



Medità

una parte attiva di l'adorazione di 1Diu



Welcome to the wonderful world of questions & answers

Per insights spirituali è armunia interna utilizzate, "meditazione!"

Custodian Guardian a meditazione hè fatta senza l'usu di supplementi vegetali o chimichi. CG aduprà solu u quartz rosa naturale uncut unpulished. CG meditate in solitude o in un gruppu in una "Gathering".

Quandu meditate una mente si ritira da tutte l'impressioni esterne poi si libera da tutti i pinsamenti, sta quiete, u silenziu hè calmante. Dopu à u calmante, pudete vede e verità di a vostra anima, insights relative à u scopu di a vita. **Nota !** Un'ànima turbata pò dà insights chì creanu un statu d'ansietà se questu succede **Smetti di medità**. **Pruvate un altru ghjornu**.

Sustenituri di u 1 Fede meditate solu cù un quartz rosa. Quandu visitate una Reunione di Guardiani Custodi di l'Universu. Ci hè un intensu gruppu di meditazione chì prega (IMGP).

Medità solu:

Pigliate un vetru d'acqua filtrata prima di meditate.

Stendu in terra (tappeto di preghiera) o lettu. Mettite un quartz rosa russia nantu à a vostra fronte.

Stendu fermu, drittu stesu nantu à i vostri braccia strette contr'à u corpu, ochji chjusi.

Allora chjude tutte e distrazioni circundanti truvannu l'armunia interna.

L'armunia interna porta à l'esperienze spirituali.

Esperienze spirituali forti ponu purtà à u sonnu profundu.

Nota ! U sonnu profundu aiuta à rinforzà u corpu è l'ànima di a mente, risultatu in una persona più sana più cuntenuta.

A meditazione ùn hè micca sempre successu. Ferma ! **Pruvate un altru ghjornu**.

Un quartz rosa quandu s'utilisce mentre meditate pò riduce a rabbia, l'ansietà, a depressione ... Una meditazione riescita rivalizzarà u corpu fisicamente emuzionale è spirituali.

Aumenta a cumunicazione cù 1Diu.



IMPP Intensa Meditazione Preghiera Personale

Intensa Meditazione Preghiera Personale (IMPP) pò esse usatu quandu u so hè una necessità pressante per cumunicà **1 Diu**. IMPP hè megliu fattu quandu solu in casa. IMPP ùn deve esse usatu constantemente.

Cumu IMPP:

Siate nantu à un tappettu gambe stese mani piegate in i vostri ochji chjusi Cù a parte superiore di u corpu cumincianu à oscillari dolcemente in avanti, in daretu

Continue a oscillare, cuminciate à cantà: "Per a Gloria di **1 Diu** è u bè di l'umanità "

Continue a cantà finu à chì sentite trance cum'è allora cuminciate à cantà a vostra preghiera A preghiera chì cantate pò esse 1 da a guida di preghiera o a vostra propria **Pudete cantà a preghiera quante volte si senti necessariu** Quandu avete finitu di cantà, smette di spalancà, apre l'ochji, alzate. **Nota !** Petra di meditazione di u **1 Faith** u quartz rosa ùn hè micca usatu.

Preghiera di gruppu

A preghiera pò esse un gruppu (**2 o più**) avvenimentu. U gruppu di Custodi prega à e riunioni chì tutti partecipanu. **Quando u so bisognu pressante di cumunicà cù 1 Diu**, IMGP hè utilizatu.

IMGP Intense Meditating Group Praying

IMGP hè utilizatu quandu un individu u hà bisognu di sustegnu morale da l'altri o quandu si tratta di prublemi di a cumunità. Se vulete chì u gruppu cantà a vostra preghiera persunale, parlate à un Anzianu in una Reunione. **Prega, meditate insieme cù altri sustenitori di 1 Fede.**

IMGP cumu fà:

Formate un gruppu

Stand in terra cuminciate a calpà i vostri pedi ochji chjusi

Continua a calpesta, cuminciate à batte e mani

Avà, cuminciate à cantà: "Per a Gloria di **1 Diu** è u bè di l'umanità "

Continue a stomping, applapping, canting finu à chì sentite trance cum'è allora cuminciate à cantà a vostra preghiera

A preghiera chì cantate pò esse 1 da a guida di preghiera o a vostra propria

Pudete cantà a preghiera quante volte si senti necessariu

Quandu avete finitu di cantà, fermate di stumping, applaudite apre l'ochji,
rilassate **Nota !**Un Anzianu deve principià l'IMGP

1 Diuama aCullizioni

A**Cullizioni**hè apertu da 1 ora dopu l'alba à chjude 1 ora prima di u tramontu (Triangulu tempu)nantu à i ghjorni divertenti.Parechji ghjorni di divertimentu anu temi, vergogna, celebrazione è ghjorni memoriali. Una riunione ùn hè micca solu una riunione religiosa, ma hè ancu per a socializzazione:Prega, discute, chat, manghja è beie(senza alcolu), canta è balla, ride, ghjucà, armunizà. Una Reunione mantene viva l'usi, e tradizioni lucali(cucina, dialettu, vestitu, musica, ballu)finu à ch'elli ùn contravene u'**LGM'**.

Cumincià una riunione

Ùn pò truvà una riunione.I sustenidori trovanu un minimu di 7 persone dopu si riuniscenu chì hè una Reunione.A 1stA riunione pò esse fatta in casa. L'alternative sò un SmeC, PHeC o School.(vede Cumincià una riunione)

Adurà

L'adorazione hè a ricunniscenza d'adorazione**1 Diu!** Creatore di u più bellu Universu.**1 Diu**hè sia ellu è ella.**1 Diu**hè l'anima originale. Custodian Guardian venerà u Creatore di l'Universu spirituale fisicu cum'è**1 Diu 1 Fede 1 Chjesa!**

Un actu di cultu pò esse realizatu, in un gruppu informale o formale, da un individu u o da un capu designatu.Parechje tradizioni religiose aspettanu un cultu regulare à intervalli frequenti, spessu ogni ghjornu o settimanale. L'espressioni di cultu varienu, ma tipicamente includenu unu o più di i seguenti: preghiera, canti, ballu, cantu devozionale, festivals, meditazione, musica, pellegrinaggi, sermoni, rituali, sacramenti, scritture, o semplici atti individuali di devozione ...

1 Diuùn vole micca sacrificii, ma cercà, acquistendu è applicà a cunniscenza. Par conséquent, les autels sont remplacés par un lutrin. CG cerca, guadagnà, applica a cunniscenza è pratica a continuità di a cunniscenza, tutta a vita.

U cultu religiosu accade in una larga varietà di lochi: in lochi di cultu apposta, in casa o in l'apertu.Custodian Guardian venerà in ogni locu eccettu i lochi custruiti apposta.**Nota ! 1 Diu**ùn vole micca palazzi custruiti apposta(Catedrali, Chiese, Moschee, Santuari, Templi Sinagoghe ...)per u cultu.