

Fonaments bàsics



Índex

Bàsic:

Oracions diàries, rutina diària, CG Kalender, ajust diari, temes de diversió, visió general de 7 desplaçaments, rendició de comptes, triangle horari, votació, protecció.

Conceptes CG

Sense conceptes de violència, concepte Justícia. Sense conceptes de benefici (**CROn**), conceptes econòmics, Cadena del mal. Medi ambient (**Verd**) conceptes, cadena de supervivència. Gestió del temps (**NA.tm.**)

Per la glòria de 1 DÉU i el bé de la humanitat.

Welcome to the wonderful world of worshipping 1GOD



1 DÉU us espera.

Diàriament Oració

Benvolgut **1 DÉU** , Creador de l'Univers més bell
Ajuda'm a ser net, compassiu i humil **7** Desplaçaments
com a guia:

Protegiré les teves creacions i castigaré el mal.



Defensa els atacats injustament, els desfavorits, els febles i els necessitats. Alimenta els famolencs, protegeix els sense sostre i posa malament

Proclama:

1GOD, 1FAITH, 1Church, Universe Custodian Guardians

Gràcies per avui

El vostre guardià-guardià fidel més humil (1 c nom)

Per la glòria de **1 DÉU** i el Bé de la Humanitat

Aquesta oració s'utilitza cada dia en una rutina diària, sola o en grup en qualsevol lloc que vulgueu, amb els ulls tancats del sol naixent. Recitat a l'Aplec.



Gràcies Oració

Benvolgut **1 DÉU** , Creador de l'univers més bonic
Gràcies per subministrar-me beguda i menjar diaris
Living by your latest message

Intento ser mereixedor de menjar cada dia

Que em puguin estalviar agonitzants Set i adormiment Dolors de
fam El vostre més humil fidel guardià-guardià (1 c nom)

Per la glòria de **1 DÉU** i el Bé de la Humanitat



Utilitzeu aquesta oració abans de cada menjar.



Cada dia de la setmana ha de tenir un tema per sopar:

Dia 1: Verdures; Dia 2: Aus de corral; Dia 3: Mamífer;

Mitja setmana: Rèptil; Dia 5: Marisc;

Cap de setmana: Fruits secs , Llavors; Dia divertit: Insectes.



Rutina diària

A ' La rutina diària "és essencial per complir" Obligació 2 (Protegiu el cos humà) i estiguen preparats per afrontar els propers reptes. Aixeca't, pren un got d'aigua filtrada lleugerament freda, vés al lavabo, fes "Daily Fit" (exercicis) ', culteu la "pregària diària", renteu-vos la cara i les mans, esmorzeu, vesteu-vos. Consulteu el vostre "Planificador". Ara estàs preparat per als reptes. - Que tingueu un bon dia, maig **1 DÉU Salut** ' .

A ' La rutina diària inclou neteja i alimentació no només del jo, sinó de totes les altres persones i criatures que depenen de vosaltres. Renteu-vos les mans després de cada visita al lavabo i abans de cada aliment. Renteu-vos la cara abans de cada aliment. Renteu-vos les dents i renteu-vos tot el cos abans d'anar a dormir. Alimentar 5 vegades al dia: 'Esmorzar, berenar d'hora, dinar, berenar a última hora, sopar'. Preneu un got d'aigua filtrada lleugerament refrigerada amb cada alimentació.

Nota! Abans de cada aliment que adoris: **Gràcies a l'oració**

Cada dia de la setmana ha de tenir un tema alimentari: per exemple Dia 1: Verdures ; Dia 2 : Aus de corral ; Dia 3 : Mamífer ; Mig - setmana : Rèptil ; Dia 5 : Marisc ; Setmana - final : Fruits secs i llavors ; Dia divertit : Insectes .

Quan s'alimenta **evitar** Alimentació poc saludable: Alcohol, edulcorant artificial, fructosa (glucosa, sucre) , Aliments modificats genèticament (GM) , Aliments fabricats, ... Menjar ràpid greixós, salat i dolç. Beguda carbonatada que conté: alcohol, cafeïna, kola, sodi, edulcorant.



