



Survival-Chain

Welcome to the Wonderful World of Human Survival

ءاعومءمءاوءا ءالءاع ءاىءل ءىق ىلع ءاقبل كل
كل ءصاىال ءىولوال وه ءكوكال

ءاىءل ءىق ىلع ءاقبل لءا نم

- 1.Specie، 2.Habitat، 3.Community،
- 4.Family، 5.Individual، 6.Animals،
- 7.Personal.



ءرمءل ءسء ءاىءل ءىق ىلع ءاقبل

- 1.Unborn، 2.Newborn، 3.Baby،
- 4.Child، 5.Juvenile، 6.Adult،
- 7.Senior.

Scroll 2
Obligation:2 :
*Protect the human body
from conception until its end.*

The Survival-Chain is the
foundation to keep this
Obligation.

The Survival-Chain has 7
links all of them essential for
human survival.

Breathable-air
Climate-protection
Drinkable-water
Eatable-food
Hygiene
Security
Sleep

!كنم عمسن نأ رطتنى 1 GOD

ءالص ءاىن

ىلآل فارصل ءزهءا-11.1.7 N موى ءاىءل ءىق ىلع ءاقبل

نىنمؤمل ءضاوتمل مءعم كلءل لمءا نوكل ءلءا ، **1 GOD** زىزل

(مسء ءراش 1) ءىاصول ءىصول

ىف ءءءاسملل ىءسءا ىرءبل سنىل ءاقبل مكل" لصف
ءاقب مءقأس ءاىءل ءىق ىلع ءاقبل ءمءءمءا ءكوكسم ءىءسء
1 ءءم ىلع ءاقبل لءا نم ىءوءء مءء ءاىءل ءىولوال NO.1 ىءلب
ءىرءبل رىءو **GOD**



ءاضءءال ءنء ءاىءل ءىق ىلع ءاقبل وأ موى ىلع ءالصا هءء ىلءى



ناسنإل اءاقبل ةرورض اهلك تالصو 7 هېدل SurvivalChain ل

شيعلل ةقېقد كېدل نوكل نأ نود AIR سفنت

ءوبسأل رمتست نلف برشلل عيش يأ برشلل حلص ءام

ءعوج ءومي يذل ماعطال ال .هافرلاو ةقاطلا ىلع لوصحلل FOOD لوكأم

ءومت مونل ال .ءءاع| Jvitalizing لمانى

ءاقبل لءا نم ءانمل ةياع

ءءىء ءحص يف مسءل ىلع طافحلل ةفاطنل



البقتسم الو نمأ ال .فنعل نم ةياعلل نامأل



ىتح عءءى ception نم ناسنإل مسء ةياع: انل لوقي 2: ءامازل ال 2: ريرمءل
هءه ناسنإ يأ نامء .مازل ال اءه ىلع طافحلل ساسأل يه ةلسلس-ءاقب .اهءيهن
ءسنأل :ءيمازل هلل 1 ءءافكمو ،ءرشلل ءص ةميرء ء-threaten ةياعلل يه ءايرورضل
R 7

قارتءا Threat



ءمعن كلذ يف ءأر .رانل ماءءسا ةيفي ك فشتكا ةرشلل ءعب
ءيزيلءنال يءل .يروفءأل ءوقول قارتءا عم بشءل قءء ءلمكءساو
قءو رانل .ءانمل ريعء ىل ءوؤى يذل ءولءل يعانصل رصعل لاءءا نيءىءسمل
ءنعل ،اءيهء نأل
!نأل قارءاب فاقى

زاغلل ءمامقلل ءورلل مءللل رءاءسل: قءو
... ،بشءلل مويناروئلل طفنلل



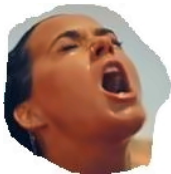
ربكأ قئارء يف .ناءء ،وه قءء نم ريرطء ءء مطعمو

