

Essentials



indeks

Basic:

Daily Palved, igapäevaeluks, CG Kalender, Daily Fit, fun päev teemad, 7 Leidke ülevaade, vastutus, Aeg- Triangle, hääletamine, kaitse.

CG Concepts

Vägivalda mõisted, justiits- mõiste. Kasumit ei kontseptsioonid (cron),

Majanduslikke kontseptsioone, Chain of Evil. keskkond (roheline) mõisted,

Survival ahela. Aja planeerimine (NA.tm.)

Austuseks 1 Jumala ja hea inimkonna!

Welcome to the wonderful world of worshipping 1GOD



1 Jumal ootab kuulda!

iga päev palve

kallis 1 Jumal , Looja ilusamaid Universe Aidake mul olema puhas, kaastundlik ja tagasihoidlik kasutamine 7 Scrolls giid:



Ma kaitsen oma loomingut ja selle eest karistamist Evil.

Seisma ebaõiglaselt rünnatud, ebasoodsas olukorras, nõrk ja abivajajate Feed näljane, peavarju kodutute ja mugavus haige kuulutame:

1GOD, 1FAITH, 1Church, Universe Halduri Guardians Täname täna

Teie kõige alandlik ustav hooldaja-eestkostja (1 st nimi)
Austuseks 1 Jumal ja hea inimkonna

See palve kasutatakse igapäevases osa igapäevaelust, üksi või rühma mis tahes koha soovite, ees tõusva päikese silmad suletud. Loetletud koosviibimisel.



Aitäh palve

kallis 1 Jumal , Looja ilusamaid Universe Täname varustavad mind Daily toit ja jook Living oma viimast sõnumit



Ma püüab väärrib toitu iga päev tohin pääsenud piinav janu ja tuimestus nälg valud Teie kõige alandlik ustav hooldaja-eestkostja (1 st nimi)

Austuseks 1 Jumal ja hea inimkonna

Kasutage seda palve enne iga feed!



Igal nädalal päeva peab olema Õhtusöök teema:

1. päev: köögiviljad; Day2: kodulinnud Day3: Mammal;

Keskmine nädal: roomajate; Day5: Seafood;

Nädala lõpus: pähklid , seemned; Fun-Day: Putukad.



Igapäevane rutiin

A ' Igapäevaelust "on oluline, et rahuldada kohustus 2 (**Kaitse inimkeha**) "Ja olema valmis tekkivatele probleemidele. Tõuse püsti, on klaasi kergelt jahutatud filtreeritud vesi, minna WC, teha "Daily Fit (**Harjutused**) "

jumalateenistuse "Daily Prayer", pesta nägu ja käed, on hommikusöök, pane riidesse. Kontrolli oma "Planner". Nüüd valmis väljakutsetele. "Head päeva, võib **1 Jumal Terviseks**' .

A ' Igapäevaelust "hõlmab puhtust ja söötmise mitte ainult" mina ", kuid kõik teised inimesed ja olendid sõltuvalt teile. Pesta käsi pärast iga WC külastus ja enne iga feed. Pesta nägu enne iga feed. Hambaid pesema ja pesta kogu keha enne magamaminekut. Sööt 5 korda päevas:

"Breakfast, Early päeval suupiste, lõunasöök, Hiline päeval suupiste, õhtusöök". Kas klaasi kergelt jahutatud filtreeritud vett iga feed!

Märke! Enne iga toita Sa kummardama: **Aitäh Palve** _ _

Igal tööpäeval peab olema toidu teema: nt päev 1: **köögiviljad** ;

Day2 : **linnuliha** ; Day3 : **imetaja** ; keskel - nädal : **roomaja** ; Day5 : **mereannid** ; nädal - lõpp : **Pähklid ja seemned** ; Fun-Day : **putukad** .

söötmisel **vältima** ebatervislik Nourishment: Alkohol, kunstlikud magusained, Fruktos (**Glükoos, suhkur**) Genetic muundatud toidu (**GM**) Tööstuskaupade-toit, ... Pesemata, soolane, magus kiirtoit. Gaseeritud jook, mis sisaldab: alkohol, kofeiin, Kola, naatriumi, magusaine!



