



Berdekonsepto

Ang pagkaberde usa ka kahanas sa pagkaluwas sa tawo !!!



Shunugkaulaw

Tigbantay sa Tigbantay '**Berdekonsepto** 'paninguha' sa pagpabalik sa mga tawo nga mahimong hulga sa ubang mga tawo ug ' **Planeta nga Yuta**'.Ngadto sa usa ka Kustodian sa **1 Dios** mga binuhat! Pagka '**Berde** 'nagsugod sa panimalay naglakip sa mga silingan ug komunidad. Ang usa ka Tigbantay sa Tigbantay sa Kustodian usa ka lokal nga hub sa aktibista (kalibotan, hustisya sa katilingban, relihiyon).



Among giawhag ang tanang environmentalist nga moapil kanamo, 'Pagsugod ug CG Gathering. Maghiusa ta sa pagpanalipod sa atong gwapa

Planeta. Paghupot, mga polluter, mga vandal sa kalikopan, mga nagdumili sa pagbag-o sa klima, mga parasitic predatory profiteers, may tulubagon kada adlaw (dili bayolente)!



Tigbantay sa Tigbantay **Shunugkaulaw**. Ang usa ka komunidad adunay tulubagon, **Si MSR1-7**. Pilia ang **Gobyerno nga moliko Green nga Konsepto sa Balaod**.

Ang matag tawo, mananap adunay a **1 Dios** gihatagan ug katungod sa dili makahilo, dili hugaw, makaginhawa, limpyo nga hangin!

Ang matag tawo, mananap adunay a **1 Dios** gihatagan ug katungod sa dili makahilo, dili mahugaw, mainom, limpyo, presko nga tubig!

Ang matag tawo, mananap adunay a **1 Dios** gihatagan ug katungod sa dili makahilo, dili mahugaw, dili genetic modified, makaon, himsog, pagkaon!

Ang matag tawo, adunay usa ka **1 Dios** gihatagan ug katungod sa libheng pagtambal kung masakit!

Ang matag tawo, adunay usa ka **1 Dios** gihatagan ug katungod sa pagpanalipod, barato nga sinina ug sapin!

Ang matag tawo, adunay usa ka **1 Dios** gihatagan ug katungod sa hygienic, protective, barato nga kapuy-an!

Ang matag tawo, adunay usa ka **1 DIOS** gihatagan ug katungod sa usa ka mapintas nga gawasnong komunidad!

Mga pagkaadik

Ang pagkaadik usa ka nagbalikbalik nga mapugsanon nga pamatasan nga nagtagbaw sa usa ka gihunahuna nga panginahanglan. Ang mga adik naglimbong sa ilang kaugalingon pinaagi sa dili pagdawat sa kadaot nga nahimo sa ilang pamatasan. Makadaot sa ilang kaugalingon, pamilya, higala, kauban sa trabaho, komunidad. Ipahilayo ang mga adik sa mga bata.

Ang mga adik kay delusional! Ang mga adik dili motuo nga sila adik basta sila nalingaw sa ilang kaugalingon ug nagkupert sa ilang kinabuhi. Sa tinuud, ang mga pagkaadik naglimite sa pagka-indibidwal ug mga kagawasan sa mga adik samtang sila nahimong labi nga gipugngan sa ilang pamatasan.

1 Ang Dios naghulat nga makadungog gikan kanimo !

Pagkaadik Pag-ampo

Adlaw sa pagkaadik 12.2.7. NAtm

Mahal **1 Dios**, Magbubuhay sa labing matahum nga Uniberso Imong labing mapaubsanon nga matinud-anon nga tigbantay nga magbalantay (1st ngalan) Tabangi ako nga dili adik

Tabangi ang Katawhan nga adunay mga pagkaadik.



Alang sa Himaya sa **1 Dios** ug ang Kaayohan sa Katawhan

Kini nga pag-ampo gigamit sa Adlaw sa Pagkaadik! O kon gikinahanglan.



Ang mga adik nga adunay gidili nga pagkaadik nalingaw sa sekreto nga kinaiya sa ilang bisyo! Ang gidili nga pagkaadik moresulta sa pagkabilanggo, pagkawala sa pagtahod sa kaugalingon. Ang mga adik ignorante (tanga), malimbongon (buang-buang) ug huyang (makaluluoy)!

Ang adik nahimong hulga sa ilang kaugalingon ug sa komunidad. Sa diha nga ang mga tawo naadik, ang ilang kalipay sa kasagaran mahimong naka-focus sa pagtuman sa ilang mga batasan, relive withdrawal. Sila mahimong limbong, imoral, dili matinuoron, malimbongon, hakog, walay pagtagad, kontra sosyal. Imbis sa tibuuk nga mga kasinatian nga nagporma sa ilang tibuuk nga potensyal alang sa kalipayan nga wala'y pagkaadik. Ang moral, sibil nga katungdanan, kanunay nga manubag sa mga adik.

Ang mga adik nagkinahanglan og psychiatric nga tabang ug tabang sa mga grupo sa pagsuporta. Ang mga Relapse Addicts gi-quarantine aron mapanalipdan ang komunidad labi na ang mga batan-on.

AdrenalinePagkaadik

Adrenaline, usa ka hormone nga naglihok isip neurotransmitter. Ang panguna nga hinungdan sa usa ka reaksyon sa stress sa usa ka hulga sa pisikal nga integridad sa lawas.



Sobra nga partisipasyon sa aerobics, car racing, jogging, sky diving,... Ang pag-apil makahatag og adrenaline rush nga mosangpot sa pagkaadik. Kini nga mga Adik mahimong depress kung dili nila makuha ang ilang pagdali'.

Kung ang Adrenalin gipagawas sa agos sa dugo kini molihok aron mapataas ang rate sa kasingkasing, presyon sa dugo, pagpalapad sa mga estudyante, pagpataas sa lebel sa asukal sa dugo, pag-divert sa pag-agos sa dugo gikan sa panit ug sa sulod nga mga organo. Ang mga tawo nga kanunay nga masuko, mobati nga sad-an, mabalaka makapukaw sa ilang adrenaline bisan kung sila maglingkod sa palibot nga wala'y mahimo. **Nasuko, nabalaka_ pamalandong.**



Ang panginahanglan alang sa katulin usa ka adrenaline nga kasakit. Ang bisan unsang karera naghatag usa ka pagdali sa adrenaline. Ang pagdaog naghatag og mas dako nga pagdali. Ang lawas sa tawo wala gidisenyo alang sa katulin. **Wala sila magkinahanglan og katulin. Ang pagdaog hakog.**



Ang pagdali sa mga mananaog mosangpot sa pagtinguha og dugang. Ang pagkawala mosangpot sa kabalaka. Kini nga kabalaka mosangpot sa desperasyon. **Gusto nga modaog sa bisan unsang gasto (pagpanikas, pag-abuso sa substansiya, pagpatay aron makadaog..).**

Ang anti-sosyal nga pamatasan naghatag usa ka pagdali sa adrenaline. Ang mas obnoxious, ang mga kasuko mas dako ang pagdali. Pangutan-a ang bisan kinsang terorista sa punk road (burnout, tailgating, pagputol, pagduso sa usa ka dalan, sobra ka kusog nga mga ligid), gang mem-



ber (bullying, bandalismo, kapintasan), serial killer (paghatag kahadlok, kasakit, kamatayon). Ang anti-sosyal nga pamatasan usa ka hulga sa bisan unsang komunidad: **Si MSR1-7** Kini usa ka sibil nga katungdanan sa pagtaho, kasuko sa dalan, peligro nga pagdrayb, mga aksidente.

Delikado nga mga kalihokan (mga stunts, nangitag kahinam..) paghatag ug adrenaline rush. Ang mga tawo nga dili makakuha usa ka mananaog nagdali sa pagbuhat sa makuyaw nga mga butang. Kini nga mga kalihokan nagdasig sa mga tigkopya nga nasamdan, gipatay, nga usa ka hulga sa uban. Ang makuyaw nga mga kalihokan matapos, **Si MSR2.**



Ang mga partisipante kinahanglan nga mobayad alang sa pagluwas ug medikal nga gasto.

Ang adik sa adrenaline sa ilang pagpadayon sa pagdali makadaot sa lokal nga puy-anan (mga mananap, ekosistema, tanom, uban pang mga porma sa kinabuhi). Nahimong mga vandal sa kinaiyahan. Kini matapos.

Ang pagkahimong usa ka Adrenaline junkie usa ka sakit. Pangita ug

tabang! **Alkohol** Pagkaadik



Ang alkohol nahurot pinaagi sa pag-inom, pagkaon. Ang pag-inom og Alkohol mosangpot sa mga kausaban sa pamatasan (paghubog). Pagkahubog, alkoholismo mao ang nag-unang hinungdan sa mga aksidente, pag-atake, pagpanglugos, bandalismo. Ang mga hubog usa ka palas-anon, usa ka samok ug hulga sa komunidad, sila adunay tulubagon.

Ang alkoholismo mao ang sobra nga panginahanglan sa pag-inom og alkohol. Sama sa tanang adik, giuna sa mga alkoholiko ang ilang hakog nga panginahanglan kay sa uban ug sa komunidad. Ang mga palahubog magpakilimos, manghulam ug mangawat aron makainom! Ang mga alkoholiko nagkinahanglan og pagtambal. Ang pagtambal naglangkob sa pagpauga! Ang pagtambal dili usa ka tambal. Ang mga alkoholiko sa dili madugay mibalik nga mga Hubog!



Ang labing kaayo nga tabang alang sa mga alkoholiko mao ang pagpahunong sa pagkaanaa sa alkohol.