ىلع ناخذلل ىلع . ناخذلل قاشننسا وه تايفولل ءحصلل ىلع ارطخ
ىلل بورهل ءارخلل فقوت -atmos يريف ىلل لصي عافترا ربكأ قاطن
ضرألل ءارح ءجرد عافترا ،ءاملل ءطس ءارح ءجرد عافترا .ءاضلل
!ءانمل رىغت :ءلللل بوزي ،ءطس



ءاوهلل سفنت ناسنلل مسج ءااىءءا ءاىلل ءلق ىلع ءاقبلل

،ئئسكألل او ،ئئءورءئللل او نوئرلل ءئسكأ ئناء) ءازاغل نم ءاوهلل نءنو سفنءلل ءارء مءئ
ءاءءل ءاوهلل نءنو سفنءلل . (مئءارءلل او مئءارءلل رابغل) بئاوللل او ءاملل (ناءمئل زاءو
ئوءءم و ضءءنمل نوئرلل ءئسكأ ئناء اءلل .ئئسكألل ئوءءم و ءللل ءئءورءئلل
ءسل . ءئص ءئضقو ءءرم رىء ءبصء ءللل ءل ءو طرلل ءءا ءانهو (ءوطل) ءاملل ئوءءم . ناءمئل
نئءئرلل لءشءل ءلل بئاوللل ءءا ءانه



ال .ءاوهلل ءلب له مء ،قئاءء 4 ؟قرفءسن ءئءمئ ىءم ىلل
ف ءءرسب نوءومئ سانلل !ءومء ءنأ ،ءلب ىلل ءاوهلل سفنت
ءاوهلل سفنت ال ،قئارء

رشب لل ءءقو بئءءءل ءمك سفنءلل ءاوهلل ءء مءءءسئ
مءءءسئ (ءاملل ف رملل) بئءءءل ءمك thable ءاوهلل ءء -brea . ءاناوللل
،ءءءمئل ءاىالل ءموك ءئفءوملل ءئءمئل ءرءلل ءرءلل ءب نم
ءب نم ءئ ءئءمئل ءئءرءلل ءاغلل ،ءموكءلل ءم نئءءءم
R7 ءسنألل :ءمئرء بئءءءل . ءءءمئل ءاىالل



. (ءاناوللل) R4 ءسنألل ، (رشب لل)

:راءءنلل) سفنلل قئرط نء و (رانلل ف ءماسلل ءرءألل) فضرء وه لءق ىلل ءاوهلل سفنت ءء
ءفرء) فموكءلل ، (ءبطلل زاء و ءزءرملل ءءاه لكشب نوئرلل ءئسكأ ئناء زاء قاشننسا
نئرءلل ، (بئءءءل ،اقنش ،زاءلل
ءسنألل ،اءللل لوصءلل ءموكءلل ءئمءرءلل لءقل . (قنشلل او ،ءقنءلل ،قنش ،قنءلل :نئمءرءلل)
R4 ءسنألل ، (ءمالسلل و ءحصلل) فضرء . R7
(هلل 1 نم ءبسءم) ءاذل .

سفنءلل ءاوهلل'لل فئسئئرلل ءئءءلل وه ءاىشألل قرح رشب لل



اهنأ ىلع ءئءاوهلل ءبصقلل نومءءءسئ نئءلل ءرفلل ءم ءءبئ وه
مءءءساب .ءاوهلل بئاوللل ءماسلل ءرءألل لاءرء وءنلل ىلع ءئرلل ءنءم
مئمصءلل هلل 1 لل ءناه ،ءئءش ءئءص رطاخم وه ءنءم ءمك ناسنلل مسج

!عمتجم لاء عبع A !ةيناسن ةاسأم !نامد نيخدتل

ينمدم . ةروصتم لاء عجاج رءص لاء ءلثي امم رركتم لاء يرهق لاء كولسل او نامد لاء
مهسفنأل ررض . مهكولس موقت ررض لوبق مدع لاء نم مهسفنأل نوعدي
عمتجم لاء لمعل اءلمز ، اءقءصأل او ةرسأل

مهسفنأب نوعتم تي مهنا املاط ني نمدم لاء نم مه مهنا نودقت عي ال ني نمدم لاء
، ةمهولاء حبصت . عمتجم لاء مهسفنأل لاء ارطخ ني نمدم لاء حبصت . اعم مهتايع ءقعو
هذه . ءثركم ريغو ةينانأ ، ةءءاخ ، ةقلاء ريغ ، ةفي رش ، ةيعامء لاء ءءاكوم
تايع لاء نم ءل . مهتايع طمن لاء ةرطي لاء (يعامء لاء لصاوت) رياس تاوول
مهقوقو .