A ' Igapäevaelust "hõlmab oleks hea ja karistades Evil. Olles hea hõlmab teed " **Juhuslikud heategudele**. Ole lahke I inimesi enda ümber, kogukonna, muud olendid, elupaiga ... **1 Jumal**

armastab Juhuslik heategude. Eest karistamist Evil everytime kasutada " **Õigusloomet Andja Manifest** " giid.

1000 aasta aasta "Evil" on lõppemas! **Ole hea! Cage Evil!**

E ndeavor "otsida, saada ja rakendada teadmisi", " **Õpi ja õpeta** " _

edasi "elukogemused. Õppimine, õpetamine veeretada Life koge- riences on oluline kasulik **1 Jumal** meeldiv elu. Need tegevused aitavad ühtlustavate kohalike elupaiga ja ellujäämise liigid. Keda üha ja teadmiste rakendamine aitab automaatvastaja **1 GOD** " s küsimustele otsuse-Day.

Rest on vaja ellujäämise ja hea tervise. Peamised ülejäänud on " Sleep ".

Sleep lõpeb igapäevaellu. 1 tund oleks pidanud möödunud sööda ja puhastust.

Jumalateenistus " **Sleep Palve** ". Et saada kosutava elustav magada magamistoas peab olema võimalikult tume. Puudumine sise-ja välispoliitika müra ei tohi. Öö-Lõpukella teeb selle võimalikuks. " **Shire** "

rakendada "öö-liikumiskeelu.

H ints

A7 tunni öö-liikumiskeelu 14-21 tundi (22- 6 tundi, 24 tunni Pagan- kell) on kohustuslik. Hea tervise, vähendada energiakulu, saaste vähendamise ja looduskaitsealaseid. Vähendamine kuritegevuse, vähendades kulusid valitsuse, julgustades korrutamist.

Kui läheb väljaspool kandke alati sobivaid "kaitseriietus" (No kunstkiud) . Kaitsma (Silmad, juuksed, nahk, jalad) Inimkeha kliima, haiguste ja reostust. Väljaspool alustus on väärtusetu!

Kui teed Daily Fit kasutamise commonsense kui kiiresti saavutada maksimaalne kordust. Treenimine 1 päev ja mitte järgmisel ei ole kasulik. See on keha, hoida sobi!



Kui kasutate oma Planner tööol või uuringu ei lase "Time" kontrolli You! Aeg on mitte kasutada kiirusta inimest. Inimese keha ei ole mõeldud kiirustamisega.

Ära lase Ideed olla unustatud või kaotatud. Iga päev palju ideid arvatakse maha ja kiiresti unustanud või kaotanud. Põhjuseks on nad kus ei säilitata, salvestatud või alla hinnatud. Parim on kadunud!

Mälu on ebausaldusväärne, kui tegemist on säilitada ja arendada uusi ideid. Carry sülearvuti (Planeerija) või salvesti teiega ja kui idee areneb, säilitada seda! Iganädalane faili oma ideid!

Vaadake oma ideid. Nagu te vaadata oma ideid (Iga 4 nädala on hea) . Mõned on mingit väärtust. Nad ei ole väärt, et. Visata. Mõned ideed tunduvad nüüd kasulikud või mõnel hilisemal kuupäeval. Hoidke neid, esitada neile: "Aktiivne" või "Hiljem". Nüüd võta Aktiivne fail.

Pick idee! Nüüd teeb seda ideed kasvada. Mõttele selle üle. Tie mõte seotud ideid. Research, proovige leida midagi sarnaneb või kooskõlas selle idee. Uurida iga nurga alt, võimalusi. Kui arvate, et teie idee on valmis rakendada. Teha. Saada tagasisidet, häälestada idee.

