing, rakan-rakan, dan saudara mara. Mereka memberikan komen yang negatif, yang mana susah untuk saya terima.

Saya pulang ke rumah dengan perasaan sedih dan tertekan setiap hari. Saya sangat kecewa kerana saya telah cuba memperkenalkan DXN kepada semua orang, dan saya amat jujur dan tidak membahayakan sesiapa. Saya terus sambung melakukan perniagaan DXN, dan dalam masa 3 tahun, saya boleh merekrut 24 orang. Sedikit demi sedikit, perniagaan saya bertambah besar dan saya telah berjaya mencapai status SA.

Saya bekerja agak lama tanpa permit bekerja. Saya telah cuba untuk memohon permit di beberapa tempat dan gagal, tetapi saya tidak pernah berhenti melakukan perniagaan DXN. Saya tidak pernah berputus asa dan percaya bahawa saya akan dapat mencapai kejayaan

dengan DXN. Oleh itu, saya menetap di Malaysia dan meneruskan perniagaan DXN saya. Saya kini telah melakukan perniagaan DXN selama hampir 5 tahun. Saya sering bertukar pekerjaan dan berpindah dari satu tempat ke satu tempat, berharap untuk mendapatkan pekerjaan yang lebih baik. Saya telah bertukar pekerjaan hampir 23 kali sepanjang 5 tahun tinggal di Malaysia.

Pada Julai 2019, saya berfikir sejenak sebelum tidur pada suatu malam. Sudah 5 tahun saya tidak dapat menghasilkan pendapatan yang sama melalui pekerjaan saya seperti yang saya dapat dari melakukan perniagaan DXN. Saya telah melakukan perniagaan DXN secara sambilan dan saya tidak mempunyai permit pekerjaan hampir 5 tahun. Jadi, saya perlu melakukan sesuatu dalam masa 5 bulan ini, dan saya telah mengambil keputusan untuk melakukan yang terbaik dalam perniagaan DXN.

Saya telah bekerja keras demi perniagaan DXN saya. Saya kemudian terfikir, tidak kira berapa banyak wang yang saya dapat dari pekerjaan saya sekarang, ianya tidak akan cukup untuk dibawa pulang ke Bangladesh. Tetapi, jika saya melakukan perniagaan DXN, ianya adalah cara yang terbaik untuk menjana pendapatan jika saya kembali ke tanah air saya. Oleh itu, saya mengambil keputusan untuk tidak menyertai syarikat lain selain daripada DXN. Saya ingin bersara daripada pekerjaan saya bagi melakukan perniagaan DXN secara sepenuh masa.

Untuk mencapai status Bintang Berlian dalam masa 5 bulan, saya mulakan misi saya. Saya bangun pada jam 9 pagi setiap hari, dan pergi dari satu pejabat ke satu pejabat. Saya mencari prospek baharu dengan berkunjung ke lain-lain pusat membeli-belah dan pelbagai restoran.

Alhamdulillah, saya mula melakukan perniagaan ini dengan lebih serius dan mendapat hasil yang memberansangkan. Saya terus berusaha untuk 4 bulan lagi, dan berjaya mencapai status SD dan kemudiannya ESD. Alhamdulillah, saya adalah warga Bangladesh di Kuala Lumpur yang pertama berjaya mencapai kejayaan seperti ini.

Pada Ogos 2019, saya telah menerima RM300 untuk bonus bulanan pertama saya dan RM700 pada bonus bulanan kedua saya ketika berstatus SA. Ketika saya mencapai status SR, bonus bulanan saya adalah RM1700. Pada bulan keempat, saya telah mencapai status SD dan ESD dan bonus bulanan saya adalah RM5000. Alhamdulillah.

