

稲沢法輪功（気功）愛好者の会

第36回福祉まつり 体育館のステージに面して
左側から2列目の真ん中の所にあるブースにて、
10:00～15:30 法輪功の動作を無料で教えます。

法輪功（ファールンゴン）は法輪大法（ファールンダーファー）とも呼ばれ、中国の伝統的な健康法—気功の一種であります。法輪大法は真・善・忍と言う価値観にもとづいて、日常生活の中で実践することから心身共によりよい状態になります。法輪功は今

や世界中 100 以上の国の人々に愛されています。私たち法輪功愛好者は日本社会において、このような形で市民活動や国際交流活動を積極的に参加し、よりよい社会の実現に向けてこれからも頑張っ

5つの煉功動作

煉功には、第一から第四までの動功と、第五の静功があります。
音楽に合わせて、一緒にやってみましょう。



第一功法：佛展千手法 ぶってんせんじゅほう

身体を緩やかに8つの方向に伸ばし、エネルギーが詰まっているところをすべて通じさせます。最初に心身全体の経絡通路を開かせる功法です。



第二功法：法輪樁法 ほうりんとうほう

立ったまま安らかな瞑想状態に入り、穏やかに法輪を抱く4つの姿勢から成ります。心身の次元を向上させるバランスのとれた功法です。



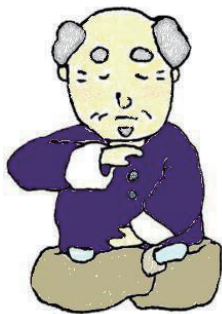
第三功法：貫通両極法 かんつうりょうきょくほう

宇宙の高エネルギーを体内に貫通させます。大量のエネルギーを排出し、また取り込むことによって身体の浄化を図ります。



第四功法：法輪周天法 ほうりんしゅうてんほう

人体エネルギーを身体の前後すべてに循環させます。身体の良くない状態を正し、全身の気脈が滞りなく通じるようにします。



第五功法：神通加持法 じんつうかじほう

座禅を組んで行う静功修煉です。
大量のエネルギーが流れます。長時間行えば、効果はよりいっそう高くなります。

稲沢市無料気功教室

LearnFalunGong.jp
オンラインの無料
レッスン



場所 1：稲沢市大里西公民館（稲沢市奥田中切町 32-1）
時 間：第一、三週 金曜日 19:00～21:00

場所 2：稲沢市勤労福祉会館（稲沢市朝府町 5-1）
時 間：第一、三週 土曜日 9:30～12:00

連絡先：仙石（0587-32-6420）；杉田（090-6350-0299）

falundafa.org
法輪功を学ぶには