ءءاراهنا . مهسبالم نتن . مفل نم ةهيري ءءار نونءم لاء
يهف . ناكم لك يف باقعأب . ناكم لك يف مهءامر . ةفرغ ىء ءهيري
راع مهبنء . ءارفأل ءءار لاء هيري ، ةرءقو ، زازئم شال ةريثم
مهل

نانسل او مهءافش نوقري . مهسفنأل لاء ايءص ارطخ رءكأ نونءم لاء
حبصأو ، نيئرل او ةيئاوول ءبصق لاء ءرنء لاء مفل او ءل لاء
عمتجم لاء لاء اءب ع ، ىضرم لاء
ناءل لاء صاوف نم ءيءل لاء لوسك ءءأ مه ني نمدم لاء
!مهءب ساءم . sickies ءقء لاء سفنل او



ءعب . مهب نيءل ررض لم اوءل ءانءم لاء . نيءل لاء ءيءص لاء رطاخم لاء يه ني نمدم لاء
نوئي ءق . ءءص لاء اياضق ءوؤو نم ءايء لاء لاء ءالول يءيء لاء لافطأل هذه مكءو ءالول
ءسنأل : ءعب اوءلوي مل نيءل ررضي ، لم اوءل ني نمدم لاء ءاضاقم .. ، ءاقاع او ءاهوش مهءل
R3 .



يبلس لاء قلء يءل نونءم لاء . سانل يءؤي (ءاءاءءال) يبلس لاء نيءل
ءمسء يءل (.. لمعل او ءيلسل او هيريءل) ءاهء . R3 ءسنأل ، ناءل لاء لاء لاء
ءسنأل ، اهليل لاء لاء نيءل
ءمسء يءل ءمكء لاء لاء ساءم تي . ءاضيق ءفء R3
R7 ءسنأل + ، نيءل

شئاشء لاء لزانم : قئارءل أءب يهو . لامهال مه ني نمدم لاء
R4 ءسنأل ، مهءب ساءم . ءاباؤ لاء
ءان اوءل سانل ءرء يءل . ءاضيق ءفءو
R6 ءسنأل ، ءان اوءل ، سانل نولءق يه مهنا R5 ءسنأل ،



يءص ريغ نيءل نأ ءبء ءقو (ينيءول ميريءل) 1951 ماع يف

ني خدتل 'ناب' مل يتل تارادال او تاموكل او ةيموكل تالال كول. اري طخ اديدهت
تاغي رشت ريرمت متي. عم تجمل ةي امحو ةمدخل (بجاول ءاأ ي ف ريصقتل) لش ف
ا، اهل ل ووصل ب نزم هذه. ي عجر رثأ ب
R7 ةسنال .

، (قيوستل او نالعال، -bies free) ززعي نأ رخأ نايف وأ ةيراجتل لامعال او، ةعامج وأ درف يأ
حابرأ او (...، هيفرتل ناكمو معاطملاو يداونلاو لمعال او، ني مل عمل او، تاهمأ او ءابأل) حمسي و
حاتم لعجي ، (ةئجتل راجتو ةلمجل راجتو لقنل تاكرشو ني عنصملاو ني دروملا)
لعف. اهل لع يوتحت "نخدي" ام مه ي ال R7 ةسنال ني خدتل تاراو سسكال وأ "نخدال"
ةحصلا رطاخملا يه ني خدتل.