A ' La rutina diària inclou ser bo i castigar el mal. Ser bo implica fer " **Actes de bondat aleatoris** ". Sigues amable amb jo, amb la gent que t'envolta, la comunitat, altres criatures, l'hàbitat ... **1 DÉU**

li encanten els actes de bondat aleatoris. Punish Evil sempre que utilitzeu el **Manifest de la Llei: donant** com a guia.

Milers d'anys de 'Evil' s'acaben! **Ser bó! Cage Evil!**

E ndeavor a "Cercar, obtenir i aplicar coneixement", " **Aprendre i ensenyar** ', transmeti 'Experiències vitals'. Aprendre, ensenyar a transmetre experiències vitals són essencials per a una utilitat **1 DÉU** la vida agradable. Aquestes activitats ajuden a "harmonitzar" amb l'hàbitat local i la supervivència de les espècies. Buscar guanyar i aplicar coneixement ajuda a respondre **1 DÉU** Preguntes el dia del judici.

Cal descansar per a la supervivència i la bona salut. La resta principal és ' **Dorm** '. El son acaba amb una rutina diària. Hauria d'haver passat 1 hora des de l'alimentació i la neteja. Adoració ' **Oració del son** '. Per aconseguir un son revitalitzant i tranquil, cal que el llit sigui el més fosc possible. L'absència de soroll intern i extern és imprescindible. El toc de queda nocturn ho fa possible. ' **Comarca** implementeu 'Restricció nocturna'.

Hints

Un toc de queda nocturn de 7 hores de 14 a 21 hores (22-6 hores, rellotge pagà 24 hores) és obligatori. Per a una bona salut, reducció del consum d'energia, reducció de la contaminació i protecció de la fauna. Reducció de la criminalitat, reducció de costos per al govern, fomentació de la multiplicació.

Quan sortiu a fora, porteu sempre una roba de protecció adequada (sense fibres artificials) . Protegir (ulls, cabell, pell, peus) el cos humà pel clima, les malalties i la contaminació. La nuesa exterior és una deixalla.

Quan feu Daily Fit, utilitzeu el sentit comú sobre la rapidesa amb què es pot arribar al màxim de repeticions. Fer exercici durant 1 dia i no el següent no és beneficiós. És el teu cos, mantén-lo en forma!



Quan utilitzeu el Planificador a la feina o l'estudi, no deixeu que el "Temps" us controli. El temps no s'ha d'utilitzar per afanyar la gent. El cos humà no està dissenyat per a la pressa.

No deixeu que les idees s'oblidin ni es perdin. Cada dia es pensen moltes idees i s'obliden o es perden ràpidament. La raó és que no es conserven, no es registren ni s'anoten. Els millors es perden!

La memòria no és fiable a l'hora de preservar i fomentar noves idees. Porteu un quadern (planificador) o una gravadora amb vosaltres i quan es desenvolupi una idea, conserveu-la. Arxiva setmanalment les teves idees.

Reviseu les vostres idees. A mesura que reviseu les vostres idees (cada 4 setmanes és bo) . Alguns no tindran cap valor. No val la pena penjar-s'hi. Descarta'ls. Algunes idees semblen útils ara o en una data posterior. Conserveu-los, arxiveu-los: "Actiu" o "Més tard". Ara, agafeu el fitxer "Actiu".

Tria una idea! Ara feu créixer aquesta idea. Pensa-hi. Lligueu la idea amb idees relacionades. Investigueu, proveu de trobar qualsevol cosa semblant o compatible amb aquesta idea. Investigueu tots els angles, possibilitats. Quan creieu que la vostra idea està preparada per aplicar-la. Fes-ho. Obteniu comentaris, afineu la idea.

Custodian Guardian Kalender

1. Mes estrella

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

2. Sol-mes

3. Mercuri-mes

W 1	1	2	3	4	5	6	7 C.	W 1	1	2	3	4	5	6	7 C.
W 2	1	2	3	4	5	6	7 F	W 2	1	2	3	4	5	6	7 S
W 3	1	2	3	4	5	6	7 F	W 3	1	2	3	4	5	6	7 F
W 4	1	2	3	4	5	6	7 M	W 4	1	2	3	4	5	6	7 F