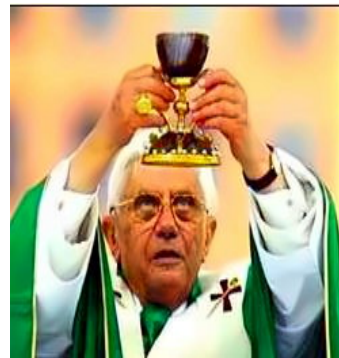
Ang produksiyon, pagpamaligya ug pag-apod-apod sa Alkohol natapos.

Zero Tolerance sa Alkohol!!!



Kristiyanismo mao ang nag-unang hinungdan sa pagkaylap sa Alkoholismo.

Christian Idol (bakakon nga idol) Hesus (bakakon nga mesiya) misulti sa mga Kristohanon sa pag-inom ug Alkohol (pula nga bino). Nag-inom sila og Alkohol sa relihiyosong kagubot ug dili relihiyoso nga mga panagtapok. Si Christian Siya ug Siya nag-inom og Alkohol sa wala pa magminyo. Christian Siya nagpadayon sa pag-inom og Alkohol sa panahon sa pagmabdos ug pagpasuso (Natawo ang bata nga alkoholiko). Ang Kristohanong mga ginikanan nagdasig sa ilang mga anak sa pag-inom ug Alkohol. Ang Kristohanong mga ginikanan daotang mga ginikanan!



Usa ka batan-ong Kristiyano nga nalutas sa Alkohol nakakita sa kagubot sa simbahan, Pari, mga ginikanan, mga higala, mga silingan nag-inom og Alkohol. Usa ka batan-on

Nakita ni Christian ang mga ginikanan nga nag-inom ug Alkohol sa balay, oras sa kalingawan ug mga kalihokan. Usa ka batan-ong Kristohanon (SIYA ug SIYA) sa dihang ang pagpakig-uban sulod sa ilang pangedaron nga grupo nag-atubang sa pagpit-os sa isigkaingon sa pagpatuyang sa pag-inom aron mahimong dalawaton. Batan-ong Kristiyano Nahubog siya aron makigminyo o manglugos. Ang duha nahimong 'Basura'. Maulaw, Shun, Basura!



Ang Kristiyanong mga monghe dili makakitag espirituhonang inspirasyon pinaagi sa pag-ampo ug pagbasa sa mga kasulatan nga nahimong alkohol alang sa espirituhonang inspirasyon. Dili malipayon, ang mga monghe naghimo sa ilang kaugalingong alkohol. Ang paghimo ug pag-inom ug alkohol nagpugong sa mga monghe sa kanunay nga kahimtang sa pagkahubog. Karon sila adunay mga panabut (la la yuta).



Ang mga Catholic Schools sama sa mga Tavern. Ang mga prinsipal adunay bar (mahal nga alkohol), ang teachers social club naay bar. Ang administrasyon adunay bino (barato) para sa kagubot ug fund raising.



Kada Biyernes ug Sabado ang mga hubog nga kristiyanos mang-bash, Manglugos, mopatay. Sa Domingo sila 'Misugid' makakuha og 'Gipasaylo'. Pagkahuman nilag gubot para mag inom (alkohol). Human sa simbahan sila mag-inom og binge uban sa mga higala, pamilya. Ang pagpalabig inom sa mga Kristiyano mao ang nag-unang hinungdan sa 'Kapintasan sa Panimalay'. **1 Dios** nadismaya, dili mopasaylo apan manubag mao usab ang Katawhan. Ang matag hubog adunay tulubagon.

Kristiyanismo tungod niininagdasigang pag-inom ug alkohol dili madawat ingong relihiyon o kulto. **1 Dios** dili gusto nga gub-on sa komunidad ang kahimsog niini pinaagi sa pag-inom og Alkohol. **1 Dios** nasagmuyo sa Kristohanong pagkaadik sa alkohol. **Hinumdomi! 1 Dios** may tulubagon si Jesus sa pagdasig sa alkoholismo. Si Jesus gisakit, gilansang sa krus.

Ingna nga dili sa alkohol !!! Pag-ingon nga dili sa Kristiyanismo !!!

Kinahanglan buhaton!

Dili siya makig-uban sa hubog nga He. Dili siya makig-uban sa hubog nga si She. Siya nag-inom sa panahon sa pagmabdos gibutang ubos sa home arrest. Siya nag-inom samtang nagpasuso gipaubos sa home arrest. Ang usa ka komunidad adunay katungdanan sa pag-atiman sa matag wala pa matawo, bag-ong natawo. Alcoholic Dili siya angay nga mahimong ginikanan. Ang mga foster parents nagpadako sa alkoholikong bata.

Mga ginikanan nga adunay menor de edad nga mga anak (Siya 17, Siya 18) kanang pag inom ug alcohol

dili madawat. Ang matag komunidad adunay katungdanan sa pag-atiman sa matag bata nga wala'y edad. Gikanselar ang kontrata sa Holy Matrimony nga alkoholikong mga ginikanan nga ang ilang mga menor de edad nga mga anak gipadako sa foster parents.

Ang mga pasilidad sa edukasyon walay alkohol. Mga magtutudlo (Principals, Teachers, Administrators) nga nagdala, nag-inom og alkohol gitangtang ug gidili sa mga Eskwelahan. Ang mga pasilidad sa Kristohanong edukasyon gibalhin ngadto sa publikong edukasyon (walay bayad). Kristohanong mga magtutudlo (Principals, Teachers, Administrators) gitangtang ug gidili sa Edukasyon. Giguba ang ilang mga bar sa eskuylahan giguba ang ilang alkohol!

Ang matag komunidad (Shire) adunay katungdanan sa pag-atiman sa mga tawo niini. Ang alkohol nga usa ka hulga sa komunidad gipugngan ug giwagtang. Ang matag Shire mao ang pagdili sa Alkohol ug pagpatuman sa pagdili. Gidili sa probinsya ang paghimo ug pag-apod-apod sa alkohol. Ang ilegal nga produksiyon, pag-apod-apod sa alkohol giakusahan: **Si MSR6**



Ang kasamtangan nga produksiyon sa alkohol, ang pag-apod-apod gihunong ug gisira ang kaugalingon. Ang tanan nga alkohol gilaglag. Walay bayad nga gihatag.

Isalikway ang Kristohanong mga simbahan, kulto ang kahimtang sa gugmang putli ug pagpahigawas sa buhis.

Himoa nga krimen ang pagkahubog, **Si MSR2** Walay piyansa sa mga palahubog. Ang bisan unsang krimen nga nahimo samtang hubog doble nga Rehabilitation.



Nasala nga Tubig
para sa maayong panglawas!!!



Droga Pagkaadik



Kasagaran nga nahibal-an nga ang mga droga (mga butang nga makapausab sa hunahuna) dili maayo alang sa lawas sa tawo. Bisan pa, 99.9% sa mga Drug Junkies naggamit mga droga pinaagi sa pagpili. Talagsaon sila nga amang ug kontra sa mga hugaw sa komunidad. Ayaw kaluoy sa mga Drug Junkies ang ilang problema kay self inflicted. Sila usa ka palas-anon ug hulga. Hupti sila nga may tulubagon, sa matag higayon.



Ibutang kini nga mga hulga sa komunidad, **Si MSR4**. Manufacturers, distributors, providers sa mga butang nga makapausab sa hunahuna, ilegal o legal (Bad Law), gikulong, **Si MSR7**. Ang daotang balaod gibali, gi-backdated.



Marijuana, Codeine dili tambal. Dili sila gamiton. Kini sila mga ilegal nga droga, **Si MSR7**.



Bisan unsa nga Krimen nga nahimo samtang naa sa ilawom sa impluwensya sa substansiya nga nagbag-o sa hunahuna (mga) trebles (x 3) Rehabilitasyon. Naa sa ilawom sa impluwensya sa Alkohol ug mga substansiya nga makausab sa hunahuna. Ang rehabilitasyon gipataas sa usa ka multiplier nga 5. **Hinumdomi!** Kaniadto ug karon nga Drug, Alcohol junkies mahimo ra nga magamit sa 'wmw x2' o ubos.

Ang mga substansiya nga makapausab sa hunahuna mosulod sa ekosistema nga naghugaw sa paghimo sa ubang mga porma sa kinabuhi nga masakiton. Ang pagsulod sa food chain nahimong hulga sa komunidad.

Zero tolerance sa mga butang nga makausab sa hunahuna!

Pagkaon Pagkaadik



Ang pagkaon hinungdanon nga dili kita mabuhi kung wala kini. Ang pagkaon usa ka kinahanglanon, ang sobra nga pagkaon usa ka pagkaadik. Mga sobra nga kaon (Blubber People) makapangita sa unahan sa pagkuha, blubbery, mas singot, ligid mas sayon, problema sa pagpangita sa panapton nga mohaum, sa pagpangita sa mga lingkuranan nga dili komportable hugot, problema sa paghigot sa mga higot sa sapatos, adunay barado nga mga ugat, alta presyon, adunay diabetes, mamatay nga mas bata, lagmit adunay tambok nga mga bata.

Ang blubber maayo alang sa hippopotamus ug mga balyena. Para sa mga tawo sobra ra kaayo

sakit ang blubber. Ang sobra nga katambok naghimo sa usa ka tawo nga mas mabugtoan sa gininhawa, maluya, dali kakapoy, adunay daghang mga sakit, mahimong palas-anon sa kaugalingon, pamilya, kauban sa trabaho, higala, komunidad. Ang sobrang timbang dili madawat. Tabangi ang mga tawo nga mawad-an sa timbang.



