

فالون گونگ

روشی برای پالایش و
پرورش ذهن و بدن

- معرفی فالون گونگ
- چگونه فالون گونگ را یاد بگیریم؟
- ارمان سلامت برای میلیون ها نفر
- آزار و شکنجه و ایستادگی در چین
- فالون گونگ در ۲۵ سال گذشته



خوانندگان گرامی؛

بهبود وضعیت سلامتی بدن و آرامش ذهن بوده است. مردم چین از زمان های کهن در جستجوی «دافا» یا همان «قانون بزرگ» بوده اند.

پس از اینکه استاد «لی هُنْگْجی» در سال ۱۹۹۲، روش «فالون دافا» را تحت نام «فالون گونگ» به عموم معرفی کردند، طولی نکشید که این روش به محبوب ترین «چی گونگ» در چین تبدیل شد. در غرب نیز فالون گونگ دانش کهن انسان را احیاء کرده و برای بسیاری از مردم زندگی سالم تر و شادتری را به ارمغان آورده است. مقالات مربوط به این موضوع، در این ویژه نامه و در وبسایت minghui.org قابل دست یابی است.

پیشنهاد می کنیم اطلاعات بیشتری درباره این موضوع فوق العاده کسب کنید.

با احترام
هیئت تحریریه مینگهویی

آنچه پیش رو دارید، ویژه نامه بین المللی مینگهویی، سال ۲۰۱۷ است که شما را به طور مختصر با تاریخچه «فالون گونگ» آشنا می کند. روشی که ۲۵ سال پیش در چین به عموم مردم معرفی شد. سایر نقاط جهان زمانی نام فالون گونگ را شنیدند که حزب کمونیست چین، سرکوب این روش و آزار و اذیت تمرین کنندگان آن را در سال ۱۹۹۹ شروع کرده بود. در سال ۱۹۹۹ بیش از یک صد میلیون نفر در چین این روش معنوی را تمرین می کردند. برای مردم چین که سال ها تحت حکومت الحادی آن زندگی می کردند، آموزه های فالون گونگ بازگشتی دوباره به فرهنگ سنتی و از دست رفته شان بود. از سوی دیگر، تأثیرات سلامتی بخش این روش نیز برای مردم قابل لمس بود. در تاریخ چین، روش های گوناگونی برای پالایش و تهذیب بدن و ذهن با استفاده از اصول راستین این جهان وجود داشته است. این روش ها در زبان چینی، «فا» (اصول و قانون) یا «راه» نامیده می شدند. وجه مشترک تمامی این روش ها،

معرفی فالون گونگ

فالون گونگ، یک روش تزکیه باستانی بر اساس اصول جهانی «حقیقت، نیک خواهی و بردباری» است. این روش در سال ۱۹۹۲ در چین به عموم معرفی شد. با توجه به اینکه این روش ریشه در سنت‌های معنوی آسیایی دارد، به سرعت در آن کشور گسترش یافت. کتاب اصلی این روش «جوآن فالون»، راهنمایی برای تمرین کنندگان این روش در مسیر تزکیه شان است. میلیون‌ها نفر با مطالعه این کتاب و انجام پنج تمرین ساده این روش، سالم‌تر شده و اعتماد به نفس بیشتری پیدا کرده‌اند. نام اصلی این روش یعنی «فالون دافا» حاکی از «قانون کیهانی» است، اما به خاطر اینکه استاد «لی هنگجی»

با برگزاری سمینارهای چی گونگ، این مسیر پالایش بدن و ذهن را معرفی کردند، این روش بیشتر به «فالون گونگ» معروف شد. فالون گونگ دانش هزاران ساله روش‌های تزکیه باستان را احیاء کرد. در حال حاضر، مردم در بیش از ۱۰۰ کشور در سراسر دنیا فالون گونگ را تمرین می‌کنند.

سه اصل روبرو، قلب آموزش‌های فالون دافا را تشکیل می‌دهند. تمرین کنندگان، این ارزش‌های جهانی را در تزکیه روزانه بدن و ذهن خود به کار می‌گیرند.

真

حقیقت (چِن)

善

نیک خواهی (شَن)

忍

بردباری (رِن)

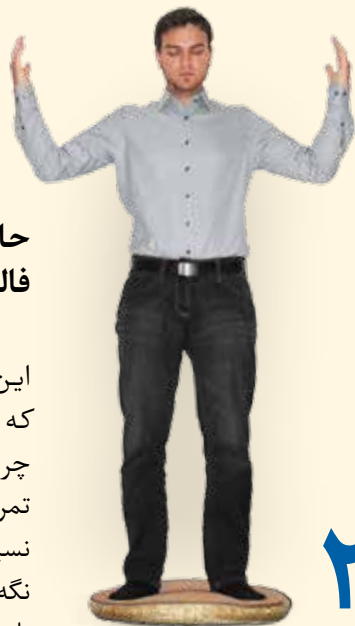
یادگیری فالون گونگ

تزکیه کردن، موضوعی شخصی است. بهبود سلامتی جسم و ذهن از بیشترین تأثیرات مثبتی است که تمرین کنندگان این روش نقل کرده‌اند. اما برخلاف بسیاری از سایر روش‌های معنوی، فالون گونگ هیچ معبد، مکان خاص، مراسم به عضویت درآمدن، شهریه یا آداب و رسوم خاصی ندارد. این روش کاملاً شخصی است و هر فردی آزادانه آن را انتخاب و تمرین می‌کند.

تمرین کنندگان فالون گونگ مانند سایر افراد جامعه زندگی می‌کنند. آنها به محل کار خود

می‌روند، به امور خانواده خود می‌پردازند و در فعالیت‌های اجتماعی شرکت می‌کنند، اما در هر کاری که انجام می‌دهند، خود را به پیروی از اصول حقیقت، نیک خواهی و بردباری ملزم می‌کنند. انجام تمرین‌های این روش برای تزکیه بدن لازم است. برخی از تمرین کنندگان صبح زود برای انجام مدیتیشن بیدار می‌شوند، در حالی که برخی ساعتی در طول روز را به این کار اختصاص می‌دهند. برخی نیز این تمرین‌ها را در پارک به صورت گروهی انجام می‌دهند.