4. Venus-mes

5. Mes terrestre

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

6. Lluna-mes

7. Mart-mes

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

8. Mes de Júpiter

9. Mes de Saturn

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

10. Urà-mes

11. Mes de Neptú

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

12. Plutó-mes

13. Mes solar

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. Mes de Pasqua

1 Pasqua
 Quattro-anys
 1 2 Quattro - Pasqua

Ajust diari (exercicis)

Els exercicis diaris que han de tenir una bona salut, formen part de la rutina diària. Es completen cada matí. Els exercicis diaris augmenten: benestar integral, circulació sanguínia, activitat cerebral, digestió dels aliments, aparellament, tonificació muscular, autoestima, estimulació del sistema immunitari. **Els 7 exercicis són: Pit, molí de vent, marc de la porta, manuelles, agenollats, ganxo, giratori . Els 7 exercicis són per a HE, ES repeteixen.**

Comenceu amb 1 repetició, augmenteu fins a un màxim de 21. Utilitzeu el sentit comú sobre la rapidesa per arribar al màxim de repeticions. Persistir amb repeticions diàries és beneficiós. Exercitar 21 repeticions un dia i no fer exercici el següent no és beneficiós. Després d'acabar els exercicis, mantingueu-vos drets i respireu profundament i expireu al màxim, feu-ho 3 vegades. Continueu amb la vostra rutina diària. **Nota ! No fer exercici és un signe de desconsideració total del cos, baixa autoestima, mandra, ...**

Cofre Exercici 1: Poseu-vos alts, els braços doblegats horitzontalment cap al terra (forma de t) els polzes tocant el pit. Mou els braços cap enrere el més lluny possible (no enganxi) . A continuació, moveu els braços a la posició original doblegada. **Repetiu (21 màx.) !**

Molí de vent Exercici 2: Poseu-vos alts, els braços estirats de costat horitzontalment cap al terra (forma de t) . Centreu la vostra visió en un sol punt cap endavant. Comenceu a girar en sentit horari (esquerra a dreta) . Centrar-se en el punt de visió fins que el cos que gira obliga a perdre'l. Seguiu girant recentrant el més aviat possible. Seguiu girant fins al punt de marejar o 21 voltes el que passi primer. Respira profundament caminant uns quants passos per establir-te. **Nota! El principiant o la recuperació de la malaltia comença amb 1 torn augmentant fins a 21 torns com a màxim.**

Advertència, atureu-vos sempre quan comenceu a marejar-vos.

Marc de la porta Exercici 3: Mantingueu-vos dret en el marc de la porta oberta amb els peus amplats als malucs, colzes inclinats cap amunt en angle recte (90 °, forma de trident) . Premeu els colzes contra els costats del marc de la porta fins que sentiu tensió entre els omòplats, manteniu-lo sostingut (compte 10) , allibera tensió. Després d'alliberar la tensió, inspireu pel nas omplint uniformement els pulmons al màxim, manteniu-ho (compte 3) , a continuació, expireu lentament per la boca fins al màxim.

Peses Exercici 4: S'utilitza 1 manuela HE (4 kg) , ELLA (2 kg) . **No utilitzeu 2 peses.** Mantingueu-vos erguits amb els peus a l'amplada dels malucs colzes separats cap als costats amb els palmells cap endavant. Recollir manuelles amb la mà esquerra

doblegant el colze fins que l'avantbraç estigui en angle recte (90 °)
Premeu lentament el bíceps, aixecant la manuela cap a l'espatlla (compte 3) , a continuació, baixeu lentament la manuela fins a la posició inicial, **repetir** (1-7) . Canvia al braç dret, **repetir** (1-7) .



De genolls Exercici 5: Agenollar-se sobre un cos erecte, amb les mans ben posades a la natja. Inclineu el cap cap endavant fins que la barbeta toqui el pit. Ara, inclineu lentament el cap cap enrere fins a la distància, al mateix temps, reclineu-vos el màxim possible mantenint les mans fermes a les natges.

Repetiu (21 màx.) !