اني خدتل يلى حماستل ZERO

ثورلاو زاغلا قرح قيرط نع ءاوهلا سفنت رفاوت نم للقي دارفال
يه طل ضارغلأ طفنلاو محفل او بشخل او
!نأل يه تني. ني خستل ةوق ، (ءاوشل لمشي و)
، قرح. قرح نود اهجاتن متي يتل ءابرهل مادختسا
R2 ةسنال و تادعمل ريمدتو ةرداصم يف جئاتنل او



، طفنلاو موينارويلاو زاغلاو محفل) قرح نا ةقطل دي لوت تاطحم
نومكاحي، يكلام ةثولملا. اهكيكفت، SHUT يه ةقطل دي لوتل (...)
ةقلغم يه موينارويلاو محفل مچانم. R7 ةسنال، ني لغشملا
متي و. R7 ةسنال، اهل لع لوصلل يلغشم ويكلام ني دعتل. ةموتخمو
قرحلا ريغ بيلاسأ قيرط نع ةقطل جاتن

مادختسا اهل دل طفنلاو زاغلا! لقنل ةيلحم ريغ، ةيلحملا يه تني كرحتلل قرح
عم ةعيرسلل قرحلا يلع يلحملا ريغ يلحملا لقنل لادبتسا متي. قرحلا ريغ
ةيديحل ككسلاب وه ةليوط تافاسمل ارب لقنل! مارتل عيرسلل قرحلا
!يه تني و، لاسملا لورتلل زاغو ني زنبلاو لزيدل دوقو مادختسا. طقف



!يه تني هيفرتل ةثولملا

تارئاطو ةثافنل ةرئاطل، رايظ نودب) صاغل عاقل نم ةكولملا يوجل لقنل او ناريط ضرع: ءاوهلا يف
(...، ءاضفلا كوكم، رتبوكيلهل)

، ةروصقملا دارط) صاغل عاقل نم ةكولملا يرحبل لقنل او ةيلأل براوقل قابس: ءامل تحت، يف
، ةعيرسلل قراوزلاو ةيئامل تاجارذل، تاماوحلا، ةيحاسل نفسلاو

(..، توخېلاو براوق).



يعابرلا عفدل تاراي س، تابرعلاو تاجاردلاو تارود: ةلجع ةيكنيناكېملا .. 4، 3، 2 عيمج: ضرألل ىلع
ةرايس ةريثملا، تارايسلا قابس. ةرخاف تارايسو نيزوميل تارايسو ةيضاي رلا تارايسلاو
ةسنأل، هيفرتلا ةثولملا ل تابكرم يمدمو هيفرتلا ةثولملا يجورم ةاضاقم. ةيحايسلا تاراطقلا
R7

(ايحاضلا) مكبلال عالمع. ةيماحل س فننتلا ني فظوملا دقو. ةماس ةرخبأ قلخ رفاطألل نولاص
ةماسلا ةرخبألل نم. اهيعارصم ىلع ةحوتفم قوستلا زكارم يف رامسم تانولاص. ال
يثيريح لافطألل او، لم اوحل اساسنلا اصوصخ. ةيحص رطاخم لم مهضرعي. ةراملا ناضتحا
زكرم و نولاص ةاضاقم ةماس ةنخدأل تضرت دق تنك اذا. نسل رابكو و برلا ىضرم، ةدالولا
ضيوعت ىلع لوصحلل قوستلا

لبق نم رازو. ءاوهلل ةولملاو ةيحصلا رطاخملا يه رفاطألل نولاص
ريثكل اهل و اهب ةصاخلا ريماسملا مايقلل ادج لوسك نيزلا سانلا
ةسنأل، نيزي فننتلا نيزي ردملاو، ةمكاحم باحصأ. اهرطح، اهقلغأ. لاملا نم
R7



نيزلا سانلا لبق نم رازو. ءاوهلل ةولملاو ةيحصلا رطاخملا يه ليمجت نولاص
لاملا نم ريثكل كيدل، مھرما لعج مايقلل ادج لوسك
R7 ةسنأل، لوصحلاو، نيزي فننتلا نيزي ردملاو، باحصأ. اهرطح، اهقلغأ

