

# ОСНОВЫ



## Индекс

### Основные:

Ежедневные молитвы, Повседневность, CG Kalender, Daily Fit, темы Дня Fun-, обзор 7 Scroll, подотчетность, Time- треугольник, голосование, защита.

### CG Концепции

Нет насилия концепции, концепции справедливости. Нет прибыли понятия ( **CRON** ) Экономические концепции, цепи зла. Окружающая обстановка ( **зеленый** ) концепции, выживание цепь.

Тайм-менеджмент ( **NA.tm.** )

Для Славы 1 БОГА и Блага Человечества!

Welcome to the wonderful world of worshipping 1GOD



## 1 Бог ждет, чтобы услышать от вас!

### Повседневная молитва

дорогая 1 GOD , Создатель самой красивой Вселенной Помогите мне быть чистым, сострадательным и смиренным Использование 7 Свитки как руководство:



Я буду защищать ваши творения и Наказывать Зла.

Встаньте за несправедливо атакован, невыгодное, слабым и нуждающимся накормить голодных, кров бездомным и комфорт больных Proclaim:

1GOD, 1FAITH, 1Church, Вселенная Депозитарные Guardians Спасибо за сегодня

**Ваш покорный верный хранитель-хранитель (1 улица ИМЯ)  
Для Славы 1 GOD и Добра Человечества**

Эта молитва используется повседневная часть повседневной жизни, в одиночку или в группе, в любом месте вы хотите, перед закрытыми глазами восходящего солнца. Декламировал на Gathering.



### Благодарю вас молитва

дорогая 1 GOD , Создатель самой красивой Вселенной Спасибо за предоставление мне Daily напитка и еды жизни вашего последнего сообщения



Я стараюсь быть достойным питанием каждого день Может ли я быть избавлен мучительной Жаждой и онемения Hunger боли Вашего самым скромным верным опекуном опекун (1 улица ИМЯ)

**Для Славы 1 GOD и Добра Человечества**

Используйте эту молитву перед каждым кормлением!



Каждый будний день должен иметь тему Dinner:

1 день: Овощи; День 2: Домашняя птица; Day3: Млекопитающее;

Середина недели: Рептилия; Day5: Морепродукты;

Выходные: орешки , Семена; Веселый день: Насекомые.



## Повседневные дела

**А ' Повседневность «имеет важное значение для удовлетворения» Обязательность 2 (Защитить человеческое тело) "И быть готовым к предстоящим вызовам. Вставай, выпить стакан слегка охлажденной фильтрованной воды, туалет идти, делать «Daily Fit (упражнения) »,**

Поклонение «Молитва на каждый день», вымыть лицо и руки, есть завтрак, одевайтесь. Проверьте «Планировщик». **Теперь вы готовы к вызовам. «Иметь хороший день, может 1 GOD Будьте здоровы' ,**

**А ' Повседневность»включает в себя чистоту и кормление не только „я“, но все другие люди и существа в зависимости от вас. Мойте руки после каждого туалета визита и перед каждым кормлением. Вымойте лицо перед каждым кормлением. Почистите зубы и вымыть все тело перед сном. Поток 5 раз в день:**

**"Завтрак, ранний день закуски, обед, поздний день закуски, ужин. Есть стакан слегка охлажденной фильтрованной воды с каждым кормлением!**

**Запись! Перед каждым кормлением вам кланяемся Спасибо Молитвы \_**

**Каждый будний день должен иметь тему пищи: например День 1: Овощи ;**

**День 2 : домашняя птица ; Day3 : млекопитающее ; средний - неделю : рептилия ; Day5 : Морепродукты ;**

**Неделю - конец : Орехи и семена ; Веселый день : насекомые ,**

При кормлении избежать нездоровое Питание: Алкоголь, искусственный подсластитель, фруктоза (Глюкоза, сахар) Генетически модифицированные продукты (ГМ) , Изготовлено-фуд, ... Жирные, соленый, сладкий фаст-фуд. Газированный напиток, содержащий алкоголь, кофеин, Кола, натрий, подсластитель!