Ganxo Exercici 6: En una pregària (protegir del fred) estirat a l'esquena, amb els braços estesos amb els palmells cap avall contra el cos. Ara inclineu lentament el cap cap endavant els braços estirats amb els palmells cap avall contra el cos. Ara inclineu lentament el cap cap endavant fins que la barbeta toqui el pit al mateix temps, aixequiu les cames, els genolls rectes i verticals (90 °) aguanta (compte 3) , a continuació, torneu lentament (cap, cames) fins al començament. **Repetiu (21 màx.) !**

Giratori E exercici 7: En una pregària (protegir del fred) estirat a l'esquena, amb els braços estesos amb els palmells cap avall. Ara els talons de genolls doblegats toquen la natja. Mantenir les palmes fermes sobre els genolls giratoris cap a la dreta fins que toquin l'estora. A continuació, gireu els genolls cap a l'esquerra tocant l'estora. Repetiu el gir giratori dret i esquerre comptant cada giratori esquerre. **Feu-ne 21!**

Després de completar l'ajust diari. Pren un got (0,2 l) d'aigua filtrada lleugerament refrigerada.

Exercicis nocturns

És normal que hi hagi 2 dormits amb un descans intermedi. En cas d'aixecar-se (anar al lavabo ...) , en tornar, seure a la vora del llit, beure una mica d'aigua i fer un dels exercicis següents (Tots els exercicis es fan asseguts a la vora del llit, amb els genolls a les espatlles) . Cada vegada que us lleveu feu un exercici diferent.

1er exercici: Col·loqueu les palmes * de les mans contra la part exterior dels genolls. Premeu les mans cap endins, els genolls cap a fora, manteniu premuts 7 segons (Sent tensió als braços, cames, espatlles) . Relaxeu-vos, respireu, no repeteix, preneu aigua, estireu-vos, dormiu bé. * Variació utilitza punys.

2n exercici: Fer punys * col·loqueu-los contra la part interior dels genolls. Premeu els punys cap a fora, els genolls cap a dins, manteniu premut 7 segons (Sents

tensió als braços, cames, estómac) . Relaxeu-vos, respireu, no repeteix, preneu aigua, estireu-vos, dormiu bé. * La variació utilitza palmes planes.

3r exercici: Doblega els braços (90%) al nivell del pit, gireu la mà esquerra cap amunt doblegant els dits, gireu la mà dreta cap avall i doblegueu els dits.

Tancar els dits amb força. Ara estireu les mans en direcció oposada, manteniu premut 7 segons (Sent tensió als dits, braços, pit) . Relaxeu-vos, respireu, no repeteix, beveu aigua, estireu-vos, dormiu bé.

4t exercici: Doblega els braços (90%) al nivell del pit, gireu la mà esquerra cap amunt, gireu la mà dreta en puny. Col·loqueu el puny a la mà, premeu al mateix temps i premeu la mà oberta cap amunt, manteniu premut 7 segons. Seqüència inversa

- ce, mantingueu premut 7 segons (Sent tensió a les mans, braços, coll, pit) .

Relaxeu-vos, preneu un respir i glopeu d'aigua, estireu-vos, dormiu bé. Sense repeticions.

Les persones amb l'esquena tensa afegeixen aquest exercici a cada exercici: Col·loqueu les mans sobre els genolls. Inclini el cap cap enrere i doblega cap enrere i gira cap endavant sense perdre el contacte amb els genolls (Sent tensió als braços, esquena, estómac) .

Relaxeu-vos, respireu, repeteix 7 vegades, beureu aigua, estireu-vos, dormiu bé.

Nota! Persones que s'asseuen molt durant el dia. Heu de fer 1 dels exercicis nocturns en rotació cada 2 hores. Acabeu amb un got (0,2 l) d'aigua filtrada lleugerament refrigerada.

No fer exercicis: et fa impropri, mandrós, insalubre, groller, una càrrega per a tu i la teva família i amics, un mal exemple per als nens, deprimet, estar més malalt, aparellar incòmode, morir junger.

Una part de l'ajust diari és l'alimentació! Que saludables que som, quant de temps vivim. Té molt a veure amb el nostre hàbit alimentari.

Alimentar 5 vegades al dia:

'Esmorzar, inclouen aigua, herbes, espècies, mel, cafè, ..

Berenar primer dia, inclouen aigua, fruita, herbes, te, ..

Dinar, inclouen aigua, amanida, ou, cafè, ..

Berenar tard, inclouen aigua, fruits secs, baies, espècies, cacau, ..