Halduri Guardian Kalender

1. Star kuu

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

2. Sun kuu

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

3. Mercury kuu

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

4. Venus kuu

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

5. Maa-kuu

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

6. Moon kuu

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

7. Mars kuu

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

8. Jupiter kuu

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

9. Saturn kuu

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

10. Uraan-kuulise

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

11. Neptune kuu

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

12. Pluuto kuu

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

13. Solar kuu

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

14. Paasapühade kuu

W1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Daily Fit (harjutused)

Daily harjutusi hea tervise peab kuuluvad igapäevaelust. Nad on läbinud igal hommikul. Daily harjutused suurendavad: kõik ringi heaolu, vereringet, ajutegevust toidu seedimist, mating- tung, lihaste toonimine, enesehinnang, immuunsüsteemi stimuleerimiseks. **7 harjutused on: Rindkere, tuuleveski, Seinaraam, Hantel, Põlvitav, Hook, Pöörlev . Kõik 7 harjutused on HE ta korratakse.**

Alusta 1 kordus, suurendada maksimaalselt 21. Kasuta commonsense kui kiiresti saavutada maksimaalne kordust. Jätkev päevas kordust on kasulik. Treenimine 21 kordust 1 päev ja ei kasuta järgmisel ei ole kasulik. Pärast viimistlus harjutusi seista püstised ja hinge sügavalt siis hingata maksimaalse seda 3 korda. Jätka oma igapäevaellu. **Märge ! Ei kasuta on märk ignoreerivad keha, madal enesehinnang, laiskus, ...**

Rind Harjutus 1: Stand pikk, käed painutatud horisontaalne põrandale (T- kujuga) põidlad puudutamata rinnus. Liiguta käsi tagasi nii palju kui võimalik (Ärge murdke) . Seejärel liiguta käsi algse painutatud asendis. **kordus (21 max) !**

tuuleveski Harjutus 2: Seista pikk, väljasirutatud käte külili horisontaalsed põrandale (T-kujuliseks) . Suuna oma nägemust ühest kohast otse edasi. Alustage päripäeva (vasakult paremale) . Visioonile punkti kuni keerates keha sunnib teid kaotada. Hoidke keerates suunamuutust niipea kui võimalik. Hoidke keerates, kuni punktini, peeringlus või 21 pööret kumb saabub 1st. Breath sügavalt kõndides mõne sammu steadying ise. **Märge! Algaja või toibumas haigus algab 1 suurendades omakorda 21 lülitab max.**

Hoiatus, alati lõpetada, kui algab peeringlust.

Karmin Harjutus 3: Stand püstitada avatud ukse raami jalad hip laius peale põlved painutada ülespoole täisnurga (90 °, kolmikhark kujuga) . Press põlved vastu külge ukse raami, kuni tunnete vaheline pinge abaluude, hoidke (Loendada 10) Vabastada pingeid. **Pärast vabastamist pinge hingata läbi nina ühtlaselt täites kopsudest max, hoidke (Loendada 3) , Seejärel aeglaselt hingama läbi suu max.**

puupea Harjutus 4: 1 hantli kasutatakse HE (4kg) ta (2 kg) . **Ärge kasutage 2 Dumbbells.** Stand püstised jalad hip laius peale põlved oma poolele peopesad ettepoole. Pick up tõstekang vasakpoolses

painutamine küünarnukist kuni küünarvarre on täisnurga (90 °)
Aeglaselt pigistada punnitamise, tõstes hantel kuni poole öla ootel (Loendada 3) , Seejärel aeglaselt madalam hantli algasendisse, **kordus (1-7) . Muuda** parem käsi, **kordus (1-7) .**



põlvitus Harjutus 5: Põlvitama kohta prayermat keha püsti, käed kindlalt paigutatud vastu tuhara. Pööra pea ettepoole, kuni lõug puudutab rinnus. Nüüd aeglaselt otsa pea tagasi nii palju kui see läheb, samal ajal taine tagasi nii palju kui võimalik hoida oma käed firma tuharad.

kordus (21 max) !

konks Harjutus 6: On prayermat (**Kaitstult külm**) lamada selili, laiendada relvade peopesad allapoole vastu keha. Nüüd aeglaselt kallak pea edasi väljasirutatud kätega peopesad allapoole vastu keha. Nüüd aeglaselt kallak pea ettepoole, kuni lõug puudutab rindkere samal ajal tõstke jalad, põlved sirged, vertikaalsed (90 °) hoidma (Loendada 3) , Siis aeglaselt tagasi (**Pea, jalad**) algusesse. **kordus (21 max) !**

pöörrel E märkimisõiguse 7: On prayermat (**Kaitstult külm**) lamada selili, laiendada relvade peopesad allapoole. Nüüd painutatud põlved kontsad puudutaks tuhara. Hoides peopesad kindlalt matt pöörlev põlved paremale, kuni nad puutusid matt. Seejärel keerata põlved vasakule puudutamata matt. Korra paremale ja vasakule pöörlev lugedes iga vasakule pöörlev. **Kas 21!** Pärast päev sobib. **Kas klaas (0.2l) kergelt jahutatud filtreeritud vett.**