**А ' Повседневность»включает в себя быть хорошим и наказывать зло. Будучи хорошо включает в себя выполнение ' Беспорядочные проявления добра'. Будьте добры к I, чтобы люди вокруг вас, сообщества, других существ, среды обитания ... 1 GOD**

**любит случайные акты доброты. Наказать Зло каждый раз использовать " Законопослушное Податель Manifest» в качестве руководства.**

**1000-лет «зла» подходит к концу! Будь хорошим! Клетка Зла!**

**Е ndeavor к «Seek, получить и применить знания», ' Учиться и научить», \_**  
перейти на «жизненного опыта». Обучение, Обучение проходит на жизнь ехре- gientes имеет важное значение для полезного 1 GOD приятна жизнь. Эти мероприятия помогают в «гармонизации» с местной среды обитания и выживания видов. Искомое получения и применения знаний помогает с автоответчиком 1 БОГ ы вопросы по Судного Дня.

Отдых необходим для выживания и хорошего здоровья. Основное остальное " **Спать**".

Сон заканчивается в повседневной жизни. 1 часы должны пройти после подачи и очистки. Поклонение " **Сон Prayer**". Для того, чтобы получить полноценный сон оздоравливающей спальня должна быть как можно более темной. Отсутствие внутреннего и внешнего шума является обязательным. **Night-Комендантский** делает это возможным. " **Шире**" осуществлять «Ночной комендантский час».

## Н Интс

А 7 час ночного комендантского часа от 14-21 часов (**22- 6 часов, 24 часа Papap- часы**) является обязательным. Для хорошего здоровья, снижения потребления энергии, уменьшение загрязнения окружающей среды и охраны животного мира. **Снижение уровня преступности, сокращение затрат на правительство, поощряя размножение.**

При движении снаружи всегда носить подходящую «Защитную одежду» (**без искусственных волокон**) , Защищать (**Глаз, волосы, кожа, нога**) человеческое тело от климата, болезней и загрязнения окружающей среды. **Вне нагота дрянной!**

При выполнении Daily Fit использовать здравый смысл о том, как быстро достичь максимальной повторы. **Осуществляя 1 день, а не на следующий не выгодно. Это ваше тело, держать его в форме!**



При использовании планировщика на работе или учебе, не давайте управления «Time» You! **Время не будет использоваться, чтобы поспешить человек. Человеческое тело не предназначено для спешки.**

Не позволяйте идеи быть забыты или потеряны. **Каждый день много идей, как полагают, от и быстро забыли или потеряли. Причина в том, что они где не сохранились, записанные или записаны. Лучше теряются!**

Память ненадежна, когда речь идет о сохранении и возвращении новых идей. **Носите ноутбук (Планировщик)** или рекордер с вами, и когда идея развивается, сохранить его! **Еженедельно файл ваши идеи!**

Просмотрите свои идеи. Просматривая свои идеи (**Каждые 4 недели хорошо**) , Некоторые не будут иметь никакого значения. Они не стоит висит на. Откажитесь от них. **Некоторые идеи оказаться полезными сейчас или на более позднем этапе. Держите их, подать их: «Активный» или «Позже». Теперь возьмите файл «Active».**

Выберите идею! Теперь сделать эту идею расти. Думаю об этом. Свяжите идею связанные идеи. Исследования, попробуйте найти что-нибудь похожее или совместимое с этой идеей. Исследуйте все углы, возможность. **Когда вы думаете, что ваша идея готова к применению. Сделай так. Получите обратную связь, тонкую настройку идею.**

## Хранитель Хранитель Kalender

### 1. Star-месяц

W 1	1	2	3	4	5	6	7	FW 1	1	2	3	4	5	6	7	C
W 2	1	2	3	4	5	6	7	FW 2	1	2	3	4	5	6	7	F
W 3	1	2	3	4	5	6	7	CW 3	1	2	3	4	5	6	7	F
W 4	1	2	3	4	5	6	7	FW 4	1	2	3	4	5	6	7	M

### 2. Вс-месяц

### 3. Ртуть месяц

W 1	1	2	3	4	5	6	7	CW 1	1	2	3	4	5	6	7	C
W 2	1	2	3	4	5	6	7	FW 2	1	2	3	4	5	6	7	S
W 3	1	2	3	4	5	6	7	FW 3	1	2	3	4	5	6	7	F
W 4	1	2	3	4	5	6	7	MW 4	1	2	3	4	5	6	7	F