حالت ایستاده فالون

این تمرین آرام و ایستاده بوده که از چهار وضعیت نگهداری چرخ تشکیل شده است. در این تمرین، دست‌ها برای زمانی نسبتاً طولانی در فاصله‌ای از بدن نگه داشته می‌شوند. این تمرین باعث تقویت سطح انرژی و بیداری خرد تمرین‌کننده می‌شود.

۲



بودا هزار دست را نشان می‌دهد

این تمرین با استفاده از حرکات کششی آرام، تمام کانال‌های انرژی بدن را باز کرده و میدان قدرتمندی از انرژی را ایجاد می‌کند.

۱

تقویت توانایی‌هایی در سطح بالاتر

تمرین پنجم مستلزم نشستن با پاهای ضربدری است. این تمرین با استفاده از حالت‌ها و حرکات مشخص دست، بدن و ذهن را پالایش کرده و انرژی و توانایی‌هایی در سطح بالاتر را نیز تقویت می‌کند.



۵

پنج تمرین

مدار آسمانی فالون

تمرین چهارم، از طریق حرکت دست‌ها که به موازات قسمت‌های جلو و پشت بدن صورت می‌گیرد، حالت‌های غیرطبیعی در بدن را اصلاح می‌کند و انرژی بدن را به گردش درمی‌آورد.



۴

نفوذ به دو منتهی‌الیه کیهان

تمرین سوم، از طریق حرکات آرام و ملایم دست‌ها که بالا و پایین می‌روند و با استفاده از انرژی کیهان، بدن را پاک می‌کند.



۳



چگونگی فراگیری فالون گونگ

فالون دافا در حدود ۱۰۰ کشور در سراسر دنیا تمرین می‌شود و تمرین‌کنندگان در این کشورها معمولاً تمرین‌ها را در مکان‌های عمومی مانند پارک‌ها انجام و آنها را به صورت رایگان آموزش می‌دهند. همه کتاب‌های فالون دافا و نیز فایل‌های صوتی و تصویری سمینارهای فالون گونگ را می‌توانید به صورت آنلاین در وبسایت fa.falundafa.org مطالعه و یا به صورت

رایگان دانلود کنید. این کتاب‌ها را می‌توان از کتاب‌فروشی تیان تی یا وبسایت tiantibooks.org نیز خریداری کرد. در فالون دافا فهرست اعضا ثبت نمی‌شود و نیازی به ثبت نام یا عضویت در آن نیست. هرگز از شخص درخواست نمی‌شود که چیزی اهداء کند. هرکسی بدون توجه به مقام، رتبه، نژاد یا مذهبش می‌تواند این روش را تمرین کند.

سیمون اس. از سوئیس: «سرانجام آنچه را که به دنبالش بودم، پیدا کردم. کتاب "جوآن فالون" به تمام سؤالاتم پاسخ داد. اولین باری که این کتاب را خواندم، فکر کردم: "بله، این همانی است که در جستجوی آن بودم! بله، این همانی است که...." مطالعه مکرر آن، دیدگاه‌های جدید و درک عمیق‌تری از جهان و هم‌نوعانم را برایم به‌ارمغان آورد. تمرین‌ها هماهنگی و آرامش را به زندگی‌ام آوردند؛ نه تنها برای

خودم، بلکه برای کل اعضای خانواده‌ام. از آن بسیار سپاسگزارم.»



جوآن فالون

جوآن فالون، کتاب اصلی فالون دافا و نوشته آقای «لی هُنْگ‌جی» است. این کتاب تأثیر اصول جهانی «حقیقت، نیک‌خواهی، بردباری» بر انسان‌ها و طبیعت را شرح می‌دهد و تمرین‌کنندگان این روش را به سوی سالم‌تر شدن و دستیابی به آرامش و قدرت درون رهنمون می‌سازد.

فالون گونگ سلامتی را برای میلیون هانفر به ارمغان می آورد



یکی از عوامل موفقیت و محبوبیت چشمگیر فالون گونگ، بهبود بیماری های افرادی است که آن را تمرین کرده اند. پس از عمومی شدن فالون گونگ، خبر مزایای سلامتی ناشی از تمرین این روش به سرعت منتشر شد. از زمان برگزاری اولین سمینار در سال ۱۹۹۲ تا سال ۱۹۹۹، تعداد تمرین کنندگان فالون گونگ به ۱۰۰ میلیون نفر رسید.

هزاران مقاله در وبسایت مینگهویی منتشر شده است که تمرین کنندگان در این مقالات تجربیات خود را به اشتراک گذاشته اند. افزایش انرژی و کاهش استرس، از مواردی است که تقریباً همه در گزارش خود به آن اشاره می کنند. بسیاری از افراد توانستند داروهای راکنار بگذارند که سال های متمادی آنها را مصرف می کردند. حتی برخی افراد، از بیماری های مهلکی مانند سرطان نجات یافتند. شرح حال تعداد بسیار زیادی از افرادی که بهبودی قابل توجهی داشتند به تفصیل آمده و همگی این افراد، عامل اصلی این بهبودی ها را تمرین فالون گونگ دانسته اند.

شواهد علمی

تمرین فالون گونگ از سرطان پیشرفته نجات یافتند.» نتایج این مطالعه تجربی نشان داد که بیماری سرطان پیشرفته در ۹۷ درصد از شرکت کنندگان در یک گروه نمونه متشکل از ۱۴۷ بیمار، به طور کامل درمان شد. همگی آنها بهبودی شان را به تمرین فالون گونگ نسبت دادند. یکی از عوامل مؤثر در ارتباط با نجات بیمار، مدت زمانی بود که او فالون گونگ را تمرین کرده بود.

مطالعه دیگری نیز در خصوص تأثیرات روانی فالون گونگ روی افراد صورت گرفت. این تحقیق که آن را دکتر بندینگ از دانشگاه کالیفرنیا در سال ۲۰۱۳ انجام داد، نشان داده است که تمرین کنندگان فالون گونگ نسبت به سایرین پارانرژی تر و شادتر هستند و خواب بهتری دارند.

