

Falun Dafa Jashtë Kinës

Falun Dafa praktikohet lirisht në mbi 100 vende në gjithë botën.



Të gjitha vendet e praktikës

organizohen nga vullnetarë lokalë dhe mësimi është falas.

Falun Dafa dhe themeluesi i saj, Z. Li

Hongzhi, kanë marrë qindra çmime dhe proklamime nga qeveritarë nga gjithë bota për përfitimet që Falun Dafa i ka sjellë qytetarëve që e praktikojnë atë dhe komuniteteve ku ata banojnë. Po ashtu, Z. Li Hongzhi është emëruar tri herë për Çmimin Nobel të Paqes.

Falun Dafa Brënda Kinës

Në fund të viteve

1990, Falun Dafa ishte bërë jashtëzakonisht popullore në Kinë, me 70–100 milionë praktikues.

Pamvarësisht nga



natyra paqësore, kryetari i partis komuniste në atë kohë, Jiang Zemin, e pa praktikën si kërcënim ndaj pushtetit të tij.

Ai filloi një sulm propagandistik të stilit komunist në korrik 1999 kundër Falun Dafës e më pas një fushatë persekutimi kundër gjithë atyre që e praktikonin atë. Që atëhere, dhjetëra mijëra vetë janë burgosur ilegalisht, torturuar dhe dërguar në kampe pune të detyruar. Mbi 3500 kanë vdekur në duart e policisë.

Miliona janë prekur nga humbja e pjesëtarëve të familjes, punës dhe lirive bazë, vetëm sepse ata dëshirojnë të ushtrojnë paqësisht lirinë e tyre të besimit. Këto krime janë dokumentuar nga Kombet e Bashkuara, Amnesty International, etj.

SOS!

Thirrje Urgjente për të Shpëtuar Praktikuesit Falun Gong të Persekutuar në Kinë

Më 2010 Kongresi amerikan aprovoi Rezolutën 605 që i bën thirrje partisë komuniste kineze të ndalojë menjëherë fushatën e saj persekutuese që burgos dhe torturon praktikuesit Falun Gong dhe t'i lirojë ata menjëherë sepse janë të burgosur të ndërgjegjes.

“Unë i konsideroj praktika të tilla si jashtëzakonisht të rëndësishme për jetën e brendshme të secilit prej nesh. Për këtë arsye unë kritikoj me ashpërsi qëndrimin e qeverisë kineze, e cila ka shpallur një represion të hapur ndaj njerëzve që praktikojnë Falun Gong.”

-Vladimir Mlynar, Parlamentar çek



Tortura dhe vrasja e njerëzve të pafajshëm të cilët praktikojnë Falun Gong duhet të marrë fund!

JU MUND TË NDIHMONI!

Vizitoni: www.fofg.org & www.faluninfo.net

FALUN DAFA

(Falun Gong)



Një Praktikë e Fuqishme

Për të përmirësuar

Trupin, Mëndjen

Dhe Shpirtin

真善忍

NDERSHMËRI MIRËSI TOLERANCË

- Lehtëson stresin dhe ankthin
- Rrit energjinë dhe gjallërinë
- Përmirëson në mënyrë të dukshme shëndetin fizik
- Sjell lartësim shpirtëror

Kontakt: 069 275 4030 (Pol Milo)

0390 327 149 (Gjakovë)

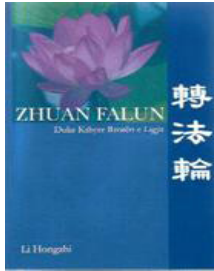
E-mail: falundafaneshqiperi@hotmail.com

www.falundafa.org/albanian

Të gjitha aktivitetet janë falas

Trup i Shëndoshë, Zemër në Paqe

Fillo Mëso Sot!



