



मनन करना

1 की पूजा का एक सक्रिय हिस्सा ईश्वर



Welcome to the wonderful World of Questions & Answers

आध्यात्मिक अंतरदृष्टि और आंतरिक सद्भाव के उपयोग के लिए, 'ध्यान!'

कस्टोडियन गार्जियन ध्यान संयंत्र या रासायनिक पूरक के उपयोग के बिना किया जाता है। सीजी केवल प्राकृतिक अनकट अनपॉलिश रोज क्वार्ट्ज का उपयोग करते हैं। सीजी एकांत में या एक 'सभा' में एक समूह में ध्यान करते हैं।

जब ध्यान करते हुए एक मन अपने आप को सभी बाहरी छापों से हटा लेता है और खुद को सभी विचारों से मुक्त कर लेता है, यह शांति, मौन शांत हो रहा है। शांत होने के बाद आप अपनी आत्मा की सच्चाइयों को देख सकते हैं, जीवन के उद्देश्य से संबंधित अंतरदृष्टि। **टिप्पणी!** एक परेशान आत्मा अंतरदृष्टि दे सकती है जो ऐसा होने पर चिंता की स्थिति पैदा करती है **ध्यान करना बंद करो। किसी और दिन कोशिश करें।**

के समर्थक **1 विश्वास** गुलाब क्वार्ट्ज का उपयोग करके अकेले ध्यान करें। यूनिवर्स कस्टोडियन गार्जियन गैदरिंग में जाने पर. गहन ध्यान करने वाला समूह प्रार्थना कर रहा है (आईएमजीपी).

अकेले ध्यान करना :

ध्यान करने से पहले एक गिलास फ़िल्टर्ड पानी लें।

जमीन पर लेट जाएं (प्रार्थना करने की चटाई) या बिस्तर।

अपने माथे पर रफ रोज क्वार्ट्ज लगाएं।

अपनी पीठ के बल सीधे लेट जाएं, बाहें शरीर से सटी हुई हों, आंखें बंद हों।

फिर आंतरिक सद्भाव खोजने के आसपास के सभी विकर्षणों को बंद करें। आंतरिक सद्भाव आध्यात्मिक अनुभवों की ओर ले जाता है।

मजबूत आध्यात्मिक अनुभव गहरी नींद की ओर ले जा सकते हैं।

टिप्पणी! गहरी नींद मन शरीर और आत्मा को पुनर्जीवित करने में मदद करती है जिसके परिणामस्वरूप एक स्वस्थ और अधिक संतुष्ट व्यक्ति होता है।

ध्यान करना हमेशा सफल नहीं होता है। रुकना! किसी और दिन कोशिश करें।

ध्यान करते समय गुलाब क्वार्ट्ज का उपयोग क्रोध, चिंता, अवसाद को कम कर सकता है... एक सफल ध्यान शरीर को शारीरिक रूप से भावनात्मक और आध्यात्मिक रूप से पुनर्जीवित करेगा। यह 1 के साथ संचार को बढ़ाता है **ईश्वर**.



आईएमपीपी गहन ध्यान व्यक्तिगत प्रार्थना

गहन ध्यान व्यक्तिगत प्रार्थना(आईएमपीपी)उनका उपयोग तब किया जा सकता है जब उनके साथ संवाद करने की अत्यधिक आवश्यकता हो। 1 भगवान. घर पर अकेले होने पर IMPP सबसे अच्छा किया जाता है। IMPP का लगातार उपयोग नहीं किया जाना चाहिए।

आईएमपीपी कैसे करें :

चटाई पर टांगें फैलाकर बैठ जाएं, हाथों को गोद में मोड़कर आंखें बंद कर लें ऊपरी शरीर के साथ धीरे-धीरे आगे, पीछे की ओर झुकना शुरू करें

झूमते रहो, जप शुरू करो: 'की महिमा के लिए 1 भगवान और मानव जाति की भलाई'

तब तक जप करते रहें जब तक आप ट्रान्स की तरह महसूस न करें तब अपनी प्रार्थना का जप करना शुरू करें आपके द्वारा जप की जाने वाली प्रार्थना 1 प्रार्थना मार्गदर्शिका या आपकी अपनी हो सकती है आप जितनी बार आवश्यक समझे उतनी बार प्रार्थना का जाप कर सकते हैं जब जाप समाप्त हो जाए तो हिलना बंद कर दें और आंखें खोलकर उठ जाएं। **टिप्पणी !** 1 विश्वास के ध्यान पत्थर गुलाब क्वार्ट्ज का उपयोग नहीं किया जाता है।

सामूहिक प्रार्थना

प्रार्थना समूह हो सकता है (2 या अधिक) आयोजन। कस्टोडियन समूह सभाओं में प्रार्थना करते हैं, हर कोई भाग लेता है। जब उन्हें 1 के साथ संवाद करने की तत्काल आवश्यकता होती है ईश्वर, आईएमजीपी प्रयोग किया जाता है।