ةسنأل، مھتمكاحمو ةماسلا ةرخبألل قالغاو قلخ يذلا رعشلا فيفصت
يعي بط لكشب لمعت ءاوھل ةولت قلخت ال يذلا رعشلا فيفصت R7

عم لزانم تاموكحلل عجشت (عشجل ةسرتفملا يلفطلا) يللمسأر
نيزنبل مادختسا قئادلل تاودأو لزنملا باحصا. رورغل قئادلل
يثل (..، زج، ريشانملا، ءاشرفلا عطقو، قرولا قيظمتو، حوارم) تارايسلا
ةولت



R7 ءسنأل لىل لوصحل او ءئجتل راجتو نى عن صملاو لزانملا باحصأ . (ءبرتلاو ءي صملاو ءاوهلا)
R7 ءسنأل لصت ، ثولتلا اذهل حمست نأ ءموكلحل لادبتسا متي .



و نى تاسبلالو لىل صاملا لىل ءى راخل ءى رخل تاءىبم مدختستو
ءل اص رىغ يه ثولت يتل نى تاسبلالو ءى رامل تامدخ بءكم ءاذغل رك
داوملا قرح متيو ، لىل صاملا دي Pollu- . نى ناوئىل وأ رىشبل كالهتسالل
(رىش) عمءملا لبق نم ءى ءاذغل
نأ ءموكلحل لادبتسا متي . **R7 ءسنأل** راجت ءئتم لىل لوصحل
R7 ءسنأل لصت ، ثولتلا اذهل حمست .

زاهل ءمءاهمو ، ءمدختسملا ءى رخل تاءىبملا لءاد
ءءالول يءىءو ءعب ءلوى مل طرفم لءءت اءنأ . بى صعل
سى فننل زاهل و ناسنال ءىه ءى رخل تاءىبملا
لءادل ي ءى رخل تاءىبم مدختستال . ءفىلأل تاناوئىل



تارءفءملاو لقنل عم شىءل ءاوهلا ثولت
A, N C (ءى ءلوىب) ب (ءى وونلاو ءى رءل)
ءىءل و ناوئىل و ناسنال اءىءت نولك شى مءنأ . ءل سأل
R7 ءسنأل ، ءل سأل هءه ءاشنل نأ ءاملعل ءاضاقم . ءى تابلل
رىاش لبق نم قرحو ، ءل سأل هءه ءاتنل قفارم مءمى .

هءه لىل فرشملا ، نى ءى ءى فننل نى لوؤسملاو ءارءمو باحصأ
وأ ءمدختسا يءل شىءل . **R7 ءسنأل** ، اءىل لوصحل قفارملا
فص طباض ءبءر نم ، ءل سأل نم ءونلا هءه ءاضاقم مدختست
وأ ءاتنل لادبتسا متي حمست يءل ءموكلحل . **R7 ءسنأل** ، لىل
R7 ءسنأل ، مءمءمءم ءل سأل هءه نىءء

رءك ءبصء اءنل . سى ءى رل ثولملا يه ءى رانل باءلأل
ءل ءاوهلا ثولت لىل Depend- ءى . ءل ملام رءك رءك ءوئىش
ءامى سءل ثولت رءتسى . ءءاو موئل نى ناملال lin- ءق سقءل
بى رل ءل اص رىغ اءلءى امم . هب ءل ملام هاىملا ف



اهلءم لء رزىلل ءاوضأ ! ءىهءنل ءى رانل باءلأل

ءرشابم ءاوهلا لىل قءاقء 4 كىءل ءاوهلا سفنء رىغ

نم ءىءنل و ببل و ءاوهلا سفنء و ءىفنء نأ ءموكلح و ءمظنم و ءصخش ءى
صفف لىل لوصحل او ، ءل ءاسملل . ثولملا ءاوهلا

