

המטרה של הפאלון דאפא היא להביא את המתרגלים להארה מוחלטת בתקופת חיים אחת. זוהי שיטת טיפוח עמוקה וכוללת הקיימת מזמנים קדומים. השיטה נשמרה בסוד והועברה ממאסטר לתלמיד אחד בדורו, עד שבשנת 1992 חשף אותה מאסטר לי הונגז'י לציבור הרחב.

מאסטר לי אמר:

"המטרה העיקרית שלמענה יצאתי אל הציבור היא להביא אנשים לרמות גבוהות יותר, באמת להביא אנשים לרמות גבוהות יותר."

ליקום יש תכונות בסיסיות של "ג'ן-שן-רן"

真善忍

(אמת חמלה סובלנות).

המפתח להתקדמות בטיפוח הוא ההרמוניה של היחיד עם התכונות הללו של היקום. (טיפוח הוא מושג מהמזרח שמשמעו שיפור ושינוי של גוף ונפש).

פאלון דאפא שונה משיטות אחרות של טיפוח בכך שהיא שמה דגש על טיפוח פנימי של השין-שינג (אמות המוסר, טבע הלב) לקראת השגת התכונות האוניברסליות ג'ן-שן-רן.

המצבים המורכבים של החברה האנושית מספקים לנו את הרקע הטוב ביותר לשיפור השין-שינג בחיי היומיום ולעליה ברמת הטיפוח.

היכן ניתן למצוא הזדרכה לטיפוח באסכולת הפאלון דאפא? מאסטר לי ערך את הרצאותיו בכמה ספרים. שני החשובים שבהם הם:

- **פאלון גונג** - מבוא בסיסי המסכם את הטיפוח ואת טכניקות התרגול.
- **ג'ואן פאלון** (Zhuan Falun), לסובב את גלגל החוק) - החומר השיטתי והבסיסי ביותר של פאלון דאפא.

הספרים תורגמו לשפות רבות (כולל אנגלית, רוסית, צרפתית, ספרדית, שבדית, גרמנית, הולנדית ועוד). הם ניתנים להורדה ללא תשלום מאתרי האינטרנט השונים של הפאלון דאפא. גירסאות בחלק מהשפות ניתנות גם לרכישה בחנויות ספרים בישראל.

בהתייחס לג'ואן פאלון, מאסטר לי אמר את הדברים הבאים:

"כל אנרגיית הטיפוח וכל החוק נמצאים בספר. מטפח אמיתי ישיג אותם באופן טבעי על ידי קריאה של החוק הגדול. הלומד יעבור שינוי טבעי ויהיה בתוך הטאו כשיקרא את הספר שוב ושוב."

באמצעות שיפור מתמיד של השין-שינג בחיי היומיום, קריאה בספרים ותרגול של חמשת הסטים של התרגילים על בסיס קבוע, המטפח בשיטת הפאלון דאפא יכול להגיע לשלמות ולחזור למקור האמיתי שלו בתקופת החיים הנוכחית.

ממש כפי שמאסטר לי אמר בהתחלה: "אלה שיש להם באמת מזל ויכולים להתעורר לכך יבואו אחד אחרי השני, ייכנסו אל הטאו וישיגו את החוק..." פאלון דאפא מתפשטת במהירות בעולם מלב אל לב ומשפיעה באופן משמעותי על המוסר האנושי, על המדע ועל החברה.

- ◆ למעלה ממאה מיליון מטפחים בלמעלה מ-40 מדינות.
- ◆ אינספור מרכזי סיוע נוסדו בעולם.
- ◆ קבוצות של פאלון גונג קיימות כמעט בכל האוניברסיטאות העיקריות ובערים בצפון אמריקה ובאירופה.

מטפחים ברחבי העולם מצאו בפאלון דאפא את התשובה המושלמת והברורה לחיפושם הממושך אחר מהות האנושות, החיים והיקום.

- ◆ מאסטר לי קיבל אזרחות כבוד ותואר של שגריר רצון טוב על ידי העיר יוסטון, טקסס, בארצות הברית באוגוסט 1994.
- ◆ ה-12 באוקטובר, 1996, היום בו מאסטר לי ביקר לראשונה ביוסטון, הוכרז כ"יום לי הונגז'י".

השפעת הפאלון דאפא על העולם צוינה בתעודה ובהצהרה שפורסמה על ידי העיר יוסטון:

"...פאלון דאפא עוברת את גבולות הגזע והתרבות.. היא שולחת את האמת האוניברסלית לכל פינה בעולם ומגשרת על הפער בין המזרח למערב"

...
"אנו, פקידי העירייה הבכירים הנוכחיים מתכבדים בזאת להעניק לך אזרחות כבוד...בהכירנו בהצלחתך יוצאת הדופן בשליחותך החשובה ומתוך הערכה לתרומה היקרה שתרמת, ואתה ממשיך לתרום, תוך כדי שירות ציבורי לתועלת האנושות".

