

Falun Dafa (Falun Gong)

Falun Dafa, også kendt ved navnet Falun Gong, er en traditionel kinesisk form for selv-kultivation (selv-forædling), som forøger både mental og fysisk velbefindende ved hjælp af fem let lærte øvelser, der også indbefatter meditation. Udøvelsen er baseret på de universelle principper: Sandfærdighed, Godhjertethed og Tålsomhed og sigter mod at bringe mennesker nærmere visdom og oplysthed.

Denne oldgamle selv-kultivationsmetode blev i sin oprindelige form kun videregivet fra én enkelt udøver til en anden, men i 1992 gjorde Mester Li Hongzhi systemet tilgængelig for offentligheden i Kina. Siden har metoden bredt sig til mere end 40 lande, hvor mange millioner udøvere høster frugten af deres kultivation i form af et styrket helbred samt forhøjet spirituel indsigt.

Læren

De grundlæggende principper i **Falun Dafa** findes i bogen **Zhuan Falun** (*Lov-hjulet drejer*) af Mester Li Hongzhi. Det er den vigtigste og mest omfattende bog om Falun Dafa. **Zhuan Falun** er blevet oversat til mere end ti sprog, bl.a. engelsk, fransk, tysk, svensk, etc. (dansk udgave er under udarbejdelse).

Engelsk udgave: ISBN: 1-58613-101-X.



Andet undervisningsmateriale:

Falun Gong: En introduktionsbog for begyndere med foto-illustrationer af øvelserne. Engelsk udgave: ISBN: 1-58613-100-1.

Dansk udgave forventes på Internettet i 2001.

Falun Dafa Instruktionsvideo:

Trin-for-trin instruktion af de 5 sæt øvelser. (ISBN: 1-58613-100-1).

Alt eksisterende materiale kan downloades gratis på Internettet på følgende websites:

www.falundafa.org, www.faluninfo.net

(Download Materials /Download Area) og kan købes i original bog-, bånd-, og videoform etc. hos danske udøvere.

Kultivationen (Åndelig og mental forædling)

I Falun Dafa tillægges det den største betydning at forædle ens "Xinxing" (*Hjertets og sindets natur*). Kultivationen af Xinxing har mange aspekter: at blive af med dårlig/negativ opførsel, at forholde sig til tab og vinding, at slippe bindinger, for til sidst at kunne assimilere sig med universets højeste principper: **Sandfærdighed, Godhjertethed og Tålsomhed** (Zhen, Shan, Ren).

ZHEN: sandhed, sandfærdighed, at vende tilbage til ens oprindelige jeg.

SHAN: godhjertethed, barmhjertighed, medfølelse

REN: udholdenhed, tålsomhed, tolerance

Falunsymbolet

I årtusinder er det antikke symbol 卍 (udtalt "Wan" på kinesisk) blevet anvendt verden over repræsenterende lykke og dyder af de gamle grækere, kinesere, persere, indere, japanere samt nord- og sydamerikanske indianere.

Øvelserne

I Falun Dafa indgår fem sæt øvelser, som har til formål at udrense ens legeme og åbne energikanalerne, forhøje energiniveauet samt styrke og forbedre ens cirkulation. Øvelserne er enkle og let lærte, men alligevel usædvanlig kraftfulde. Nogle af øvelserne er stillestående/siddende, mens andre kræver bevægelse – fælles for dem er, at de er ukomplicerede og glidende i formen. Øvelserne kan udføres alene eller i en gruppe, uden hensyn til tid, sted eller retning.



Et krav fra Mester Li er, at al Falun Dafa undervisning skal være gratis; åben for alle – uanset kultur, religion, nationalitet eller samfundslag og fri for ethvert politisk, religiøst eller kommercielt motiv.

Begynd at lære Falun Dafa i dag

Alle er velkomne! Alle aktiviteter er gratis!
Ring til os og hør nærmere om hvor der øves:

Sted: Kongens Have, Gothersgade,

Tid: Lørdag, søndag, helligdage kl.10.00-12.00
Ring angående hverdage.

Øvrigt: Medbring gerne siddeunderlag.

Sted: Vangede, Nymosen vest, indgang fra Agertoften, 5 min. fra Kildebakke St.

Tid: Mandag-fredag kl.06.00-08.00

Øvrigt: Det er en fordel at medbringe siddeunderlag.

Læsning: Onsdag & lørdag kl.19.00- 21.00
(medbring venligst egen bog *Zhuan Falun*)

Sted: Ring venligst angående detaljer.

Skoler, institutioner samt andre interesserede er velkomne til at rette henvendelse til nedenstående kontaktpersoner angående gratis foredrag og introduktion af Falun Dafa.

Kontakt til danske udøvere (Tlf./Fax/E-mail):

Lingnan Wu: 39 65 27 88 (Kongens Have)

E-mail: lnwu@hotmail.com

Poul Andersen: 39 67 74 04 (Nymosen)

E-mail: poan@sol.dk

Michael Szarowicz: 39 67 94 95 (begge steder)

Århus, Wang: 86 18 08 78 efter kl. 18.00

Internetadresser:

falunworld.net/Danmark (dansk hjemmeside)

faluninfo.net & falundafa.org

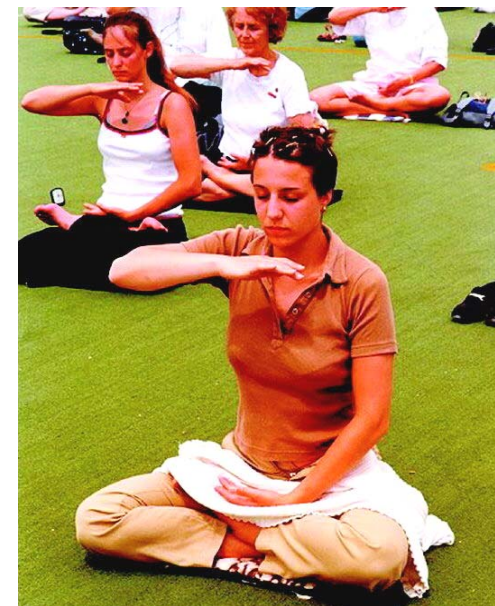
falundafa-se.nu (Nordiska Föreningen for Falun Dafa)

FALUN DAFA (FALUN GONG)

真善忍

ZHEN SHAN REN

Sandfærdighed – Godhjertethed – Tålsomhed



- velegnet for alle aldre • afstressende • skaber harmoni • styrker helbredet • rensr kroppen
- fremmer spirituel vækst og oplysthed

Smid ikke denne folder væk – måske en anden vil have den. Tak!