Libri *Zhuan Falun* (Duke Rrotulluar Rrotën e Ligjit) i Z. Li Hongzhi, është vepra më sistematike e themelore e Falun Dafës. Që nga prilli 2004 ai është edhe në shqip. Mund ta bleni në dyqanet e shtëpisë botuese Toena dhe në bibliotekë. Librat e Falun Dafës

mund të merren nga interneti në adresën:

<http://www.falundafa.org/albanian/books.htm>

Për të parë dhe shkarkuar ushtrimet, vizito:

<http://www.falundafa.org/albanian/exercises.htm>



1. Buddha tregon njëmijë duar:

Duke përdorur lëvizje të ngadalta shtrijeje, ky ushtrim hap gjithë kanalet e energjisë të trupit.

2. Pozicioni mbajtjes së Falunit:

I përbërë nga katër pozicione statike që mund të mbahen për disa minuta secili, ushtrimi i dytë rrit nivelin e energjisë dhe zgjon mençurinë.



NDERSHMËRI

Falun Dafa

Ku ndryshon Falun Dafa nga Tai-chi apo Joga?

Lëvizjet e Falun Dafës janë më të thjeshta dhe më të lehta për t'u mësuar. Shumica e njerëzve mendojnë se fusha energjisë është shumë më e fuqishme dhe rezultatet janë më të shpejta. Po ashtu Falun Dafa kërkon që praktikuesit të ndjekin parimet e *Ndershmërisë–Mirësisë–Tolerancës* që të kultivojnë veten dhe të përmirësojnë mendjen, trupin dhe shpirtin.

Çfarë është Falun Dafa?

Falun Dafa, gjithashtu e njohur si Falun Gong, është një praktikë vetë-kultivuese tradicionale kineze që përmirëson shëndetin mendor dhe fizik nëpërmjet një sërë ushtrimesh të lehta për t'u mësuar, meditim dhe lartësimin e cilësisë së mendjes dhe të karakterit.

Praktika bazohet në parimet universale të *Ndershmërisë – Mirësisë– Tolerancës*. Kjo praktikë e lashtë, në fillim e mësuar vetëm privatisht, ju prezantua publikut për herë të parë në vitin 1992 nga Z. Li Hongzhi në Kinë. Që nga ajo kohë, miliona praktikues në gjithë botën kanë raportuar përmirësime të jashtëzakonshme të shëndetit dhe një ndërgjegjësim më të thellë shpirtësor.

5. Forcim i fuqive hyjnore:

Është meditim që përpunon si trupin dhe mendjen nëpërmjet një qetësie të thellë; forcon fuqitë hyjnore dhe forcën e energjisë.



MIRËSI

Një Shteg tek Origjina e Vetvetes

“Unë ndjehem më e fortë dhe me mendje të kthjellët”

Connie Chipkar, - Unë hyra në Falun Dafa si një 57 vjeçare që ishte konsumuar nga jeta. Kisha nevojë për gjumin e mbasdites çdo ditë. Tani, katër vjet më vonë, dukem më e re, rrullat më janë pothuajse zhdukur, dhe gjallëria ime vjen duke u rritur. Më duhet më pak gjumë se më parë Dhe ndjehem më mirë, më e fortë dhe me mendje më të kthjellët.

“Unë dola nga alkoli dhe droga menjëherë”

Sterling Cambell, Baterist (në bandën e David Bowe) - Duke qënë muzikant, rrethi im nuk ishte nga më të shëndetshmit. Dhe duke qënë në rrymën e influencave të këqija, unë u futa në rrugë të keqe. Por kur fillova të praktikoj Falun Gong, brenda një muaji, dola nga ato ato si dhe nga alkoli e droga. Leximi i Zhuan Falun më ndihmoi ta nxjerr veten jashtë kësaj shtate të keqe shumë shpejt.

3. Depërtim i dy ekstremeve kozmike:

Me lëvizje të ngadalta rrëshkitëse të duarve, ky ushtrim pastron trupin duke përdorur energji nga kozmosi.



4. Qarku Qiellor i Falunit:

Duke rrëshkitur duart ngadalë mbi gjithë trupin, para dhe mbrapa, ushtrimi i katërt korrigjon gjithë kushtet jo normale në trup dhe qarkullon energji me shumicë.



TOLERANCË