Öise harjutused

See on normaalne, et on 2 magab paus vahele. Kui ärkad (**Minna tualetti ...**) Tagasipöördumisel sit voodi serval, juua natuke vett ja teha 1 järgmistest harjutustest (**Kõik harjutused tehakse istudes voodi servale põlved öla laiiali**) . Iga kord, kui ärkama teha teistsuguse kasutamise.

1. Harjutus: Asetage palmid * käed vastu väljaspool oma põlvi. Press käed sissepoole, põlved väljapoole, hoidke 7 sekundit (**Sa tunned pinget käte, jalgade, öla**) . Leevendada, võtta hinge, no kordust, sip vesi, pikali, magada ka. * Variatsiooni kasutamise rusikad.

2. Harjutus: Tee rusikad * asetada need vastu sees oma põlvi. Press rusikad väljapoole, põlved sissepoole, hoidke 7 sekundit (**Tunned**

pinge käte, jalgade, kõht) . Leevendada, võtta hinge, no kordust, sip vesi, pikali, magada ka. *
Variatsiooni kasutamise kindla palmid.

3. Harjutus: Bend käed (90%) Rinna keerata vasaku käega ülespoole painutamine sõrmed, keera paremal allapoole painutades sõrmed.

Blokeeringu sõrmed tihe. Nüüd tõmba käsi vastupidises suunas, hoidke 7 sekundit (Sa tunned pinget sõrmede, käte, rinna) . Leevendada, võtta hinge, no kordust, sip vesi, pikali, magada ka.

4. Harjutus: Bend käed (90%) Rinna keerata vasaku käega üles- palatites, pöörake paremale käe rusikasse. Tee rusikatega küljest vajutage alla samal ajal vajutage lahtise käega ülespoole, hoidke 7 sekundit. Reverse sequen

-CE, hoidke 7 sekundit (Sa tunned pinget käed, käsivarred, kael, rind) .

Leevendada, võtta hinge & sip vee pikali, magada ka. Nr kordust.

Inimesed, kes on pinges selja lisada see harjutus iga harjutus: Tee käed põlvedel. Tilt pea tagasi painutada toona rokkima edasi kaotamata kontakti põlved (Sa tunned pinget käed, selg, kõht) .

Leevendada, võtta hinge, 7 kordust, sip vesi, pikali, magada ka.

Märke! Inimesed, kes istuvad palju tavalises päev. Kas teha 1 öised harjutused rotatsiooni iga 2 tunni jooksul. Lõpetuseks klaasi (0.2l) kergelt jahutatud filtreeritud vett.

Ei tee harjutusi: teeb sind kõlbmatuks, laisk, ebatervislik, blubbery, koormaks ise oma pere sõprade ja kogukonnaga, halba eeskujuga lastele, masendunud, rohkem haige, ebamugav paaritamist surra Jünger.

Osa päevas fit on toitu! Kuidas terve oleme, kui kaua me elame. On palju pistmist meie toitumise harjumust.

Sööt 5 korda päevas:

"Breakfast, hulka kuuluvad vesi, maitsetaimed, vürtsid, mesi, kohv, ..

Early Day-suupiste, hulka kuuluvad vesi, Puuviljad, maitsetaimed, Tea, ..

Lõunasöök, hulka kuuluvad vesi, salat, muna, kohv, ..

Hiline Day-suupiste, kuuluvad vesi, pähklid, marjad, vürtsid, Kakao, ..

Õhtusöök ". hulka kuuluvad vesi, Dinner teema, tee või kohv .. köögiviljad.

7 Foods, et tuleks süüa iga päev: Fungi (Seene) teri (Rukis, oder, lääts, mais, kaer, hirss, quinoa, riis, sorgo, nisu) Hot tšillipipar, Sibul (Pruun, roheline, punane, kevad, murulauk, küüslauk, porrulauk) , Petersell, Magusa Capsicum aedviljad (Spargel, oad, brokkoli, lillkapsas, porgand, herned, kapsas ..)

