



# Mediteerides

aktiivne osa 1 Jumala kummardamisest



**Welcome to the wonderful world of questions & answers**

Vaimsete arusaamade ja sisemise harmoonia kasutamiseks 'meditatsioon!'

Custodian Guardian mediteerimine toimub ilma taimseid või keemilisi toidulisandeid kasutamata. CG kasutab ainult naturaalselt lihvimata lihvimata roosat kvartsi. CG mediteerige üksinduses või rühmas "kogunemisel".

Mediteerides eemaldub meel kõigist välistest muljetest, siis vabaneb kõigist mõtetest, see vaikus, vaikus on rahustav. Pärast rahunemist võite heita pilgu oma hingetõdedele, arusaamadele, mis on seotud elu eesmärgiga. **Märge !** Kui see juhtub, võib rahutu hing anda arusaamu, mis tekitab ärevust. **Lõpetage mediteerimine. Proovi teist päeva.**

1 Faithi toetajad mediteerivad üksi, kasutades roosat kvartsi. Kui külastate universumi hooldajate eestkostjate kogunemist. Toimub intensiivne mediteeriv grupipalve (IMGP).

Üksinda mediteerimine:

jooge enne mediteerimist klaas filtreeritud vett.

Heida pikali maapinnale (palvematile) või voodile.

Pange oma otsaesisele kare roosa kvarts.

Lama paigal, sirgelt välja sirutatud selili, käed tihedalt vastu keha, silmad suletud.

Seejärel lülitage välja kõik ümbritsevad segajad, leides sisemise harmoonia.

Sisemine harmoonia viib vaimsete kogemusteni.

Tugevad vaimsed kogemused võivad viia sügava une tekkeni.

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

Mediteerimine ei ole alati edukas. Lõpeta! Proovi mõni teine päev.

Roosa kvarts, kui seda kasutatakse mediteerimise ajal, võib vähendada viha, ärevust, depressiooni... Edukas meditatsioon taaslustab keha füüsiliselt emotsionaalselt ja vaimselt rituaalselt. See parandab suhtlemist 1 Jumalaga.



## IMPP Intense Meditating Personal Praying Intense

Meditating Personal Praying (IMPP) võib kasutada, kui neil on tungiv vajadus suhelda 1 Jumalaga. IMPP-d on kõige parem teha üksi kodus olles. IMPP-d ei tohiks pidevalt kasutada.

### Kuidas IMPP-d teha:

Istu matil jalad välja sirutatud käed süles kokku pandud silmad suletud

Ülakehaga hakake õrnalt edasi-tagasi õõtsuma

Jätkake õõtsumist, hakake laulma: ' **Jumala** auks ja hüvanguks inimkond"

Jätkake laulmist, kuni tunnete end transis, siis hakake oma palvet esitama. Teie palve võib olla 1 palvejuhendist või teie enda palve. Võite seda palvet esitada nii sageli, kui tunnete , et see on vajalik.

**Märge !** 1 Usu meditatsioonikivi, roosat kvartsi ei kasutata.

### Grupipalvused võivad

olla grupiüritused (2 või enam) . Hooldaja rühm palvetab Gath-erings, kõik osalevad. Kui neil on tungiv vajadus ühe jumalaga suhelda , kasutatakse IMGPP-d.

## IMGPP Intense Meditating Group Praying IMGPP-d kasutatakse

siis, kui inivid vajab moraalset tuge teistelt või kui see puudutab kogukonna probleeme. Kui soovite, et rühm laulaks teie isiklikku palvet, rääkige kogunemisel vanemaga. Palvetage, mõtisklege koos teiste 1. usu toetajatega.

## IMGPP kuidas:

Moodustage rühm

Seisa maapinnal ja hakake jalgu trampima, silmad kinni

Jätka trampimist, hakake käsi plaksutama

Nüüd hakake laulma: ' **Jumala** auks ja hüvanguks inimkond"

Jätkake trampimist, plaksutamist, laulmist, kuni tunnete end transis, nagu siis alustage oma palvet

Teie palve võib olla 1 palvejuhendist või teie enda palve

Võite palvet laulda nii sageli, kui tunnete, et see on vajalik

Kui laulmine on lõpetatud, lõpetage trampimine, plaksutage silmad lahti, lõdvestage

**Märke !** Vanem peaks alustama IMGP-d

## 1 Jumal armastab kogunemist

Kogunemine on avatud 1 tund pärast päikesetõusu kuni 1 tund enne **sulgemist**

Päikeseloojang (**ajakolmnurk**) lõbusatel päevadel. Paljudel lõbusatel päevadel on teemad, häbi-, pidu- ja mälestuspäevad. Kogunemine pole mitte ainult religioosne koosviibimine, vaid ka suhtlemine: palvetage, arutlege, vestelge, sööge ja

juua (**alkoholivaba**), laulda ja tantsida, naerda, mängida, harmoneeruda. Kogunemine hoiab elus kohalikke kombeid, traditsioone (**köök, dialekt, riietus, muusika, tants**) seni, kuni need ei ole vastuolus **LGM-iga**.

### Alustage kogunemist

Ei leia kogunemist. Toetajad leiavad vähemalt 7 inimest ja saavad

koos see on kokkutulek. A 1 st Kogunemist võib pidada kodus. Alternatiivid on SmeC, PheC või School. (vt. Kogunemise alustamine)

### Jumalateenistus

Kummardamine on jumaldav **1 Jumala tunnustamine!** Looja kõige

ilus universum. **1 Jumal** on nii Tema kui ka Tema. **1 Jumal** on originaal

Hing. Hooldaja eestkostja kummardab füüsilise vaimse Looja

Universum on **nagu 1 jumal 1 usk 1 kirik!**

Jumalateenistuse võib läbi viia mitteametlikus või ametlikus rühmas

individuaalselt või määratud juhi poolt. Paljud religioossed traditsioonid eeldavad

regulaarset jumalateenistust sagedaste ajavahemike järel, sageli iga päev või kord nädalas.

Kummardamise väljendused on erinevad, kuid sisaldavad tavaliselt ühte või mitut järgmistest:

palve, laulmine, tants, pühendunud laul, festivalid, meditatsioon, muusika,

palverännak, jutlused, rituaalid, sakramendid, pühakiri või lihtsalt isiklikud pühendumise aktid...

**1 Jumal** ei taha ohvreid, vaid teadmiste otsimist, omandamist ja rakendamist. Seetõttu

asendatakse altarid Lecterniga. CG otsima, omandama, rakendama

teadmised ja praktika teadmiste järjepidevus, kogu elu .

Religioosset jumalateenistust peetakse väga erinevates kohtades: selleks ette nähtud

jumalateenistuskohades, kodus või vabas õhus. Hooldaja eestkostja jumalateenistus toimub

kõikjal, välja arvatud selleks otstarbeks ehitatud kohad. **Märke! 1 Jumal** ei taha

otstarbeks ehitatud paleed (**katedraalid, kirikud, mošeed, pühamud, templid**

**sünagoogid ...)** jumalateenistuseks.