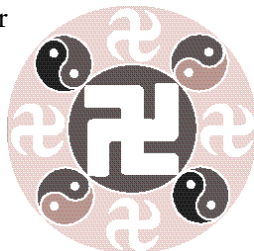


Falun-symbolen

Falun Gong är även känt som Falun Dafa. Dessa ord kommer från kinesiskan. **Fa**- lag, **Lun**- hjul, **Da**- stor, **Gong**- kultiveringsenergi, övning. Falun är en miniatyr av universum och har samma egenskap som universum. Falun roterar ständigt, nio gånger medsols och nio gånger motsols. Buddha-lärens svastika, som blev känd för vår mänsklighet för över 2500 år sedan, och Dao-lärens Yin-Yang-symbol reflekteras i Falun.



Djupgående kunskaper

Falun Gong är en omfattande och djupgående kultiveringsmetod som offentliggjordes för allmänheten 1992.

Universum har en grundläggande egenskap:

Zhen	Det Sanna
Shan	Godhet/Barmhärtighet/Välvilja
Ren	Uthållighet/Uthärdande/Tålmod

Att låta kropp och själ assimileras till denna universella egenskap är nyckeln till att göra framsteg i sin kultivering (kultivering är det österländska begreppet för utveckling och förädling av kropp och själ). Falun Gong utmärker sig genom att lägga tyngdpunkten på den inre kultiveringen av **Xinxing** (hjärtats natur, moral) för att närma sig universums egenskap **Zhen Shan Ren**.

De komplicerade omständigheterna i vardagslivet och i det mänskliga samhället bidrar med de bästa möjligheterna för att kunna förbättra sitt **Xinxing** och höja sig i kultiveringen.

Kraftfulla och effektiva rörelser

Eftersom det är en omfattande metod för kultivering av människans kropp och själ så ingår i Falun Gong, förutom djupgående kunskaper, fem mycket effektiva övningsrörelser:

1. Buddha sträcker ut sina tusen händer

Öppnar alla meridianer i kroppen så att energi kan cirkulera obehindrat.

2. Falun stå som en pelare

Höjer ens energinivå och visdom.

3. Genomträngande och påfyllning av de två kosmiska ytterligheterna

Använder ny energi från universum för att rena utövarens kropp.

4. Falun himmelska kretsloppet

Använder Falun's rotation för att rätta till alla onormala tillstånd i kroppen så att energi fritt kan passera genom kroppen.

5. Övningen att förstärka de gudomliga förmågorna

En sittande övning med många syften, inkluderat att nå stillhet och stärka ens gudomliga förmågor och energipotential.

Böcker

Hur kan man då inom Falun Dafa, få vägledning i sin kultivering? Mästare Li Hongzhi har sammanställt sina föreläsningar och kunskaper i framför allt två böcker:

Kinesisk Falun Gong

Introduktionsboken som beskriver kultiveringen och övningsrörelserna.

Zhuan Falun

Den mest systematiska och den viktigaste boken inom Falun Dafa.

Böckerna har redan blivit översatta till mer än tio språk (även svenska). Böckerna kan beställas i bokhandeln eller laddas ner gratis från hemsidan. Genom att flitigt höja sitt Xinxing i det dagliga livet, läsa böckerna och utöva de fem övningarna på ett regelbundet sätt, så kan en Falun Dafa-utövare återvända till sin sanna natur.

Världsomfattande

Vitt och brett, hjärta till hjärta, Falun Gong sprider sig snabbt i världen och har en avsevärd påverkan på mänsklig moral, vetenskap och samhälle.

• 70-100 miljoner utövare i Kina och tusentals utövare i mer än 30 andra länder.

• Falun Gong-övningsgrupper finns på många platser i Europa och Nordamerika. I Sverige finns Falun Gong på fler än 20 platser.

Utövare från hela världen har i Falun Dafa funnit svar i sina livslånga sökande efter sanningen om människan och meningen med livet.

Falun Dafa har blivit erkänt och omtalat på flera platser i världen. I Houston har Li Hongzhi erhållit utnämningen Hedersmedborgare och Goodwill-ambassadör. Det officiella tillkännagivandet löd:

“Falun Dafa överskrider alla kultur- och rasgränser. Den får den universella sanningen att genljuda till alla delar av jorden och överbryggar gapet mellan öst och väst.”

Om du vill lära dig Falun Gong

Det mest systematiska och effektiva sättet att lära sig Falun Gong är genom att delta på en niodagars videokurs. Gå till någon av Falun Gongs övningsplatser eller ring någon av kontaktpersonerna. Utövare kommer gärna att lära dig rörelserna. För den som vill lära sig på egen hand så finns böcker, övningsinstruktioner och övningsmusik fritt att tillgå på internet.

Något som strikt betonas runt hela världen för alla Falun Gong-aktiviteter är att de ska vara:

- Icke-kommersiella - inga kursavgifter eller donationer.
- Öppna för alla - oavsett kultur, religion, nation eller samhällsgrupp så är alla välkomna.
- Fristående - fria från alla politiska, religiösa eller kommersiella syften.
- Goda - vägledas av **Zhen Shan Ren**, inte söka efter personligt anseende eller vinning.

För mer information om Falun Gong-kurser, övningsplatser m m, sök upp hemsidan eller kontakta:

Sverige

Arvika	Kristina Isaksson	0570-14969
Eskilstuna	Gisela Ohlsson	016-139241
Finspång	Marja-Lena	0122-12909
Gävle	Katarina Hall	026-653551
Göteborg	Anders Eriksson	031-846926
	Lee Kum-ah	031-189707
Järna	Hanna Kestel	08-55174311
Kalmar	Gunnel Edlund	0480-57095
Leksand	Gerd Lövsström	0247-50310
Lerum	Stefan Eriksson	0302-34166
Lidköping	Jenny Ljungkvist	031-7074335
Lund	Anders Måhlén	046-130579
Malmö	Janette Wästilä	040-306142
Motala	Vasilios	0141-55129
Stockholm	Maria Sahlin	08-6633446
	Elisabet Ek	08-6598098
Strömsund	Vivian Fabricius	0670-12530
Umeå	Dan Alfjorden	070-2258898
Uppsala	Rune Eriksson	0708-500003
Varberg	Mimmi Svensson	0340-13358
Östersund	Rolf Elvegård	063-121200

Norge

Oslo Charlotta Jonsson 0047- 22298699

Danmark

Köpenhamn Lingnan Wu 0045 - 39652788

Falun Gong på internet

<http://falundafa.org/Swedish/>

Falun Gong

Kultiveringsmetod för kropp och själ
baserad på universums egenskaper:

真 善 忍

Zhen Shan Ren

Det Sanna Godhet Uthållighet

- Djupgående och omfattande kunskaper
- Genuin vägledning mot höga nivåer
- Fem enkla övningsrörelser
- Ingen särskild tid, plats eller riktning
- Stora hälsoeffekter
- Passar alla åldrar
- Alla kurser och aktiviteter är avgiftsfria