### 4. Венера месяца

### 5. Земля месяц

W 1	1	2	3	4	5	6	7	CW 1	1	2	3	4	5	6	7	C
W 2	1	2	3	4	5	6	7	FW 2	1	2	3	4	5	6	7	S
W 3	1	2	3	4	5	6	7	CW 3	1	2	3	4	5	6	7	F
W 4	1	2	3	4	5	6	7	FW 4	1	2	3	4	5	6	7	F

### 6. Луна месяц

### 7. Марс-месяц

W 1	1	2	3	4	5	6	7	CW 1	1	2	3	4	5	6	7	C
W 2	1	2	3	4	5	6	7	FW 2	1	2	3	4	5	6	7	S
W 3	1	2	3	4	5	6	7	CW 3	1	2	3	4	5	6	7	F
W 4	1	2	3	4	5	6	7	FW 4	1	2	3	4	5	6	7	F

### 8. Юпитер месяц

### 9. Сатурн-месяц

W 1	1	2	3	4	5	6	7	CW 1	1	2	3	4	5	6	7	C
W 2	1	2	3	4	5	6	7	FW 2	1	2	3	4	5	6	7	S
W 3	1	2	3	4	5	6	7	CW 3	1	2	3	4	5	6	7	F
W 4	1	2	3	4	5	6	7	FW 4	1	2	3	4	5	6	7	F

### 10. Уран-месяц

### 11. Нептун месяц

W 1	1	2	3	4	5	6	7	CW 1	1	2	3	4	5	6	7	C
W 2	1	2	3	4	5	6	7	FW 2	1	2	3	4	5	6	7	F
W 3	1	2	3	4	5	6	7	CW 3	1	2	3	4	5	6	7	C
W 4	1	2	3	4	5	6	7	FW 4	1	2	3	4	5	6	7	F

### 12. Плутон месяца

### 13. Solar-месяц

W 1	1	2	3	4	5	6	7	C
W 2	1	2	3	4	5	6	7	F
W 3	1	2	3	4	5	6	7	C
W 4	1	2	3	4	5	6	7	F

### 14. Пес месяц

1 Песах  
 Quattro лет  
 1 2 Quattro - Песах

## Ежедневно Fit ( упражнения )

Ежедневные упражнения хорошее здоровье должны, являются частью повседневной жизни. Они будут завершены каждое утро. Ежедневные упражнения увеличивают: многоборью благополучия, кровообращение, деятельность мозга, переваривание пищи, mating- позывы, миостимуляция, самооценка, стимуляция иммунной системы. Эти 7 упражнения: Грудь, Мельница, дверные рамы, Гантели, Kneeling, Крюк, поворотный , Все 7 упражнения для HE, SHE повторяются.

Начните с 1 повтором, увеличить до максимума 21. Использование здравого о том, как быстро достичь максимальной повторы. Упорно с ежедневными повторениями выгодно. Гимнастика 21 Повтор 1 день и не осуществляет следующий не выгодно. После окончания упражнения стоять прямо и дышать глубоко выдохните, чтобы максимально сделать это 3 раза. Продолжить с вашей повседневной жизни. **Запись ! Не осуществление является признаком полного пренебрежения к телу, низкая самооценка, лень, ...**

**грудь Упражнение 1:** Стенд высокие, руки согнуты в горизонтальном положении на полу (Т-форма) пальцы касаясь груди. Перемещение руки назад, насколько это возможно

(Не привязываются) , Затем переместите руки к исходному согнутом положении.

Повторение (21 макс) !

**ветряная мельница Упражнение 2:** Встаньте высокие, раскинув руки в стороны в горизонтальном положении на полу (Трет-форма) , Сосредоточьте свое видение на одну точку прямо перед собой. Начало поворота по часовой стрелке (слева направо) , не Ориентируясь на точку зрения до поворота силы тела вы потерять его. Продолжайте поворачивать переориентировать как можно скорее. Продолжайте поворачивать к точке головокружения или 21 оборотов в зависимости от того приходит 1-ый. Дыхание глубоко ходить несколько шагов, придерживая себя. **Запись! Начальный или восстанавливается после болезни начинаются с 1 оборот увеличивается до 21 получается макс.**

**Предупреждение, всегда останавливается, когда начинает чувствовать головокружение.**

**Дверная рама Упражнение 3:** Стоять прямо в открытой рамке дверь с ноги на ширине плеч локти согнуть вверх под прямым углом (90 °, трайдект форма) , Пресс локти против сторон дверной коробки, пока не почувствуешь напряжение между лопатками, удерживая (Кол-10) , Снять напряжение. После освобождения напряжения вдоха через нос, равномерно заполняя легкие до макс, удерживая (Кол-3) , Затем медленно выдохните через рот макс.