Hunonga ang pagka-blubery. Tapuson ang pagbaton ug alkohol ug artipisyal nga mga sweetener sa pagkaon o ilimnon. Pagkunhod pag-ayo gamit ang natural nga mga sweetener, pagpakunhod sa pag-inom sa sodium, paggamit lamang sa iodized nga asin. Hunonga ang pagkaon nga gigama ug GM (genetic giusab) pagkaon.

Bangkete, Pista, Smorgasbord, taas nga pagkaon nga klase sa pagkaon wala. Ang sobra nga pagkaon wala na. Pag-inom ug Alkohol samtang nangaon sa gawas. Wala na ang mga desyerto. Ang pagkaon sa gamay nga bahin kay naa.



Ang mga tapolan adunay takeaway, gihatod sa balay, giputos nga pagkaon, mga pagkaon nga andam sa microwave. Nagmugna kini og mga bukid sa basura. Usa ka katalagman sa kinaiyahan! Nahutdan na mig landfill! Daghan sa mga basura mapunta sa kadagatan.



Kinahanglan buhaton!

Pagsunod sa Tigbantay nga Tigbantay 'Adlaw-adlaw nga Routine'. Bawasan ang gidaghanon sa imong kan-on sa matag pagkaon. Inom ug unsweetened nga mga ilimnon. Likayi ang makahubog nga ilimnon. Likayi ang takeaway, ihatod sa balay, packed food, microwave ready packed meal. Buhata ang adlaw-adlaw nga ehersisyo adlaw-adlaw, gabii. Pag-observe sa 'Night curfew'. Ampo :

1 Ang Dios naghulat nga makadungog gikan kanimo !

BlubberPag-ampo

Mahal **1 Dios**, Magbubuhay sa labing matahum nga Uniberso Imong labing mapaubsanon nga matinud-anon nga tigbantay nga magbalantay (1stngalan) Salamat sa paghatag kanako sa matag adlaw nga ilimnon ug pagkaon Tabangi ako nga dili magsobra sa kaon ug mahimong blubbery Gipaningkamutan ko nga mahimong takus sa gagmay nga mga bahin sa pagkaon matag adlaw Hinaot nga ako maluwas sa nag-antos nga mga isyu sa kahimsog tungod sa sobra nga pagkaon Alang sa Kahimayaan sa **1 Dios** ang Kaayohan sa Katawhan



PagsugalPagkaadik



Ang sugal naggamit sa tawhanong kahuyang, panglimbong aron magdala og kaalautan sa mga tawo, pamilya ug komunidad. Ang mga tigpasiugda sa sugal biktima sa huayang nga desperado nga mga tawo. Ang pagsugal naglakip sa pagpusta (sa bisan unsa), hedging (insurance, kaugmaon, mga kapilian..), mga loterya (Kinahanglan nga naa ka niini aron makadaog), pangagpas (naglaum nga motaas ang asset values). Ayaw kaluoy sa mga sugarol. Ang huayang, hakog, amang nga indibidwal nagtuo nga sila takos sa wala makuha nga bahandi. Wala sila. Tubagon ang mga tigpasiugda sa sugal ug gobyerno **Si MSR7**.

Ang mga partisipante sa kalingawan sa realidad mao ang labing makauulaw nga mga sugarol. Makaluod sila, magbudhi, manglimbong, mamakak, magpakaulaw sa uban, sa ilang kaugalingon, sugal nga ilang daogon. Ang mga mananaog mawad-an sa ilang mga kadaugan ngadto sa 100% nga buhis sa mga kadaugan. Ang wala makuha nga kita gibuhisan. Likayi ang mga magdudula, tigpasiugda, mga sponsor..



Gipahimuslan ang kahuyang sa mga tawo usa ka krimen, mga tighatag sa sugal sa hawla, **Si MSR7**. Mga lugar sa sugal (Mga tindahan sa pagpusta, Casino, Pagbinayloay sa umaabot, kalingawan sa realidad, Pagbayloay sa stock) mga sirado. Tanan nga ganansya, mga kabtangan sa tighatag sa sugal, propesyonal nga sugarol (manager sa pondo, espekulador sa yuta, negosyante sa kaugmaon, negosyante sa bahin,..) gikompiskar. Ikansela ang Freehold (Pamuhunan nga kabtangan). Mga indibidwal nga nakadaog, loose sa 100% nga buhis sa mga kadaugan. Ang gobyerno nga nagtugot sa sugal gipulihan sa nakuha sa mga miyembro **Si MSR7**.



Ang mga tigpasiugda sa sugarol maoy nag-unang tigpasiugda sa mga kalihokan sa katawhan. Kini nga mga panghitabo nagmugna og daghang polusyon sa basura (transportasyon). Sila mao ang environmental vandalism. Katapusan nga mga panghitabo!

Ang mga sugarol amang, malimbungon, hakog nga daotang mga tawo. Ang tighatag sa sugal kay malimbungon nga parasitic predatory profiteer. Ang duha 'Daotan' ug adunay tulubagon. CG Shun, Ulaw!

Zero tolerance sa sugal !

Pagpamalit Pagkaadik



Mosulod ka sa usa ka tindahan ug dili ka makagawas nga dili mamalit. Usa ka bag-ong produkto ang gipagawas o ½ nga tinuig nga 'Sale', nagbarug ka sa gawas sa tindahan sa daghang oras, kinahanglan nga ikaw ang 1st aron makuha ang produkto (mga). Ikaw usa ka adik! Usa ka shopping junkie!



Gigamit sa mga profiteer ang mga adik sa ilang bentaha. Ang pagpamaligya naghimo og bag-ong butang (kasagaran wala kinahanglan nga basura). Dayon ibaligya kini isip usa ka butang nga kinahanglan maangkon sa tanan.

Ang kampanya sa pag-advertise nag-una nga gitumong sa mga shopping junkies. Ang mga tighatag sa basura alang sa mga adik sa pagpamalit usa ka dako nga gigikanan sa basura ug basura. Ang pag-anunsyo sa dili kinahanglanon natapos. Ang pagpadala sa Junk mail sa mga mail box natapos, mga paglapas: Si MSR4. Ang mga dili kinahanglanon adunay dugang nga 50% nga buhis nga gisingil. Nangayo ug tabang si Junkie.



Responsible nga pagpamalit: Walay impulse shopping (paghimo og listahan sa pagpamalit ug pagpabilin niini). Pamalit nga mag-inusara. Pagpalit ra sa mga kinahanglanon (Walay basura). Ayaw paggamit ug credit card.



Ang mga dili kinahanglanon nagdala sa panginahanglan alang sa dagkong mga balay! Dugang landfill! Mas hugaw nga kadagatan. Kadaot sa kinaiyahan! Kini Katapusan!

Pagpanigarilyo Pagkaadik



Pagpanigarilyo pagkaadik, usa ka kagul-anan sa tawo! Ang mga nanigarilyo baho gikan sa baba, ang ilang mga sapot baho sila sa usa ka lawak. Ang ilang mga abo, mga sampot anaa bisan asa. Sila mga hugaw, dulumtanan, baho nga mga indibidwal. Likayi sila! Pakaulawan sila.



Ang mga nanigarilyo usa ka peligro sa kahimsog sa ilang kaugalingon. Gisunog nila ang ilang mga ngabil, ngipon, lagos, baba, tutunlan, windpipe ug baga nga nagkasakit, usa ka palas-anon sa komunidad. Ang mga nanigarilyo tapolan nga mokuha og daghang mga pagpanigarilyo ug mga sakit nga gipahamtang sa kaugalingon.



Ang mga nanigarilyo usa ka peligro sa kahimsog sa uban. Ang mga mabdos nga nanigarilyo nagsakit sa ilang wala pa matawo. Human sa pagkahimugso kining mga bag-ong nahimugso gisentensiyahan sa kinabuhi nga adunay mga isyu sa panglawas. Mahimo nga sila adunay mga deformidad, mga kakulangan.. Pagsakit sa wala pa matawo: **Si MSR3** Ang mga anak sa mga ginikanan nga nanigarilyo kinahanglang mokiha sa ilang mga ginikanan alang sa bayad.

Ang mga nanigarilyo nagpabaya. Nagsugod sila sa mga sunog, mga balay sa sagbot, kalasangan. Sila adunay tulubagon, **Si MSR4** ug magbayad ug bayad. Ang mga nanigarilyo nagsunog, nasamdan nga mga tawo, mga hayop, **Si MSR5**. Gipatay niini ang mga tawo, hayop, **Si MSR6**



Passive smoke (pag-atake) makapasakit sa mga tawo. Ang mga nanigarilyo nga nagmugna og passive smoke gipasakaan og kaso, **Si MSR3** Mga entidad (kalingawan, kalingawan, trabaho) nga nagtugot sa pagpanigarilyo nga mapasakaan og kaso, **Si MSR3** ug kinahanglan magbayad bayad. Ang gobyerno nga nagtugot sa pagpanigarilyo gipulihan, tulubagon, **Si MSR7**

Niadtong 1951* naestablisar nga ang pagpanigarilyo dili maayo usa ka grabe nga hulga. Ang mga ahensya sa gobyerno ug Gobyerno, mga departamento nga wala 'Pagdili' sa pagpanigarilyo napakyas sa pagserbisyo ug pagpanalipod sa komunidad. Ang retrospective nga lehisasyon gipasa ug kini nga mga sad-an makakuha, **Si MSR7**.