مطالعاتی که به منظور بررسی میزان ثمربخشی فالون گونگ انجام شد، تجربیات شخصی تمرین کنندگان را تأیید کرد. کمیسیون ملی ورزش چین گروهی از پزشکان و استادان دانشگاه از علوم مختلف پزشکی را برای نظرسنجی از ۱۲۵۵۳ تمرین کننده فالون گونگ سازماندهی کرد. آنها به این نتیجه رسیدند: «اثر شفابخشی و تندرستی فالون گونگ ۹۷٫۷ درصد است.»

در سال ۱۹۹۹ که فالون گونگ در چین ممنوع اعلام شد، مطالعات در خصوص اثربخشی این تمرین تزکیه ناگهان متوقف شد.

مطالعات انجام شده در خارج از چین شامل مقاله ای تحقیقاتی در دانشگاه انجمن سرطان شناسی بالینی آمریکا (ASCO) است که در یکی از مجلات پزشکی با این عنوان منتشر شد: «مطالعه تجربی گروهی، درباره بیماران که از طریق

فالون گونگ، الهام بخش مردم

این تجربه شخصی یک زیست شناس است که با تمرین فالون گونگ بر بیماری عصبی لاعلاجی غلبه کرد.

او برای قدم زدن بیرون رفته بود که در پاهایش احساس رخوت کرد و با عجله به بیمارستان دانشگاه رفت. پزشکان تشخیص دادند که او دچار سندرم گیلن باره شده است. نوعی اختلال نادر که در آن، سیستم ایمنی بدن به بخشی از دستگاه عصبی محیطی حمله می‌کند. شخص درحالی که کاملاً آگاه است، به تدریج کنترلش را بر بدن خود از دست می‌دهد و معلولیت به آرامی آغاز می‌شود... این تشخیص پزشکان پایانی بود بر برنامه‌های او برای زندگی‌اش، چراکه حتی اگر شخص زنده بماند، به احتمال زیاد به خاطر آسیب‌های متعاقب این بیماری زمین گیر می‌شود.

برگ جدیدی از دفتر زندگی

این دانشمند درباره تجربه گذشته‌اش چنین گفت: «۶ ماه اول بسیار مشکل بود. شاهد بودم که بدنم به سوی جهنم سقوط می‌کند.» او تازه در مسیر حرفه‌ای‌اش قدم گذاشته بود. به خاطر تکمیل مطالعات زیست‌شناسی‌اش که در زمینه بوم‌شناسی، تکامل و حفاظت از منابع طبیعی بود، ارتقاء شغلی گرفته بود. او محقق موفقی بود که در ماداگاسکار تحقیقاتی میدانی انجام داده بود و به درجه استادی در حوزه مورد علاقه‌اش نزدیک ترمی شد، اما پس از بازگشت از پروژه تحقیقاتی‌اش ناگهان دچار ضعف شدیدی شد. هنگام عبور از خیابانی نزدیک بود نقش زمین شود و فقط توانست به زور خود را به آن سوی خیابان برساند.

چه راه حلی وجود دارد؟

هیچ درمان شناخته شده‌ای برای این

بیماری وجود ندارد. او درحالی که در جستجوی روش‌های درمانی مختلف بود و آنها را امتحان می‌کرد، به یک آشنای قدیمی برخورد کرد که یک دی‌وی‌دی به او داد. «هرگز فراموش نمی‌کنم که وقتی برای اولین بار آن ویدئو را تماشا کردم چه احساسی داشتم. آن ویدئو، تمرین‌ها و مدیتیشن فالون گونگ را معرفی می‌کرد. تلاش کردم حرکات آرام تمرین‌ها را انجام دهم و پس از نیم ساعت به تدریج احساس بهتری پیدا کردم که قابل توصیف نیست. مدت‌ها بود که چنین احساسی را تجربه نکرده بودم. قلب، بدن و روحم مملو از شادی شده بود.»

او گفت: «یک شب، از نگاه مادرم کودکی‌ام را دیدم.»

تحول

با انجام تمرین‌ها وضعیتش روز به روز بهتر شد. سپس روزی متوجه بازگشت واکنش غیرارادی‌اش شد (از دست دادن واکنش غیرارادی یا رفلکس، از نشانه‌های رایج بیماری گیلن باره است). چند ماه بعد، یک متخصص مغزو اعصاب به او گفت: «تبریک می‌گوییم، وضعیت سلامتی‌ات عالی است. نمی‌توانم توضیحی درباره آن ارائه دهم، اما در حال انجام هرکاری هستی، به آن ادامه بده!»

«چند هفته پس از شروع تمرین‌های فالون گونگ، به تدریج از طعم سیگار متنفر شدم. من هرگز به سیگار اعتیاد نداشتم، اما جنبه اجتماعی آن را دوست

داشتم. مدتی بعد، درخصوص الکل هم همان تجربه را داشتم. هردوی این حالت‌ها در کتاب اصلی این تمرین، جوآن فالون، شرح داده شده‌اند. به این تمرین به شدت علاقه مند شده بودم.»

از نگاه مادرش

تجربه شگفت‌انگیز دیگری، این دانشمند را در خصوص مزایای فالون گونگ متقاعد کرد. «یک شب هنگام مدیتیشن تجربه‌ای عجیب داشتم. کل زندگی‌ام مثل برق از مقابل چشمانم گذشت. تک تک مراحل دوران کودکی‌ام را دیدم. گویا فیلمی را تماشا می‌کردم. آن دقیقاً زندگی من از نگاه مادرم بود. شوکه شده بودم و ساعت‌ها گریستم. تا آن زمان، رابطه من و مادرم بسیار تیره و تار بود.»

او برای اولین بار مادرش را درک کرد...

«این تجربه سبب شد برای اولین بار سختی‌ها، مشکلات، دردها و مقاصد او را درک کنم. در آن زمان بود که متوجه شدم چیزی عمیق و بنیادین را پیدا کرده‌ام. فالون گونگ به من آموخت ترکیه‌راهی است که می‌توان از طریق آن، به طور پیوسته به دیدگاه بردبارانه‌تر و نیک‌خواهانه‌تری نسبت به دنیا دست یافت. بنابراین تصمیم گرفتم این مسیر را ادامه دهم. اثر درمانی این تمرین ترکیه‌مرا جذب خود کرده بود، اما آنچه یافتم، چیزی عمیق‌تر بود. شفای معنوی! و به جرأت می‌توانم بگویم راهی به سوی رستگاری.»