**гантель Упражнение 4:** 1 гантели используется ОН (4 кг) , ОНА (2 кг) , Не следует использовать 2 Гантели. Встаньте прямо, ноги на ширине плеч локти к бокам ладонями вперед. Возьмите гантель с левой стороны

сгибая локоть, пока предплечье не под прямым углом (90 °)

Медленно выжимать бицепс, поднимая гантель вверх к трюме плеча (Кол-3) , А затем медленно опустите гантели в исходное положение, повторение ( 1-7) , Изменение в правую руку, повторение ( 1-7) ,



**Kneeling Упражнение 5:** Колена на прямостоячем prayermat тела, руки плотно размещены на ягодицу.

Наклоните голову вперед, пока подбородок не коснется груди. Теперь медленно наклонить голову назад, насколько он будет идти, в то же время откинуться назад, насколько это возможно, держа руки фирма на ягодицы.

Повторение (21 макс) !

**крюк Упражнение 6:** На prayermat (Защита от холода) лежать на спине, вытяженные ладони руки вниз к телу. Теперь медленно наклоняйте голову вперед расширенные ладони руки вниз к телу. Теперь медленно наклоните голову вперед, пока подбородок не коснется груди в то же время поднимите ноги, колени прямые, вертикальные (90 °) держать (Кол-3) , Затем медленно (Голова, ноги) к началу. Повторение (21 макс) !

**поворотный E xercise 7:** На prayermat (Защита от холода) лежать на спине, вытяженная ладонь руки вниз. Теперь согнутые колени каблучков чем прикасаться к ягодице. Держа ладонь фирму на мат поворотных колен вправо, пока они не коснутся коврика. Затем откинуть колени влево, касаясь коврика. Повторите правый и левый поворотный считая каждую левую вертлюг. У 21! После завершения дневной формы. Выпей (0.2l) из слегка охлажденным фильтрованной воды.

## Ночные упражнения

Это нормально, чтобы иметь 2 спит с перерывом между ними. Если вы встаете (Идти в туалет ...) По возвращении Сядьте на край кровати, в пить воду и делать 1 из следующих упражнений (Все упражнения выполняются сидя на коленях края плеча кровати в широко расставлены) , Каждый раз, когда вы встаете делать различные упражнения.

**Упражнение первое:** Поместите ладони \* ваши руки на внешней стороне коленей. Пресс руки внутрь, колени наружу, удерживая 7 секунд (Вы чувствуете напряжение в руках, ногах, плечо) , Расслабьтесь, сделайте вдох, ни повторы, глоток воды, лечь, хорошо спать. \* Использование вариации кулачки.

**Упражнение второе:** Сделать кулачки \* разместить их на внутренней стороне коленей. Пресс-кулака наружу, колени внутрь, удерживая 7 секунд (Ты чувствуешь

напряжение в руках, ноги, живот) , Расслабьтесь, сделайте вдох, ни повторы, глоток воды, лечь, хорошо спать. \* Использование вариации плоские ладони.

**Упражнение третье:** Согните руки (90%) на уровне груди повернуть левую руку вверх сгибая пальцы, поверните правую руку вниз изгиб пальцев.

Блокировочные пальцы плотно. Теперь вытяните руки в противоположном направлении, удерживая за 7 секунд (Вы чувствуете напряжение в пальцах, руках, груди) , Расслабьтесь, сделайте вдох, ни повторы, глоток воды, лечь, хорошо спать.

**Четвёртое Упражнение:** Согните руки (90%) на уровне груди повернуть левую руку его обновление палаты, повернуть правую руку в кулак. Поместите кулак в руки надавите в то же время пресс открытой ладонью вверх, удерживая 7 секунд. Обратный sequen

- се, удерживая 7 секунд (Вы чувствуете напряжение в руках, руки, шея, грудь) ,

Релакс, подышать & глоток воды ложись, хорошо спать. Нет повторы.