* Pagano nga Kalendaryo



Bisan kinsa nga indibidwal, grupo, negosyo o uban pang entidad nga nagpasiugda (freebies, advertising, marketing), nagtugot (ginikanan, magtutudlo, trabaho, club, kanaan, kalingawan venue), ginansya (manufacturers, suppliers, transporters, wholesalers, retailers), naghimo nga magamit ang 'Smokes' ug o mga aksesorya sa pagpanigarilyo, **Si MSR7**

Dili kini ang sulod sa 'Smoke'.

Ang buhat sa pagpanigarilyo mao ang risiko sa panglawas.

Zero tolerance sa pagpanigarilyo!!!



Bag-ong teknolohiya Pagkaadik

Ang bag-ong mga junkies sa teknolohiya mahimong makalingaw. Nagkampo sila sa gawas sa usa ka retailer nga naghulat nga makapalit og bag-o nga sobra sa presyo nga gadget. [Pagkabuang!](#)

Bag-ong Teknolohiya junkies usa ka binuang nga mutation sa pagkaadik sa pagpamalit. Ang pinakadako nga hinungdan sa basura. Gisalikway nila ang mga butang nga nagtrabaho ug adunay taas nga petsa sa paggamit. Wala sila makat-on sa paggamit sa ilang bag-ong teknolohiya. Tungod kay dili pa nila kini igong kadugay. [Kini nga mga junkies naghimo sa dugay nga mga produkto nga mahimong magamit.](#)

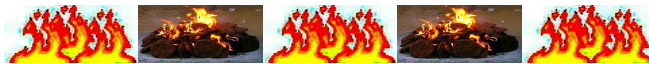
Kadaghanan sa Bag-ong Teknolohiya dili ma-recycle. Pagmugna og mga problema sa paglabay sa basura alang sa Shire ug sa umaabot nga mga henerasyon. Usa ka prodyuser sa microchip nagpagawas usa ka bag-ong chip matag 6 ka bulan aron mahatagan ang mga junkies sa Bag-ong Teknolohiya. [Ang hingpit nga naglihok nga mga chip gilabay. Sayang kaayo. Pagdaot sa kinaiyahan. manufacturer, distributor, Si MSR7](#)

Ang panginahanglan sa komunidad sa pagtakda og mga giya. Ang solusyon sa Custodian Guardian, ang matag bag-ong produkto adunay estante sa kinabuhi nga 7 ka tuig. [Dili kini mapulihan og bag-ong modelo sulod sa 7 ka tuig. paglapas, Si MSR7](#)

Ang mga tawo, mga organisasyon nga nagmugna og junkies ug feed addiction mga talamayon, imoral, mga kriminal. Sila adunay tulubagon: Si MSR7.

NOTE ! Kini magamit sa tanang 'Pagkaadik'. Mga ginikanan sa menor de edad (17 Siya, 18 Siya) may tulubagon. [Si MSR1](#), 1st salaod, 2nd paglapas [Si MSR2](#), buhian ang tanan nilang mga anak. Dili makabantay sa ubang menor de edad.

Nagdilaab Pagkaadik



Human nadiskobrehan sa katawhan unsaon paggamit ug kalayo. Giisip kini nga usa ka panalangin. Ang pagsunog sa kahoy gidugangan sa pagsunog sa fossil fuel. English nga mga Kristohanon nga nagpaila sa industriyal nga edad. Nagsugod kini sa polusyon nga nagdala sa pagbag-o sa klima. [Ang kalayo ug pagsunog karon usa ka hulga, usa ka tunglo.](#)

Hunonga ang Pagsunog, karon !!!

Ang labing delikado nga bahin sa pagsunog mao ang, **aso**. Sa mga sunog ang pinakadako nga hulga sa kahimsog, ang pagka-mortal mao ang pagsuyop sa aso. Sa mas dako nga sukod ang aso nga mosaka ngadto sa atmospera nagpahunong sa kainit nga mogawas ngadto sa Kalawakan. [Ang tubig sa nawong nagpainit, ang nawong sa yuta nag-init, ang yelo natunaw: Pagbag-o sa klima!](#)



Aron mabuhi ang mga kinahanglanon sa lawas sa tawo **Makaginhawa nga Hangin**. Ang mga tawo nga nagsunog sa mga butang mao ang nag-unang hulga sa 'Breathable air'.

Non breathable Air May 4 ka minuto ka nga mabuhi! **Zero tolerance sa mga polusyon sa hangin !!!!!!!**

Kusog

Ang sobra nga oras sa paglingawlingaw, sobra ka dako nga mga balay, sobra ka dako nga kita, daghan kaayo nga wala kinahanglana nga mga gadyet, nakamugna og usa ka spike sa nagkadako nga panginahanglan sa enerhiya. Ang Kasamtangang Enerhiya naghugaw, adunay taas nga gasto sa pag-establisar, taas nga gasto sa pagpadagan ug pagmentinar. Ang Polluting Energy nagsalig sa pagsunog. Ang pagsunog gipulihan sa dili pagsunog.

Domestic ug dili domestic nga pagsunog sa tai, kahoy, karbon, gas ug lana alang sa pagluto, pagpainit ug kuryente, **matapos!** Mga Power Station nga nasunog (coal, lana, gas, uranium) sa paghimo sa enerhiya mao ang **Ipalong** ug gibungkag. Ang enerhiya gihimo pinaagi sa dili pagsunog. **Naghugaw-hugaw sa mga Tag-iya, operator gi-prosecut, Si MSR7.** Ang mga minahan sa Uranium ug Coal gisirhan, giselyohan. Kini ang mga Tag-iya, Ang mga operator gikulong, **Si MSR7**



Ang pagsunog sa karbon nagpatunghag daghang aso nga makahugaw sa hangin (Carbon dioxide). Ang carbon dioxide motubo. Ang 50% gibanlas sa ulan ang nahabilin naanod sa atmospera kung kini natipon. Ang carbon dioxide mopaagi sa kahayag sa adlaw sa pagpainit sa Yuta apan mopugong sa pipila sa kainit sa pagpadan-ag balik ngadto sa kawanangan (Global warming). **Resulta Ang nawong sa Yuta hinayhinay nga nag-init.** Kini nga pagpainit sa temperatura sa nawong mitaas pag-ayo sukad sa tuig 'O'*(2004). Kini nga pag-init nagpamenos sa gidak-on sa mga glacier ug polar ice caps. Nagresulta sa pagtaas sa lebel sa dagat ug pagbag-o sa klima.

*Pagdumala sa oras sa CG Bag-ong Panahon

Ang karbon gidala pinaagi sa bukas (walay tabon) rolling stock. Ang abog sa karbon gihuyop sa: mga mananap, mga tawo (mga impeksyon sa mata, problema sa respiratoryo, rashes..), panglaba (nagbitay aron mamala kinahanglan nga hugasan aron malikayan ang mga rashes), yuta (pananom, tanaman, prutasan, tanom), tubig (tangke, sapa, lanaw, suba, dagat) ang polluted nagkinahanglan sa pagsala. **Kini Katapusan.**



Hunong ang mga trak, isira ang Mines: Mabuhi!!!



Coal nagpatunghahugaw nga enerhiya!

Gituok kami sa karbon!

Limpyo nga Coal mao angusa ka Pangilad!

Ang pagsunog gipulihan sa, 'Solar, Tubig, Hangin' !!

Pagdilaab aron mabalhin ang domestic, dili domestic nga transportasyon Natapos! Gas, Langis adunay dili pagsunog sa paggamit. Ang domestic ug dili domestic nga transportasyon sa Freeways gipulihan sa Freeway Trams (tan-awa ang Shire)! Ang layo nga distansya sa transportasyon sa yuta pinaagi lamang sa Riles. Ang indibiduwal nga makahugaw nga transportasyon giwagtang na. **Ikansela ang bag-ong mga Freeway.**



Ang nagkadaghang populasyon nanginahanglan ug mas maayong pagplano sa enerhiya. Ang pagkunhod sa paggamit sa enerhiya matag tawo usa ka kinahanglan. Kinahanglan ang Night Curfew. Pagpakunhod sa enerhiya alang sa kalingawan time kinahanglanon ang mga kalihokan. Gipulihan sa mga cluster home ang 2 ka andana nga mansyon, dobleng garahe, vanity gardens, swimming pool,...

Curfew sa gabii

Ang lawas sa tawo wala gidesinyo nga mahimong gabii. Giabuso sa mga tawo ang ilang gahum sa utok aron makahimo usa ka pagkinabuhi sa gabii. Kini nga estilo sa kinabuhi nag-usik ug daghang kusog, nagdugang sa krimen, dili maayo, nagdugang sa paggamit sa enerhiya.

Usa ka 7 oras nga curfew sa gabii gikan sa 14-21 ka oras (CG Klock) kay mandatory. Atol sa Night Curfew 'Wala' nga transportasyon sa dalan (komersyal, pribado, publiko..) gitugutan nga mobalhin sa mga dalan gawas sa mga emergency nga mga sakyanan! Walay street lights, traffic lights, advertising.. ang on. Walay negosyo nga bukas. Wala'y transportasyon sa hangin nga naglihok Ang mga tugpahanan



sirado! Ang transportasyon sa hangin kinahanglan nga motugpa sa labing duol nga magamit nga landing field! Walay lihok sa tren! Sirado ang mga estasyon sa tren ug mga terminal! Ang mga tren nagpabilin nga naghunong sa estasyon sa panahon sa Curfew !