Fun-Day teemad

C> Celebration päeva F> Fun päeva M> Mälestuspäev S> Häbi päeva

kuu	päev	päev
täht	Uus-aasta päev 1.1.1	Shire Day 1.3.7
päike	BlossomDay 2.1.7	Ohvrite kuritegevuse Day 2.4.7
elavhõbe	Korrutamine Day 3.1.7	Ohvrite of War Day 3.4.7
Veenus	Laste Päev 4.1.7	Reostus Day 4.2.7
Maa	Töötajate Day 5.1.7	Mothers Day 5.3.7
Kuu	Haridus Day 6.1.7	Vesakkomyrkky Day 6.2.7
Marss	Vanavanemad päev 7.1.7	Nourishment Day 7.3.7
Jupiter	Universumi Day 8.1.7	Holocaust Day 8.2.7
Saturn	Habitat Day 9.1.7	Cron Day 9.3.7
Uraan	Isadepäev 10.1.7	Blubber Day 10.2.7
Neptuun	Survival Day 11.1.7	Pet Day 11.3.7
Pluuto	Hea tervise päev 12.1.7	Sõltuvused Day 12.2.7
päikese-	Pöösas Day 13.1.7	Tree Day 13.3.7
paasapühad	Paasapäev 14.1.7	Quattro Day 14.0.2

Fun-Day teemad rahuldada ühenduse vaja tähistada tuleb häbis mäleta. osalevad pidustused , mälestusmärk , häbi , Day aastaringelt on oluline, oluline osa ühenduse elu. Sotsialiseerumist teiste inimestega on tähtis isiklik emotsionaalne stabiilsus.

järgime **1 Jumal** ! Koo 6 päeva ja teha päev 7 Fun-Day.

Suhelda, ole rõõmus, laulda, tantsida, süüa, juua (alkoholivaba) , Naerma, aga ka palvetada ja mediteerida otsib sisemise harmoonia, õnne. Külstage kogumine. Toetada Fun-Day teemasid.



1 Jumal ootab kuulda!

Fun-Day palve

kallis **1 Jumal** , Looja ilusamaid Universe Teie kõige andlik ustav hooldaja-eestkostja (1st nimi)

Tänu "teid selle nädala väljakutseid Üritasin elada Daily Prayer

Täna ma tähistada ja jumalateenistuse pere ja sõbrad I abi paluda tuleval nädalal austuseks **1 Jumal** ja hea inimkonna



On teema päeva asjakohase palve kasutatakse + Fun-Day palve!

7 Scrolls ülevaade

Leidke 1: usk

Affirmation Palve

Seal on **1 Jumal** kes on nii HE ja ta!

1 Jumal loodud 2 Universumi ja valitud inimkonna olla kontohaldur füüsilise universumi!

Inimelu on püha, alates kontseptsioonist ja on kohustus korrutada!

Inimkond on otsida ja omandada teadmisi, siis kohaldatakse seda!

Seadus-Andja Manifest asendab kõik varasemad sõnumid **1GOD** saadetud!

Numbrid on tähtsad ja number 7 on jumalik!

On Afterlife ja seal on Angels!

Leidke 2: kohustused kohustus Palve

kummardama **1 GOD**, visake kõik teised iidolid

Kaitse, inimkeha kontseptsioonist

Elukestev pöörduda, kasum ja rakendada teadmisi

Mate paljunedada ja alustada oma pere

Au, austama oma vanemaid ja vanavanemaid

Valvama Keskkond ja selle eluvormide

Kasuta ' **Law Andja Manifest "** levitada oma sõnumit kaitsta loomade

julma kohtlemise ja väljasuremine

Seisma ebaõiglaselt rünnatud, ebasoodsas olukorras, nõrk ja abivajajate

Feed näljane, peavarju kodutute ja mugavus haige

Protest ebaõigluse, amorality ja keskkonna vandalism

Kas premeeritakse tööd, ei logelemine

Vältida ja puhastada Reostus

Hea selle eest karistamist Evil

Tuhka lähedal kalmistud

Ole lihtsalt ja annab väljateenitud tunnustust Hääletada kõikidel valimistel!

