



Thiền định

một phần tích cực của việc thờ phượng 1 Đức Chúa Trời



Welcome to the Wonderful World of Questions & Answers

Để có được sự thấu hiểu tâm linh và sự hòa hợp nội tâm, hãy sử dụng 'thiền định!'.

Thiền định của Người Bảo Hộ được thực hiện mà không sử dụng thực vật hay hóa chất bổ sung. CG chỉ sử dụng thạch anh hồng tự nhiên, chưa cắt gọt và đánh bóng. CG thiền định một mình hoặc theo nhóm tại 'Buổi Họa'.

Khi thiền định, tâm trí sẽ tự tách khỏi mọi ấn tượng bên ngoài, giải phóng bản thân khỏi mọi suy nghĩ. Sự tĩnh lặng, tĩnh mịch này mang lại sự bình yên. Sau khi tĩnh lặng, bạn có thể thoáng thấy những chân lý của Tâm hồn, những hiểu biết liên quan đến mục đích sống. Lưu ý! Một tâm hồn đang gặp rắc rối có thể đưa ra những hiểu biết tạo ra trạng thái lo lắng. Nếu điều này xảy ra, hãy ngừng thiền. Hãy thử vào một ngày khác.

Những người ủng hộ Đức Tin 1 thiền định một mình bằng thạch anh hồng. Khi đến thăm Hội Đồng Bảo Vệ Vũ Trụ, có buổi cầu nguyện nhóm thiền định chuyên sâu (IMGP).

Thiền một mình: Uống một cốc

nước lọc trước khi thiền.

Nằm xuống đất (thảm cầu nguyện) hoặc giường.

Đặt một viên thạch anh hồng thô lên trán.

Nằm yên, duỗi thẳng lưng, hai tay ôm chặt vào thân, mắt nhắm lại.

Sau đó loại bỏ mọi sự xao nhãng xung quanh để tìm thấy sự hòa hợp bên trong.

Sự hòa hợp bên trong dẫn đến những trải nghiệm tâm linh.

Những trải nghiệm tâm linh mạnh mẽ có thể dẫn đến giấc ngủ sâu.

Lưu ý! Giấc ngủ sâu giúp tái tạo trí óc, cơ thể và tâm hồn, mang lại một con người khỏe mạnh và hạnh phúc hơn.

Thiền định không phải lúc nào cũng thành công. Hãy dừng lại! Thử vào ngày khác.

Sử dụng thạch anh hồng trong khi thiền định có thể làm giảm sự tức giận, lo lắng, trầm cảm... Một buổi thiền thành công sẽ phục hồi cơ thể về mặt thể chất, cảm xúc và tinh thần. Nó tăng cường giao tiếp với Chúa.



Thiền Định Chuyên Sâu (IMPP) Cầu nguyện Cá Nhân Thiền

Định Chuyên Sâu (IMPP) có thể được sử dụng khi có nhu cầu cấp thiết muốn giao tiếp với Chúa. IMPP được thực hiện tốt nhất khi ở nhà một mình. Không nên sử dụng IMPP liên tục.

Cách thực hiện IMPP:

Ngồi trên thảm, chân duỗi thẳng, tay đặt trên đùi, mắt nhắm lại

Với phần thân trên bắt đầu lắc nhẹ về phía trước, phía sau

Tiếp tục lắc lư, bắt đầu tụng kinh: 'Vì Vinh quang của Chúa và Lợi ích của Nhân loại

Tiếp tục tụng kinh cho đến khi bạn cảm thấy như đang xuất thần rồi bắt đầu tụng kinh. Lời cầu nguyện bạn tụng có thể là 1 trong hướng dẫn cầu nguyện hoặc của riêng bạn. Bạn có thể tụng kinh thường xuyên tùy theo nhu cầu. Khi tụng xong, hãy ngừng lắc lư, mở mắt và đứng dậy.

Lưu ý! Đá thiền của đức tin số 1 không sử dụng thạch anh hồng.

Cầu nguyện nhóm có thể

là một sự kiện nhóm (2 người trở lên). Người bảo vệ cầu nguyện nhóm tại các buổi nhóm họp, mọi người đều tham gia. Khi có nhu cầu cấp thiết muốn giao tiếp với Chúa, IMGP được sử dụng.

Thiền nhóm chuyên sâu IMGP được sử dụng khi một cá nhân cần sự hỗ

trợ tinh thần từ người khác hoặc khi liên quan đến các vấn đề cộng đồng. Nếu bạn muốn nhóm cùng tụng kinh cầu nguyện cá nhân, hãy nói chuyện với một Trưởng lão tại một buổi họp mặt. Hãy cầu nguyện, thiền định cùng với những người ủng hộ 1 Đức Tin khác.