Panahon sa kalingawan

Nagdilaab nga pagpanigarilyo nga BBQ, 'Katapusan! Pag-init sa gawas sa pultahan, 'Katapusan!' Bugnaw sa gawas magsul-ob ug mas init nga panapton. O adto sa sulod. Ang paggamit sa pagpainit sa gawas mao ang, Environmental Vandalism, **Si MSR7.**



Panimalay, ayaw gamita ang pagsunog sa petrolyo nga mga gamit sa Garden Power! Awhaga ang pamilya, higala, silingan, kauban sa trabaho, nga dili mogamit og gasolina nga mga gamit sa Garden Power! Hunong (dili bayolente)! Komunidad gikan sa paghimo, pagbaligya,



pagpalit, gasolina nagdilaab Garden Power himan! Imong moral ug sibil nga katungdanan ang pagtapos sa polusyon sa imong komunidad sa kasilinganan! Patubaga ang pamilya, higala, silingan, kauban sa trabaho, komunidad sa paghugaw!

Natapos ang Makahugaw nga Kalingawan. Naa sa hangin: Air Shows, pribadong transportasyon sa kahanginan (eroplano, jet, helicopter, drone, space shuttle...). Sa ilawom sa tubig: motorized boat racing, pribadong gipanag-iya nga transportasyon sa dagat (cabin cruiser, jet ski, cruise ship, hovercraft, speed boat, yate...). Sa yuta: tanan 2,3,4



ligid sa motor (nagdilaab nga gasolina), mga cycle, bisikleta, SUV, karwahe, sport car, limousine, luxury nga mga sakyanan. Car racing, car stunts.

Tubig

60+% sa atong lawas naglangkob sa tubig. Ang matag selula sa atong lawas nagkinahanglan niini. Ang tubig nag-lubricate sa atong mga lutahan, nag-regulate sa temperatura sa atong lawas ug nag-flush sa atong hugaw...

Ang gipamub-an nga alisngaw sa tubig sa atmospera nahimong mga tinulo. Ang grabidad sa yuta mobira sa mga tinulo paubos (nag-ulan) ngadto sa ibabaw. Ang ulan maoy dakong tinubdan sa presko nga tubig. Kini nga tubig sa ulan gigamit alang sa pag-inom, pag-andam sa pagkaon, pagluto, paghugas, personal nga kahinlo, ...



Ang usa ka tawo kaniadto makahimo sa pag-inom sa tubig sa ulan, gamiton kini alang sa pag-andam sa pagkaon. Dili kini maayo, ang tubig sa ulan hugaw, dili maayo, makahilo, acidic, dili maayo nga pagtilaw, dili maayo nga baho. Ang mga labhanan kinahanglan dili pasagdan sa ulan aron mahugawan (hugaw, sticky, baho). Dili



hugaw lang tan-awon ug dili maayo ang baho pero maka-irritate sa panit.

Ang bugnaw nga ulan mahulog sama sa yelo o niyebe. Ang niyebe natipon sa taas nga kabukiran, arctic & antarctic nga nagmugna ug presko nga tubig nga reserba. Ang niyebe puti, ang nahugawan nga niyebe abuhon bisan itom. Ang itom nga niyebe makita sa Himalayas, mga glacier sa tibuok kalibotan, Greenland ug Antarctica.



Ang mga komunidad nagmugna ug presko nga mga reservoir sa tubig. Kini nga mga reservoir nagsalig sa tubig sa ulan ug sa natunaw nga niyebe aron pun-on kini. Tungod sa polusyon kini nga mga tubig nanginahanglan pagtambal sa wala pa konsumo sa tawo.

Ang reservoir kinahanglan nga lawom kaysa mabaw. Ang lawom nga tubig mas bugnaw, makapakunhod sa pag-alisngaw, pagtubo sa algae ilabi na sa makahilo nga matang ug pagdagsang sa insekto. Ang mga sports sa tubig gidili sa paghunong sa pag-ihing, pagregla ug pag-poo sa tubig (paghimo sa tubig nga imburnal). Balay sa tubig (jet ski, motorboat..) hugaw (lana, gasolina, baterya acid..) bawal na sila! Exception: transportasyon sa Park Ranger.

Ang usa ka tawo dili makasalig sa komunidad sa pagbuhat niini sa husto. Walay pagtambal, partial treatment, sayop nga pagtambal, gasto pagputol, korapsyon, kriminal nga kinaiya. Ang pagtambal sa tubig sa balay nahimong mandatory.



Ang pagtambal sa tubig sa balay nanginahanglan pagsala. Ang pagsala mao ang pagpakunhod: arsenic, asbestos, chlorine, chloroform, carbonate nga katig-a, tumbaga, hugaw, herbicide, bug-at nga metal, tingga, pestisidyo, taya. Usab sa mas init nga mga klima ang sinala nga tubig kinahanglang pabukalan aron mapanalipdan batok sa makamatay (micro organismo) sakit.

Mga hulga sa presko nga tubig Sa dili madugay ang panginahanglan alang sa presko nga tubig molapas sa pagkaanaa sa presko nga tubig.

Ang hugaw nga agianan sa tubig (sapa, sapa, suba, lim-aw, lanaw..) paghimo sa kakulang sa presko nga tubig. Ang tubig sa bagyo nga puno sa mga tambal, hilo, hilo.. Illegal nga paglabay sa basura sa industriya, hilo, hilo.. Paghugaw sa

ang mga agianan sa tubig matapos, ang mga polluter gi-prosecut, mga indibidwal **Si MSR3** ang uban pa, **Si MSR7**.

Idugang ang presko nga tubig

Ang desalination naggamit ug daghang enerhiya, mahal. Ang pag-inom sa tubig adunay dili maayo nga epekto sa kinaiyahan, nagbira sa daghang mga isda, kinhason, ilang mga itlog.. ngadto sa sistema. Ang dagkong mga linalang sa dagat natanggong batok sa mga screen sa atubangan sa usa ka intake structure. Ang kemikal nga pagtambal, corrosion, nagmugna og mainit nga brine nga gibuhian balik sa dagat.



Ang desalination adunay taas nga boron content nga naghimo alang sa ubos nga kalidad sa tubig. Kini nga tubig nga gigamit sa pag-uma, ranching ug produksyon sa pagkaon nagresulta sa taas nga lebel sa boron nga pagkaon. Ang dugay nga pagkonsumo sa taas nga lebel sa boron dili maayo.

Ang gi-recycle nga basura nga tubig, ang hugaw moagi sa panguna nga pagtambal aron makuha ang mga solido, gikuha ang mga sustansya, gitangtang sa mga filter ang kadaghanan sa mga bakterya ug mga virus. Dayon ang tubig mapugos sa usa ka lamad aron makuha ang mga molekula. Ang mga pagsulay wala magpadayag sa tanan nga peligro sa kahimsog.



Ang kasilyas sa pag-tap maoy usa ka kapilian sa kataposang paagi.

Botelya nga tubig (mahal nga) angay alang sa pagbiyahe. Plastic (Nahimong seryoso nga hulga, hunong sa paghimo, paggamit niini) Ang mga botelya sa tubig nagpagawas sa mga kemikal nga mahimong delikado kung mag-init (adlaw, heater). Salamin (walay lead) girekomenda ang mga botelya.

Ang lami nga ilimnon nga tubig

Alang sa lainlain nga tubig nga mainom adunay lami. Ang ubang mga panimpla dili makapahimsog ug kinahanglang likayan. Ang lami nga tubig mahimong isilbi nga bugnaw o init.



Angay flavored nga mga ilimnon: Beef extract, chicken extract, cocoa, kape, prutas, herbs, spice, tsa, utanon.

Dili himsog mga addon nga adunay lami nga ilimnon: Alkohol, artipisyal nga kolor, artipisyal nga palami, artipisyal ug natural nga pangpatam-is, carbonated, cola, cordial, enerhiya nga ilimnon, limonada, decaffeinated nga kape, fruit juice, preserbatibo, sodium, ..



Pag-inom og tubig

labing maayo



Adlaw-adlaw nga rutina: Pagbangon, pagbaton og 0.2 ka litro nga baso nga gamay nga gipabugnaw, sinala nga tubig. Sa dili pa ang matag kaon (Breakfast, Early Day snack, Paniudto, Late Day snack, Panihapon) adunay usa ka 0.2 l nga baso nga gamay nga gipabugnaw, sinala nga tubig.

Pagbaton og Inom nga baso (walay plastik) napuno sa 0.2 l sa sinala nga tubig sa matag Bedside lamesa. Pag-inom sa gabii matag pagkahuman nimo pagbisita sa banyo ug kung adunay uga nga tutunlan, pag-inom og pahulay sa buntag.



Bisan kinsa nga Tawo, Organisasyon, Gobyerno nga nagdumili sa mainom nga tubig o hinungdan, epekto sa hugaw nga tubig. **May tulubagon, Si MSR7**

Walay likido nga pag-inom Aduna kay 4 ka adlaw nga mabuhì

Irigasyon! Ang paggamit sa tubig sa yuta alang sa irigasyon makahurot sa ilalom sa yuta nga reservoir sa tubig nga mas paspas kay sa mapuno niini. Nagresulta sa pagpauga sa tibuok Ecosystem, nga nagmugna sa kakulang sa presko nga tubig. Ang irigasyon sa tubig sa yuta natapos. Ang bisan kinsa nga ilegal nga naggamit sa tubig sa yuta alang sa irigasyon pasakaan og kaso, **Si MSR7**. Gitugotan sa gobyerno ang irigasyon sa tubig sa yuta, gipulihan ug ang mga miyembro niini gikiha, **Si MSR7**.