مدیری موفق: «دیگر افسرده و غمگین نیستم...»



«باربرو پی» مدیر موفق یک شرکت بزرگ سوئدی، هرچیزی که یک زن می خواهد را داشت. تنها چیزی که نداشت، زمان برای استراحت بود. او اغلب به صورت شبانه روزی کار می کرد... تا اینکه یک روز از فرط خستگی نقش بر زمین شد.

به ناچار مجبور شد وقفه ای در کارش ایجاد کند. توصیه پزشک نیز همین بود. کسب و کار و نیز موقعیت های استرس زای روزمره فشار زیادی بر او وارد می کرد. در طول روز دچار حمله های سرگیجه می شد و نمی توانست بدون قرص های خواب آور بخوابد. دیگر نمی توانست به وضوح فکر کند و همه چیز، حتی چگونگی انجام ساده ترین کارها را فراموش می کرد. باربرو افسردگی شدیدی را تجربه کرد. او نگران بود که دیگر نتواند از عهده این سختی برآید.

یک فرصت:

وقتی در روزنامه محلی درباره کلاس آشنایی با فالون گونگ خواند، تصمیم گرفت در آن شرکت کند. به او گفته شد که این تمرینات، استرس را فوق العاده کاهش می دهند و تأثیر مثبتی بر بدن و ذهن دارند. این بارقه امیدی را در دلش روشن کرد. او این گونه به خاطر می آورد: «در این کلاس رایگان بیش از ۲۶ نفر حضور داشتند که اکثر آنها مسن بودند و تمرین کنندگان فالون گونگ تمرین ها را آموزش می دادند. همه آنها رفتاری بسیار دوستانه داشتند.»

اما آن آسان نبود...

در حالی که بسیار فراموش کار شده بود، نمی توانست حرکات ساده تمرین را به یاد آورد. وقتی شروع به خواندن کتاب های فالون گونگ کرد، تمرکز نداشت و درک آنچه می خواند، برایش مشکل بود. البته دلیل آن فقط این نبود که اصطلاحات چینی بودند. اما او تصمیم گرفته بود به این تمرین ادامه دهد. احساس می کرد

هر روز کتاب «جوآن فالون» را می خواند و همچنان از آموزه های فالون گونگ یاد می گیرد. پنج تمرین این روش را نیز هر روز انجام می دهد. حالا او می گوید: «به خاطر اینکه فالون گونگ را تمرین می کنم دیگر افسرده و غمگین نیستم. درباره آینده ام مثبت تر و خوش بین تر هستم. بدن و روحم مملو از شادی هستند.»

هزاران ماجرای مشابه وجود دارند. تقریباً همه آنهایی که فالون گونگ را تمرین می کنند از یافتن امید و کسب اشتیاق به زندگی سخن می گویند. آنها بینشی به دست می آورند که به آنها کمک می کند چیزهایی که به آنها اعتیاد پیدا کرده اند و نیز سایر وابستگی های خود را رها کنند. زندگی روزانه خود را هماهنگ کرده و تضادهای طولانی مدت خود با بستگان و همکاران را حل و فصل کنند. در واقع چنین تغییراتی در تمرین کننده ای ظاهر می شود که به درون نگاه می کند و از خودش می پرسد که آیا خودش نیز در آن تضاد نقشی داشته است. برخی این تجربیات را به عنوان چیزی فوق طبیعی شرح می دهند یا انرژی قدرتمندی را گزارش می کنند که به آنها استحکام می بخشد و به آنها جرأت می دهد. چنین ماجراهایی را می توان در وبسایت مینگهویی یافت.

کتاب «جوآن فالون» به سؤالاتش پاسخ می دهد. بنابراین به خواندن آن ادامه داد. سپس پاسخ رؤیای رمزآلودی را یافت که مدتی پیش دیده بود. او که هیجان زده و حیرت زده شده بود، فکر کرد: «باید دوباره این کتاب را بخوانم.» علاوه بر این، وقتی به تصویر استاد در کتاب نگاه کرد، متوجه چیزی غیر معمول شد. به نظر می رسید استاد همه چیز را می دانند. وقتی به تصویر استاد نگاهی پرسش آمیز انداخت، برخی از جواب ها را دریافت - گویا این گونه بود که آنها گفتگویی با هم داشتند. حسی از وقار و احترام در باربرو پدید آمد و به این درک رسید که «ترکیه» - هر چه باشد - چیزی ژرف و پرمعناست.

تصمیمش همه چیز را تغییر داد

با گذشت زمان متوجه شد که حافظه اش را بازیافته است، اما هنوز کمی ناپایدار بود. باربرو به خواندن کتاب ادامه داد و از خودش پرسید که اگر حقیقتاً به تمرین فالون گونگ ادامه دهد، چه معنایی خواهد داشت. وقتی متوجه شد ترکیه و درمان بیماری ها، دو مقوله متفاوت هستند، نگرشش درباره مصرف داروی ضد افسردگی تغییر کرد و نهایتاً آنها را کنار گذاشت. زمانی که تصمیم گرفت حقیقتاً «ترکیه» کند، احساس کرد بدنش سبک تر شده و دیگر افسرده نبود. از آن زمان به بعد،

ماجرای فالون گونگ



در سال ۱۹۹۲، فالون دافا به عنوان یک روش چی گونگ، در چین به عموم مردم معرفی شد.

تا آن زمان، شیوه‌های واقعی تزکیه در طول نسل‌ها به صورت شفاهی منتقل شده بود. اما فقط چند سال پس از معرفی فالون گونگ به عموم مردم، این روش به محبوب‌ترین روش چی گونگ در چین تبدیل شد و دولت آن را «ستاره چی گونگ» اعلام کرد.