Sopar '. inclouen aigua, tema del sopar, te o cafè .. Verdures.

7 aliments que s'han de menjar diàriament: Fongs (bolet) , Grans (sègol, ordi, llenties, blat de moro, civada, mill, quinoa, arròs, sorgo, blat) , Hot Chilies, Cebes (marró, verd, vermell, primavera, ceballet, all, porro) , Julivert, Capsicum dolç, Verdures (espàrrecs, mongetes, bròquil, coliflor, pastanagues, pèsols, brots ..)

Temes de diversió

C> Dia de celebració F> Dia divertit M> Dia Commemoratiu S> Vergonya

Mes	Dia	Dia
Estrella	Dia de Cap d'Any 1.1.1	Dia del Comtat 1.3.7
Sol	BlossomDay 2.1.7	Dia de les víctimes del delictes 2.4.7
Mercuri	Dia de la multiplicació 3.1.7	Dia de les víctimes de la guerra 3.4.7
Venus	Dia dels nens 4.1.7	Dia de la contaminació 4.2.7
Terra	Dia dels treballadors 5.1.7	Dia de les mares 5.3.7
Lluna	Dia de l'Educació 6.1.7	Dia Defoliant 6.2.7
Mart	Dia dels avis 7.1.7	Dia de l'alimentació 7.3.7
Júpiter	Dia de l'Univers 8.1.7	Dia de l'Holocaust 8.2.7
Saturn	Dia de l'hàbitat 9.1.7	Dia CROn 9.3.7
Urà	Dia del pare 10.1.7	Dia del greix 10.2.7
Neptú	Dia de la supervivència 11.1.7	Dia de les mascotes 11.3.7
Plutó	Dia de bona salut 12.1.7	Dia de les Addiccions 12.2.7
Solar	Dia dels arbusts 13.1.7	Dia de l'arbre 13.3.7
Pasqua	Dia de Pasqua 14.1.7	Quattro Dia 14.0.2

Els temes del Dia de la diversió atenen a una comunitat que necessita celebrar-ho. Participant a **Celebracions**, Memorial, **Vergonya**, El dia durant tot l'any és una part important i essencial de la vida a la comunitat. **Socialitzar amb altres persones és important per a l'estabilitat emocional personal.**

Seguim **1 DÉU**! Treballa 6 dies i converteix el dia 7 en un dia divertit. Socialitzar, alegrar-se, cantar, ballar, menjar, beure (no alcohòlic), riure però també pregar i meditar buscant l'harmonia interior, la felicitat. **Visiteu un aplec. Admet temes de Fun-Day.**



1 DÉU us espera.

Dia divertit Oració

Benvolgut **1 DÉU**, Creador de l'univers més bell: el vostre fidel guardià-guardià més humil (1 c nom)

Gràcies pels desafiaments d'aquestes

setmanes, he intentat viure el Daily-Prayer

Avui celebrot i culte amb la família i els amics i

demano orientació durant la propera setmana per la glòria de **1 DÉU** i el Bé de la Humanitat



El dia del tema s'utilitza una pregària rellevant + la pregària del Dia de la diversió.

Vista general de 7 pergamins

Desplaçament 1: **Creença**

Pregària d'afirmació

Hi ha **1 DÉU** qui és EL i ELLA!

1 DÉU va crear 2 Univers i va seleccionar la humanitat per ser custòdia de l'Univers físic.

La vida humana és sagrada des de la concepció i hi ha l'obligació de multiplicar-se.

La humanitat és buscar i obtenir coneixement i després aplicar-lo.

El Manifest Law-Giver substitueix tots els missatges anteriors **1DÉU** enviat!

Els números són importants i el número 7 és diví.

Hi ha un més enllà i hi ha àngels!

Desplaçament 2: **Obligacions**

Obligació Oració

Adoració **1 DÉU**, descarta tots els altres ídols

Protegir el cos humà de la concepció

Viu tota la vida, busca, obté i aplica coneixements

Parella per multiplicar-se i formar la seva pròpia família

Honra, respecta els teus pares i avis

Protegiu el medi ambient i totes les seves formes de vida

Utilitzar el '**Manifest de la Llei que dóna**', difon el seu

missatge Protegiu els animals de la crueltat i l'extinció

Defensa els atacats injustament, els desfavorits, els febles i els necessitats

Donar de menjar als famolencs, refugiar-los sense llar i reconfortar-los

Protesta per la injustícia, l'amoralitat i el vandalisme ambiental

Feu treballs recompensats, sense embolcalls

Evitar i netejar la contaminació

Be Good Punish Evil

Incinerar, tancar cementiris

Sigues just i dóna un respecte merescut Vota a totes les eleccions!