Люди с напряженным назад добавить это упражнение для каждого упражнения: Положите руки на колени. Наклонить голову назад согнуть тогда качаться вперед, не теряя контакта с колен (Вы чувствуете напряжение в руках, спина, живот) ,

Расслабьтесь, сделайте вдох, 7 повторы, глоток воды, лечь, хорошо спать.

**Запись!** Люди, которые сидят много в дневное время. А сделать 1 из ночных упражнений время в ротации каждые 2 часа. Закончите со стаканом (0.2l) из слегка охлажденным фильтрованной воды.

**Не делая упражнения:** делает вас непригодный, ленивый, нездоровый, blubbery, обузу для себя ваших друзей семьи и сообщество, плохой пример для детей, депрессии, быть больше, неловко матовой, умирает Юнгер.

Часть ежедневного приступа является питанием! Здоровы мы, как долго мы живем. Имеет много общего с нашей привычкой питания.

Поток 5 раз в день:

'Завтрак, включают в себя воду, травы, специи, мед, кофе, ..

Early Day-закуска, включают в себя воду, фрукты, травы, чай, ..

Обед, включает в себя воду, салат, яйцо, кофе, ..

В конце дня, закуски, включают в себя воду, орехи, ягоды, специи, какао, ..

Обед'. включают в себя воду, ужин тему, чай или кофе .. овощи.

7 продуктов, которые должны быть съедены ежедневно: Грибы (гриб) , Grains (Рожь, ячмень, чечевица, кукуруза, овес, просо, лебеда, рис, сорго, пшеница) Горячие, Chilies, лук (Коричневый, зеленый, красный, весна, лук, чеснок, лук-порей) , Петрушка, сладкий-Capsicum, овощи (спаржа, фасоль, брокколи, цветная капуста, морковь, горох, капуста ..)



## темы Fun-Day

**C>** Празднование дня **F>** Веселый день **M>** День памяти **S>** Позор день

Месяц	День	День
звезда	Новый год День 1.1.1	День Шир 1.3.7
солнце	BlossomDay 2.1.7	Жертвы Дня преступности 2.4.7
<b>Меркурий</b>	<b>День Умножение 3.1.7</b>	<b>Жертвы День войны 3.4.7</b>
Венера	Дети День 4.1.7	День загрязнения 4.2.7
земной шар	Рабочие День 5.1.7	День матери 5.3.7
<b>Луна</b>	День образования 6.1.7	<b>Дефолиант День 6.2.7</b>
<b>Марс</b>	Бабушки и дедушки День 7.1.7	День 7.3.7 Питание
<b>Юпитер</b>	День Вселенной 8.1.7	<b>День Холокоста 8.2.7</b>
<b>Сатурн</b>	День Хабитат 9.1.7	День Cron 9.3.7
<b>Уран</b>	День отцов 10.1.7	<b>Плач День 10.2.7</b>
<b>Нептун</b>	Выживание День 11.1.7	Pet День 11.3.7
Плутон	День Доброго здоровья 12.1.7	<b>Склонность День 12.2.7</b>
солнечная	Кустарник День 13.1.7	День дерева 13.3.7
<b>Песах</b>	<b>Пасхальный день 14.1.7</b>	Quattro День 14.0.2

Fun-Day темы для удовлетворения общины должны праздновать стыдиться помнить. Участие в Праздники , мемориал , срам , Дэй круглый год является важной, существенной частью жизни в обществе. Социализация с другими людьми имеет важное значение для личной эмоциональной стабильности.

Мы следуем **1 GOD** ! Работа 6 дней и сделать день 7 забавы дня.

Общаться, веселиться, петь, танцевать, есть, пить (безалкогольный) , Смеяться, но и молиться и медитировать ищет внутреннюю гармонию, счастье. Посещение Gathering. Поддержка Fun-Day темы.



### 1 Бог ждет, чтобы услышать от вас!

#### Веселый день молитва

дорогая **1 GOD** , Создатель самой красивой Вселенной Ваш покорный верный хранитель-хранитель (1 улица ИМЯ)

Спасибо за это недели задач, которые я пытался

жить ежедневно молитва

Сегодня я праздный и поклонение с семьей и друзьями я просить

руководство в течение предстоящей недели для славы **1 GOD** и Добра

Человечества



На тему дня соответствующий молитва используется + молитвы Fun-Day!