اقآلل ىطءأ 1 GOD وه سفنللل ءاولل ءبلللم . R7 ءسنألل

ZERO نئثولملا TO AIR ءمسلل ءل ZERO

ءام ناسنألل مسآ ءاآائلل ءائل ءلل ءلق ءاقبلل
برشلل ءلص



اهلل ءاآلل انمسآ ىف ءللل لك .ءاملل نم نوكلل انمسلل نم 60%
ءائللل رارمءللل مسآلل ءرارآ ءرء مظئو ،انئل هائلل لصاللم ءئل
... انئل



ءارلق لأكشأ ىوآلل فالآلل ىف ءاملل راءب فىللكل
(رطملا طوبه) لفسأ ءارلق بآسل ءرألل ءللل
مءآسئو .ءبءلل هائلل ىسئلرل رءصمل وه رطملا .آطسل ىل
ءفاظنللو لىسآللو بطللو ماعطلل ءاعو برشلل راطملل هائلل
... ءلصآلل

اهمءآسلاو ،راطملل هائلل برشل ىل ءرءاق نوكلل اهمءآسلا صآش فلأ
ءلص رىآ ،راطملل هائلل ءوللو ،نألل ءعب سئل .ماعطلل ءاعل
نأ ىآبئل الل لىسآلل .ءئلل ءآئر ،ءئلل ءوآل ،ءماسلل ،ءلصمءلل
الل ،ءرءق وءبء الل اهنأ طلق سئل .ءلولم آبصلل رطملا ىف كرتل
ءللل ىف آآلله ءءآل ءق اهنكل ءئلل ءآئر.



نئبطللل ءائلل طائلل ءل ءللل ءللل ءللل ءللل ءللل ءللل ءللل
صئبألل ءللل .ءآرطلل ءللل ءللل ءللل ءللل ءللل ءللل



راهنأللو ،ائلل هائلل لابل ىف ءوسألل ءللل ءللل ءللل ءللل ءللل
ئبونآلل بطللل ،ئللمشلل بطللل ،ءنالئرى؁ worldwide ءللل

راطملل هائلل ءللل ءمءل ءانازلل هءل .ءبءلل هائلل ءانازلل ءللل ءللل
لبق ءالل ءاآل هائلل هءل ءولل ببسب .رآوشلل هءل ءللل ءللل نابلو
ئلل ءللل وأ ىرشلل كالهءسلا



نم دحلل ءءورب وه ءقئمءلل هايملل .ءلءضلل نم اللءب قئئمءلل نازللل نوكلئ نأ بءئ ءئئاملل ئاضائرلل رطءئ .ئارءلءلل ءماسلل ءون اصوصء ومئلل بللءلءلل ءرءبئلل براوللل ءئس ءء) قراوزلل .ءاملل فئ spooing ضئءلءلل ءوبئلل فقوئل لئ

!!ه نأ رطءئ (... ءئراطبلل ضمءو ءئزنبلل ءفنلل) ءولئ (...)
ءقئءلل سراح لقل :ءانءئسا

ءالء ءءوئ الل .كلءب مائللل فئ قءلل ءمءءلل لئل ءوءمءئئ صءء الل نكلمئ الل ءالءلل .. ءئمءلل ءولسلل ءاسفلل ءفئ ءطائل ءالءلل ءئئء ءالءلل ءئمءلل ءئزلل ءبصأ هايملل لئلزنم

ءئئرزلل :ءلل وه كلء ءئشرئلل بللطئ هايملل لئلزنم ءالءلل سءلءلل ءانوبركلل ءبالصو مروفورولكلل ءولكلل سوسسبسلل ءاءئبلل ءاصرلل ءلئقئلل نءاعملل ءراضلل باشءلل ءاسلل نأ لئل فئصمئل ءمئل ءءءئ ءئءل ءانم فئ اضئ ... ءءلل ءئرءلل (ءقئءلل ءانئءلل) ءاءفلل ضمئل ءض ءئمءلل لئل