Desplaçament 3: **Privilegis**

Demana Oració

Aire net i transpirable

Tenir una comunitat lliure i violenta

Aigua potable i filtrada Tenir una mascota
Menjar sa i saludable Educació gratuïta
Roba de protecció i assequible Tractament gratuït en cas de malaltia
Refugi higiènic i assequible Rebre respecte
Adorar i creure-hi **1 DÉU** Rebre justícia
Lliure expressió amb restriccions morals Treball recompensat
Company, formar família Tenir govern elegit lliurement
Acaba amb dignitat

Desplaçament 4: **Fracassos** Oració fallida

Adicció Canibalisme Enveja Perjudici
Espoli Egoista Vandalisme

Desplaçament 5: **Virtuts** Oracions de virtuts

Adoració només **1 DÉU** i castigar sempre el mal
1. Aprendre, després ensenyar i continuïtat del coneixement
Protegiu el medi ambient i harmonitzeu-lo amb l'hàbitat
Estimat, fiable i fidel Net i ordenat Perseverança
Coratge, compassió, just, compartint

Desplaçament 6: **Khronicle** Oració del Patrimoni

Creació Passat proper - 700 a - 70 anys
Temps antics a - 2.100 anys Passat llunyà - 2.100 a - 700 anys New
Age a partir dels 0 anys: passat mitjà - 1.400 a - 700 anys
Profecia

Desplaçament 7: **Més enllà** Oració de l'ànima

Pregària de dol Reviure la mala oració Reviure la bona oració
Cremació El dia del judici Escalles de puresa Àngel



Responsabilitat

1 DÉU fa comptes! Les persones, la comunitat, les organitzacions, les empreses i el govern no han de fer menys. Custodian Guardian dóna suport a la rendició de comptes. La responsabilitat és el fonament de "Justícia".

La responsabilitat s'aplica als actes i comportaments. Quan alguna cosa surt malament, s'incomplixen les normes i els reglaments de la comunitat, no es compleixen la moral i les expectatives de civilitat de la comunitat, s'aplica la responsabilitat.

La justícia que dóna la llei es basa en la rendició de comptes. S'ha fet una accuació. Defensa, processament i poder judicial coincideixen per trobar "Veritat". Es troba que l'acusació és certa. S'aplica una obligació + acumulacions segons la frase basada en l'edat. Resultat: Rehabilitació i compensació. (vegeu 7 províncies, Justícia)



Responsabilitat versus responsabilitat! Una parella té un contracte matrimonial. Tots dos són responsables de fer funcionar el matrimoni. Un matrimoni fallit té les dues parts responsables de la seva acció o inacció que va provocar el fracàs.

Una tasca pot implicar un equip que s'encarrega d'implementar-la. No obstant això, una sola persona (líder de l'equip) serà responsable. Un comitè o una colla són responsables i responsables.

Responsabilitat versus perdó. Un cop establerta la rendició de comptes, el perdó cancel·la les conseqüències de la rendició de comptes. En termes judicials, un criminal és indultat. Alguns anti-malvats **DÉU** cultes. Un cop per setmana es perdona a tots els malvats. La resta de la setmana són dolents. La setmana vinent se'ls perdona (cicle del mal repetit)

Custodian Guardian s'oposa al perdó. El perdó és corrupte, Malvat!

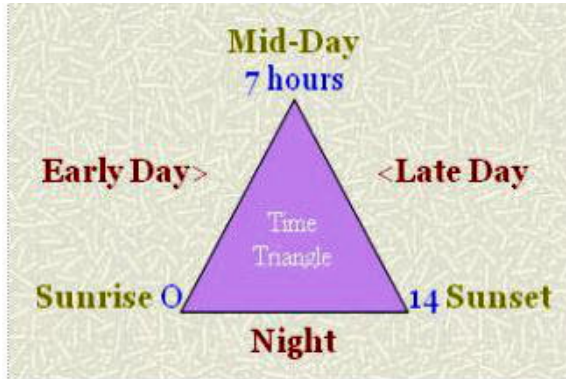


1 DÉU el dia del Judici fa que totes les ànimes siguin responsables! **1 DÉU** no perdona.
Les errades tenen conseqüències!
(vegeu Scroll 7 Afterlife)



Temps - Triangle

Custodian Guardian New-Age Gestió del temps.