فالون گونگ متفاوت بود

در حالی که بسیاری از مدارس دیگر چی گونگ اظهار می‌کردند که تمرین‌هایشان فقط سلامت جسمی را بهبود می‌بخشد، فالون گونگ روشی برای تزکیه هم‌زمان ذهن و بدن بود. «تقوا» و «اخلاقیات» که برای قرن‌ها در فرهنگ چین تزکیه می‌شدند، یک بار دیگر در اجتماع چین بر سر زبان‌ها افتادند. برای چینی‌ها، این مسئله، ظهور مجدد ارزش‌های سنتی‌شان محسوب می‌شد. پس از ده‌ها سال القای الحاد از سوی دولت، اشتیاق فوق‌العاده‌ای برای معنویت ظاهر شده بود. در سال ۱۹۹۸، رژیم چین تخمین زد که بین ۸۰ الی ۱۰۰ میلیون نفر فالون گونگ را تمرین می‌کنند. فالون گونگ به پدیده‌ای اجتماعی تبدیل شده بود.

ترس از قدرت گرفتن

تعداد اعضای حزب کمونیست چین (ح.ک.چ)، در آن زمان ۶۵ میلیون نفر بود و تعداد تمرین‌کنندگان فالون گونگ فراتر از آن رفت. این موضوع زمینه‌ای را برای جیانگ زمین، رهبر وقت حزب کمونیست چین، و طرفدارانش ایجاد کرد تا فالون گونگ را تهدید به شمار آورند. در نتیجه هرگونه گسترش بیشتر این روش، سرکوب شد و در پی آن، آزار و شکنجه آغاز شد. رسانه‌های دولتی چین با تبلیغات وسیع و

بتوانند به انجام تمرین‌ها بپردازند. آنها بدون اینکه سروصدایی به راه بیندازند در پیاده‌روها ایستادند، به انجام مدیتیشن و مطالعه پرداختند یا با همدیگر صحبت کردند. آن صلح‌آمیزترین تجمع بزرگ در تاریخ معاصر چین بود. پس از اینکه نخست‌وزیر وقت، ژو رونگجی، به آنها اطمینان خاطر داد که تمرین‌کنندگان دستگیر شده آزاد خواهند شد و اینکه تمرین کردن فالون گونگ قانونی است، جمعیت متفرق شدند. اما تله‌ای از قبل برنامه‌ریزی شده بود؛ پلیس مسیر تمرین‌کنندگان را از دفتر استیناف به مقر دولت در «ژونگ‌نان‌های» که در نزدیکی آنجا بود، تغییر داد. هدف از این کار این بود که از به اصطلاح «محاصره دولت مرکزی به وسیله فالون گونگ» عکس بگیرد. آن تبدیل به خبری تبلیغاتی شد تا از طریق آن، «جیانگ زمین»، رئیس وقت حزب و دولت چین، این آزار و شکنجه را توجیه کند.

گسترده، شروع به بدنام کردن فالون گونگ کردند. گروه‌های تمرین به زور از پارک‌ها بیرون رانده شدند. اولین دستگیری‌ها در تاریخ ۲۲ و ۲۳ آوریل ۱۹۹۹ در تیان جین اتفاق افتاد؛ مأموران پلیس با حمله به تمرین‌کنندگان ۴۵ نفر را خودسرانه دستگیر کردند. هم‌زمان تمرین‌کنندگان را «تشویق» کردند که به مقر دولت مرکزی در پکن بروند و در آنجا شکایتشان علیه اقدامات پلیس را به ثبت برسانند.

«دادخواهی ۲۵ آوریل» که مسالمت‌آمیز بود، به عنوان یک «محاصره» به تصویر کشیده شد.

تقریباً ۱۰ هزار تمرین‌کننده برای تجمعی مسالمت‌آمیز در پکن گردهم آمدند. حضور آنها مقابل دفتر استیناف، صرفاً به معنای درخواستشان برای آزادی ۴۵ تمرین‌کننده‌ای بود که بی‌دلیل دستگیر شده بودند.

علاوه بر این، آنها خواستار ارائه تضمینی از سوی دولت بودند تا بدون هیچ آزار و اذیتی

گاه‌شمار

آزار و شکنجه‌های بی‌سابقه

۲۰ ژوئیه ۱۹۹۹

آغاز آزار و شکنجه

صدها هزار تمرین‌کننده فالون گونگ دستگیر شدند.

ژوئیه ۲۰۰۱

تمرین‌کنندگان فالون گونگ

در اردوگاه کار اجباری ماسانجیا دست به اعتصاب
غذا زدند.

۳ مه ۲۰۰۲

در چانگچون واقع در استان جیلین

تمرین‌کنندگان به شبکه تلویزیون کابلی چانگچون
نفوذ کردند و ویدئویی درباره فالون گونگ و سابقه
آزار و شکنجه پخش کردند. پس از مدت کوتاهی ۱۰۰
تمرین‌کننده دستگیر شدند و تعدادی از آنها بر اثر
شکنجه جان باختند.

۲۰۰۶

برداشت اعضای بدن

در سال ۲۰۰۶ این گمانه که تمرین‌کنندگان فالون گونگ
منبع برداشت اعضای بدن در چین هستند، تأیید شد.

۱۵ نوامبر ۲۰۱۳

در این تاریخ رژیم کمونیستی چین تحت فشار
بین‌المللی، اردوگاه‌های کار اجباری را رسماً تعطیل
کرد. این درحالی است که آزار و شکنجه در زندان‌ها و
مراکز شستشوی مغزی همچنان با شدت ادامه دارد.

۲۵ اکتبر ۲۰۱۶

تا این تاریخ، تمرین‌کنندگان یا اعضای خانواده
آنها در چین بالغ بر ۲۰۹۹۰۸ شکوائیه کیفری از
جیانگ زمین ارائه دادند.

۲۳ ژانویه ۲۰۰۱

تلویزیون مرکزی چین (CCTV) برای
بدنام کردن فالون گونگ گزارشی را از
به اصطلاح رویداد «خودسوزی» در
میدان تیان‌آن‌من پخش کرد.

۲۰ نوامبر ۲۰۰۱

۳۶ تمرین‌کننده فالون گونگ از ۱۲ کشور به میدان
«تیان‌آن‌من» رفتند و پوستری حاوی عبارات: جن،
شن، رن (حقیقت، نیک‌خواهی، بردباری) را به نمایش
گذاشتند. آنها پس از مدت کوتاهی دستگیر شدند.

