

“Gli insegnamenti della Falun Dafa basati sui principi di Verità, Compassione e Tolleranza, hanno allargato il mio cuore e la mia mente. Ora sono sempre calmo e allegro!



“La Falun Dafa mi ha donato la conoscenza e la saggezza per essere un figlio, un marito e un amico migliore. Mi permette di fare le giuste scelte anche in circostanze difficili.

“Non riesco nemmeno a ricordare l'ultima volta che mi sono ammalato o che ho avuto difficoltà a dormire.



Un praticante della Falun Dafa in Piazza Tiananmen tiene uno striscione con gli ideogrammi di Verità, Compassione, Tolleranza.

## LA PERSECUZIONE DI 100 MILIONI DI PERSONE

Dal 1999 i praticanti della Falun Dafa sono perseguitati in Cina. Possono essere incarcerati, licenziati dal lavoro, espulsi da scuola, ecc., fino a essere torturati o uccisi. Ad oggi sono stati accertati oltre 5000 casi di morte.

## OMICIDIO DI MASSA PER GLI ORGANI

Indagini internazionali hanno rivelato che i praticanti del Falun Gong sono le principali vittime in Cina del prelievo forzato di organi. Il Partito Comunista Cinese usa i praticanti detenuti come banca vivente di donatori, uccisi su richiesta per vendere i loro organi, con enorme profitto.



Per saperne di più visita

[it.faluninfo.net](http://it.faluninfo.net)  
[dafoh.org](http://dafoh.org)

## PERCHÉ SONO PERSEGUITATI?

Negli anni novanta la Falun Dafa si è diffusa ampiamente in tutta la Cina ed era sostenuta dal governo. Nel 1999 cento milioni di persone la praticavano, ma nel luglio dello stesso anno l'allora leader del Partito Comunista Cinese, Jiang Zemin, lanciò una violenta campagna per sradicarla, perché vedeva la popolarità della pratica e l'enfasi sulla cultura tradizionale come una minaccia al controllo del regime.

