



Mtoimetamine

1. jumalateenistuse aktiivse osa mediteerimine **JUMAL**

Vaimsete arusaamade ja sisemise harmoonia kasutamiseks kasutage "meditatsiooni!"

Custodian Guardian mediteerib ilma taimseid või keemilisi toidulisandeid kasutamata. CG kasutab ainult looduslikku lihvimata lihvimata roosat kvartsi. CG mediteerib üksinduses või rühmas kokkutulekul.

Kui mõtisklemine tõmbab end kõigist välistest muljetest eemale, siis vabastab end kõikidest mõtetest, see vaikimine, vaikus rahustab. Pärast rahustamist võite näha oma hinge tõesid, arusaamu elu eesmärgist. **Märge !** Probleemne hing võib anda teadmisi, mis tekitavad ärevust, kui see juhtub **STOPMediteerimine**. Proovige mõni teine päev.

Toetajad 1 USK mediteeri üksi, kasutades roosat kvartsi. Kui külastate universumi hooldaja kogunemist. Seal on intensiivne mediteeriv rühm, kes palvetab (IMGP).

Üksinda mediteerides:

Enne mediteerimist jooge klaas filtreeritud vett.

Heida pikali maale või voodile.

Pane laubale krobeline roosikvarts.

Lamage paigal, sirgelt sirutuna, käed tihedalt vastu keha, silmad kinni.

Seejärel sulgege kõik ümbritsevad segajad, et leida sisemine harmoonia.

Sisemine harmoonia viib vaimsete kogemusteni.

Tugevad vaimsed kogemused võivad põhjustada sügava une.

Märge ! Sügav uni aitab taastada vaimu, keha ja hinge, mille tulemuseks on tervem ja rahulikum inimene.

Mediteerimine pole alati edukas. Lõpeta! proovi mõni teine päev.

Meditatsiooni ajal kasutatav roosa kvarts võib vähendada viha, ärevust, depressiooni ...

Edukas meditatsioon taaselustab keha füüsiliselt emotsionaalselt ja vaimselt.

See parandab suhtlemist 1 Jumal.



IMPP IntenseMeditating Personal Palvetamine

Intensiivne mediteerimine isiklik palve (IMPP) võib kasutada, kui neil on tungiv vajadus suhelda **1 JUMAL**. IMPP on kõige parem teha üksi kodus. **IMPP** ei tohiks pidevalt kasutada.

Kuidas IMPP -d teha:

Istuge matil jalad sirutatud süles volditud käed ja silmad kinni

Kui ülakeha hakkab õrnalt õõtsuma ette, taha

Kiikuge edasi, hakake skandeerima: „Auväärseks **1 JUMAL** ja inimkonna hüve "

Jätkake laulmist, kuni tunnete transsi, siis hakake oma palvet laulma

Palve, mida laulate, võib olla 1 palvejuhendist või teie oma

Võite palvet laulda nii sageli kui vajate

Kui olete laulmise lõpetanud, lõpetage kõikumine, avage silmad, tõuse üles.

Märge ! 1 Usk roosikvartsi meditatsioonikivi ei kasutata.

Grupp palvetab

Palved võivad olla rühmad (**2 või enam**) sündmus. Hooldajate grupp palvetab kogunemistel, millest võtavad osa kõik. Kui neil on tungiv vajadus suhelda **1 JUMAL**, Kasutatakse IMGP -d.

IMGP intensiivne mediteerimisrühm palvetab

IMGP -d kasutatakse siis, kui inimene vajab teiste moraalsel tuge või kui see puudutab kogukonna probleeme. Kui soovite, et rühm laulaks teie isiklikku palvet, rääkige kogunemisel vanemaga. **Palvetage, mediteerige koos teiste usu 1 toetajatega.**

IMGP, kuidas:

Moodustage rühm

Seisa maapinnal, hakka jalgu trampima, silmad kinni, jätkake

trappimist, hakka kätega plaksutama

Nüüd hakake skandeerima: „Au auks **1 JUMAL** ja inimkonna hüve "

Jätkake trampimist, plaksutamist ja laulmist, kuni tunnete transsi nagu siis hakake oma palvet laulma

Palve, mida laulate, võib olla 1 palvejuhendist või teie oma

Võite palvet laulda nii sageli kui vajate

Kui olete laulmise lõpetanud, lõpetage trampimine, lööge silmad lahti, lõdvestuge

Märke ! Vanem peaks IMGP käivitama

1 JUMAL armastab a Kogunemine

A **Kogunemine** on avatud 1 tund pärast päikesetõusu kuni 1 tund enne päikeseloojangut (**Aja kolmnurk**) lõbusatel päevadel. Paljudel lõbusatel päevadel on teemasid, häbi, "Pidustused ja mälestuspäevad". Kogunemine pole mitte ainult religioosne koosviibimine, vaid ka suhtlemine: palvetage, arutage, vestelge, sööge ja jooge (**alkoholivaba**), laula ja tantsi, naera, mängi, harmoneeru. Kogunemine hoiab elus kohalikke kombeid ja traditsioone(**köök, murre, kleit, muusika, tants**) seni, kuni need ei ole vastuolus "**LGM**".

Alustage kogunemist

Kogunemist ei leia. Toetajad leiavad vähemalt 7 inimest, siis saavad kokku, see on kogunemine. A 1st Kogunemine võib toimuda kodus. Alternatiivideks on SmeC, PHeC või School.(vt Kogunemise alustamine)

Jumalateenistus

Jumalateenistus on jumalik tunnustus **1 JUMAL!** Kõige ilusama universumi looja. **1 JUMAL** on nii tema kui ka tema. **1 JUMAL** on algne hing. Custodian Guardian kummardab füüsilise vaimse universumi looja **1 JUMAL 1 USK 1 kirik!**

Jumalateenistuse võib läbi viia mitteametlikus või ametlikus rühmas individuaalselt või määratud juht. Paljud religioossetes traditsioonides ootavad regulaarset jumalateenistust sagedaste intervallidega, sageli iga päev või kord nädalas. Jumalateenistuse väljendid on erinevad, kuid sisaldavad tavaliselt ühte või mitut järgmistest: palve, laulmine, tants, pühenduslaul, festivalid, meditatsioon, muusika, palverännak, jutlused, rituaal, sakramendid, pühakiri või lihtsalt üksikisiku pühendumistegevused ...

1 JUMAL ei taha ohvreid, vaid teadmiste otsimist, saamist ja rakendamist. Seetõttu asendatakse altarid Lecterniga. CG otsib, omandab, rakendab teadmisi ja praktiseerib teadmiste järjepidevust.

Religioosne jumalateenistus toimub väga erinevates kohtades: selleks ettenähtud palvekohtades, kodus või avamaal. Hooldaja eestkostja kummardab kõikjal, välja arvatud selleks otstarbeks ehitatud kohtades. **Märke! 1 JUMAL** ei taha selleks otstarbeks ehitatud paleed (**Katedraalid, kirikud, mošeed, pühapaigad, templid ja sünagoogid ...**) jumalateenistuseks.