

ADHURIMI



1Zoti 1BESIMI 1KishaKujdestarët e UniversitManifesti i Ligdhënësit

ADHURIMI është një akt i përkushtimit fetar drejtuar **1ZOT**.

Adhurimi është njohje adhuruese e **1ZOT**! Krijuesi i Universit më të bukur. **1ZOT** është edhe AI edhe AJO. **1ZOT** është shpirti origjinal. Ruajtësi Kujdestar adhuron Krijuesin e Universit fizik dhe shpirtëror si **1Zoti 1BESIMI 1Kisha!**

Një akt adhurimi mund të kryhet individualisht, në një grup joformal ose formal, ose nga një udhëheqës i caktuar. Shumë tradita fetare presin adhurim të rregullt në intervale të shpeshta, shpesh ditore ose javore. Shprehjet e adhurimit ndryshojnë, por zakonisht përfshijnë një ose më shumë nga sa vijon: Lutja, këndimi, vallëzimi, kënga devocionale, festat, meditimi, muzika, pelegrinazhi, predikimet, ritualet, sakramentet, shkrimet e shenjta ose thjesht veprime individuale të përkushtimit...

Adhurimi fetar ndodh në një larmi vendesh: në vende kulti të ndërtuara me qëllim, në shtëpi ose në mjedise të hapura. Kujdestari adhuron kudo, përveç vendeve të ndërtuara me qëllim. **Shënim!** **1ZOT** nuk dëshiron pallate të ndërtuara me qëllim (*p.sh. katedralet, kishat, xhamitë, faltoret, tempujt dhe sinagogat ...*) për adhurim.

duke adhuruar **1ZOT** përfshin lutjen, kujdesin, përdorimin dhe kënaqësinë **1ZOT** krijimet e tij.

Adhurimi përfshin çdo gjë që është e pëlqyeshme **1ZOT**, qofshin ato që kanë të bëjnë me çështje të besimit, apo me vepra të besimtarit. Mund të përfshijë gjithçka që një person percepton, mendon, synon, ndjen, thotë dhe bën. Ajo gjithashtu i referohet gjithçkaje që **1ZOT** kërkon, të jashtme, të brendshme ose interaktive. Kjo përfshin ritualet, besimet, punën, aktivitetet sociale dhe sjelljen personale...



Kujdestarët adhurojnë!

1ZOT nuk dëshiron sakrifica, por kërkimin, marrjen dhe zbatimin e njohurive. Prandaj altarët duhet të zëvendësohen me Lectern. Kujdestari-Kujdestari kërkon, fiton, zbaton Dijen dhe praktikon Dijen-Vazhdimësinë.



1ZOT nuk dëshiron vende adhurimi të ndërtuara me qëllim. Prandaj, vendet e adhurimit të ndërtuara me qëllim kanë nevojë për rrënim. Adhurimi i kujdestarit-kujdestarit kudo, në çdo kohë ose në ditën e argëtimit në një tubim në një shkollë.



Kujdestari Adhurimi i Kujdestarit!

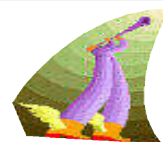
Mbështetësit e **1 BESIMI** adhurim në çdo kohë, kudo dhe adhurim në grup në tubime. Mbledhjet mbahen në objektet e arsimit Shire dhe Provincial.

Mbështetësit e **1 BESIMI** përdorni një udhëzues për adhurim. Udhëzuesi është **1 e Zotit** mesazhi i fundit: **'Ligji-Manifesti i Dhuruesit!'**

Pjese e **Kujdestar Kujdestar** adhurimi përfshin përhapjen **1 e Zotit** mesazhi i fundit dhe themeloni Mbledhjet. Adhurimi është i rezervuar për **1ZOT** të dyja **AI& AJO**. Ai përfshin krijimin e një familjeje duke qenë përgjegjës për veten, familjen, komunitetin dhe njerëzimin. Do të thotë të jetosh moralisht në mendime dhe vepra, duke përfshirë kujdesin për trupin dhe shpirtin. **Worshipping 1GOD përfshin kolonizimin e Universit!**

1ZOTpret këtu nga JU!ÿ

duke adhuruar **1ZOT** përfshin lutjen. Lutja është mënyra më e mirë për të qëndruar në kontakt **1ZOT**. Kur askush nuk dëgjon! Kur nuk ka shpresë! Lutu! **1ZOT** dëgjon.