Ang irigasyon, gamit ang tab-ang nga tubig gikan sa mga suba, lanaw, sapa.. makapahinay sa pag-agos sa tubig. Kini nagdasig sa evaporation. Resulta sa hulaw! Kini nga matang sa irigasyon miresulta sa pagtapos sa mga sibilisasyon. Tapuson ang irigasyon. **paglapas : Si MSR7**

Pagpalambo sa produkto

Kung ang mga tawo magmugna, ang ilang mga binuhat kinahanglan adunay sinugdanan, katapusan ug mahimong ma-recycle. Pananglitan: Mga produkto sa panimalay nga gigama (sugod), gamita sa petsa (katapusan), biodegradable (ma-recycle). Ang tanan nga gihimo ma-recycle!

Ang mga produkto gikan sa yugto sa konsepto kinahanglan nga himsog, luwas, dili makahugaw nga biodegradable o kung dili ma-recycle. Ang tanan nga gihimo ug gigamit kay biodegradable ug o sa laing paagi ma-recycle. **paglapas :Si MSR7**

Hunong, paggamit sa bisan unsa nga dili maayo, dili luwas, makahugaw, dili biodegradable o ma-recycle! Pagprodyus Ang paggama nga dili maayo, dili luwas, makahugaw nga mga butang usa ka krimen, **Si MSR7**

GM crop (monster seed) > GM nga pagkaon (dili maayo nga pagkaon)

Gibag-o sa genetiko (engineered) crop gibase sa liso giusab sa mga tawo sa **1 sa Dios** orihinal nga disenyo. Alang sa kahakog, pagganansya ug pag-insulto **1 Dios. 1 Dios** dili gusto ang genetic reengineering sa tawo. Ang ebolusyon mao ang evolve, mutate,...

Background: Panahon sa pagsulong sa US sa Habagatan-Silangang Asya. Ang US Military nagmando sa paghimo ug paggamit sa Herbicides (Agent Orange),



usa ka hinagiban sa, Mass Destruction of Vegetation and Ecosystem. Ang pagtangtang sa mga dahon nagpasayon gikan sa hangin sa pagpusil sa mga nangalagiw nga mga bata, babaye ug kahayupan (dugangan ang rate sa pagpatay). Ang nahilo nga ekosistema mitulot sa mutation. Resulta sa pagkahimugso mga depekto sa mga masakiton nga mga tawo, mga mananap..

Ang mga herbicide delikado, makahugaw sa yuta ug mga agianan sa tubig. Ang mga prodyuser, tig-apod-apod sa Herbicides gikiha, **Si MSR7**. Ang gobyerno nga nagtugot niini nga polusyon gipulihan, **Si MSR7**. Ang pagkaon nahugawan (mga herbicide) dili angay alang sa konsumo (hayop, tawo). Gilaglag kini!

Ang mga tiggama sa Herbicide (mga hakog nga manunukob nga parasitic profiteers) gipalapdan gikan sa mga tigpatay sa tanom ngadto sa mga seed poisoners. Ang usa ka normal nga liso giusab gamit ang mga teknik nga nakat-unan sa paghimo og 'Herbicides'. Kini nga mga pagbag-o nagmugna dili natural nga mutasyon 'Mga Binhi sa Monster'. Ang mga pagbag-o naghimo sa mga liso nga wala'y mahimo sa pagpugas pag-usab sa tanum, nga nagpugos nga kanunay nga mopalit mga liso matag panahon (Daotan nga imoral nga kahakog). Gisalikway sa mga putyukan ang mga tanum nga GM!



Ang ebolusyon nakamatikod sa giusab nga Binhi. Nagtubag kini pinaagi sa pagbag-o sa matag butang nga makontak sa liso, ekosistema, kadena sa pagkaon. Pananom

gikan sa GM nga liso natapos nga diretso(tinapay)sa pagkonsumo sa pagkaon sa tawo o pinaagi sa pagkaon sa hayop(isda, karne, manok).Mga binuhat(mga linalang sa dagat, langgam, mammal) gipakaon direkta sa GM Crops(manok, baboy..)o dili direkta(Ang ilaga mikaon sa liso, ang ilaga gikaon sa manunukob, ang manunukob nga gipatay sa mangangayam nahimong gourmet nga panihapon..).**Ayaw pagkaon sa GM nga panihapon!**

Ang pagkaon sa mga binuhat sa pagkaon makaimpluwensya sa ilang paghilis.Aron matunaw ang giusab nga mga tanum kinahanglan nga usbon sa usa ka linalang ang digestive system(genetic reengineer) mismo pinaagi sa Ebolusyon.Kini dili natural(antiDios)type Ang Ebolusyon nagmugna ug dili natural nga mga bag-ong tipo sa Mutation. Wala mailhi nga hulga!

Pagbag-o sa Genetic(GM)si Anti**1 Dios**, usa ka hulga sa katawhan, sa tanan nga uban nga mga binuhat ug sa palibot.Ang GM Crop tungod sa dagan sa epekto makapausab sa tibuok Food chain.Pagmugna og mga mutasyon nga nagmugna og bag-ong mga sakit, naghulga sa kinabuhi sa tibuok kalibutan nga mga hampak sa tanang miyembro sa usa ka food chain! Ang mga tawo mahimong mas masakiton, mamatay nga mas bata, mas masakiton nga mga bata, mas daghang pagkakuha sa gisabak...

GM nga Pagkaon(dili maayo nga pagkaon):Alfalfa, pagkaon sa bata, bacon, breakfast cereal, pan, canola, chicory, mais, cotton seed oil, itlog, ham, margarine, karne, kapayyas, peas, patatas, manok, sausages, soybean, sugar beet, tubo, tam-is nga sili , kamatis, trigo, zucchini..



ingna'Dili'saGM nga pagkaon!

Kinahanglan buhaton!

Ang tambal sa kini nga hulga sa mga tawo ug ekosistema mao ang pagpugong, pagtambal.

Paglikay!Hunong:Pagpanukiduki sa GM, produksyon sa binhi ug pagtubo sa GM.

Pagtambal!Gi-prosecute sa gobyerno:GM scientist, executives, directors, owners, crop growers para sa Crime against Humankind ug batok sa ekosistema.**Si MSR7**

Gitapos sa gobyerno ang hulga pinaagi sa pagpaso sa mga pasilidad sa paghimo sa GM Research ug Binhi.Ang mga tanum nga GM gisunog nga responsable. Ang kontaminado nga yuta nga gipatubo sa GM nga mga tanum nasunog 3 ka tuig nga nagdagan. Ang gobyerno nga wala nagpatuman niini nga pagtambal' gipulihan.

Walay GM> Walay GM nga binhi> Walay GM nga tanom> Walay GM nga pagkaon !

Sa balay ayaw pagkaon sa GM nga pagkaon!Awhaga ang pamilya, higala, silingan, kauban sa trabaho, dili mokaon sa GM nga pagkaon! Hunong(dili bayolente)! Komunidad gikan sa pagprodyus, pagbaligya, pagpalit, GM Food!Kini ang imong moral ug sibil nga katungdanan. aron tapuson ang GM(binhi, ani, pagkaon)!

Pagkontrol sa Peste

Sulod sa Insecticide(kemikal)nga gigamit, pag-atake sa sistema sa nerbiyos. Gihimo nila ang wala pa matawo, bag-ong natawo nga hyperactive. Ang mga insecticides makapalagot sa mga sistema sa respiratoryo sa tawo ug binuhi.Ayaw gamita ang Insecticide sa sulod. Padayon nga limpyo ug hapsay ang sulod.

Sa gawas nga Insecticide(kemikal)gigamit sa mga tanom, prutasan ug pagkaon.Ang mga pananom, prutasan ug pagkaon nga nahugawan dili angay alang sa pagkaon sa tawo o hayop. Gilaglag sila sa kom-



munisipyo(Shire).Ang mga insecticides motuhop sa sistema sa tubig nga modangat sa Kadagatan. Paghugaw sa ekosistema sa Dagat, paghugaw sa seafood.

Fracking

Ang fracking usa ka dakong hulga sa kalikopan, komunidad, mga tawo.. Ang fracking mao ang proseso sa pag-drill ug pag-inject sa fluid sa taas nga presyur ngadto sa shale rock nga nagbali niini nga nagpagawas sa mga gas.(makahilo).Ang taas nga presyur nagpahinabog 'Linog'.

Ang matag proseso nagkinahanglan og minilyon ka litro nga tubig. Ang tubig adunay makahilo nga kemikal ug gidugang nga balas.Atol sa proseso methane gas(nagpataas sa global warming)ug makahilo nga mga kemikal makahugaw sa duol nga tubig sa yuta.Ang pag-inom niini nga tubig miresulta sa mga kaso sa neurological, sensory ug respiratory nga kadaot sa mga tawo, mga mananap. Ang mga tanom sa duol dili angay isip pakan-on sa mga hayop.

Ang hugaw nga pluwido ibilin sa ibabaw sa yuta nga mga lim-aw aron moalisngaw.Pagpagawas sa dali moalisngaw nga mga organikong compound ngadto sa atmospera, paghugaw sa hangin, paghimo sa acid rain ug sa ground level ozone.Nagresulta kini sa dili maayo nga kahayupan, mga pananom, prutas ug nanguyos nga dili makaon nga sibsibanan.. Ang mga residente nagreklamo sa kakapoy, kasukaon, labad sa ulo ug mas grabe pa.

Kung gigamit ang mga eksplosibo mahimo'g magpahinabog mga linog. Ang paggamit duol sa fault lines mahimong magpahinabog dakong Linog.Kini nga mga pagbuto makadaot sa mga reservoir sa ilawom sa yuta.Nagpagawas sila og mga gas nga mahimong magsugod sa 'Wildfire'!

