

Falun Gong é, em minha opinião, o maior movimento espiritual individual na China hoje. Não há nada que possa ser comparado a ele em termos de coragem e importância.

Mark Palmer, ex-embaixador dos EUA na Hungria e vice-presidente da Freedom House

Milhões perseguidos injustamente na China ainda hoje

- 100 milhões de pessoas praticavam Falun Gong quando a perseguição começou em 1999.
- Milhões de chineses foram, desde então, sequestrados, presos, torturados, despedidos de seus empregos, expulsos de escolas ou forçados a ficarem desabrigados por praticarem Falun Gong.
- Mais de 80.000 casos de tortura foram registrados.
- Milhares foram assassinados.

Como você pode ajudar:

- Dar este folheto para algum conhecido.
- Assinar a petição no site fofg.org

Uma antiga prática, para uma era moderna.

O que praticar Falun Gong significa para mim

Falun Dafa me dá conhecimento e sabedoria para ser um melhor filho, marido e amigo. Permite-me tomar as decisões certas mesmo em circunstâncias difíceis.

Nick, Phoenix, EUA

Falun Dafa me livrou repentinamente de minha depressão.

Mônica, São Paulo, Brasil

Eu sofria de angina crônica e gastroenterite, mas desapareceram completamente assim que comecei a praticar Falun Gong.

Connie, Londres, Inglaterra

Quase todos em Pequim conheciam alguém que praticou e se beneficiou, física ou psicologicamente.

Zhao Ming, ex-residente de Pequim



A verdadeira saúde vem do cultivo da mente e do corpo.

Falun Gong

法輪大法

Verdade
Compaixão
Tolerância



www.falundafa.org

Falun Gong é também conhecido como Falun Dafa.
Sem filiação, iniciação, rituais e contribuições.
Todas as atividades são gratuitas.

Os cinco exercícios do Falun Dafa

1



Buda Mostrando as Mil Mãos

Usando movimentos suaves de alongamento, o primeiro exercício abre todos os canais de energia do corpo, criando um poderoso campo de energia.

2



Estaca Parada Falun

Composto de quatro posições que devem ser mantidas por vários minutos cada, o segundo exercício eleva os níveis e desperta a sabedoria.

3



Penetrando os Dois Extremos Cósmicos

Com seus movimentos de deslize de mãos, o terceiro exercício purifica o corpo usando a energia do Cosmos.

4



Circulação Celestial Falun

Deslizando gentilmente as mãos sobre o corpo, frente e costas, o quarto exercício retifica condições anormais no corpo e faz a energia circular.

5



Fortalecendo Poderes Divinos

A meditação refina o corpo e a mente, fortalecendo a energia e capacidades elevadas por meio de posições e movimentos especiais de mãos.

Três maneiras simples de começar a aprender

1. Vá a um local de prática para aprender os exercícios do Falun Gong. Todas as instruções dos exercícios do Falun Gong são gratuitas.
2. Leia os ensinamentos online: www.FalunDafa.org
3. Aprenda os exercícios pelo vídeo de instruções de exercícios do Falun Dafa e assista a seção de nove palestras dadas pelo sr. Li Hongzhi, o fundador do Falun Dafa.

Os ensinamentos do Falun Dafa



O livro *Zhuan Falun* (Girando a Roda da Lei) escrito pelo sr. Li Hongzhi, é a série mais abrangente e essencial dos ensinamentos do Falun Dafa.

Falun Gong é um texto introdutório recomendado para iniciantes. Os escritos do sr. Li foram traduzidos em 38 idiomas.

Todos os escritos do sr. Li e as instruções em vídeo dos exercícios do Falun Dafa, podem ser gratuitamente baixadas no site:

FalunDafa.org

Os livros também podem ser comprados online pela AllPrintEditora.org ou TiantiBooks.org