۲۰۰۴

آغاز جنبش خروج از حزب کمونیست چین (ح.ک.چ)
پیش از شروع این جنبش «نه شرح و تفسیر درباره حزب
کمونیست» در روزنامه چینی زبان «اُپک تایمز» منتشر
شد. این نشریه در کمک به مردم برای درک سرشت
ح.ک.چ پیشگام بوده و سبب خروج بیش از ۱۸۰ میلیون
چینی از ح.ک.چ و سازمان‌های وابسته به آن شده است.

۱۹ آوریل ۲۰۰۹

در دهمین سالروز آزار و شکنجه فالون گونگ،
وبسایت مینگهویی این خبر را منتشر کرد که ۲۵۴
هزار نفر در چین تحت آزار و شکنجه قرار گرفته‌اند.

مه ۲۰۱۵

تمرین‌کنندگان فالون گونگ در چین
شکوائیه‌های کیفری خود از «جیانگ زمین»، رئیس
سابق رژیم کمونیست را به دادستانی و دادگاه عالی
خلق چین ارائه دادند.

از دسامبر ۲۰۱۶ تا کنون

موارد بیشتر و بیشتری از رد اتهامات وارده به تمرین‌کنندگان
فالون گونگ از سوی دادستانی و آزاد شدن تمرین‌کنندگان
روی می‌دهد.



ثبت بیش از ۲۰۰ هزار شکوائیه علیه رئیس سابق دولت در چین

جان خود را به خطر می‌اندازند تا به مردم کمک کنند اهمیت این شکایات را درک کنند. برای مثال، آنها پوسترهایی را در مکان‌های عمومی نصب می‌کنند که حاوی اطلاعاتی درباره فالون گونگ است.

این تلاشی موفقیت‌آمیز بوده است، چراکه هزاران چینی درباره طرح شکایت علیه جیانگ زمین، مطلع شده‌اند و دادخواست‌هایی را امضاء یا اثر انگشت خود را پای آن ثبت کرده‌اند.

مسئولین سایر کشورها و پارلمان اروپا نیز، حمایت خود را از این جنبش ابراز کرده‌اند.

«جیانگ زمین را به دادگاه بکشانید»

سال گذشته بیش از یک میلیون نفر در آسیا، دادخواستی را در حمایت از این جنبش امضاء کردند. نیوتایپه، سیزدهمین شهر تایوان است که در حمایت از این شکایات قطعنامه‌ای را صادر کرد.

تلاش‌های خستگی‌ناپذیر تمرین‌کنندگان در حال به ثمر نشستن است. بسیاری از چینی‌ها شروع کرده‌اند تا به اطاعت کورکورانه از سیاست‌های آزار و شکنجه با شک و تردید نگاه کنند. در حال حاضر سایت مینگهویی تقریباً هر روز گزارش‌هایی را منتشر می‌کند که در آنها دادستان‌ها، دادگاه‌ها و ادارات پلیس چین از اطاعت از دستورات در راستای ثبت اتهامات علیه تمرین‌کنندگان فالون گونگ دستگیر شده، اجتناب می‌کنند. برخی حتی شروع به حمایت از تمرین‌کنندگانی کرده‌اند که تحت آزار و شکنجه قرار می‌گیرند.

همچنین روندی مشاهده شده که در آن، مسئولین قضایی، دیگر تمایل ندارند تمرین‌کنندگان فالون گونگ تابع قانون را تحت پیگرد قانونی قرار دهند.



دهند که چرا جیانگ زمین طرفدارانش را قربانی این آزار و شکنجه می‌کند. علاوه بر این به دلیل ایجاد و پخش مطالب دروغ در ارتباط با فالون گونگ، او مرتکب بدترین جرائم علیه افراد بی‌گناه شده و باعث شده آنها همدست او در جنایاتش شوند چراکه از حقیقت آگاه نیستند.

این شکایات کیفری فقط از داخل چین نیستند، بلکه از کشورهای زیادی ارسال می‌شوند که چینی‌ها در آنجا اقامت دارند؛ کشورهای بسیار زیادی در سراسر جهان سهمی در این تلاش داشته‌اند.

وکیل مشهور حقوق بشر، «ژنگ اینچونگ»، درباره جنبش کشاندن جیانگ زمین به میز محاکمه، اظهار کرد: «این واقعیت که تعداد بسیار زیادی از مردم از جیانگ زمین شکایت می‌کنند، نشان می‌دهد که در چین تغییری بنیادین در حال وقوع است.»

افزایش حمایت عمومی از شکوائیه‌های کیفری

تمرین‌کنندگان فالون گونگ در چین هر روز

در ۱ مه ۲۰۱۵، دادگاه عالی خلق در چین رسماً اعلام کرد که تمام شکوائیه‌های کیفری باید مورد رسیدگی قرار گیرند و نباید طبق آنچه در چین کمونیست مرسوم بوده، دور ریخته شوند.

بر اساس «اصلاحات در سیستم ثبت نام» در چین، مسئولین باید به محض رسیدن هر شکایتی، بدون توجه به زمان ارائه‌اش، آن را ثبت کنند. از آن زمان به بعد، بیش از ۲۰۰ هزار تمرین‌کننده فالون گونگ علیه «جیانگ زمین»، رئیس سابق رژیم کمونیست، در دادگاه عالی و دادستانی عالی خلق، شکوائیه کیفری به ثبت رسانده‌اند.

شاکیان در این شکوائیه‌های کیفری خواسته‌اند که جیانگ زمین برای تمام جرائمی که مرتکب شده و به خاطر تمام دستوراتی که در راستای آزار و شکنجه فالون گونگ صادر کرده، محاکمه شود.