Saya mengambil keputusan untuk tidak pulang ke Bangladesh sehingga saya dapat membantu ahli bawahannya untuk berjaya. Ketika pandemik, saya mengambil peluang untuk memberi perhatian sepenuhnya kepada perniagaan DXN. Tiada pekerjaan dan perniagaan, jadi ramai orang mempunyai banyak masa yang terluang. Memandangkan DXN menjual barangan organik, barangan kegunaan harian, dan produk penggalak sistem imunisasi yang sesuai untuk keperluan setiap manusia, saya mula melakukan penerangan mengenai produk secara atas talian kerana tiada sekatan di Internet. Perniagaan saya berkembang dari satu negara ke satu negara yang lain, dan saya telah berjaya mencapai status DD, menjadikan saya warga Bangladesh yang pertama mencapai status ini di Malaysia. Tambahan lagi, saya juga layak menyertai TSIP 2023. Saya mempunyai rangkaian dengan lebih 13,000 ahli di 56 negara, yang terdiri daripada 500 orang SA, 8 orang SD, dan 3 orang ESD. Misi saya yang seterusnya adalah untuk mencapai status CA.

Saya amat beruntung kerana terlibat dengan perniagaan ini serta mempunyai ahli atasan dan bawahannya yang hebat. Saya juga amat bersyukur kerana mempunyai pemimpin yang beribawa. Saya ingin berterima kasih kepada Pengasas dan Pengerusi Eksekutif DXN, Datuk Lim Siow Jin, kerana telah memberikan peluang dan sokongan yang padu kepada saya. Saya sangat gembira bersama DXN. Saya mempunyai kepercayaan yang penuh kepada DXN. Mari sertai DXN untuk masa depan yang lebih cerah.

Terima Kasih DXN

Easy, quick, and tasty
DXN CURRY PASTE
德信咖喱酱料
PES KARI DXN

**For Fish
 For Chicken & Meat
 EASY, QUICK, and TASTY!**

Curry is a staple dish in many Malaysian households for good reason. The bursting flavour and aroma of the curry spices no doubt have a special place in everyone's heart. A good homemade curry can be a comforting food for most Malaysians.

DXN Curry Paste is created to save your time in the kitchen to cook a delicious curry. This instant paste is your ultimate convenient choice to cook delicious curry in no time. Ideal blends of good spices such as coriander, cumin, fennel seed, turmeric, curry leaves and many more will give you an authentic taste with hints of spicy notes.

There are 2 types of DXN Curry Paste; for fish, and for chicken and meat. Both are created to cater to different types of proteins. DXN Curry Paste for Fish can be used to prepare fish, crab, prawn, or any other seafood. DXN Curry Paste for Chicken and Meat can be used to make dishes with chicken, duck, beef, or mutton.

**适用于鱼类
 适用于鸡肉或肉类
 简单、快捷且美味!**

咖喱是一道大多马来西亚人都不可或缺的家庭美食。咖喱那独特诱人的香气与味道无疑在每个人心中都占有举足轻重的特殊地位。对于大多数的马来西亚人来说，一份美味的自制咖喱，绝对是一道疗愈人心的美食。

德信咖喱酱料是一种即煮酱料，旨在让您在最短的时间内烹制出一道咖喱美食，绝对是您最便捷的选择。德信咖喱酱料由多种辛香料混合配制而成，其中包括新鲜香菜、孜然、茴香籽、姜黄和咖喱叶等，调配出一道带有独特辛辣风味的诱人正宗咖喱酱料。

此咖喱酱料含有2种类别，分别是适用于鸡肉或肉类以及鱼类的酱料，以迎合不同类型的蛋白质。德信咖喱鱼酱可用于烹制鱼、蟹、虾，或任何其它海鲜。德信鸡肉咖喱酱可用于烹制鸡肉、鸭肉、牛肉或羊肉等等的肉类菜肴。

**Untuk Ikan
 Untuk Ayam & Daging
 MUDAH, CEPAT dan LAZAT!**

Kari adalah makanan ruji bagi kebanyakan keluarga di Malaysia. Ini disebabkan oleh rasa dan aroma dari rempah ratus mempunyai tempat yang istimewa di hati setiap orang. Kari yang dimasak sendiri boleh menjadi makanan yang menenangkan buat kebanyakan orang Malaysia.