Inici del dia : 0 hores **Sortida del sol**

Primer dia és de 0 a 7 hores 7 hores és **Migdia**

Late Day és de 7 a 14 hores 14 hores és **Posta de sol**

Nit és de 14 a 21 hores

Queda de queda obligat a la nit: de 14 a 21 hores. Forçat per Comarca .

Custodian Guardian KLOCK (CG Klock) per a curt termini (hores) gestió del temps, substitueix la resta de rellotges (Compareu 24h v 21h) : un dia té 21 hores> 1 hora té 21 minuts> 1 minut té 21 segons > 1 segon té 21 parpelleigs> 1 parpelleig té 21 flaixos> 1 flaix té 21 clics

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

Rellotge i rellotge utilitzen una pantalla de 3 línies:

14h-12m-16s

207 dy - 4 dw

Y1 - M8 - W2 - D4

Línia 1: el 14th hora, 12 minuts, 16 segons.

Línia 2: 207th dia de l'any, 4th dia de la setmana

Línia 3: Any 1 - Mes 8 - Setmana 2 - Dia 4 o bé:

Mitjana setmana de la setmana 2 de Júpiter, mes de l'any 1

O hores s'estableix cada any després de la nit més curta a Sunrise. Cada 73 dies (5 vegades l'any) Es restableix 0 hora (estiuenc) . Cal estalviar-se l'horari d'estiu per aixecar-se el més a prop possible de la sortida del sol. Llevar-se a la sortida del sol és natural i saludable.

Votació

Votar un deure moral i civil. La supervivència d'una comunitat depèn del màxim suport i participació dels seus membres. De fet, les persones que no voten donen suport a les persones que estableixen tiranies. Permeten als grups de pressió corrompre la governança. **Has de votar! Incompliment, SENYORA R1**



COM VOTAR

Custodian Guardian vota a totes les eleccions a les quals són elegibles.

Qui és un candidat que es pot donar suport?

A HE o SHE no té més de 28 anys o més de 70. És o ha estat pare o mare.

És treballador o voluntari o està jubilat.

Està en forma mental i física.

No té formació universitària.

No ha completat cap rehabilitació engabiada.

No té discapacitat sexual (mateix gènere, gènere confús, molèstia infantil).

Utilitza el "Manifest de la Llei" com a guia.

És un guardià guardià

Els defensors dels guardians i els ancians del Klan poden designar, donar suport, avalar i candidats a SHUN a les eleccions. Membres guardians custodiats (Zenturion, Praytorian, Proclamador) no pot donar suport, designar ni recolzar candidats fora de l'administració de l'Església.

Els humans som criatures socials. Els agrada pertànyer. Els comitès elegits lliurement compleixen aquesta necessitat. El lideratge per 1 és la tirania. El lideratge del comitè és just. CG dona suport a una representació igualitària de HE i SHE.



El candidat (ELL ELLA) és escollit amb més vots. La mateixa quantitat de vots com més alt sigui elegit HE o SHE. Una persona elegida que no compleixi el seu mandat. Es substitueixen per la persona que va venir 2nd.

Protecció

Per sobreviure, el cos humà necessita protecció Cimate!

Amenaces climàtiques: Sol (radiació) , Temperatura (calent fred) , Mullet (calfred, hipotèrmia) , Vent (cremada, fred, pols) . La protecció contra el clima consisteix en protecció del cap, roba de protecció, refugi de protecció.
Amenaça per a la pell nua del cos humà (nuesa) exposat a elements.

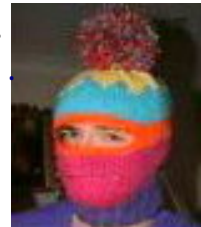
E-p1 (Protecció ocular) es divideix en 2 seccions: Pràctic: lent simple (visera) . Moda: 2 lents (espectacles) .

