

“Falun Gong is vandaag de dag in mijn beleving de grootste spirituele beweging in Azië. Er is niets dat in de buurt komt in termen van moed en betekenis.

Mark Palmer, voormalig ambassadeur van Hongarije en Vice president van Freedom House

Miljoenen ten onrechte vervolgd in China zelfs nu nog

- * 100 miljoen mensen beoefenden Falun Gong toen de vervolging in 1999 begon
- * Miljoenen Chinezen zijn sindsdien ontvoerd, gevangen genomen, gemarteld, ontslagen van hun werk, van school gestuurd, of dakloos gemaakt omdat zij Falun Gong beoefenen
- * Meer dan 80.000 gevallen van marteling zijn gedocumenteerd
- * Duizenden zijn vermoord

Twee dingen die jij kunt doen om te helpen

- * Geef deze flyer aan iemand die je kent
- * Schrijf je in op de nieuwsbrief op www.FalunInfo.nl

Een eeuwenoude praktijk voor een modern tijdperk

Wat het beoefenen van Falun Gong voor mij betekent

“Ik leed vroeger aan chronische angina en maag-darmontstekingen, welke helemaal verdwenen zijn nadat ik begon met Falun Gong.

Connie, London

“Vrijwel iedereen in Peking kende wel iemand die het heeft geprobeerd en er fysiek en mentaal door gesterkt is.

Zhao Ming, voormalig inwoner van Peking

“Falun Dafa geeft mij de kennis en de wijsheid om een betere zoon, echtgenoot en vriend te zijn. Het geeft mij de kracht om de juiste beslissingen te nemen, zelfs in moeilijke tijden.

Nick, Phoenix

“Falun Dafa is mijn manier van leven. Het beoefenen van Falun Dafa helpt me te herinneren om eerlijk, aardig en tolerant te zijn, met name als het tegen zit.

Wang Yunqian, Nederland



Echte gezondheid ontstaat door het cultiveren van zowel geest als lichaam

Falun Gong

法輪大法



Waarachtigheid
Mededogen
Verdraagzaamheid

www.FalunDafa.org

Falun Gong (ook bekend als Falun Dafa) wordt kosteloos onderwezen door vrijwilligers. Geen lidmaatschap of inwijding, en geen rituelen of verplichtingen



3 eenvoudige manieren om te beginnen met Falun Gong

1. Bezoek een oefenplaats in de buurt om de oefeningen te leren. Alle Falun Gong oefeningen zijn kosteloos aan te leren.
2. Lees de boeken online: www.FalunDafa.org.
3. Leer de oefeningen van de Falun Dafa instructievideo en bekijk de 9 lezingen gegeven door meneer Li Hongzhi, de grondlegger van Falun Dafa.



De vijf oefeningen van Falun Dafa



Boeddha die Duizend Handen Toont

Door middel van rustige strekbewegingen opent de eerste oefening alle energiekanalen in het lichaam en creëert zo een sterk energieveld.



Falun Staande Houding

Met vier statische houdingen die ieder gedurende enkele minuten kunnen worden aangehouden, verhoogt de tweede oefening het energieniveau en ontwaakt het wijsheid.



Doordringen van de Twee Uitersten

Met rustige op en neer gaande handbewegingen zuivert de derde oefening het lichaam met energie van de kosmos.



Falun Kosmisch Circuit

Door met de handen rustig langs de voor- en achterkant van het hele lichaam te gaan, herstelt de vierde oefening abnormale condities in het lichaam en laat het energie circuleren.



Versterken van Hogere Vermogens

Een meditatie die speciale handposities hanteert om lichaam en geest te verfijnen. De vijfde oefening versterkt hogere vermogens en energie.

De leer van Falun Dafa



Het boek Zhuan Falun (het Fa wiel draaien) door meneer Li Hongzhi is het meest omvangrijke en essentiële stuk onderricht van de beoefening.

Falun Gong is een introductietekst die beginners wordt aanbevolen. Deze en andere werken zijn vertaald in 38 verschillende talen.

Alle teksten van meneer Li, alsmede de videoinstructies van de Falun Dafa oefeningen, kunnen kosteloos gedownload worden op:

www.FalunDafa.org