Pes Kari DXN dihasilkan untuk menjimatkan masa anda di dapur dalam menyediakan kari yang enak. Pes kari segera ini adalah pilihan yang memudahkan anda untuk menyediakan kari yang enak dengan pantas. Campuran rempah ratus seperti ketumbar, jintan putih, jintan hitam, kunyit, daun kari, dan banyak lagi rempah ratus akan memberikan anda rasa yang asli dengan sedikit kepedasan.

Terdapat 2 jenis Pes Kari DXN, untuk ikan, dan untuk ayam dan daging. Kedua-duanya dihasilkan untuk penyediaan protein yang berbeza. Pes Kari DXN untuk ikan boleh digunakan untuk menyediakan kari ikan, ketam, udang, atau lain-lain hasil laut. Pes Kari DXN untuk Ayam dan Daging boleh digunakan untuk menyediakan kari ayam, itik, daging lembu, atau daging kambing.



Fish Head Curry Recipe
咖喱鱼头食谱 Resipi Kari Kepala Ikan

WHAT DO YOU NEED?

- 1 pack of DXN Curry Paste (For Fish)
- 500g of fish head
- 250ml of water
- 5 pcs of ladies' finger

HOW TO COOK?

- Empty a packet of DXN Curry Paste (For Fish) into a pot. Turn the heat on and stir until the paste is cooked.
- Add water, stir well, and let it boils.
- Add fish head and ladies' finger. Let it simmer.
- Turn off the heat and ready to serve.

材料

- 1包德信咖喱酱料 (鱼)
- 鱼头500克
- 清水250毫升
- 羊角豆5条

烹饪方法:

- 将1包德信咖喱酱料 (适用于鱼) 倒入锅中，开火翻炒或煮熟。
- 加入清水，搅拌均匀，煮至沸腾。
- 加入鱼头和羊角豆，改小火慢慢炖。
- 关火，即可上桌。

APA YANG DIPERLUKAN?

- 1 pek Pes Kari DXN (Untuk Ikan)
- 500g kepala ikan
- 250ml air
- 5 batang kacang bendi

BAGAIMANA UNTUK DISEDIAKAN?

- Masukkan sepeket Pes Kari DXN untuk ikan ke dalam periuk. Buka api dan kacau sehingga pes masak.
- Tambahkan air, dan biarkan ianya menggelegak.
- Masukkan air dan kacang bendi. Biarkan ianya mendidih.
- Tutup api dan sedia untuk dihidang.

- * You may add coconut milk if desired. The addition of coconut milk may give a creamy taste and temper the spiciness of your dishes.
- * 您亦可根据个人喜好添加椰浆。椰浆能够为菜肴增添美味的奶油味，并且能够减轻辛辣味。
- * Anda boleh tambahkan santan mengukut citarasa anda. Penambahan santan akan memberikan rasa yang lebih lemak dan mengurangkan

Visit your nearest DXN branch for more info and purchase DXN Curry Paste today!

今天就到您邻近的德信分行了解更多详情和购买德信咖喱酱料!

Kunjungi cawangan DXN berhampiran dan dapatkan Pes Kari DXN anda hari ini!





*Saturnina Chavez
& Nicolas Canazas*

CROWN AMBASSADOR

Good Morning DXN!

Nicolas Canazas Rodrigo was born in Puno. He completed his primary and secondary studies in the city of Arequipa. Searching for a work opportunity, he moved to the city of Cusco where he studied for High School in the " Faculty of Business Administration".

Saturnina was born in the district of Huarcocondo, Anta province of the city of Cusco. She completed her primary studies in the district of Huarcocondo and her secondary at the city of Cusco.

They met in 1985 and entered university together and graduated in 1995 with a degree in administrative sciences. In 1984, they had their first child named Willer, followed by their second child named Naiy Ruth a few years later, and their youngest, Edgar was born a few years after Naiy Ruth. With three children, it created greater needs for which they have been able to carry out different activities such as transportation, natural medicine, and others. They were always looking for something better and that was how in 2012, Mr. Manuel Izaziga Rondoy, who was in the traditional work center that they had in the Wanchaq Cusco market, prospected them after a broad explanation and proof of DXN products.