IMGP गहन ध्यान समूह प्रार्थना

IMGP का उपयोग तब किया जाता है जब किसी व्यक्ति को दूसरों से नैतिक समर्थन की आवश्यकता होती है या जब यह सामुदायिक मुद्दों से संबंधित होता है। यदि आप चाहते हैं कि समूह आपकी व्यक्तिगत प्रार्थना का जाप करे तो सभा में किसी बुजुर्ग से बात करें। 1 विश्वास के अन्य समर्थकों के साथ मिलकर प्रार्थना करें, ध्यान करें।

आईएमजीपी कैसे करें:

एक समूह बनाओ

जमीन पर खड़े हो जाओ, अपने पैरों को पेट के बल पटकना शुरू करो, आंखें बंद करो, पेट भरते रहो, अपने हाथों से ताली बजाना शुरू करो

अब, जप शुरू करें: 'की महिमा के लिए 1 भगवान और मानव जाति की भलाई'

तब तक पेट भरना, ताली बजाना, जप करना जब तक आप ट्रान्स की तरह महसूस न करें तब अपनी प्रार्थना का जाप करना शुरू करें

आपके द्वारा जप की जाने वाली प्रार्थना 1 प्रार्थना मार्गदर्शिका या आपकी अपनी हो सकती है

आप जितनी बार आवश्यक समझें उतनी बार प्रार्थना का जाप कर सकते हैं
जब जाप समाप्त हो जाए तो पेट भरना बंद कर दें, ताली बजाकर अपनी आंखें खोल लें, आराम करें
टिप्पणी! एक बुजुर्ग को IMGP शुरू करना चाहिए

1 भगवान एक प्यार करता है सभा

एसभासूर्योदय के 1 घंटे बाद से सूर्यास्त के 1 घंटे पहले तक खुला रहता है (समय त्रिकोण)
फन डेज पर। कई फन डेज में थीम, शर्म, उत्सव और यादगार दिन होते हैं। एक सभा न केवल
एक धार्मिक मिलन है बल्कि सामाजिककरण के लिए भी है: प्रार्थना करें, चर्चा करें, चैट करें,
खाएं और पिएं (गैर - मादक) गाओ और नाचो, हंसो, खेलो, ताल मिलाओ। एक सभा स्थानीय
रीति-रिवाजों, परंपराओं को जीवित रखती है (व्यंजन, बोली, पोशाक, संगीत, नृत्य) जब तक वे
इसका उल्लंघन नहीं करते हैं 'एलजीएम'.

एक सभा शुरू करो

सभा नहीं मिल रही है। समर्थकों को कम से कम 7 लोग मिल जाते हैं फिर एक सभा होती है। ए 1
अनुसूचित जनजाति घर में मेलजोल हो सकता है। विकल्प SmeC, PHeC या स्कूल है। (देखें सभा शुरू
करें)

पूजा

पूजा की आराध्य पावती है **1 भगवान!** सबसे सुंदर ब्रह्मांड के निर्माता। **1 भगवान** वह और
वह दोनों हैं। **1 भगवान** मूल आत्मा है। संरक्षक अभिभावक भौतिक आध्यात्मिक ब्रह्मांड के
निर्माता के रूप में पूजा करते हैं **1 ईश्वर 1 विश्वास 1 चर्च!**

पूजा का कार्य एक अनौपचारिक या औपचारिक समूह में, व्यक्तिगत रूप से या नामित नेता
द्वारा किया जा सकता है। कई धार्मिक परंपराएं नियमित अंतराल पर नियमित पूजा की अपेक्षा
करती हैं, अक्सर दैनिक या साप्ताहिक। पूजा की अभिव्यक्ति भिन्न होती है लेकिन आम तौर
पर निम्न में से एक या अधिक शामिल होती है: प्रार्थना, जप, नृत्य, भक्ति गीत, त्यौहार,
ध्यान, संगीत, तीर्थयात्रा, उपदेश, अनुष्ठान, संस्कार, शास्त्र, या भक्ति के निजी
व्यक्तिगत कार्य ...

1 भगवान बलिदान नहीं चाहता, बल्कि ज्ञान प्राप्त करना, प्राप्त करना और लागू करना
चाहता है। इसलिए वेदियों को लेक्चर से बदल दिया जाता है। सीजी खोज, लाभ, ज्ञान लागू करें
और ज्ञान निरंतरता का अभ्यास करें, पूरे जीवन।

धार्मिक पूजा कई प्रकार के स्थानों में होती है: उद्देश्य से निर्मित पूजा स्थलों में, घर में या
खुले में। कस्टोडियन गार्जियन उद्देश्य से निर्मित स्थानों को छोड़कर कहीं भी पूजा करते हैं।
टिप्पणी! **1 भगवान** उद्देश्य से निर्मित महल नहीं चाहता (कैथेड्रल, चर्च, मस्जिद, श्राइन,
मंदिर सिनेगॉग ...) पूजा के लिए।