Lutja është forma më e përdorur e adhurimit **1ZOT**. Një rutinë e përditshme.

Lutja është mënyra më e dobishme (*valvul sigurie*) të shprehjes së trazirave dhe emocioneve të brendshme të një personi. Provoje !

duke u lutur *ndihmon* përballimi i dhimbjes dhe pikëllimit të zemrës. **1ZOT** dëgjon!

duke u lutur *menjë* grup jep unitet dhe forcë morale. Lutjet bashkohen!

duke u lutur *nevojave* për të adresuar një nevojë reale dhe urgjente. Mos jini mendjelehtë!

duke u lutur *nevojave* të mbështetët nga veprimet përkatëse. Nuk mjafton të lutesh!

Kur shpërthen nga Lumturia ndaje këtë moment me të **1ZOT**. Gjithmonë!

Të lutesh për të mirën e atyre që kanë më pak fat është më shpërblyese. Provoje !

Për shoqërim dhe lutje në grup vizitoni një tubim. Provoje !

Shënim ! Duhet lutje **1 e Zotit** miratimin për të pasur sukses. Besojuni gjykimit të **1ZOTIT!**

Për njohuri shpirtërore dhe përdorim të harmonisë së brendshme **Meditim**.

Duke medituari bëhet pa përdorimin e suplementeve bimore ose kimike. Kujdestari Guardian përdor vetëm kuarcin e trëndafilin të paprerë, të paprerë.

Kur mediton, mendja tërhiqet nga të gjitha përshtypjet e jashtme, atëherë çlirohet nga të gjitha mendimet, kjo qetësi dhe heshtje është qetësuese. Pas qetësimin, ju mund të shikoni të vërtetat e shpirtit tuaj dhe njohuritë në lidhje me qëllimin e jetës. **Shënim** Një shpirt i trazuar mund të japë njohuri që krijojnë një gjendje ankthi nëse kjo ndodh **NDALO meditim**. Provoni një ditë tjetër.

Mbështetësit e Kujdestarëve të Kujdestarit të **1FAITH & Universe** meditojnë vetëm. Përveç kur vizitoni një tubim (*IMGP*).

MEDITIMI:

Pini një gotë ujë të filtruar përpara se të meditonit.

Shtrihuni në tokë ose shtrat me një rozë-kuarc të ashpër në ballë, shtrihuni pa lëvizur, shtrirë drejt në shpinë krahet shtrënguar me trupin, sytë mbyllur.

Pastaj mbyllni të gjitha shpërqendrimet përreth duke gjetur harmoninë e brendshme. Harmonia e brendshme çon në përvoja shpirtërore. Përvojat e forta shpirtërore mund të çojnë në gjumë të thellë. **Shënim!** Gjumi i thellë ndihmon në rigjenerimin e trupit dhe shpirtit të mendjes duke rezultuar në një person më të shëndetshëm dhe më të kënaqur.

Rose-Kuarc kur përdoret gjatë meditimit mund të zvogëlojë zemërimin, ankthin dhe depresionin. Rigjallëroni trupin fizikisht, emocionalisht dhe shpirtërisht. Përmirëson komunikimin me 1 GOD. Kristal për zemrën dhe shpirtin.



Meditimi nuk është gjithmonë i suksesshëm. Ndaloni dhe provoni një ditë tjetër.

IMPP Lutje personale medituese intensive

Lutje personale medituese intensive (IMPP) mund të përdoret kur është një nevojë e ngutshme për të komunikuar 1 ZOT. IMPP është më e mira kur jeni vetëm në shtëpi. **Shënim!** IMPP nuk duhet të përdoret vazhdimisht.