# FALUN DAFa

Falun Gong

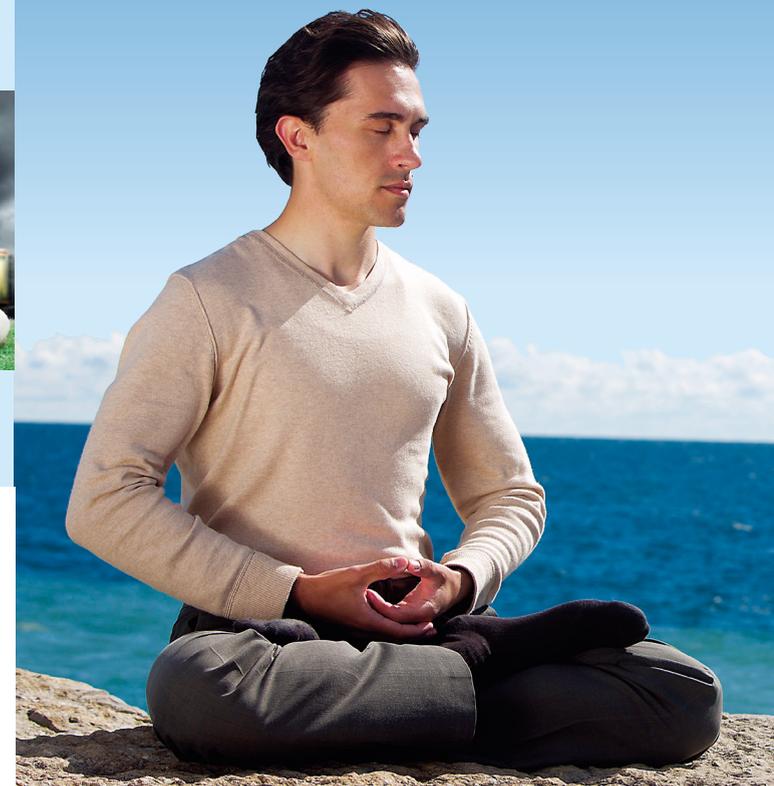
真 善 忍

Verità

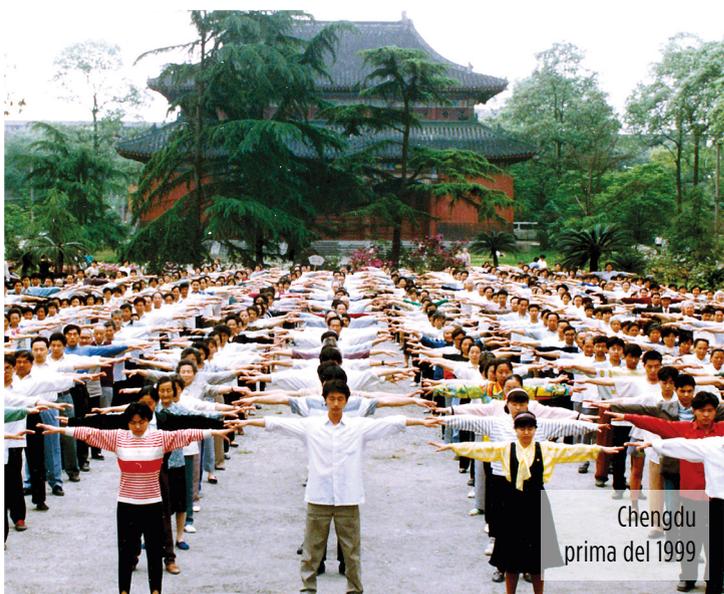
Compassione

Tolleranza

Una pratica antica  
per la mente e il corpo



[it.FalunDafa.org](http://it.FalunDafa.org)



Chengdu  
prima del 1999

## UNA PRATICA ANTICA DI LIVELLO ELEVATO

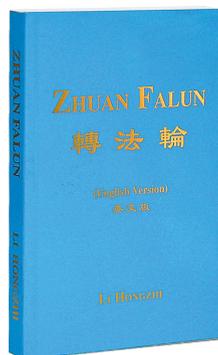
La Falun Dafa affonda le sue radici nei valori della cultura tradizionale cinese custoditi da cinquemila anni. Trasmessa da epoche remote ad un solo discepolo, è stata diffusa pubblicamente per la prima volta nel 1992. In solo pochi anni, 100 milioni di persone in Cina hanno deciso di seguirne gli insegnamenti e oggi è praticata in oltre cento Paesi in tutto il mondo.

**Aumenta l'energia**  
**Migliora la chiarezza mentale**  
**Porta benessere e serenità**  
**Esercizi facili da imparare**  
**Completamente gratuita**



## GLI INSEGNAMENTI DELLA FALUN DAFÀ

La Falun Dafa, chiamata anche Falun Gong, è una Via di coltivazione di livello elevato che insegna i principi universali di Verità, Compassione e Tolleranza. Questi principi rappresentano la caratteristica fondamentale dell'Universo e sono considerati la guida, sia nella pratica degli esercizi, sia nella vita quotidiana, per migliorare la salute e ottenere saggezza spirituale. Spesso chi inizia a praticare la Falun Dafa, sperimenta un cambiamento nella propria vita e molti riferiscono di aver trovato un percorso spirituale profondamente gratificante.



Zhuan Falun del Signor Li Hongzhi è il libro principale e contiene gli insegnamenti completi della Falun Dafa. Falun Gong è il testo introduttivo con la spiegazione degli esercizi.

[fayuanbooks.com](http://fayuanbooks.com)

## GLI ESERCIZI DELLA FALUN DAFÀ

La pratica include 4 esercizi lenti e armoniosi in posizione eretta e un quinto esercizio di meditazione. Spesso i praticanti dopo un periodo di pratica costante, descrivono una sensazione di rinnovata energia e chiarezza mentale. Gli esercizi e la meditazione sono adatti a persone di tutte le età e possono essere praticati da soli o in gruppo.



Il secondo esercizio della Falun Dafa chiamato:  
Tenere il Falun in posizione statica.

## COME IMPARARE?

Tutti i libri e i video degli esercizi sono disponibili online sul sito [it.FalunDafa.org](http://it.FalunDafa.org), dove puoi trovare anche i luoghi di pratica vicini a te.

La Falun Dafa è insegnata gratuitamente in tutto il mondo. I luoghi di pratica sono organizzati da volontari, chiunque voglia scoprire la pratica è benvenuto.

Per approfondire e imparare gli esercizi, iscriviti al webinar gratuito su

[LearnFalunGong.com/Italian](http://LearnFalunGong.com/Italian)

[it.FalunDafa.org](http://it.FalunDafa.org)