

ЧТО ТАКОЕ ФАЛУНЬ ДАФА?

Фалунь Дафа (Фалуньгун) – это система самосовершенствования, уходящая корнями в традиции древнего Китая. Она предназначена для всестороннего и гармоничного развития человека.

Система совершенствования по Фалунь Дафа состоит из повышения собственной нравственности по принципам **Истины, Доброты и Терпения** (по-китайски Чжэнь 真 Шань 善 Жэнь 忍) и выполнения пяти энергетических упражнений, включая медитацию.

Практика помогает значительно улучшить здоровье, восстановить гармонию в повседневной жизни и обрести более ясное понимание сути полноценного существования человека.

ЧТО ТАКОЕ САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ?

Самосовершенствование – это прежде всего улучшение своего характера и моральных качеств. Практикующие не пытаются изменить окружающих, а вместо этого работают над улучшением самих себя, находя и искореняя в себе недостатки, послужившие причинами возникновения житейских проблем.

Устранив в себе плохие качества одно за другим и избавляясь от всех своих вредных привычек, практикующие Фалуньгун постепенно изменяют свою жизнь к лучшему.

ЧЕМ ФАЛУНЬГУН ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ ДРУГИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕТОДОВ?

В отличие от других оздоровительных методов, обычно приносящих только временные результаты, практикующие Фалунь Дафа могут полностью избавиться от болезней. Это обусловлено тем, что ключевым элементом практики является повышение нравственности.

Духовное развитие человека в сочетании с выполнением энергетических упражнений неизменно улучшают здоровье.



ХОТИТЕ БОЛЬШЕ УЗНАТЬ О ФАЛУНЬ ДАФА

И НАУЧИТЬСЯ УПРАЖНЕНИЯМ?

Обучение, занятия и мероприятия Фалуньгун всегда проводятся бесплатно – это один из фундаментальных принципов Фалунь Дафа. Все материалы Фалуньгун доступны бесплатно онлайн. Во всём мире обучаться и регулярно заниматься упражнениями можно на многочисленных пунктах практики, организованных практикующими на добровольной основе: получив от занятий большую пользу, люди искренне желают поделиться этой практикой с другими.



Фалуньгун не имеет организационной структуры, членства или иерархии. Любой человек может заниматься, если хочет – практика доступна всем людям независимо от их расы, вероисповедания и социально-экономического статуса.

Пункты практики Фалуньгун в России:

Faluninfo.RU/praktika

звоните бесплатно: **8 (800) 551-35-40**

БЕСПЛАТНЫЕ ВЕБИНАРЫ

каждый ЧЕТВЕРГ в 19.30 и

каждую СУББОТУ в 10.00

по московскому времени

FalunGong.RU

法輪大法

Фалунь Дафа

真

Истина

Чжэнь

善

Доброта

Шань

忍

Терпение

Жэнь



ПУТЬ САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

РАСПРОСТРАНЕНИЕ ФАЛУНЬ ДАФА В КИТАЕ

После публичного представления в 1992 году Фалуньгун широко распространился по всему Китаю и очень быстро стал самым популярным видом цигун в стране. В парках и скверах городов Китая можно было видеть тысячи людей, выполняющих упражнения.

Китайские СМИ писали о положительном эффекте, который Фалуньгун оказывал на практикующих, бесплатно помогая населению улучшать здоровье и повышать нравственность. Они отмечали, что это способствовало стабильности общества в целом.

Различные правительственные источники оценивали, что к 1998 году число практикующих Фалуньгун составляло от 70 до 100 миллионов человек. Для сравнения — численность Коммунистической партии Китая (КПК) в этот период составляла около 60 миллионов человек.



Необычайная, стремительно растущая популярность Фалунь Дафа, безвозвратно помогающего оздоровлению людей и распространяющего в Китае традиционные духовные и нравственные ценности, а также отсутствие формальной структуры в сообществе практикующих, в глазах правящей компартии Китая превратили Фалунь Дафа в элемент жизни общества, который не вписывался в коммунистическую систему. 20 июля 1999 года КПК официально начала преследование практикующих Фалунь Дафа.