Si të IMPP:

Uluni në tokë këmbët e shtrira me duar të palosur në prehër sytë tuaj të mbyllur

Me pjesën e sipërme të trupit filloni të lëkundni butësisht përpara dhe prapa

Vazhdoni të tundeni dhe filloni të këndonit *'Për Lavdinë e 1 ZOT & mira e njerëzimit'*

Vazhdoni të këndonit derisa të ndiheni si ekstazë, pastaj filloni të këndonit lutjen tuaj

Lutja që këndonit mund të jetë 1 nga udhëzuesi i lutjeve ose juaji

Ju mund ta këndonit lutjen aq shpesh sa e ndjeni të nevojshme

Kur të mbaroni së kënduari, ndaloni së tundurit hapni sytë dhe ngrihuni

Shënim! Guri i meditimit i 1 BESIMIT kuarci rozë nuk përdoret.

MBLEDHJA

Të Mbledhja është e hapur nga 1 orë pas lindjes së diellit për të mbyllur 1 orë para perëndimit të diellit (Koha-Trekëndësh) në ditët e argëtimit. Shumë ditë argëtimi kanë tema, turp, 'Festime dhe ditë përkujtimore'. Një tubim nuk është vetëm një mbledhje fetare, por është edhe për shoqërim: *Lutuni, diskutoni, bisedoni, hani dhe pini (jo alkoolike), këndonit dhe kërceni, qeshni, luani dhe harmonizohuni.* **AMbledhja** mban gjallë zakonet dhe traditat lokale (*kuzhinë, dialekt, veshje, muzikë dhe kërcim*) përderisa ato nuk bien ndesh me 1 **BESIMI**.

Filloni një Mbledhje

Nuk mund të gjes një mbledhje. Mbështetësit gjejnë një minimum prej 7 personash dhe më pas mbledhen së bashku që është një Mbledhje. Mbledhja e Parë mund të mbahet në shtëpi. Alternativat janë një SmeC, PHeC ose Shkollë.



Lutja në grup

Lutjet mund të jenë grupe (2 ose më shumë) ngjarje. Lutja në grup përdoret kur një individ ka nevojë për mbështetje morale nga të tjerët ose kur ka të bëjë me çështje të komunitetit. Lutja në grup është e zakonshme në tubime. Lutuni së bashku me të tjerët.

IMGP Lutje në grup me meditim intensiv

IMGP 'Grup intensiv i meditimit' (2 ose më shumë) lutja mund të përdoret kur është një nevojë urgjente për të komunikuar **1ZOT**. Lutje në grup dhe meditim intensiv Lutje në grup (IMGP) është e zakonshme në tubime. Lutuni dhe Meditoni së bashku me Mbështetësit e tjerë të **1BESIMIT**. **Shënim** Nëse dëshironi që grupi të këndoje lutjen tuaj personale, bisedoni me një Plak në Mbledhje.

Lutje në grup me meditim intensiv (IMGP) si të:

Formoni një grup

Qëndroni në tokë, filloni të shkelni këmbët, sytë mbyllur

Vazhdo të shkelësh dhe fillo të duartrokasësh

Tani filloni të këndonit '*Për Lavdinë e 1ZOT & e mira e njerëzimit*'

Vazhdoni të shkelni, duartrokitni dhe këndonit derisa të ndiheni në ekstazë, si atëherë filloni të këndonit lutjen tuaj

Lutja që këndonit mund të jetë 1 nga udhëzuesi i lutjeve ose juaji

Ju mund ta këndonit lutjen aq shpesh sa e ndjeni të nevojshme

Kur të mbaroni së kënduari, ndaloni së shkeluri dhe duartrokitni hapni sytë dhe relaksohuni

Shënim Një plak duhet të fillojë IMGP-në

1ZOT dashuron a Mbledhja

Adhuroni 1 Zotin

Mbështetje 1BESIMI 1Kisha Kujdestarët e Universit

Një pjesë e adhurimit është të kesh një 'Rutinë të përditshme'!

RUTINA E PERDITSHME një nevojë njerëzore.