La protecció dels ulls sempre es porta fora.

Casc V protecció del cap contra cops. El cabell i el cap necessiten protecció climàtica contra el fred, la humitat, les radiacions extremes i la contaminació.
Un cap també necessita protecció contra cops: un casc V amb rastrejador GPS integrat, telèfon, gravadora de vídeo ...

El **V**- El casc té encoixinat interior de cuir. Incorporats al farciment hi ha auriculars. A **Passamuntanyes (Beanie)** o bé **K-Scarf** es pot portar sota un casc. Per mantenir el revestiment interior del casc net de la transpiració, la caspa i el greix. Accessori exterior: llum de llum infraroja amb llum brillant; una càmera de vídeo.

Passamuntanyes (Beanie) tapar tot el cap exposant només els ulls. Es teixeix de llana o una barreja de cotó i llana (sense fibra sintètica) . Pot ser de qualsevol color o patró i pot tenir un pom-pom decoratiu a la part superior. Quan no cal protecció de la cara i el coll, el passamuntanyes es pot enrotllar i convertir-se en un "gorro".



K-Scarf pot cobrir tot el cap exposant només els ulls (màxima protecció) . Actua com a tapa del cap i un vel. Es teixeix de llana o una barreja de cotó i llana (sense fibra sintètica) . Pot ser qualsevol color o patró.

Passamuntanyes o bé **K-Scarf** tots dos protegeixen tapant el nas i la boca. S'eviten la inhalació de contaminació, les malalties contagioses mortals i els insectes urticants. Redueix l'efecte de l'aire sec i fred. Es redueixen les al·lèrgies i l'asma. Conté una malaltia contagiosa que s'estén.

La protecció del cap sempre es porta fora.

Roba protectora per protegir el cos del clima, les malalties i la contaminació. Les principals parts del cos protegides amb roba de protecció són el cap, la pell i els peus. La roba de protecció sempre es porta fora.

La pell necessita molta protecció contra les picades (animals, humans), Picades (Insectes, agulles), Infeccions (Bacteris, fongs, gèrmens, virus), Radiació (Calor, Solar, Nuclear), Exposició (Àcid, foc, gelades, vores afilades, humit).



Roba està fet de fibres naturals: pell d'animals, seda, fibra vegetal, cotó o llana. Les fibres artificials no s'utilitzen per a la roba ni per a qualsevol cosa que toqui la pell humana. Producció de fibres artificials per a finalitats de roba, el material existent es recicla per a altres usos.

Peus protecció (mitjons, botes) del clima i els cops. La pell, els dits dels peus i els turmells estan en risc. L'exterior sempre porta protecció dels peus.

Mitjons estan fets de cotó, llana o una barreja de cotó i llana (sense fibres sintètiques) qualsevol color qualsevol patró. Els mitjons tenen partícules de plata pura (sense aliatge) teixit, donant propietats antibacterianes, antimicrobianes i antiestàtiques, reduint les olors. Coberta de mitjons Peus fins a 7cm per sobre dels turmells.



Botes tenen pell protectora superior (sense sintètics), pell suau interior (sense sintètics), soles de cuir o cautxú (es pot reciclar). Les botes han de protegir els peus fins a 7 cm per sobre dels turmells. **Nota!** Protecció dels peus que no protegeix (Sandàlies, sabatilles, tanga) els peus i els turmells no serveixen per a res. La protecció dels peus sempre s'ha de portar a l'exterior. Caminar descalç a l'exterior no és saludable.

Mà- es porta protecció en forma de guants! Els guants estan fets de cuir, cotó, llana o una barreja de cotó i llana (sense fibres sintètiques) qualsevol color qualsevol patró.



La roba de protecció sempre es porta fora.



Refugi de protecció (casa, viure, treballar) una necessitat humana.

Protecció contra el delicte (Seguretat), elements (Temps), foc, insectes i contaminació. Un refugi de protecció assequible és un **1 DÉU** donat dret! Custodian-Guardian prefereix l'allotjament dels clústers (viure en comunitat). Sense sostre, un fracàs de Shire.

Refugi de protecció per a la supervivència, seguretat, comoditat ..