At first, they did not have any knowledge of the products. They then requested a visit from their sponsor, who gladly visited them and also sent them products from the city of Lima. Thereafter, the first DXN service center was established in the City of Cusco by Mr. Joaquin Curo Casani, which greatly facilitated the prospect and helped many more people in health and the economy.

In compliance with the recommendations of their sponsor, they started their business, carrying the message of health, wealth, and happiness, with all the necessary strength. First, they approach their family members, to whom they explain the products and how to generate points from consuming them. And with their support, after 15 days, they achieved the first-star rank. After 5 months, they achieved Star Diamond, and after 9 years, 10 months and 15 days they became Crown Ambassadors.

For everything stated above, they are very grateful to God. They are also very thankful to Datuk Lim Siow Jin, who is focusing on the health, peace, and prosperity of humanity around the world by created the DXN Company. As a result of their effort and love for the products, the educational system, and the DXN Company, they now achieved success, health, and prosperity. Thank you very much DXN!

Nicolas also retired from his traditional job on December 31, 2020, after working as a public employee for 41 years, 6 months and 15 days.

Thank you **DXN**



Selamat Pagi DXN!

Nicolas Canazas Rodrigo telah dilahirkan di Puno. Beliau telah menamatkan pelajaran beliau di peringkat rendah dan menengah di bandar Arequipa. Berikutan mencari peluang pekerjaan, beliau telah berhijrah ke bandar Cusco di mana beliau melanjutkan pelajaran di Fakulti Pengurusan Perniagaan.

Saturnina telah dilahirkan di daerah Huarcocondo, Anta, Cusco. Beliau telah

menamatkan pendidikan peringkat rendahnya di daerah Huarcocondo dan pengajian peringkat menengah di bandar Cusco.

Mereka telah berjumpa pada tahun 1985 dan memasuki universiti bersama-sama. Mereka telah berjaya menamatkan pengajian pada tahun 1995 dalam bidang Sains Pengurusan. Pada tahun 1984, anak sulung mereka bernama Willer telah lahir. Beberapa tahun kemudian, anak kedua mereka, Naiy Ruth, telah lahir, dan beberapa tahun kemudian, Edgar, anak ketiga mereka pula lahir. Dengan tiga orang anak, ianya memerlukan mereka untuk melakukan pelbagai jenis pekerjaan dalam pelbagai bidang seperti pengangkutan, perubatan semula jadi, dan lain-lain lagi. Mereka sentiasa mencari sesuatu yang lebih baik dan pada tahun 2012, En. Manuel Izaziga Rondoy, yang bekerja di pusat pekerjaan tradisional di mana terletaknya pasar Wanchaq Cusco, telah berjaya merekrut mereka setelah memberikan penjelasan yang mendalam dan bukti mengenai produk DXN.

Pada mulanya, mereka tidak mempunyai pengetahuan mengenai produk DXN. Mereka kemudiannya meminta penaja mereka untuk melawat mereka. Beliau melawat mereka dan turut membawa produk kepada mereka dari bandar Lima. Pusat Perkhidmatan DXN yang pertama di bandar Cusco telah ditubuhkan oleh En. Joaquin Curo Casani, yang telah memudahkan aktiviti merekrut dan membantu lebih ramai orang untuk memperbaiki kesihatan dan ekonomi mereka.

Untuk mematuhi saranan yang telah diberikan oleh penaja mereka, mereka telah memulakan peniagaan mereka, membawa mesej kesihatan, kekayaan dan kegembiraan, dengan segala kekuatan yang diperlukan. Pertama, mereka telah mendekati ahli keluarga mereka, dan menerangkan kepada mereka mengenai produk dan bagaimana untuk menjaga pendapatan daripada penggunaan produk tersebut. Dengan sokongan yang diterima, selepas 15 hari, mereka berjaya mencapai status bintang pertama mereka. Selepas 5 bulan, mereka telah mencapai Bintang Berlian, dan selepas 9 tahun 10 bulan dan 15 hari, mereka berjaya merangkul status Duta Mahkota.

