



沉思

崇拜的积极部分 1上帝



Welcome to the wonderful World of Questions & Answers

对于精神洞察力和内在和谐 使用, “冥想!”

Custodian Guardian 冥想是在不使用植物或化学补充剂的情况下完成的。CG 仅使用天然未切割未抛光玫瑰石英。CG 在“聚会”中独自冥想或集体冥想。

当冥想时, 心从所有外在印象中撤离, 然后从所有思想中解脱出来, 这种静止、沉默是平静的。平静之后, 您可能会瞥见灵魂的真相, 以及与生活目的相关的见解。**笔记!** 如果发生这种情况, 一个陷入困境的灵魂可能会提供一些见解, 从而产生一种焦虑状态**停止打坐.改天试试.**

的支持者1 信仰使用玫瑰石英独自冥想。参观宇宙守护者守护者聚会时. 有强烈的冥想小组祈祷(IMGP).

独自冥想:

冥想前喝一杯过滤水。

躺在地上 (祈祷垫) 或床。在额头上放一块粗糙的玫瑰石英。

躺着不动, 双臂紧贴身体, 双臂紧贴身体, 双眼紧闭。

然后关闭所有周围的干扰, 找到内心的和谐。内心的和谐导致精神体验。

强烈的精神体验可能会导致深度睡眠。

笔记! 深度睡眠有助于重振身心, 使人更健康、更满足。

冥想并不总是成功的。停止! 改天试试。

在冥想时使用玫瑰石英可以减少愤怒、焦虑、抑郁……成功的冥想将使身体在情感和精神上恢复活力。它增强了与1的沟通上帝。



IMPP 强烈的冥想个人祈祷

强烈的冥想个人祈祷(IMPP)可以在迫切需要与他们沟通时使用1 神.IMPP 最好在一个人在家的时候完成。不应经常使用 IMPP。

如何 IMPP :

坐在垫子上，双腿伸直，双手交叉放在膝上，闭上眼睛 随着上半身开始轻轻地向前、向后摇摆

继续摇摆，开始吟唱：'为了荣耀1 神和人类的利益”

继续念诵直到你感到恍惚，然后开始念诵你的祈祷 您唱诵的祈祷可能是祈祷指南中的 1 个或您自己的祈祷 您可以根据需要经常念诵祈祷文 念诵完毕后，停止摇晃，睁开眼睛，起身。 **笔记！** 1 Faith 的冥想石未使用玫瑰石英。

团体祈祷

祈祷可能是一个团体 (2个或更多) 事件。监护人小组在每个人都参加的聚会上祈祷。当他们迫切需要与 1上帝, 使用 IMG P。

IMG P 密集冥想小组祈祷

当个人需要他人的道德支持或涉及社区问题时，使用 IMG P。如果您希望小组吟唱您的个人祈祷文，请在聚会中与一位长老交谈。与 1 Faith 的其他支持者一起祈祷、冥想。

IMG P 如何:

组团

Stand on the ground start stomping your feet closed 继续

跺脚，开始拍手

现在，开始高呼：“为了荣耀1 神和人类的利益”

继续跺脚、拍手、念诵直到你感到恍惚，然后开始念诵你的祈祷

您唱诵的祈祷可能是祈祷指南中的 1 个或您自己的祈祷

您可以根据需要经常念诵祈祷文

念完后停止跺脚，拍开你的眼睛，放松 **笔记！** 长者应该开始 IMGP

1 神爱一个搜集

A搜集从日出后 1 小时开放至日落前 1 小时关闭（**时间三角**）在有趣的日子。许多欢乐日都有主题、耻辱日、庆祝日和纪念日。集会不仅是宗教聚会，也是社交活动：祈祷、讨论、聊天、吃喝（非酒精性），载歌载舞，欢笑，嬉戏，和声。聚会保持当地习俗和传统的活力（美食、方言、服饰、音乐、舞蹈）只要他们不违反'**LGM**'。

开始聚会

找不到聚会。支持者找到至少 7 个人，然后聚集在一起，这就是聚会。一个 **1英石**聚会可以在家里举行。备选方案是 SmeC、PHeC 或学校。（见开始聚会）

崇拜

崇拜是崇拜的承认**1 神**！最美丽宇宙的创造者。**1 神**既是他又是她。**1 神**是原始灵魂。Custodian Guardian 崇拜物质精神宇宙的创造者**1 神 1 信仰 1 教会**！

崇拜行为可以由个人或指定的领导者在非正式或正式的团体中进行。许多宗教传统期望经常定期进行礼拜，通常是每天或每周。崇拜的表达方式各不相同，但通常包括以下一项或多项：祈祷、诵经、舞蹈、虔诚的歌曲、节日、冥想、音乐、朝圣、布道、仪式、圣礼、经文，或仅仅是私人的个人奉献行为……

1 神不想要牺牲，而是寻求、获得和应用知识。因此，祭坛被讲台取代。CG 寻求、获得、应用知识和实践知识的连续性，贯穿一生。

宗教礼拜发生在各种各样的地方：在专门建造的礼拜场所、家里或露天。Custodian Guardian 在除专门建造的地方之外的任何地方进行崇拜。**笔记！****1 神**不想要专门建造的宫殿（大教堂，教堂，清真寺，神社，寺庙犹太教堂……）供奉。