## Обзор 7 Scrolls

### Свиток 1: вера

#### Подтверждения Молитва

Есть **1 GOD** кто как ОН и ОНА!

**1 GOD** создал 2 Вселенная и человечество выбран, чтобы быть Хранителем физической Вселенной!

Человеческая жизнь священна от зачатия, и есть обязательство размножаться!

Человечеству, чтобы искать и получать знания затем применить его!

Законодатель Manifest заменяет все предыдущие сообщения **1GOD** послал!

Числа имеют важное значение и номер 7 божественна!

Существует ли загробная жизнь и есть ангелы!

### Прокрутка 2: обязательства Обязательность Молитва

почитание **1 БОГ**, отказаться от всех других кумиров

Защита, человеческое тело от зачатия

Жизнь долго, искать, усиление и применять знания

Mate размножаться и начать собственную семью

Честь, уважать своих родителей, бабушек и дедушек

Охраняйте среды и всю его форму жизни

Использовать ' **Закон Податель Manifest** », распространить его сообщение

Защита животных от жестокого обращения и исчезновения

Встаньте за несправедливо напали, обездоленным, слабым и нуждающимся

Накормите голодных, кров бездомным и комфорт больного

Протест несправедливости, аморальность и экологический вандализм

Делайте вознаграждена работу, не бездельничающей Избегайте и очистить загрязнения

Be Good Наказать Зла

Кремировать, близкие погосты

Будьте справедливы и дать заслуженное уважение Голосовать на всех выборах!

### Свиток 3: привилегии Запрос Prayer

Дышащий, чистый воздух

Есть насильственное свободное сообщество



## ПОДОТЧЕТНОСТЬ

**1 GOD** держит подотчетной! Частные лица, сообщества, организации, предприятия и правительство сделать не меньше. Попечитель Гардиан поддержки отчетности. Ответственность является основой, «справедливости»!

Ответственность применяется за действия и поведение. Когда что-то идет не так, нормы и правила сообщества нарушаются, общественные нравы и любезностью ожидания не оправдываются, ответственность применяется.

Законодатель правосудие основывается на ответственности. Накопле Sation было сделано. Обороны, прокуратура и judi- ciary вступает в заговор, чтобы найти, «истину». Accusa- ция оказывается правдой. Обязательная + аккумуляция по возрасту на основе предложения применяется. Результат: восстановление и компенсация. (См 7 провинций, Justice)



Ответственность против ответственности! Пара заключить брачный контракт. Оба несут ответственность, чтобы сделать работу брака! Неудачный брак имеет обе стороны к ответственности за их действия или бездействие, которые привели к неудаче.

Задача может включать в себя команду, которые несут ответственность за осуществление.

Однако один человек (лидер группы) будут привлечены к ответственности. Ограничимся замечанием mittee или банда включительно ответственны и подотчетны.

Ответственность против прощения! После установления ответственности, прощение отменяет последствия ответственности. В судебном плане преступник помилован. Некоторые злые Анти- БОГ культы. Раз в неделю все плохие злые люди прощаются. Остальная часть недели они плохое зло. На следующей неделе они прощены (Цикл повторения зла) ....

Попечитель Гардиан противиться прощения. Прощение коррумпировано, Зло!



**1 GOD** на Судный день держит каждую душу к ответственности! **1 GOD** не прощает.

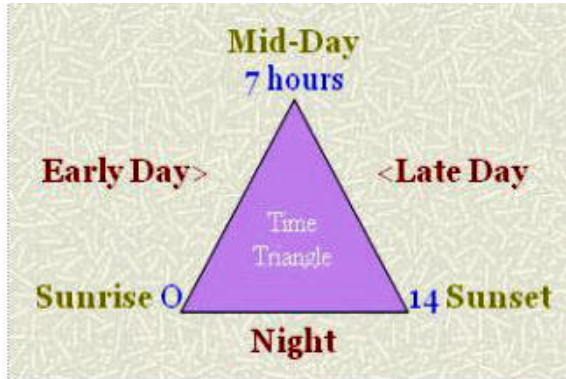
Заблуждения иметь последствия!