Untuk segala yang telah dinyatakan di atas, mereka amat bersyukur kepada tuhan. Mereka juga amat berterima kasih kepada Datuk Lim Siow Jin, yang memfokuskan kepada kesihatan, keamanan, dan kesejahteraan manusia sejagat dengan menubuhkan DXN. Sebagai hasil daripada kerja keras mereka dan kecintaan mereka kepada produk dan sistem DXN, mereka kini telah berjaya mengecapi kejayaan, kesihatan, dan kesejahteraan. Terima kasih diucapkan kepada DXN.

Nicolas juga telah bersara daripada pekerjaan tradisionalnya pada 31 Disember 2020, setelah bekerja sebagai penjawat awam selama 41 tahun, 6 bulan dan 15 hari.

Terima Kasih **DXN**

早安德信!

Nicolas Canazas Rodrigo 出生于秘鲁普诺, 他在阿雷基帕完成了他小学和中学的教育。为了有朝一日能够出人头地, 他搬迁到库斯科市, 并在那里"工商管理学院", 完成了他高中的学业。

Saturnina 出生于秘鲁库斯科市安塔省的一个小区——Huarcocondo。她在小区的一所小学完成了她的小学教育, 后在库斯科市完成了中学教育。

他们于 1985 年相识, 一起就读同一间大学接受高等教育, 并于 1995 年毕业, 取得了行政管理学学位。他们的长子出生于 1984 年, 取名为 Willer。接着几年后生下来老二 Naiy Ruth, 最年幼的 Edgar 也在几年后出世了。有了三个孩子后生活负担也随之增加, 他们更为此而从事多种兼职, 例如, 交通运输、天然药物等等。他们一直以来都不断地在寻求更好的生活。2012 那年, 他们夫妻俩在库斯科的一家工作中心认识了 Manuel Izaziga Rondoy 先生, 他向他们介绍了德信和德信产品的益处。

起初, 因为对德信产品的一无所知, 所以他们要求赞助商上门拜访。赞助商很高兴地上门拜访了他们, 还特意从利马市给他们送来了一些德信产品, 并且让他们充分认识和了解德信产品。当时, Joaquin Curo Casani 先生在库斯科市建立了第一家德信服务中心, 极大地促进长期增长前景, 并在健康和经济方面帮助了許多人。

在赞助商的大力支持下, 他们带着传递健康、财富和幸福的理念开展了德信业务。他们先是向家人介绍德信, 然后讲解德信产品所带来的益处以及如何通过消费获取积分。在家人的支持下, 他们在短短的 15 天内就达到明星阶级。5 个月, 他们再达到明星钻石的阶级, 并且在 9 年 10 个月零 15 天后, 他们终于取得德信皇冠大使。

他们非常感激上帝所赐予他们的一切。此外, 他们也衷心地感谢拿督林孝仁。他创办德信, 致力于推广健康、和平和繁荣, 让全球人类得以受惠。正是由于他们对德信产品、教育系统及德信业务的热爱, 他们最终取得成功、健康及繁荣。我们非常感谢德信!

Nicolas 于 2020 年 12 月 31 日辞去从事长达 41 年 6 个月及 15 天的工作。

谢谢德信。



REAL AND ELITE LIFESTYLE COMPANY
CYBERVILLE



JOIN US !
15.OCT.2023
5 : 00 PM - 10 : 30 PM



DXN Marketing Sdn. Bhd.

199301029165 (283904-P) (AJL 93432) (A Wholly Owned Subsidiary By DXN Holdings Bhd.)
Block C, 8 Suria Boutique Offices, Jalan PJU 1/42, Dataran Prima, 47301 Petaling Jaya, Selangor Darul Ehsan
Tel : +603-7809 3388 Fax : +603-7809 3300
<http://www.dxn2u.com>