این برای تمرین‌کنندگان، روشی مسالمت‌آمیز برای مبارزه با آزار و شکنجه است و همچنین برای آنها فرصتی را فراهم می‌آورد تا دلیل ناعادلانه بودن این آزار و شکنجه را به طور عمیق‌تر و با جزئیات بیشتری شرح و توضیح

شجاعت و زیبایی حقیقی

ماجرای دو تمرین‌کننده چینی فالون گونگ



«سخنان خالصانه، فیلم‌های تأثیرگذار و حقیقت‌تزلزل‌ناپذیر درباره کشور زادگاهش» اینها دلایل شهرت «آناستازیا لین» چینی‌الاصل، دختر شایسته کانادا بودند. در حالی که مراسم باشکوه دختر شایسته ۲۰۱۵ در چین برگزار می‌شد، از ورود آناستازیا لین به این کشور جلوگیری شد و بنابراین از شرکتش در این رقابت ممانعت به عمل آمد. چرا؟

این ملکه زیبایی ۲۶ ساله، فالون گونگ را تمرین می‌کند و در زمان حضور و مصاحبه‌هایش در مکان‌های مختلف از عنوانش استفاده می‌کند تا مصرا نه درباره آزار و شکنجه در چین صحبت کند. آناستازیا در زمان تاج‌گذاری اعلام کرد که او صدای آنهایی است که صدایشان خاموش است. حتی وقتی رژیم کمونیست سعی کرد لین و خانواده‌اش را مورد تهدید و ارباب قرار دهد، او همچنان به عهد خود عمل کرد و به دفاع از حقوق بشر ادامه داد.

یافتن زیبایی خود

آناستازیا در مصاحبه‌اش اظهار کرد در حالی که در مراسم مسابقه ملکه زیبایی شرکت می‌کرد، متوجه شد در هر انسانی، زیبایی وجود دارد.

او گفت: «در گذشته عادت داشتم به تمام شرکت‌کنندگان مانند رقیبای خود نگاه کنم، اما این بار به آنها به عنوان دوستانم نگاه کردم.»

«همگی می‌خواستیم این مسابقه را به نمایشی خوب تبدیل کنیم. رفتار آنها مشوق من بود. هر کدام از شرکت‌کنندگان چیزی داشت که خاص بود. از طریق آنها متوجه شدم که انسان‌های خوب و زیبای زیادی در این جهان وجود دارند و زیبایی به شکل‌های مختلفی متجلی می‌شود.»

بنابراین هر موفقیتی که سایر شرکت‌کنندگان به دست می‌آوردند، او را خوشحال می‌کرد و دیگر به این مسابقه به عنوان مراسمی

استرس‌زا و مکانی برای پرورش منیت فرد نگاه نمی‌کرد، بلکه آن را راهی برای گسترش «حقیقت، نیک‌خواهی، بردباری» می‌دید. در انتها شگفت‌زده شد که به عنوان ملکه زیبایی کانادا انتخاب شد و تاج را بر سر او گذاشتند.

او گفت: «مسابقه زیبایی روندی بود که سبب شد خصوصیات بد درونم را رها کنم. حالا می‌توانم ببینم که بسیار زیبا هستم.»

هیچ چیز نمی‌تواند بنیانی قوی را بلرزاند

گوئو جوفنگ کتاب فالون گونگ، «جوان فالون»، را روی میزی در خوابگاهش یافت. آن را خواند و سعی کرد پنج تمرین فالون گونگ را انجام دهد. او متوجه شد که آن تأثیر فوق‌العاده‌ای بر هشیاری ذهنش دارد. همه افکار منفی‌اش به هنگام مدیتیشن ناپدید شدند. او تصمیم گرفت زندگی‌اش را بر اساس اصول حقیقت، نیک‌خواهی، بردباری بسازد، اما نمی‌دانست که چند سال بعد در مسیرش چه روی خواهد داد. گوئو بر اثر شکنجه، متحمل لطمه و آسیب زیادی شد. برای هفته‌های زیادی او را در یک سلول انفرادی کوچک زندانی کردند و دست‌هایش را از پشت با دست‌بند به حلقه‌ای روی دیوار بستند، اما او حاضر نشد باورش به فالون گونگ را انکار کند.

«حقیقت، نیک‌خواهی،

بردباری، ریشه‌های جوامع،

خانواده و جهان هستند.»

گوئو جوفنگ

وقتی تمرین‌کننده دیگری خودکاری به او داد، گوئو با وجودی که در تمام شبانه‌روز تحت نظارت بود، روی دستمال توالیت نامه‌ای درباره شرایطش در زندان نوشت. این نامه مخفیانه به بیرون از زندان درز پیدا کرد و بین مردم پخش شد. او گفت: «سال‌ها بعد هنگام خواندن

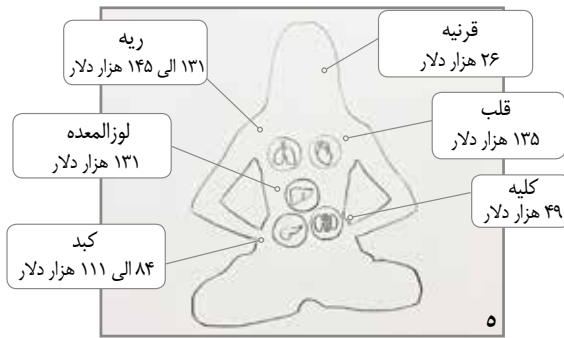
وب‌سایت مینگهویی متوجه شدم مردی که آن خودکار را به من داد، تا سرحد مرگ شکنجه شد.»

چگونه کسی می‌تواند از چنین شکنجه‌ای جان سالم به‌در ببرد و قوی ظاهر شود؟ «متوجه شدم فالون گونگ است که این قدرت را در درونم ایجاد کرد و سبب شد از تمام جراحات و آسیب‌ها نجات یابم، درست همانطور که طوفان‌های سهمگین سبب می‌شوند درختان ریشه‌های قوی‌تری را رشد دهند.»

گوئو در سال ۲۰۰۸ به آلمان پناهنده شد. او و خانواده‌اش ساکن «نورداین وستفالن» هستند. او به عنوان مهندس الکترونیک در این کشور استخدام شد و از زمان شروع پناهندگی‌اش در آلمان تلاش کرد دوستش «لو کایلی» را آزاد کند. لو در ۱۲ اکتبر ۲۰۱۵ از زندان آزاد شد.

گوئو گفت: «اصول حقیقت، نیک‌خواهی، بردباری فالون گونگ، ریشه‌های جوامع، خانواده و جهان هستند. من این را تجربه کرده‌ام.» گوئو هنوز هم هر روز صبح به مدت نیم‌ساعت جوان فالون را می‌خواند و در غروب تمرین‌های مدیتیشن را انجام می‌دهد. او با لبخندی بر چهره گفت: «بعد از آن حال خوب است، درست مانند آنهایی که از مسافرت به خانه بازگشته‌اند.»

