



Meditant

Meditant una part activa del culte a 1 DÉU

Per a les visions espirituals i l'ús de l'harmonia interior, "meditació".

La meditació del guardià es fa sense l'ús de suplementes vegetals o químics. CG utilitza només el quars rosa sense polir natural sense tallar. CG medita en solitud o en grup en una "reunió".

Quan meditar una ment es retira de totes les impressions externes i després s'allibera de tots els pensaments, aquesta quietud, el silenci és tranquil·litzant. Després de la calma, podeu albirar veritats de la vostra ànima, idees relacionades amb el propòsit de la vida. **Nota !** Una ànima amb problemes pot donar idees que creen un estat d'ansietat si això passa **STOPmeditant**. Prova un altre dia.

Partidaris del 1 FE mediteu sol amb un quars rosa. Quan visiteu una reunió de guardians de custòdia de l'univers . Hi ha un intens grup meditant que prega (IMGP) .

Meditant sol:

Preneu un got d'aigua filtrada abans de meditar.

Acuéstese a terra o al llit.

Poseu-vos un quars rosat rugós al front.

Estigueu quiet, estirat amb els braços de l'esquena contra el cos, amb els ulls tancats.

A continuació, elimineu totes les distraccions que l'envolten per trobar l'harmonia interior.

L'harmonia interior condueix a experiències espirituals.

Les experiències espirituals fortes poden conduir a un son profund.

Nota ! El son profund ajuda a regenerar el cos i l'ànima de la ment, cosa que provoca una persona més sana i més contenta.

Meditar no sempre té èxit. Atura! proveu algun altre dia.

Un quars rosa quan s'utilitza mentre medita pot reduir la ira, l'ansietat, la depressió ... Una meditació reeixida revitalitzarà el cos físicament emocionalment i espiritualment.

Millora la comunicació amb 1 Déu.



IMPP Oració personal intensa i meditadora

Intensa oració personal meditant (IMPP) es pot utilitzar quan es necessita urgentment comunicar-se amb **1 DÉU**. L'IMPP es fa millor si està sol a casa. **IMPP**. no s'ha d'utilitzar constantment.

Com IMPP:

Asseu-vos a una estora les cames estirades amb les mans plegades a la falda els ulls tancats

Amb la part superior del cos, comenceu balancejant suaument cap endavant, cap enrere

Segueix balancejant, comença a cantar: "Per la glòria de **1 DÉU** i el bé de la humanitat '

Continua cantant fins que sentis tràngol com si comences a cantar la teva oració

La pregària que canteu pot ser 1 de la guia de pregàries o la vostra

Podeu cantar l'oració amb la freqüència que cregueu necessària

Quan hàgiu acabat de cantar, deixeu de gronxar i obriu els ulls, aixequen-vos.

Nota ! Pedra de meditació del 1 FAITH no s'utilitza el quars rosa.

Pregant en grup

Les oracions poden ser un grup (2 o més) esdeveniment. El grup custodi prega a les reunions que tothom hi participa. Quan la seva necessitat és urgent de comunicar-se amb **1 DÉU**, S'utilitza IMGP.

IMGP Grup de Meditació Intensa Pregant

L'IMGP s'utilitza quan una persona necessita el suport moral d'altres o quan es tracta de problemes comunitaris. Si voleu que el grup canti la vostra pregària personal, parleu amb un ancià en una trobada. Pregueu, mediteu junts amb altres partidaris de 1 FE.

Com fer IMGP:

Formeu un grup

Dempeus a terra comença a trepitjar els peus amb els ulls tancats

Continua trepitjant, comença a picar les mans

Ara, comenceu a cantar: "Per la glòria de **1 DÉU** i el bé de la humanitat '

Continua trepitjant, aplaudint, cantant fins que sentis tràngol com si comences a cantar la teva oració

La pregària que canteu pot ser 1 de la guia de pregàries o la vostra

Podeu cantar l'oració amb la freqüència que cregueu necessària

Quan hàgiu acabat de cantar, deixeu de trepitjar, aplaudeu els ulls i relaxeu-vos

Nota ! Un ancià hauria d'iniciar l'IMGP

1 DÉU estima a Reunió

A **Reunió** obre 1 hora després de la sortida del sol fins a 1 hora abans de la posta de sol (**Triangle del temps**) a Fun Days. Molts Fun Days tenen temes, vergonya, "Celebracions i dies commemoratius". Un aplec no només és una reunió religiosa, sinó que també serveix per socialitzar: pregueu, discutiu, xategeu, mengeu i beveu. (**no alcohòlic**) , cantar i ballar, riure, jugar, harmonitzar. Un aplec manté vives les costums i tradicions locals (**cuina, dialecte, vestit, música, dansa**) sempre que no contravinguin el "**LGM**".

Inicieu una reunió

No trobo cap reunió. Els simpatitzants troben un mínim de set persones i després es reuneixen, que és un aplec. A 1 c L'aplec es pot fer a casa. Les alternatives són un SmeC, PHeC o School. (**vegeu Començar un aplec**)

Adoració

L'adoració és l'adorador reconeixement de **1 DÉU !** Creador de l'univers més bell. **1 DÉU** és a la vegada EL i ELLA. **1 DÉU** és l'ànima original. Custodian Guardian venera el Creador de l'univers espiritual físic com **1 DÉU 1 FE 1 Església!**

Un acte de culte pot ser realitzat, en un grup informal o formal, per un líder individual o per un líder designat. Moltes tradicions religioses esperen culte regular a intervals freqüents, sovint diàriament o setmanalment. Les expressions de culte varien, però normalment inclouen un o més dels següents: oració, cant, dansa, cant devocional, festes, meditació, música, pelegrinatge, sermons, rituals, sagraments, escriptures o simplement actes de devoció privats ...

1 DÉU no vol sacrificis, sinó buscar, obtenir i aplicar coneixement. Per tant, els altars se substitueixen per Atril. CG busca, obté, aplica coneixements i practica la continuïtat del coneixement.

L'adoració religiosa té lloc en una gran varietat de llocs: en llocs de culte construïts específicament, a casa o al descobert. Custodian Guardian veneració en qualsevol lloc excepte llocs construïts específicament. **Nota! 1 DÉU no vol palaus construïts específicament** (**Catedrals, esglésies, mesquites, santuaris, temples i sinagogues ...**) per al culte.