Ang Fracking usa ka Ecological Disaster. Pagtapos sa Fracking!

Ang mga tag-iya, operator gi-prosecute, **Si MSR7**. Ang gobyerno nga nagtugot sa Fracking gipulihan, ang mga miyembro niini adunay tulubagon, **Si MSR7**.

Basura

Ang pagmugna sa basura gipakunhod! Gigamit ang biodegradable o reusable nga packaging. Paghimo sa mga Disposable nga mga produkto* Katapusan ! Pag-imprinta sa Junk mail* Katapusan !



Paghimo sa wala kinahanglana nga Junk (mga koleksiyon, gadgets, gamit sa tigdesinyo..)*
Katapusan ! *Kini nga mga provider gi-prosecute, **Si MSR7**

Imong moral ug sibiko nga katungdanan ang pagtapos sa paglabay sa ilegal nga basura, basura sa imong komunidad sa kasilinganan! Hupti ang pamilya, higala, silingan, kauban sa trabaho, negosyo, komunidad, tulubagon sa paghugaw! Ang mga komunidad wala nay lawak sa paglabay sa basura (landfill). **Kinahanglan natong pakunhuran ang Basura Karon!**

Papel

Guntinga ang paggamit sa papel. Kini makapamenos sa basura. Nagluwas kini sa mga kahoy!

Ilisan **mantalaan** uban sa digital nga balita. Ang mantalaan nagdala sa karaan nga balita nga wala'y video. Ang katuyoan sa mantalaan mao ang pagbaligya sa mga ad, tsismis sa mga sikat ug karaan nga mga balita nga makadungog. **Hunong!** Pagpalit ug mantalaan!

Ilisan **magasin** uban ang digital publishing. Ang magasin nagdala sa wala'y panahon nga datos nga walay audio, video. Ang katuyoan sa magasin mao ang pagbaligya sa mga ad, nga adunay gamay nga may kalabutan nga mapuslanon nga kasayuran. Kung wala ang kaayohan sa audio video. **Hunong!** Pagpalit ug mga magasin!

Ilisan **librouban** ang digital publishing (ebook, pdf). Ang usa ka libro bug-at. Ang pag-update nanginahanglan usa ka bag-ong libro. Wala silay audio, video. Dili dali makopya. Pagkuha ug sobra nga espasyo. **Hunong!** Pagpalit ug libro!

Ilisan **diary, journal** uban ang digital file. Kini nga mga file usab adunay mga litrato, video, audio! Ang mga talaadlawan, mga journal kay mga libro (tan-awa ang puli nga libro). **Hunong!** Pagpalit ug libro!

Ilisan **memo sa opisina** sa email! Ilisan **papel nga archives** sa digital file! Ilisan: Papel nga napkin nga adunay panapton nga panyo! Mahimo silang hugasan nga magamit pag-usab! Mga tualya sa papel nga adunay micro nga panapton! Mga bag nga papel nga adunay mga bag nga panapton!

Tapuson ang advertising nga nakabase sa papel (**junk mail**). Wala nay Junk mail! Ang pag-apod-apod sa Junk mail kay Environmental Vandalism, **Si MSR7**.

Ang wala na magamit nga giimprinta nga papel giputol.Gitumog sa tubig.Sa higayon nga mushy kini ipakaon sa mga ulod sa usa ka umahan sa ulod.

Plastic

Ang mga plastik nag-ula sa mga micro particle.Nakasulod na kini sa food chain lakip na ang mga tawo(dugo, utok, organo).Ang pagtukod sa lawas kini usa ka wala mailhi nga hulga sa kahimsog ug kaluwasan sa tawo.

Ilisan**plastik nga ilimnon ug mga sudlanan sa pagkaon**nga adunay magamit pag-usab nga bildo, seramik nga mga sudlanan.Tapuson ang produksyon sa tanang plastik nga sudlanan. Tapuson ang produksyon sa tanang plastic cutlery ug straw.paglapas,**Si MSR7**.

Ilisan**plastik nga dala nga mga bag**nga adunay magamit nga mga bag nga panapton.Tapuson ang paghimo sa tanang plastic bag!Ang paglapas kay Environmental Vandalism,**Si MSR7**.

Ilisan**plastik nga sapatos**nga adunay panapton o panit nga sapin.Tapuson ang paghimo sa tanang plastik nga sapin!paglapas,**Si MSR7**.

Ilisan**plastik nga sinina**uban sa kawayan, panapton, gapas o balhibo sa karnero. Tapuson ang paghimo sa tanang plastik nga sinina!paglapas,**Si MSR7**.

Ilisan**plastik nga mga dulaan**uban sa mga dulaan nga hinimo sa metal o kahoy.Tapuson ang paghimo sa tanang plastik nga mga dulaan!paglapas,**Si MSR7**.

Ilisan**plastic casings alang sa mga baligya sa konsumidor**nga adunay mga casing nga hinimo sa metal o kahoy.Tapuson ang paghimo sa tanang plastic casings para sa consumer goods!Ang paglapas kay Environmental Vandalism,**Si MSR7**.

Ilisan**plastik nga muwebles**uban sa muwebles nga hinimo sa metal o kahoy. Tapuson ang paghimo sa tanang plastik nga muwebles(sa sulod, gawas)!paglapas,**Si MSR7**.

Ilisan**plastik nga mga produkto sa tubo**uban sa mga produkto sa tubo(sa sulod, gawas, ilalom sa yuta)hinimo gikan sa metal.Tapuson ang paghimo sa tanang plastik nga mga produkto sa tubo!paglapas,**Si MSR7**.

Tapuson ang paggamit, pagbaton ug mga plastik sa balay, eskwelahan ug trabaho.

Shopping complex, mga mall



Sa usa ka Shopping Complex nga adunay 7 Retail outlets nga namaligya sa parehas nga mga butang (maong,..)gipalihok sa 7 lain-laing profiteering negosyo mao ang usa ka pag-usik sa

enerhiya, kapital, luna sa salog. Ang 7 Retail outlet gipulihan og 1 **CRON** retail outlet (1 **CRON** alang sa matag bahin). Ang usa ka Shopping Complex gipulihan sa **CRBC** (CRON Retail, Bazaar Complex)! Parasitic predatory profiteering entidad (Shopping Complex, Mga Tindera) gisirhan, ang mga tag-iya, mga operator gi-prosecut, **Si MSR6**. Gipulihan sa CRON Retail ang tanang fast food clone og himsog (dili alkoholiko) ilimnon Bar. **CRBC** mao ang bahin sa usa ka Shire Oasis (Custodian Guardian nagpuyo dinhi).

Ang nail salon nagmugna og makahilo nga aso. Sila usa ka peligro sa kahimsog ug polusyon sa hangin. Ang polusyon mosulod sa sistema sa sirkulasyon sa hangin. Ang mga empleyado adunay proteksyon sa pagginhawa. Ignorante nga mga kustomer (mga biktima) ayaw. Ang mga tindahan kay abli, nagsabwag ug makahilong aso nga masuyop sa mga lumalabay. Kini nga peligro sa kahimsog labi ka grabe sa mga mabdos, bag-ong natawo, tigulang. Kung na-expose ka sa makahilong aso idemanda ang salon ug ang Shopping Center alang sa bayad. Palonga sila, i-ban sila. Paggukod sa mga tag-iya, ehekutibo, **Si MSR7** Kini magamit usab sa Beauty and Hairdresser Salons. **Nota!** Dili magamit sa mga pamutol sa buhok.

Pagplano sa lungsod

Katuyoan sa Shire Planning mao ang paggamit sa yuta sa labing kaayohan sa komunidad ug pinuy-anan. Importante kini alang sa usa ka komunidad ug pinuy-anan nga magkaharmonya. Tanan fertile laKinahanglang gamiton alang sa pagpananom og pagkaon, pag-ransa, pagsiguro nga adunay mga santuwaryo alang sa lumad nga mga tanom ug lokal nga lumad nga mga binuhat. (dili langyaw). Ang dili tabunok nga yuta gamiton alang sa domestic, dili domestic nga bilding. Ang naglungtad nga mga bilding sa tabunok nga yuta giguba ug gi-recycle sa dili tabunok nga yuta. Ang mga mansyon nga adunay vanity garden, holiday home, apartment, penthouse, retirement villages gipulihan sa Shire cluster homes sa dili tabunok nga yuta.

Ang mga syudad nga adunay 1 milyon nga mga residente ug mga freeway adunay 2 ka dagkong mga problema: polusyon ug rush hour congestion. Ang duha ka mga problema kinahanglan karon dili sa ulahi nga mga solusyon. Solusyon sa Custodian Guardian. Freeway Trams (tan-awa ang pagplano sa Shire) pag-ilis sa indibidwal nga transportasyon! Gipulihan sa riles ang taas nga paghakot Dakong rig paghakot.



Atol sa usa ka draft sa Australia gatusan ka mga karnero ang naghilak samtang sila nag-antus sa hinay nga pagkamatay sa kauhaw. Ang duol nga mga golf course nagpatubig sa ilang putting green. Ang mga magdudula nag-inom sa bugnaw nga tubig nga kasagaran gisagol sa alkohol.



Makaluod kini! **1 Dios** nasuko. Ang golf usa ka binuang nga walay pulos nga elitist nga kalingawan. Kini matapos! Ang mga golf course gi-recycle para sa pagpatubo sa pagkaon. Ang mga magdudula sa golf

walay pulos nga mga miyembro sa komunidad. Dili sila angayan nga maghupot sa mga posisyon sa pagpangulo. Ang Tigbantay sa Tigbantay Maulaw ug Likayi !

