

# Фалунь Дафа

## в мире



Истина  
Доброта  
Терпение

Выпуск №6

Всеукраинская информационная газета

Бесплатно



## ЧТО ТАКОЕ ФАЛУНЬ ДАФА?

Во Всемирной Энциклопедии 2002 года, Фалунь Дафа охарактеризован, как «духовный путь существования», который «обучает технике медитации при помощи упражнений для улучшения физического здоровья, а также нравственной и духовной чистоты».

Впервые эту практику публично представил в Китае г-н Ли Хунджи в 1992 году. Суть учения и принципы совершенствования он изложил в книгах «Фалуньгун», «Чжуань Фалунь». Посредством изучения книг Фалуньгун, человек повышает свою нравственность и постигает высшую мудрость. Ключом к совершенствованию в этой практике является универсальный принцип – «Истина-Доброта-Терпение».

В дополнение к глубокому учению, Фалунь Дафа содержит пять комплексов чрезвычайно эффективных упражнений для совершенствования тела. Они просты, доступны любому возрасту и не требуют специальной физической подготовки. В процессе занятий происходит открытие энергетических каналов и усиление циркуляции энергии в теле.

В результате повышения нравственного уровня, а также практики упражнений, достигается коренное оздоровление организма человека. Многие уже не нуждаются в



День Киева - 24 августа 2004. Праздничное шествие последователей Фалунь Дафа по улицам столицы

лекарствах, отказались от алкоголя, курения и других плохих привычек.

Фалунь Дафа учит практикующих всегда смотреть внутрь себя для того, чтобы стать лучше и брать ответственность за свои собственные решения и поступки.

В отличие от многих духовных практик, совершенствование по Фалунь Дафа не требует отрыва от общества. Здесь занимаются люди различных профессий,

социальных и культурных слоев.

Фалунь Дафа не содержит в себе коммерческого, политического и религиозного характера. Занятия во всем мире бесплатны.

В настоящее время свыше 100 миллионов человек более, чем в 70 странах успешно практикуют Фалунь Дафа, достигая спокойствия ума, освобождения от стрессов и улучшения здоровья.

## Краткое описание пяти комплексов упражнений ФАЛУНЬГУН

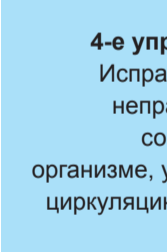


**1-е упражнение**  
Путем мягкого растягивания всего тела, открываются все энергетические каналы в теле.

**2-е упражнение**  
Является всесторонним способом, способствующим проявлению мудрости, увеличению силы.



**3-е упражнение**  
Движениями рук, скользящими вверх и вниз, за короткое время очищает тело.



**4-е упражнение**  
Исправляет все неправильные состояния в организме, усиливает циркуляцию энергии в теле.



**5-е упражнение**  
Медитация, очищает тело и душу путем погружения в полное спокойствие. Нельзя впадать в транс.



### В поисках ИСТИНЫ

(притча)

Отец и сын ехали на осле. Люди на улице показывали на них пальцем:

– Эти отец и сын такие жестокие, оба уселись на осла, бедное животное едва дышит.

Тогда отец слез с осла. И люди на улице начали показывать пальцем на сына:

– Смотрите, какой непочтительный сын. Он едет на осле, а отец идет пешком.

Тогда сын уступил место отцу. Люди начали кричать:

– Взгляните, какой плохой отец, не дает сыну ехать на осле!

Отец с сыном слезли с осла, и повели его рядом, размышляя: «На этот раз никто нас не упрекнет».

Но прохожие снова загалдели:

– Взгляните на этих глупцов! Они идут

рядом с ослом, вместо того, чтобы сесть на него!

Как же поступить правильно?

Добрый человек соизмеряет все происходящее, опираясь на милосердие своего сердца. Любая вещь в его глазах – это поэзия в движении, красивый пейзаж и цветение весны.

Увидев, что отец и сын оба едут на осле, он бы сказал: «Какой хороший осел. Он безропотно несет такой тяжелый груз». Увидев сына, едущего на осле, и рядом идущего отца, он бы сказал: «Этот отец так добр. Он позволил сыну ехать на осле, а сам идет пешком». Увидев отца, едущего на осле и идущего рядом сына, он бы сказал: «Этот сын – хороший человек. Он бескорыстен и думает о других». Увидев же их обоих, веду-

щих осла, он бы сказал: «Отец и сын так добры, они не хотят, чтобы осел утомился».

Почему же люди приходят к различным выводам, наблюдая один и тот же случай? Потому, что в душе у некоторых мало милосердия. Они видят плохую сторону у другого и редко видят его добрые дела. У порочного человека таится зло и ненависть в сердце. Независимо от того, как вещь хороша, он всегда рассматривает все с ненавистью и обидой.

Свет и тьма, чистое и порочное, добро и зло – рано или поздно расставляются по своим местам, когда приходит время. Если в сердце будет критерий, основанный на милосердии, он позволит отличить подлинно хорошее от плохого, светлое от темного, добро от зла и ясно определить, где ложь, а где истина.

Йичун, Китай