(См прокрутки 7 Afterlife)



## Время - треугольник

Попечитель Гардиан New-Age тайм-менеджмент!



**День начала : часы 0 Восход**

**Ранний день** от 0 - 7 часов 7 часов **Mid-Day**

**В конце дня** составляет от 7 - 14 часов 14

часов **Заход солнца**

**Ночь** от 14 - 21 часов

Обязательная Night-Комендантский: от 14-21 часов. **Усиленный по графство** ,

## Хранитель Хранитель Клок ( CG Клок) на короткий срок (час)

тайм-менеджмент, заменяет все другие часы (Сравните 24h 21h v) :

в день, имеет 21 часов> 1 час имеет 21-й> 1 минута имеет 21 секунду

> 1 секунда имеет 21 мигает> 1 мигание имеет 21 мигает> 1 вспышка имеет 21 щелчков

C-G Klock			D	h	m	s	b	f	c
1	D	Day	1						
21	h	hour	1	21					
21	m	minute	1	21	441				
21	s	second	1	21	441	9,261			
21	b	blink	1	21	441	9,261	194,481		
21	f	flash	1	21	441	9,261	194,481	4,084,101	
21	c	click	1	21	441	9,261	194,481	4,084,101	85,766,121

Часы и часы использовать дисплей 3 строки:

**14h-12m-16**

**207 ду - 4 с.в.**

**Y1 - M8 - W2 - D4**

**Линия 1:** 14 го час, 12 минут, 16 секунд.

**Строка 2:** 207 го день года, 4 го день недели

**Строка 3:** 1 год - месяц 8 -недельный 2 - 4-й день или же:

Середина недели 2 недели в Jupiter месяца 1-го года

часов 0 устанавливается каждый год после того, как самая короткая ночь в Sunrise. Каждые 73 дней (5 раз в год) 0 часов сбрасывается (Дневной свет экономии) , Переход на летнее вр нужно, чтобы получить как можно ближе к восходу солнца, как это возможно. Встав на рассвете является естественным и здоровым.

## ГОЛОСОВАНИЕ

Голосование моральный, гражданский долг. Выживание сообщества полагается на максимальной поддержке и участии ее членов. Люди не голосовали в действительности surrog- Ting людей, которые устанавливают тиранию. Они позволяют лоббистские группы развратить управление. Вы должны проголосовать! Несоответствие, **МИЗ R1**



## КАК ГОЛОСОВАТЬ

Попечитель Гардиан голосовать на всех выборах, что они имеют право на получение.

**Кто является кандидатом, который может быть поддержан?**

Он или она не моложе 28 или старше 70 лет является или был родителем.

Является ли работник или доброволец или уволились.

Является ли умственно и физически. Не имеет университетское образование.

Не завершена любой обояме реабилитации. Не имеет никакого сексуального инвалидности (Тот же пол, растерянный пол, ребенок приставать) , Использует «законодатель Manifest» в качестве руководства. Является хранителем Гардиан

Сторонники Custodian хранители и Klan Старейшины могут назначить, жизнеобеспечение, одобрить и Шунь кандидатов на выборах. Депозитарные Пользователи хранители (Zenturion, Praytorian, возвещатель) не может поддержать, выдвинуть или поддержать кандидатов за пределами администрации 1 Церкви.

Люди социальные существа. Они любят принадлежать. Свободно избранные комитеты выполняют эту потребность. Лидерство 1 является тирания. Лидерство комитета является справедливым. CG поддерживать равное представительство ОН и ОНА.



Кандидат (ОН ОНА) с большинством голосов избирается. Одинаковое количество голосов, чем старше он или она избирается. Избран человек не завершает свой срок. Заменены с человеком, который пришел 2 без обозначения даты

## защита

Для того, чтобы выжить, человеческое тело нуждается в Climate защиты!

Климат-угрозы: солнце (Излучение) , температура (горячий холодный) , Влажный (Озноб, переохлаждение) , Ветер (Ожог, озноб, пыль) , Климат-защита состоит из Головной защиты, защитно-одежды, защитно-убежища.

Угроза для человеческого тела голой кожи (Обнаженность) подвергается воздействию элементов.