Ang kakulang sa tubig sa pag-inom ug mga draft naghimo nga dili madawat ang pag-operate sa pribado, komersyal ug turista nga mga swimming pool. Ang tanan nga mga pool napuno sa yuta. Ang mga tag-iya walay bayad. CG Maulaw Shun !



Ang celebrity sport nagkinahanglan og mga pasilidad sa pagtukod og katuyoan (Hall, Stadium..), imprastraktura (Ril, Dalan..). Kini nag-usik sa mga kahinguhaan sa komunidad nagmugna og taas nga termino (Shire) utang. Ang mga pasilidad makausik ug kusog ug makamugna ug daghang basura. Hunonga ang pagtukod niini nga mga pasilidad ug gub-a ang anaa na.



Ang celebrity sport crowd entertainment nanginahanglan ug dako nga pamuhunan sa publiko, domestic nga transportasyon ug parking! Walay venue, ubos ang gasto sa imprastraktura. Giwagtang ang dalan ug parking 'Chaos'!



Kini nga mga panghitabo naghatag kalingawan, alkohol, cola, uban pang tam-is nga ilimnon, sugal, dili maayo nga pagkaon (tambok, tambok, parat) sagad giubanan sa kapintasan (pag-atake, kasuko, paglabay sa mga butang, bandalismo).





Paghimo sa panghitabo nga puno sa basura (botelya, pagkaon, papel, plastik, lata) nanginahanglan pagtipig (landfill). Ang pagsugal mosangpot sa krimen: Pagpanikas (nobbling, rigging sa resulta..), pagpanghadlok, blackmail, kapintasan. Kini matapos!

Pagpahimulos sa mananap

Natapos ang kabangis sa mga mananap. Giguba ang pabalay sa baterya. Gipulihan sa 'Libre nga range'. Giakusahan ang mga operator sa pabalay sa baterya, **Si MSR4**.



Kinabuhi Ang transportasyon sa hayop labaw pa sa 30 km matapos. Ang mga paglapas sa panguna nga prodyuser, ahente, operator sa transportasyon giakusahan, **Si MSR4**.

Ang kalingawan sa mga mananap sa sirko Natapos. Ang tigbansay sa hayop, operator sa Circus gipasakaan og kaso, **Si MSR4**.

Ang theme park animal nga kalingawan Natapos. Ang tigbansay sa hayop, operator sa theme park gipasakaan og kaso, **Si MSR4**.

Ang mga zoo gisirhan ug gipulihan sa Wildlife Sanctuaries nga adunay lokal nga espisye lamang. Sirado ang Illegal Zoo, nakuha sa operator, **Si MSR4**.



Mga away sa mananap Katapusan. Ang tag-iya sa hayop, tigbansay, tigpasiugda gikulong, **Si MS R4**. Bisan kinsa nga tawo (mga) paghatag og sugal makakuha, **Si MSR6**

Pagpatay sa kulbahinam (Safari hunts, Royal hunts, uban pang hunt) sa mga Hayop Katapusan. Ang tigpasiugda, ang mga mangangayam gikiha, **Si MSR4**

Ang mga Rangers ra ang makakulot sa mga hayop.



Natapos ang mga hayop sa karera. Sirado ang lugar sa karera, giguba. Ang tag-iya sa racing animal, trainer ug racing venue operator gikiha, **Si MS R4**. Giguba ang mga lugar sa karera.



Agrikultura

Ang pag-overstock sa mga baka kada ektarya moresulta sa sobrang pagpasibsib, sa ngadtongadto pagkaguba sa yuta. Nagresulta sa kulang sa pagpakaon nga nag-antos nga mga hayop. Ang pag-overstock, sobra nga pagpasibsib sa mga tumoy. Alang sa matag nag-antos nga mag-uuma sa hayop, ranser makakuha, **Si MSR4**

Ang pagbanlas sa yuta mahitabo usab kung ang tanan nga mga kahoy makuha gikan sa yuta. Ang nag-unang hinungdan sa pagbanlas sa yuta ug pag-antos sa kahayupan mao ang dili maayong pagdumala ug gamay ra kaayo nga operasyon. Solusyon sa CG: Si Shire nagmugna og CROn nga adunay mga kwalipikado nga mga tawo ug komersyal nga mahimo nga operasyon nga gidak-on.



Militar

Ang paghugaw sa militar sa transportasyon ug mga eksplosibo, AN (Atomic nukleyar), B(biyolohikal), C(kemikal) hinagiban. Kini usa ka hulga sa kinabuhi sa tawo, hayop, tanum. Ang mga siyentipiko nga naghimo niini nga mga hinagiban nakakuha **Si MSR7**. Ang mga pasilidad sa produksiyon, mga tipiganan sa kini nga mga hinagiban giguba, gilaglag sa Shire. Ang gobyerno nga nagtugot sa paghimo o pagtipig niini nga mga hinagiban gipulihan ug nakuha, **Si MSR7**



Nukleyar nga disarmament!

Ang siyensya sa nukleyar mao ang siyensya sa pagkapuo nga usa ka seryoso nga hulga sa pagkaluwas sa tawo! Ang mga nukleyar nga reaktor gigamit sa mga istasyon sa kuryente ug sa mga sistema sa pagpaandar. Ang Uranium usa ka radioactive nga mineral gigamit sa mga nukleyar nga reaktor. Ang nahabilin nga mga reaktor sa nukleyar gigamit sa pagkapuo nga mga hinagiban!



Isira, selyo ang mga minahan sa uranium! Tapuson ang nukleyar nga siyensya! Isira, bungkaga ang mga istasyon sa nukleyar nga gahum! I-dismantle ang nuclear propulsion! Ang gobyerno nga nagtugot sa mga minahan sa uranium, siyensya nukleyar, gahum nukleyar, pagpaandar sa nukleyar, gipulihan, **Si MSR7 Mabuhi!**

1 Ang Dios naghulat nga makadungog gikan kanimo !

Kaluwasan Pag-ampo

Adlaw sa Kaluwasan 11.1.7 NAtm

Mahal **1 Dios**, Magbubuhay sa labing matahum nga Uniberso Imong labing mapaubsanon nga matinud-anon nga tigbantay-magbalantay (1st ngalan) Salamat sa Kaluwasan sa Katawhan

Naninkamot ko sa pagtabang sa akong lawas, specie, komunidad nga mabuhi I shall make survival my no. 1 prayoridad

Palihug suportahi ang akong mga paninkamot nga mabuhi

Alang sa Himaya sa **1 Dios** ug ang Kaayohan sa Katawhan



Kini nga pag-ampo gigamit sa adlaw sa Kaluwasan (GG Kalender) o kung gikinahanglan!



Mga tema sa Makalingaw nga Adlaw* nga importante sa environmentalist:

Adlaw sa Polusyon 4.2.7 ~ Adlaw sa Defoliant 6.2.7 ~ Adlaw sa Holocaust 8.2.7
Habitat Day 9.1.7 ~ Survival Day 11.1.7 ~ Pet Day 11.3.7 Maayong panglawas Day 12.1.7
Adlaw sa Pagkaadik 12.2.7 Adlaw sa Shrub 13.1.7

Adlaw sa Kahoy 13.3.7

*Pagdumala sa oras sa Bag-ong Panahon

Ang mga tema sa Fun Day nagsilbi alang sa usa ka komunidad nga kinahanglan nga magsaulog nga maulawan ug mahinumdom.

Ang pagsunog, basura, paghugaw, pagdaot sa kinaiyahan dili lamang usa ka hulga sa kini nga henerasyon, sa sunod nga henerasyon apan sa umaabot nga mga henerasyon. Ang mga bata kinahanglan nga motaho sa mga ginikanan nga nagsunog, naglabay sa basura, nagmugna og sobra nga basura, naghugaw sa hangin, yuta, tubig, mga vandal sa kinaiyahan, nagguba sa kaugmaon sa ilang mga Anak. Ang mga ginikanan adunay tulubagon, tangtangon ug **Si MSR7** mga politiko nga nagtugot o responsable sa: Pagsunog, basura, paghugaw, pagdaot sa kinaiyahan!

Non breathable Air May 4 ka minuto ka nga mabuhi Walay likido nga pag-inom. Adunay ka 4 ka adlaw nga mabuhi!

Ang Tigbantay sa Kustodian nagpuyo nga nahiuyon sa 1 Dios mga binuhat!

Daghang mga environmentalist ang adunay paboritong hinungdan. Gigugol nila ang gugma, oras ug salapi. Nindot kaayo ang tanan, makapalipay sa usa ka tawo.

Ang pig-ot nga mga utlanan sa kadaghanan sa mga hinungdan. Mga resulta nga walay pag-uswag sa mga dagkong hinungdan sa pagkaluwas sa tawo: **Polusyon (hangin, yuta, tubig)**, **Kapintasan (balay, komunidad, global)**, **Wealth Apartheid (pagpasa sa yuta sa posisyon, gahum, bahandi; parasitiko, manunukob, ganansya)**, **Pagbag-o sa klima!**

Usa lamang ka organisasyon nga adunay moral nga kalig-on, walay katapusan nga paglahutay ug **1 Dios** Ang gihatag nga mga solusyon makasiguro sa pagkaluwas sa tawo.

Apil Kanato! > Mahimong Berde! > Mahimong usa ka Kustodian!



Ang Custodian Guardian nagsunod usab sa: Walay Konsepto sa Kapintasan, Konsepto sa Kadana sa Daotan, Konsepto sa ekonomiya, 7 Mga Linukot, N-At-m, NAs.



AS it is WRITTEN
It SHALL BE