



# meditando

una parte activa de la adoración de 1 Dios



Welcome to the wonderful world of questions & answers

Para intuiciones espirituales y uso de armonía interna, ¡meditación!

La meditación de Custodian Guardian se realiza sin el uso de plantas o suplementos químicos. CG utiliza solo cuarzo rosa natural sin cortar y sin pulir. CG meditar en soledad o en grupo en una 'Reunión'.

Cuando una mente medita se retira de todas las impresiones externas y luego se libera de todos los pensamientos, esta quietud, el silencio es calmante. Después de la calma puedes vislumbrar las verdades de tu Alma, percepciones relacionadas con el propósito de la vida. **Nota !** Un alma atribulada puede dar ideas que crean un estado de ansiedad si esto sucede. **deja de meditar.** Prueba otro día.

Partidarios de la 1 Fe medita solo usando un cuarzo rosa. Al visitar una Reunión de Guardianes Custodios del Universo. Hay un intenso grupo de meditación orando. (IMGP).

## Meditando solo:

Toma un vaso de agua filtrada antes de meditar.

Acuéstese en el suelo (alfombra para rezar) o cama.

Pon un cuarzo rosa en bruto en tu frente.

Acuéstese quieto, estirado sobre su espalda, con los brazos apretados contra el cuerpo, con los ojos cerrados.

Luego cierra todas las distracciones que te rodean y encuentra la armonía interior. La armonía interior conduce a experiencias espirituales.

Fuertes experiencias espirituales pueden conducir a un sueño profundo.

**Nota !** El sueño profundo ayuda a regenerar la mente, el cuerpo y el alma, lo que da como resultado una persona más saludable y contenta.

Meditar no siempre tiene éxito. ¡Detener! Prueba otro día.

Un cuarzo rosa cuando se usa mientras se medita puede reducir la ira, la ansiedad, la depresión... Una meditación exitosa revitalizará el cuerpo física, emocional y espiritualmente. Mejora la comunicación con 1 Dios.



## IMPP Meditación Intensa Oración Personal

Meditación Intensa Oración Personal (IMPP) puede usarse cuando hay una necesidad apremiante de comunicarse con **1 Dios**. IMPP se hace mejor cuando está solo en casa. IMPP no debe usarse constantemente.

### Cómo IMPP:

Siéntese en una colchoneta piernas estiradas manos cruzadas en su regazo ojos cerrados Con la parte superior del cuerpo comience a balancearse suavemente hacia adelante, hacia atrás

Sigue balanceándote, comienza a cantar: 'Para la Gloria de **1 Dios** y el Bien de la Humanidad'

Sigue cantando hasta que te sientas en trance y luego comienza a cantar tu oración. La oración que cantes puede ser 1 de la guía de oraciones o la tuya Puede cantar la oración tantas veces como lo considere necesario. Cuando termine de cantar, deje de balancearse, abra los ojos, levántese. **Nota !** La piedra de meditación de la 1 Fe no se utiliza el cuarzo rosa.

### orando en grupo

Las oraciones pueden ser un grupo (2 o más) evento. El grupo de custodios ora en las Reuniones en las que todos participan. Cuando hay una necesidad apremiante de comunicarse con **1 Dios**, se utiliza IMGP.

## Oración en grupo de meditación intensa IMGP

IMGP se usa cuando un individuo necesita el apoyo moral de otros o cuando se trata de problemas de la comunidad. Si desea que el grupo cante su oración personal, hable con un anciano en una reunión. Ore, medite junto con otros partidarios de 1 Faith.

### IMGP cómo:

formar un grupo

Párate en el suelo, empieza a pisar fuerte, con los ojos cerrados, sigue pisando fuerte, empieza a aplaudir.

Ahora, empieza a cantar: 'Para la Gloria de **1 Dios** y el Bien de la Humanidad'

Sigue pisando fuerte, aplaudiendo, cantando hasta que te sientas en trance y luego comienza a cantar tu oración.

La oración que cantes puede ser 1 de la guía de oraciones o la tuya

Puede cantar la oración tantas veces como lo considere necesario.

Cuando termine de cantar, deje de pisotear, aplauda, abra los ojos, relájese

**Nota !**Un anciano debe iniciar el IMG

## 1 diosama unReunión

A**Reunión** está abierto desde 1 hora después del amanecer hasta cerrar 1 hora antes del atardecer(**Triángulo del tiempo**) en Días de Diversión. Muchos Días de Diversión tienen temas, vergüenza, celebración y días conmemorativos. Una reunión no es solo una reunión religiosa, sino también para socializar: Orar, discutir, charlar, comer y beber(**no alcohólico**), cantar y bailar, reír, jugar, armonizar. Una reunión mantiene vivas las costumbres y tradiciones locales(**cocina, dialecto, vestimenta, música, baile**) siempre que no contravengan las '**LGM**'.

### Iniciar una reunión

No se puede encontrar una reunión. Los partidarios encuentran un mínimo de 7 personas y luego se reúnen en una reunión. un 1s La reunión puede llevarse a cabo en casa. Las alternativas son SmeC, PHeC o School. (ver **Comenzar una reunión**)

### Culto

La adoración es el reconocimiento adorador de **1 dios!** Creador de los Universos más bellos. **1 dioses** tanto Él como Ella. **1 dioses** el Alma original. El Guardián Custodio adora al Creador del Universo espiritual físico como **1 Dios 1 Fe 1 Iglesia!**

Un acto de adoración puede ser realizado, en un grupo formal o informal, por un individuo o por un líder designado. Muchas tradiciones religiosas esperan un culto regular a intervalos frecuentes, a menudo diario o semanal. Las expresiones de adoración varían, pero por lo general incluyen una o más de las siguientes: oración, canto, danza, canto devocional, festivales, meditación, música, peregrinación, sermones, rituales, sacramentos, escrituras o simplemente actos privados de devoción...

**1 dios** no quiere sacrificios, sino buscar, adquirir y aplicar conocimientos. Por lo tanto, los altares se reemplazan con Atril. CG buscar, obtener, aplicar conocimientos y practicar la continuidad del conocimiento, toda la vida.

El culto religioso tiene lugar en una amplia variedad de lugares: en lugares de culto especialmente construidos, en el hogar o al aire libre. Custodio Guardian adora en cualquier lugar excepto en lugares especialmente construidos. **¡Nota! 1 Dios** no quiere palacios especialmente construidos (Catedrales, Iglesias, Mezquitas, Santuarios, Templos Sinagogas...) para la adoración