Leidke 3: privileegide Soovin Palve

Hingav, puhas õhk

Kas vägivaldne vaba kogukonna

Joodavad filtreeritud vesi

Kas lemmikloom

Söömiskõlvuline, tervislik toit

tasuta haridus

Kaitsev, taskukohane riided

Tasuta ravi kui haige

Hügieeniline, taskukohane peavarju

Saate suhtes

Jumalateenistus ja uskuge **1 Jumal** Saate õigluse Sõnavabaduse

moraalne hoiab Auhinnatud tööd Mate, alustada pere

Kas vabalt valitud valitsuse

End väärilt

Leidke 4: puudused

puudused Palve

sõltuvus

kannibalismi Envy

vandemurdmine

rüüstamine

Isekas

vandalism

Leidke 5: vourused vourused Palve

jumalateenistustel ainult **1 Jumal** ja alati karistada kurja

1st Lugege, siis õpeta ja teadmiste järjepidevus

Kaitsta keskkonda ja Harmoniseeru Habitat

Loving, töökindel ja Ustav Puhast ja korras sihikindlus

Julgus, kaastunne, Just, jagamine

Leidke 6: Khronicle Heritage Palve

loomine

lähiminevikku - 700 - 70 aastat

Muinasajast - 2100 aastased

Praegune Times - 70-0 aastat

kauges minevikus - 2100 kuni - 1400 aastased New Age 0 aastat edasi on:

keskmise Past - 1400 - 700 aastased

ennustama

Leidke 7: Afterlife

Soul Palve

kurbus Palve

Kogeda Bad Palve

Kogeda Hea Palve

tuhastamine

Judgment Day Puhtus Scales

ingel



vastutus

1 Jumal omab aru! Üksikisikud, kogukonna, organisatsioonid, ettevõtted ja valitsus on teha mitte vähem. Halduri Guardian toetada vastutus. Vastutus on vundament, "Kohus"!

Vastutus kehtib tegude ja käitumise. Kui midagi läheb valesti, kogukonna eeskirjade ja rikkunud, kogukonna moraali ja viisakust ootused ei ole täidetud, vastutuse rakendamist.

Law-Andja õiglus põhineb vastutuse. Kogunev siooni on tehtud. Kaitse, prokuratuuri ja kohtusüs- teemi kokkumängu leida, "tõde". Accusamine leitakse, et olla tõsi. Kohustuslik + akumulatsiooni vanuse põhineb lause rakendada. Tulemus: Taastusravi ja hüvitist. (Vt 7 provintsid, justiits-)



Vastutus versus vastutus! Paar sõlmida abieluleping. Mõlemad on vastutav selle eest, et abielu töö! Ebaõnnestunud abielu on mõlemad pooled vastutavad oma tegevuse või tegevusetuse, mis tõi kaasa ebaõnnestumise.

Ülesanne võib hõlmata meeskonna, kes vastutavad selle rakendamise eest.

Kuid üks inimene (**meeskonna juht**) võetakse vastutusele. Juhist või jõugu on kaasava vastutama.

Vastutus versus andestust! Pärast vastutuse on loodud, andestust tühistab tagajärgi vastutuse. Kohtumenetluses mõttes kurjategija on armu. Mõned paha Anti **JUMAL** kultused. Kord nädalas kõik halvad kurja inimest andeks. Ülejäänud nädal nad on halb paha. Järgmisel nädalal nad andeks (**Tsükkel korduvate paha**)

Halduri Guardian vastu andestust. Andestamine on korrumppeerunud, Evil!



1 Jumal Judgment päev hoiab iga hinge aru! **1 Jumal** ei andesta.

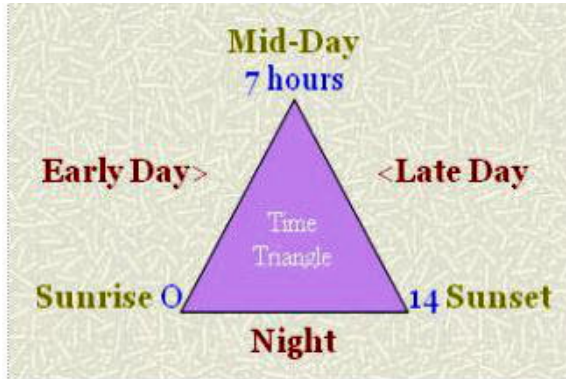
Wrongs on tagajärjed!