آیا فالون گونگ را تمرین میکنی؟
تو باز داشتی.



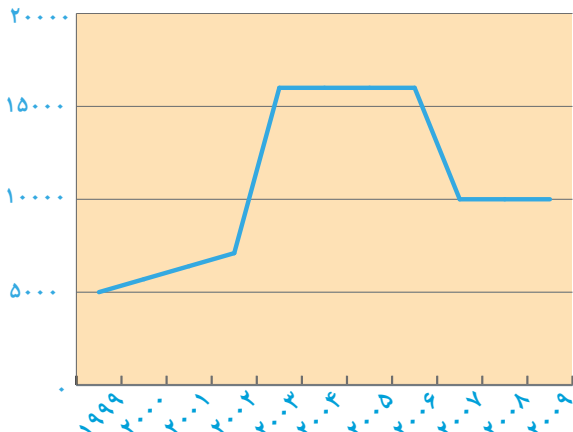
به ازای هر درخواست برای عضو پیوندی، یک قتل صورت می گیرد

آنها به این نتیجه رسیده اند که هزاران تمرین کننده فالون گونگ که به خاطر باورشان به طور غیرقانونی دستگیر شده و در زندان ها و اردوگاه های بازآموزی حبس شده بودند، به خاطر اعضای بدن خود به قتل رسیده اند. اطلاعات بیشتر در وبسایت زیر موجود است:

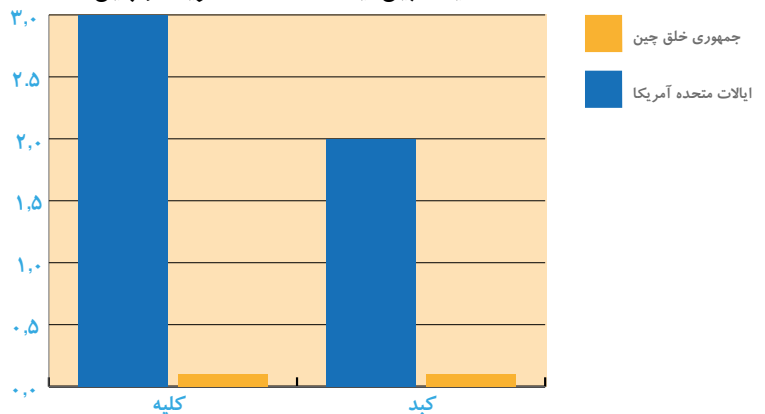
<http://endorganpillaging.org>

از سال ۲۰۰۳، چین شاهد رشد سریعی در تعداد عمل های پیوند عضو بوده که سبب شده زمان انتظار برای فراهم شدن عضو به شدت کوتاه شود. گزارش ها درباره اردوگاه های سری، عمومی شده اند و عوامل بین المللی درباره تجارت پیوند عضو تحقیقاتی کرده اند.

نمودار رشد پیوند عضو در سرزمین اصلی چین (تعداد/سال)



مقایسه میان زمان انتظار برای اهداء عضو به سال، مقایسه بین ایالات متحده آمریکا و چین



فالون در طول ۲۵



در یک راهپیمایی فرهنگی، چینی‌ها لباس‌ها و کلاه‌های به نمایش می‌گذارند. آنها این گل‌های نیلوفرآبی را در یکی



عکس بالا: کودکان نیز فالون گونگ را تمرین می‌کنند. این دختر می‌تواند تمرین مدیتیشن نشسته را به مدت نیم‌ساعت انجام دهد.
عکس راست: یک تمرین‌کننده فالون گونگ مطالب اطلاع‌رسانی را بین رهگذران توزیع و درباره آزار و شکنجه فالون گونگ با آنها صحبت



«گروه مارش تیان گوئو» را تمرین‌کنندگان فالون گونگ تشکیل داده‌اند. مردم در جشن‌ها و راهپیمایی‌ها از شنیدن موسیقی قدرتمند این گروه لذت می‌برند.



گونگ سال گذشته



۱۹۹۴: استاد لی هنگجی در ورزشگاهی در دالیان، واقع در شمال چین، فالون گونگ و تمرین هارا آموزش می دهند.



کلاسیک خود را که برگرفته از فرهنگ معنوی چین است، از رقص های سنتی شان نیز در دست نگه می دارند.



شیکاگو، ۲۵ ژوئن ۱۹۹۹: استاد لی در مراسمی رسمی، از فرماندار و یکی از مسئولین مالی ایلینوی و همچنین شهردار شیکاگو برای صدور تقدیرنامه از فالون گونگ، تشکر می کنند.

پارچه ای که روی آن عبارات «حقیقت، نیکخواهی و بردباری» نوشته شده است. این ۳ اصل، ارزش هایی جهانی هستند که تمرین کنندگان فالون گونگ در زندگی روزانه خود از آنها پیروی می کنند.



سبدهای پر از گل های نیلوفر آبی که تمرین کنندگان به مردم هدیه می دهند.



فالون دافا به ما می آموزد که چگونه در هماهنگی بیشتری با جهان و مردم اطراف مان زندگی کنیم. در تضادها آرامش خود را حفظ کرده و به درون نگاه کنیم و مسئولیت تمام آنچه را که در زندگی به هنگام مواجه با چالش ها و سختی ها پیش می آید، به عهده بگیریم.

درباره وب سایت مینگهویی

مینگهویی، وب سایتی بین المللی برای تمرین کنندگان فالون گونگ است. این وب سایت که به ۱۵ زبان مختلف ارائه می شود، به شرح روش فالون گونگ و نیز آزار و شکنجه ای می پردازد که رژیم چین علیه این روش راه اندازی کرده است. مینگهویی با انتشار مقالات شخصی ارائه شده، تصویر دقیقی از اوضاع در چین را ارائه می دهد و تأثیر فوق العاده فالون گونگ بر ذهن و بدن را مستند می کند. افراد با مطالعه وب سایت مینگهویی پی می برند که چرا این تمرین ترکیه به جریان اخلاقی مهمی در چین تبدیل شده و چه تأثیرات مثبت مهمی را برای جوامع سراسر دنیا به ارمغان آورده است.

این وب سایت از طریق لینک زیر قابل دسترس است:

<http://fa.minghui.org>