Преследование Фалунь Дафа продолжается и по сей день и беспрецедентно по масштабам. Сотни тысяч людей находятся в местах заключения, где их до сих пор подвергают издевательствам, избиениям и пыткам. В 2006 году стало известно о насильственном изъятии органов у последователей Фалунь Дафа. Несмотря на преследование, практикующие Фалунь Дафа продолжают рассказывать людям о жизнеутверждающих принципах Истины, Доброты, и Терпения и о красоте самосовершенствования.

Вы можете подписать петицию, призывающую остановить эти преступления.

ПЕТИЦИЯ: ОСТАНОВИТЬ УБИЙСТВА ЛЮДЕЙ РАДИ ИХ ОРГАНОВ
CHANGE.ORG/Спастижизни



МОЖНО ЛИ С ПОМОЩЬЮ ЗАНЯТИЙ ФАЛУНЬ ДАФА ИЗБАВИТЬСЯ ОТ БОЛЕЗНЕЙ?

Лечение не является основной целью Фалуньгун, но оздоровления организма — это естественный эффект практики, который повышает качество жизни и позволяет сфокусироваться на самосовершенствовании.

КАК СОВМЕСТИТЬ РАБОТУ И ПРАКТИКУ ФАЛУНЬ ДАФА?

Профессиональная и общественная среда создают наилучшую обстановку и предоставляют многочисленные возможности для самосовершенствования. Для этого нет необходимости специально выделять время. А упражнения можно выполнять в свободное время, где угодно и в любой последовательности.



Пункты практики Фалуньгун в России:
Faluninfo.RU/praktika
звоните бесплатно: 8 (800) 551-35-40

УПРАЖНЕНИЯ ФАЛУНЬГУН

- ПОДХОДЯТ ДЛЯ ЛЮБОГО ВОЗРАСТА
- НЕ ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЯ УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
- СНИМАЮТ СТРЕСС И БЕСПОКОЙСТВО
- УКРЕПЛЯЮТ ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ
- ПОВЫШАЮТ ЭНЕРГИЮ И ЖИЗНЕНСПОСОБНОСТЬ
- СПОСОБСТВУЮТ ДУХОВНОМУ РОСТУ



Плавное
растягивание
и резкое
расслабление
позволяет
открыть все
энергети-
ческие каналы
в теле
человека,
создавая
мощное
энергети-
ческое поле.

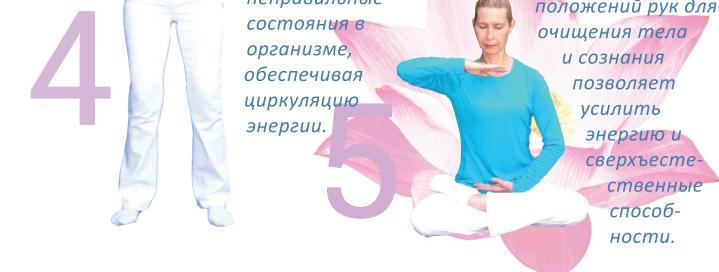


Упражнение
состоит из
четырёх
статичных
поз, каждую
из которых
необходимо
удерживать
в течение
нескольких
минут.
При этом
пробиваются
энергетические
каналы, что
позволяет
проявиться
мудрости.

В этом
упражнении
медленные
движения
рук,
скользящих
вверх и
вниз вдоль
тела,
очищают
тело
энергией
Вселенной.



Плавные
движения рук
вокруг тела,
спереди
и сзади,
исправляют
неправильные
состоиния в
организме,
обеспечивая
циркуляцию
энергии.



Медитация с
использованием
специальных
положений рук для
очищения тела
и сознания
позволяет
усилить
энергию и
сверхъесте-
ственные
способ-
ности.