(Vt Leidke 7 Afterlife)



Aeg - Triangle

Halduri Guardian New-Age aja juhtimine!



päev algus : 0 tundi päikesetõus

Early Day on 0-7 tundi 7 tundi on Keskpäev

Hiline päev on 7-14 tundi 14 tundi on päikeseloojang

öö on 14-21 tundi

Kohustuslik öö-Lõpukella: 14-21 tundi. jõustanud Shire .

Halduri Guardian Klock (CG Klock) Lühiajalise (Tund)

aja juhtimine, asendab kõik muud kellad (Võrdle 24h v 21h) :

päevas on 21 tundi> 1 tund on 21 minutit> 1 minut on 21 sekundit

> 1 sekund on 21 vilgub> 1 vilkuv on 21 vilgub> 1 flash on 21 klõpse

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

Kellade kasutada 3 rida kuva:

14h-12m-16s

Rida 1: 14th tund, 12 minutit, 16 sekundit.

207 dy - 4 DW

Rida 2: 207th päeval aastas, 4th nädalapäev

Y1 - M8 - W2 - D4

Rida 3: Aasta 1 - Kuu 8 -Week 2 - 4. päev või:

Keskmine nädalal Nädala 2 Jupiter kuu 1. aasta

0 tundi on seatud igal aastal pärast lühim öö Sunrise. Iga 73 päeva (5x aastas) 0 tunni lähtestatakse (Suveaeg) . Suveaeg on vaja tõusta nii lähedale päikesetõusu kui võimalik. Püsti päikesetõusu on looduslik ja tervislik.

hääletamine

Üksikasjalikud moraalne, tsiviil- kohustus. Survival kogukonna tugineb maksimaalne toetus ja osalus selle liikmetele. Inimesed ei hääleta on tegelikult ees märgiks inimestele, et luua türanniat. Need võimaldavad huvigruppide korrumppeerunud valitsemisest. Sa peab hääletama! Mittetäitmine, **PRL R1**



Kuidas hääletada

Halduri Guardian hääletada kõikidel valimistel, et neil on õigus.

Hetkel kandidaadi toetada saab?

Ta ei noorem siis 28 või vanem, siis 70. on või on olnud vanem.

Kas töötaja või vabatahtlike või pensionile. Kas vaimselt ja füüsiliselt võimeline. Ei ole ülikooli haridus.

Ei lõpetanud mis tahes Puuris taastusravi. Ei ole seksuaalse puude (Sama sugu, segi sugu, lapse molesting) . Kasutab "Law-Andja Manifest" nende juhend. Kas Halduri Guardian

Halduri Guardian Toetajad ja Klan Vanematekogu võib nimetada, malikku, toetada ja Shun kandidaadid valimistel. Halduri Guardian liikmed (Zenturion, Praytorian, Julistaja) ei toeta, nimetada ega toeta kandidaatide väljaspool 1 kirik manustamist.

Inimesed on sotsiaalsed olendid. Neile meeldib kuuluda. Vabalt valitud komisjonid selle vajaduse rahuldamiseks. Juhtimine 1 on türannia. Juhtimine komisjonide on õiglane. CG toetada võrdse esindatuse HE ja ta.



kandidaat (TA TA) enim hääli kogunud valitakse. Sama summa hääli kõrgema ta on valitud. Valitud isik ei lõpetanud oma perspektiivis. Kas asendada isik, kes tuli 2nd.

kaitse

Et ellu jääda inimkeha vajab Cimate kaitse!

Kliimat Ohud: päike (**Kiirgus**) , temperatuur (**Kuum, külm**) , Wet (**Jahedus, hüpotermia**) , Tuul (**Põletamiseks jahedus, tolm**) . Kliima kaitsmise koosneb Head-kaitse, Kaitse--riided, kaitseriietus-peavarju. Ohuks inimeste keha paljaste naha (**Alastioleku**) avatud elemente.

E-P1 (Eye-kaitse) jaguneb 2 ossa: praktiline: ühe läätsega (**Visiiri**) . Fashion: 2 objektiivi (**Prillide**) .

Eye-kaitse alati kulunud kui väljaspool!