1Zoti 1BESIMI 1KishaKujdestarët e UniversitManifesti i Ligjdhënësit

ARutina e përditshme është thelbësore për t'u takuar '*Detyrimi 2(Mbroni trupin e njeriut ...)*' & jini gati për të përballuar sfidat e ardhshme.Ngrihuni, pini një gotë ujë të filtruar, shkoni në tualet, bëni 'Daily-Fit' (*Ushtrime*), adhurim '**lutje ditore**', lani fytyrën dhe duart, ha mëngjes dhe vishu. Kontrolloni 'Planifikuesin' tuaj.Tani jeni gati për sfida. Duke dalë jashtë vishni rroba mbrojtëse '**Kalofshi një ditë të mirë, maj1ZOTShendet**'.

ARutina e përditshme përfshin pastërtinë dhe ushqimin jo vetëm të mua, por të gjithë njerëzve dhe krijesave të tjera që varen nga ju.Lani duart pas çdo vizite në tualet dhe para çdo ushqimi. Lani fytyrën para çdo ushqimi. Lani dhëmbët dhe lani të gjithë trupin para se të shkoni në shtrat.Ushqehu 5 herë në ditë: '*Mëngjesi,Rostiçeri në fillim të ditës, Dreka,Rostiçeri në fund të ditës,Darka*'.

Shënim!Para çdo adhurimi ushqimor:'**Faleminderit Lutje!**

ARutina e përditshme përfshin të qenit i mirë dhe ndëshkimi i së keqes.Të jesh i mirë përfshin të bësh '*Veprime të rastësishme të mirësisë*'.Jini të sjellshëm me mua, me njerëzit përreth jush, me komunitetin, me krijesat e tjera, me habitatin...**1ZOT**i pëlqen aktet e rastësishme të mirësisë. Ndëshkoni të keqen çdo herë që përdorni'**Manifesti i Ligjdhënësit**'si udhërrëfyes.

Etë përpiqet të 'kërkojë, fitojë dhe zbatojë njohuri', '**Mësoni & Mësoni**' & transmetoni 'Përvojat e jetës'.Të mësuarit, të mësuarit duke përcjellë jetën - përvojat janë thelbësore për një të dobishme**1ZOT**ekzistencë e këndshme.Këto aktivitete ndihmojnë në '*duke harmonizuar rrethinën dhe mbijetesën e specieve*'.



Pushimi është i nevojshëm për mbijetesë dhe shëndet të mirë.Pjesa tjetër kryesore është '*Flin!*'. Gjumi i jep fund rutinës ditore. Duhet të ketë kaluar 1 orë nga ushqyerja dhe pastrimi. Adhurimi: 'Gjumi-Namaz'.Për të marrë një gjumë të qetë dhe rigjallëzor, dhoma e gjumit duhet të jetë sa më e errët dhe mungesa e zhurmës së brendshme dhe të jashtme është e domosdoshme. **Shënim!**Shire' (*Pushteti vendor*)duhet të zbatojë '*Korrën e natës*'.

Hints

Kur dilni jashtë vishni gjithmonë 'veshje mbrojtëse' të përshtatshme.Te mbrosh (*sytë, flokët, lëkura dhe këmbët*)trupi i njeriut nga klima, sëmundjet dhe ndotja.

Kur bëni Daily-Fit (*Ushtrime*)përdorni sensin e përbashkët se sa shpejt mund të arrini përsëritjet maksimale.Të ushtroni 1 ditë dhe të mos ushtroni ditën tjetër nuk është e dobishme.

Gjatë ushqyerjes shmangni ushqimin e pashëndetshëm p.shAlkooli, fruktoza, ushqimi i prodhuar dhe (*GM*)Ushqim i modifikuar gjenetik.

Kur përdorni Planifikuesin tuaj dhe në punë ose studim, mos lejoni që koha t'ju kontrollojë!Koha nuk duhet të përdoret për të nxituar njerëzit.Trupi i njeriut nuk është krijuar për të nxituar.



*Fillimi i ditës:*0 orë**Lindja e diellit**~**Dita e hershme**është nga 0 - 7 orë~ 7 orë është**Mesditë**~**Ditë e vonë**është nga 7 - 14 orë**Perëndimi i diellit**~ **Natën** është nga ora 14 - 21