Е-р1 ( Защита глаз) разделен на 2 секции: Практичность: одиночная линза (Козырек) , Мода: 2 линзы (очки) ,

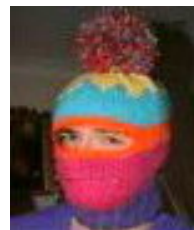
## Eye-защиты всегда носить при снаружи!

V-шлем голова-защита от ударов. Волосы и руководитель нуждаются в защите климата от холодного, влажного, экстремального излучения и загрязнения окружающей среды.

Голова также нуждается в защите от ударов: V-шлем с inbuild GPS-трекер, телефон, видеомagneфон ..

V- Шлем имеет внутри кожаная обивка. Встроенные в обивке являются дужки. **подшлемник ( Beanie)** или же **К-шарф** можно носить под шлемом. Чтобы сохранить внутреннюю подкладку шлема чистого от пота, перхоти и смазки. Снаружи аксессуар: яркий свет, инфракрасный свет лампы; видеокамера.

**подшлемник ( Beanie)** покрыть всю голову разоблачения только глаза. Вяжут из шерсти или смеси хлопка и шерсти (Не синтетическое волокно) , Может быть любой цвет или рисунок может иметь декоративный помпон на вершине. При отсутствии защиты лица и шеи не требуется Балаклаве можно скатать и стать «Beanie».



**К-шарф** может охватывать всю голову разоблачения только глаза (**Максимальная защита**) , Она выступает в качестве головных уборов и вуали. Вяжут из шерсти или смеси хлопка и шерсти (Не синтетическое волокно) , Может быть любой цвет или узор.

**подшлемник** или же **К-шарф** как защитит, закрывая нос и рот.

Вдох загрязнения, смертельные инфекционные болезни и жалящие насекомые избегают. Снижает эффект сухого и холодного воздуха. Аллергии и астмы уменьшаются. Содержит распространения инфекционных болезней.

## Head-защита всегда носить при снаружи!

**Защитная одежда** чтобы защитить организм от климата, болезней и загрязнения окружающей среды. Основные части тела, защищенные защитной одеждой: голова, кожа и ноги. **Защитно-одежда всегда навывпуск.**

Кожа нуждается в большом количестве защиты от укусов (Животные, человек), укусы (Насекомые, игла), инфекции (Бактерии, грибы, микробы, Вирус) Радиационная (Тепло, солнечная энергия, ядерный), Воздействие (Кислота, Огонь, Лед, острые кромки-, влажный),



**Одежда** изготовлено из натуральных волокон: животные шкур, шелк, plantfiber, хлопок или шерсти. Искусственные-волокна не используются для одежды и что-нибудь трогательной кожи человека. Производство искусственного волокна для концов одежды, существующий запас перерабатывается для других целей.

**ноги защита (Носки, ботинки)** от климата и ступок. Кожа, цыпочки и лодыжек подвергаются риску. **Outside всегда носить защитную обувь.**

**Носки** сделаны из хлопка, шерсти или хлопка, шерсти смеси (нет synth- Etic волокна) любой цвет любой рисунок. Носки имеют чистые частицы серебра (Не сплав) ткет, давая антибактериальные, антимикробные и антистатические свойства, что снижает запахи. Носки покрывают ноги до 7 см выше лодыжек.



**ботинки** имеют верхние защитные кожи (без синтетики), Внутренняя мягкая кожа (без синтетики), Подошв кожи или резины (Может быть возвращен), Ботинки для защиты ног до 7 см выше лодыжек. **Запись! Защита ног, которая не защищает (Сандал, тапочки, ушивальников) ноги и лодыжки бесполезны. Защита ног всегда должны быть навывпуск. Ходьба босиком снаружи нездоровым.**

**Рука-** защита в виде перчатки носится! Перчатки изготовлены из кожи, хлопка, шерсти или хлопка, шерсти смеси (без синтетических волокон) любой цвет любой рисунок.



**Защитно-одежда всегда носить при снаружи.**



**Защитно-Shelter ( дом, гостиная, работа)** потребность человека.

Защита от преступления (Безопасность), элементы (Погода), пожары, насекомые и загрязнение окружающей среды, Доступный защитно-Shelter является **1 GOD** данное право! Попечитель-хранитель предпочитают Кластер hou- петь (Община-гостиная), **Бездомные, отказ Шире!**

**Защитно-Приют для выживания, безопасности, комфорта ..**