V-Helmet pea-kaitse löökide. Juuksed ja juht vajavad Kliima Kaitse külma, niiske, äärmuslikud kiirguse ja reostust.

Pea ka vajab kaitset põrutuste: V-Kiiver inbuild GPS-tracker, telefon, video-salvestaja ..

V- Helmet on sees poolnahkpolster. Embedded polstri on kuularite. **Balaclava (Beanie)** või **K-Sall** saab kanda all kiivrit. Et hoida sisevoodri kiiver puhas higi, kõõm ja rasv. Väljaspool tarvik: ere-valgus, infrapunane valgus lamp; videokaamera.

Balaclava (Beanie) katta kogu pea paljastamine ainult silmad. Kas kootud läbi lamba- või segu puuvilla ja villa (**No sünteetilisest kiust**) . Võib olla mis tahes värvi või mustri võib olla dekoratiivne pom-pom peal. Kui ühtegi nägu ja kaela kaitset on vaja Balaclava saab rullitud ja saada "Beanie".



K-Sall võib hõlmata kogu pea paljastamine ainult silmad (**Maksimaalset kaitset**) . See toimib pea kate ja loor. Kas kootud läbi lamba- või segu puuvilla ja villa (**No sünteetilisest kiust**) . Võib olla mis tahes värvi või mustri.

Balaclava või **K-Sall** nii kaitsta, kattes nina ja suu.

Sissehingavatel reostus, surmava nakkushaiguste ja vereimejaid on välditud. Vähendab mõju kuiva ja külma õhku. Allergia ja astma on vähenenud. Sisaldab levib nakkav.

Head-kaitse alati kulunud kui väljaspool!

Kaitseriietus kaitsta keha kliima, haiguste ja reostust. Peamised kehaosad kaitstud kaitseriietust pea, naha ja jalgade. **Kaitsev riided on alati kulunud väljaspool.**

Nahk vajab palju kaitset, alates Bites (Loomad, inimene) , nõelamise (Putukad, nõelad) nakkused (Bakterid, seened, mikroobe, Virus) , Radiation (Heat, Solar, Nuclear) .KOKKUPUUTE (Acid, Fire, Frost, teravate servadega, mürk) .



Riietus on valmistatud looduslikest kiududest: loomade nahku, siid, plantfiber, puuvill või vill. Kunstlik-kiud ei kasutata riided ja midagi liigutav inimese nahka. **Tootmise kunstliku-kiud riided otsad, olemasolevate varude ringlusse muudel eesmärkidel.**

jalad kaitse (Sokid, saapad) kliima ja koputab. **Naha, varbad ja pahklud on ohus. Outside alati kandma jala kaitse.**

sokid on valmistatud puuvill, vill, või puuvilla, meriinosegu (No synth-etic kiud) mis tahes värvi tahes muster. Sokid on puhas hõbe osakesed (No sulam) kootud, andes antibakteriaalsed, antibakteriaalsed ja antistaatilised omadused, vähendades lõhnad. Sokid katta Jalad kuni 7cm eespool pahklud.



saapad ülemised kaitsev nahk (No tehismaterjalid) Sisemine pehme nahk (No tehismaterjalid) , Tallad nahast või kummist (Võib taaskasutatud) . Saapad on kaitsta jalga kuni 7 cm eespool pahklud. **Märke!** Foot kaitse, mis ei kaitse (Sandlipuu, Sussid, rihmad) jalgade ja pahklude on kasutusel. Foot kaitse tuleb alati kanda väljaspool. Walking paljajalu väljaspool on ebatervislik.

Käsi- kaitse kujul Kindad on kulunud! Kindad on valmistatud nahast, puuvill, vill, või puuvilla, meriinosegu (No sünteeskiude) mis tahes värvi tahes muster.



Kaitsev riided on alati kulunud kui väljaspool.



Kaitsev-Shelter (kodu, elu, töö) inimese vajadust.

Kaitse kuritegevuse (Security) elemendid (Ilm) , Tulekahju, putukatest ja saaste . Taskukohane kaitsetoime Shelter on **1 Jumal** antud õigus!

Halduri-Guardian eelistavad Cluster hou- laulda (Kogukonna elu) . **Kodutud, et Shire rike!**

Kaitsev-Shelter Survival, Turvalisus, mugavus ..