פאלון דאפא

טיפוח הגוף והנפש

מבוסס על
התכונות המהותיות של היקום

真善忍

ג'ן (ZHEN)
שן (SHAN)
רן (REN)
אמת
חמלה
סובלנות

- ◆ תורה עמוקה החושפת חוקים עתיקים
- ◆ הדרכה אמיתית לעלייה לרמות גבוהות
- ◆ 5 סטים של תרגילים קלים ללמידה
- ◆ ללא הכתבת זמן, מיקום או כיוון התרגול. אידאלי לאנשים עסוקים
- ◆ כל השיעורים ניתנים ללא תשלום

אתר אינטרנט לפאלון דאפא בישראל:
<http://www.falundafa.org.il>

הדרך השיטתית והיעילה ביותר ללמוד פאלון דאפא היא לצפות בתשע ההרצאות הערוכות על גבי קלטות וידיאו. להדרכה ולימוד ניתן לגשת לכל אחד מאתרי התרגול ברחבי הארץ, המתרגלים ישמחו לסייע לכל אחד בהתנדבות. ספרים, קלטות וידיאו ואודיו וחומר נוסף ניתנים להשגה באופן חופשי על ידי לימוד עצמי באינטרנט.

ההנחיות המחמירות של מאסטר לי לגבי הוראת הפאלון דאפא ברחבי העולם:

ללא תשלום – ללא תמורה כספית, ללא תרומות.
פתוח לציבור – אנשים מכל התרבויות, הדתות, הגזעים, הלאומים והחברות מוזמנים לבוא.
טהור – חופשי מכל מוטיבציה פוליטית, דתית ומסחרית.
מוסרי – להתייחס אל החוק (ג'ן-שן-רן) באילו הוא המאסטר ולא למטרות פרסום או רווח אישי.

אתם מוזמנים לבוא ולהתנסות בפאלון גונג.

לפניכם טבלה של אתרי התרגול ברחבי ישראל. הזמן בכל מקום ומקום שונה.
הערה: נא להביא משהו לשבת עליו.

ההשתתפות אינה כרוכה בתשלום.

אתם מוזמנים להתקשר אל:

| | | |
|-------------|-----------|------------|
| ירושלים | ודים | 02-5867881 |
| גן שמואל | טוביה | 06-6320548 |
| זיכרון יעקב | מירה | 06-6396304 |
| נתניה | ציון שיון | 09-8622160 |
| ראשל"צ | אנדרי | 053-259286 |
| תל אביב | צ'אנג | 053-528609 |
| | יאירה | 03-6417573 |
| | | 050-760541 |

נא לגשת לאתר האינטרנט למידע נוסף ולהורדת ספרים:

<http://www.falundafa.org.il> (ישראל)
<http://www.falundafa.org> (בינ"ל)

לא ניתן לתרגל לקראת רמות גבוהות יותר עם גוף לא בריא. פאלון דאפא, כשיטה שלמה המשלבת טיפוח גוף ונפש, מורכבת מתרגילים בעלי יעילות גדולה, בנוסף להוראה עמוקה.

חמשת התרגילים של הפאלון דאפא הם:

1. בודהא מראה אלף ידיים – תרגיל שמטרתו לפתוח את כל התעלות בגוף, כך שהאנרגיה יכולה להסתובב ללא חסימה.
2. תרגיל תנוחת העמידה של הפאלון – מגביר את רמת האנרגיה והחוכמה.
3. חזירה לשני קצוות היקום – המתרגל מטהר את גופו על-ידי שימוש באנרגיה רעננה מהיקום.
4. תרגיל המעגל השמימי – סיבוב הפאלון מתקן את כל המצבים המעוותים בגוף, כך שהאנרגיה יכולה לעבור באופן חופשי דרך כל הגוף.
5. חיזוק הכוחות האל-טבעיים – תרגיל ישיבה המשמש לכמה מטרות, כולל השגת השלווה וחיזוק הכוחות האל-טבעיים ועוצמת האנרגיה.

תרגילים אלו, כחלק מתורת הפאלון דאפא, הם מלאי רוגע, טוהר וכוח רחום.

רקע תרבותי

פאלון דאפא ידועה גם כפאלון גונג מילים אלו מתורגמות מסינית. באופן מילולי "פא" פירושו חוק או עיקרון. "לון" – גלגל. "דא" – גדול ו"גונג" – אנרגיה הטיפוח, ויכולות. כך ש"פאלון" ניתן לתרגום גם כ"חוק הגלגל". "דאפא" פירושו החוק הגדול או העיקרון האוניברסלי.