IMGP làm thế nào để:

Thành lập một nhóm

Đứng trên mặt đất và bắt đầu dậm chân, nhắm mắt

Tiếp tục dậm chân, bắt đầu vỗ tay

Bây giờ, hãy bắt đầu tụng: 'Vì Vinh quang của Chúa và Lợi ích của Nhân loại

Tiếp tục dậm chân, vỗ tay, tụng kinh cho đến khi bạn cảm thấy như xuất thần rồi bắt đầu tụng kinh cầu nguyện

Lời cầu nguyện bạn tụng có thể là 1 từ hướng dẫn cầu nguyện hoặc của riêng bạn

Bạn có thể tụng kinh thường xuyên tùy theo cảm thấy cần thiết

Khi tụng xong, hãy dùng dấm chân, vỗ tay, mở mắt, thư giãn

Lưu ý! Một Elder nên bắt đầu IMG

1 Đức Chúa Trời yêu thích sự tụ họp

Một cuộc tụ họp mở cửa từ 1 giờ sau khi mặt trời mọc đến đóng cửa 1 giờ trước đó Hoàng hôn (Tam giác thời gian) vào những ngày vui. Nhiều ngày vui có chủ đề, ngày lễ, ngày kỷ niệm và ngày tưởng niệm. Một buổi tụ họp không chỉ là một cuộc tụ họp tôn giáo mà còn là để giao lưu: cầu nguyện, thảo luận, trò chuyện, ăn uống và uống rượu (không cồn), ca hát và nhảy múa, cười đùa, chơi đùa, hòa giọng. Một buổi tụ họp giữ gìn phong tục, truyền thống địa phương (ẩm thực, phương ngữ, trang phục, âm nhạc, khiêu vũ) miễn là chúng không vi phạm 'LGM'.

Bắt đầu một cuộc tụ họp

Không tìm thấy một buổi tụ họp. Những người ủng hộ tìm thấy tối thiểu 7 người sau đó nhận được cùng nhau đó là một Cuộc tụ họp. A 1 Buổi họp mặt có thể được tổ chức tại nhà. Các lựa chọn thay thế là SmeC, PHeC hoặc Trường học. (xem phần Bắt đầu một buổi họp mặt)

Tôn thờ

Sự thờ phượng là sự công nhận đầy ngưỡng mộ đối với 1 Đức Chúa Trời! Đấng Tạo Hóa của Vũ trụ tươi đẹp. 1. Chúa vừa là Anh ấy vừa là Cô ấy. 1. Chúa là nguyên thủy Linh hồn. Người bảo vệ Người bảo vệ tôn thờ Đấng sáng tạo ra vật chất tinh thần Vũ trụ là 1 Chúa 1 Đức tin 1 Giáo hội!

Một hành động thờ cúng có thể được thực hiện, trong một nhóm chính thức hoặc không chính thức, bởi một cá nhân hoặc do một người lãnh đạo được chỉ định. Nhiều truyền thống tôn giáo mong muốn việc thờ phượng được thực hiện thường xuyên, theo chu kỳ, thường là hàng ngày hoặc hàng tuần. Các hình thức thờ phượng có thể khác nhau, nhưng thường bao gồm một hoặc nhiều điều sau đây: cầu nguyện, tụng kinh, khiêu vũ, bài hát sùng đạo, lễ hội, thiền định, âm nhạc, hành hương, bài giảng, nghi lễ, bí tích, kinh thánh, hoặc đơn giản là những hành động sùng kính riêng tư của mỗi cá nhân...

1 Đức Chúa Trời không muốn của lễ, nhưng muốn tìm kiếm, đạt được và áp dụng tri thức. Vì vậy, bàn thờ được thay thế bằng bục giảng. CG tìm kiếm, đạt được, áp dụng kiến thức và thực hành kiến thức liên tục, tất cả cuộc sống.

Việc thờ phượng tôn giáo diễn ra ở nhiều địa điểm khác nhau: tại những nơi thờ phượng được xây dựng có mục đích, tại nhà hoặc ngoài trời. Người giám hộ (Người bảo vệ) thờ phượng ở bất cứ đâu, trừ những nơi được xây dựng có mục đích. Lưu ý! 1. Chúa không muốn Cung điện được xây dựng có mục đích (Nhà thờ lớn, Nhà thờ, Nhà thờ Hồi giáo, Đền thờ, Chùa Nhà thờ Do Thái ...) để thờ phượng.