



Méditer

Méditer une partie active de l'adoration de 1 DIEU

Pour les idées spirituelles et l'harmonie intérieure, utilisez « la méditation ! »

La méditation du Gardien Custodian se fait sans l'utilisation de suppléments végétaux ou chimiques. CG n'utilise que du quartz rose naturel non poli. CG méditer dans la solitude ou en groupe lors d'un 'Rassemblement'.

Lorsqu'en méditant un esprit se retire de toutes les impressions extérieures puis se libère de toutes pensées, cette immobilité, le silence est apaisant. Après l'apaisement, vous pouvez apercevoir des vérités de votre Âme, des idées relatives au but de la vie. **Noter !** Une âme troublée peut donner des idées qui créent un état d'anxiété si cela se produit **ARRÊTEZ de méditer**. Essayez un autre jour.

Les partisans de la 1 FOI méditer seul à l'aide d'un quartz rose. Lors de la visite d'un rassemblement de gardiens de l'univers . Il y a un groupe de méditation intense qui prie (IMGP) .

Méditer seul :

Prenez un verre d'eau filtrée avant de méditer.

Allongez-vous sur le sol ou sur le lit.

Mettez un quartz rose rugueux sur votre front.

Allongez-vous immobile, tendu sur le dos, les bras serrés contre le corps, les yeux fermés.

Ensuite, fermez-vous à toutes les distractions environnantes pour trouver l'harmonie intérieure.

L'harmonie intérieure conduit à des expériences spirituelles.

Des expériences spirituelles fortes peuvent conduire à un sommeil profond.

Noter ! Le sommeil profond aide à régénérer l'esprit, le corps et l'âme, ce qui donne une personne plus saine et plus satisfaite.

La méditation n'est pas toujours réussie. Arrêter! essayez un autre jour.

Un quartz rose lorsqu'il est utilisé pendant la méditation peut réduire la colère, l'anxiété, la dépression... Une méditation réussie revitalisera le corps physiquement, émotionnellement et spirituellement.

Il améliore la communication avec 1 Dieu.



IMPP Intense Méditer la prière personnelle

Intense Méditation Prière Personnelle (IMPP) peut être utilisé lorsqu'il est urgent de communiquer avec **1 DIEU**. L'IMPP est mieux fait lorsqu'il est seul à la maison. **IMPP. ne doit pas être utilisé en permanence.**

Comment IMPP :

Asseyez-vous sur un tapis jambes tendues mains jointes sur les genoux yeux fermés

Avec le haut du corps, commencez à vous balancer doucement vers l'avant, vers l'arrière

Continuez à vous balancer, commencez à chanter : 'Pour la gloire de **1 DIEU** et le bien de l'humanité'

Continuez à chanter jusqu'à ce que vous vous sentiez en transe, puis commencez à chanter votre prière

La prière que vous chantez peut être 1 du guide de prières ou la vôtre

Vous pouvez chanter la prière aussi souvent que vous le jugez nécessaire

Lorsque vous avez fini de chanter, arrêtez de vous balancer, ouvrez les yeux, levez-vous.

Noter ! Pierre de méditation de la 1 FOI le quartz rose n'est pas utilisé.

Prier en groupe

Les prières peuvent être un groupe (2 ou plus) un événement. Le groupe de gardiens prie lors des rassemblements auxquels tout le monde participe. Quand il y a un besoin pressant de communiquer avec **1 DIEU**, IMGP est utilisé.

Groupe de méditation intense IMGP priant

IMGP est utilisé lorsqu'un individu a besoin du soutien moral des autres ou lorsqu'il s'agit de problèmes communautaires. Si vous voulez que le groupe chante votre prière personnelle, parlez à un aîné lors d'un rassemblement. **Priez, méditez avec d'autres sympathisants de 1 FOI.**

IMGP comment :

Former un groupe

Tenez-vous au sol commencez à taper du pied les yeux fermés Continuez

à taper du pied, commencez à taper des mains

Maintenant, commencez à chanter : « Pour la gloire de **1 DIEU** et le bien de l'humanité'

Continuez à taper du pied, à applaudir, à chanter jusqu'à ce que vous vous sentiez en transe, puis commencez à chanter votre prière

La prière que vous chantez peut être 1 du guide de prières ou la vôtre

Vous pouvez chanter la prière aussi souvent que vous le jugez nécessaire

Lorsque vous avez fini de chanter, arrêtez de piétiner, ouvrez les yeux en applaudissant, détendez-vous

Noter ! Un Aîné devrait commencer l'IMGP

1 DIEU aime un La cueillette

UNE **La cueillette** est ouvert de 1 heure après le lever du soleil à 1 heure avant le coucher du soleil (**Triangle temporel**) les jours de plaisir. De nombreux Fun Days ont des thèmes, la honte, les « Célébrations et jours commémoratifs ». Un rassemblement n'est pas seulement une réunion religieuse, mais aussi pour socialiser : prier, discuter, discuter, manger et boire (**non alcoolique**), chanter et danser, rire, jouer, harmoniser. A Gathering fait vivre les coutumes et traditions locales (**cuisine, dialecte, robe, musique, danse**) tant qu'ils ne contreviennent pas aux '**LGM**'.

Commencer un rassemblement

Impossible de trouver un rassemblement. Les supporters trouvent un minimum de 7 personnes puis se réunissent, c'est un Rassemblement. Un 1st Le rassemblement peut avoir lieu à la maison. Les alternatives sont un SmeC, un PHeC ou une école. (voir **Commencer un rassemblement**)

Vénération

L'adoration est la reconnaissance adorante de **1 DIEU !** Créateur des plus beaux Univers. **1 DIEU** est à la fois LUI et ELLE. **1 DIEU** est l'Âme originelle. Le Gardien Gardien vénère le Créateur de l'Univers spirituel physique comme **1 DIEU 1 FOI 1 Église !**

Un acte de culte peut être accompli, en groupe informel ou formel, par un individu ou par un chef désigné. De nombreuses traditions religieuses prévoient un culte régulier à intervalles fréquents, souvent quotidiens ou hebdomadaires. Les expressions d'adoration varient mais comprennent généralement une ou plusieurs des suivantes : prière, chant, danse, chant de dévotion, festivals, méditation, musique, pèlerinage, sermons, rituel, sacrements, écritures ou simplement actes de dévotion individuels privés ...

1 DIEU ne veut pas de sacrifices, mais cherche, acquiert et applique des connaissances. Par conséquent, les autels sont remplacés par des lutrins. CG recherche, acquiert, applique les connaissances et pratique la continuité des connaissances.

Le culte religieux a lieu dans une grande variété d'endroits : dans des lieux de culte construits à cet effet, à la maison ou en plein air. Le gardien gardien vénère partout, sauf dans les endroits construits à cet effet. **Noter! 1 DIEU ne veut pas de palais construits à cet effet (Cathédrales, Églises, Mosquées, Sanctuaires, Temples & Synagogues ...)** pour le culte.