ءبءئلل هايملل ءءاوت ئئلل ءاءئءئلل

ءبءئلل هايملل رفاوت زواءئئس ءبءئلل هايملل لئل بلطلل ءئرقل



لك آء ءرءلل ءالطلل ببسلئ نأ نكلمئ ءءولمئل راطمألل نم اهئرغو قاروألل لوبءو ءءلل لكآءو (روسء) بلصلل لكاه ءلءل ءئءو ءااءبئلل ءروشملل مئءقئل لئل "ءارضلل موهفم" و "ءاوهل سفنئ" قءءئ ءولئل ءاوتءل ءئفئ

هايملل نم فئفولل نازلل فزنئسلئ ئرلل ضارءأل ءئفولل هايملل ماءءئسا !ئرلل قئلءو هلمكلأب ئئببلل ماطنلل فئفءئل لئل ءاأم .ءئءئ نكلمئ امم ءرسل لكءشب ءئفولل هايملل ماءءئساب ءئنوناق رئغ .ئرلل ءاىغ ضرألل .ءبءئلل هايملل فئ صقل وه ءئفولل هايملل ئرلل ءمسئ ءموكلءلل . R7 ءسنألل ءمئرء وه ئرلل ضارءأل

. R7 ةسنألل ،مهمءمكاحمولل ادبءسا

راهنألل ،روآلل نم ةبذعل هايملل ماذءءسا ب كلذو ،يرلل evaporat- نوئل عآشئ اذهو .هايملل قفءء ئطبي .. ،ءارئءبال .ءاراضءل اهانل ف يرلل نم عونلل اذه ىءا افافآ ىل ىءا امم .يرلل اهانل .



ف صقن قلآ (.. ،ءارئءبال ،راهنألل ،روآلل) ءولملل ئئامل رملل ف رئل .. مومسل او ءوءألل او مومسل ءئئل لم راطمأل هايم .ةبذعل هايملل ءئولء .. مومسل او ،مومسل او ،ءئعانصل ءاىافنل اقلل ءئنوناق ةسنألل ءارفألل ءولءلل ف نئببسلءم ءمكاحمول ،ءاىاغل ءئاملل ىرآملل . R7 ةسنألل ،نئرآلل عئمآ R3

ةبذعل هايملل قءلملل

ىل عئبلس رئلءل هل ءاملل لوانء .ءفلكمو ،ءقائل نم رئلءلل مءءءسل ءئلءل نورصلآم .ماظنلل ف ..و ،ضئببل او رآملا او كامسلأل نم ءرئبك ءاءعأ بءسو ،ءئئببل بءسل لكئئ نم ئمامل ءءلل ف ءاشاشل ءض ءرئبكل ءئرءبال ءانءلكل .طئءملا ف رءص ئءل ءءالءل ءاملل ءلآو ،لكآءل او ءئئائئمئلل ءءلءملا



،ءارزلل ف ءمءءءسلل هايملل هءه .ءئئر هايملل ءئعونل ىوءءملا عنصل نوروبلل ءئلءل هئء ءئلءل لوطملا .نوروبلل لاء ىوءءسل ىل ءئئائءلل ماطنلل ف ئئائءلل ءائءلل ءائءلل او ءئءلل ءئبءل ءئءل رئل نوروبلل ءئلءل ءئءلءسل نم ءكلاءءسلل

ءءلءملا ءءصلل فرصلل هايم للالآ نم رمل ،رئلوء ءاعملل فرصلل هايم مءعم ءلازا ءاآشرم ،ءئئائءلل ءاوملل ءلازاو ،ءبلصلل ءاوملل ءارآل ءئلءلل ءاسورئلل او ارئلءلل

ضآرمل .ءائئلءلل ءلازال ءاشئل ربل هايملل رطضا مء رطاآملا نع فشكءل ءل ءارابءءلل .رئلأ رائل وه ءءافءسلل ءئلءلل



ءئكئلءسللبلل هايملل ءاآآر .رفسلل ءبسلانم وه (ءفلكم) ءأبعم هايم

مدختست ال . (ناخس ،سمشل) ءامحال امدنع ةرطخ حبصت يتل جارفال ةيئاييمكل داومل
كيتسالبل نم تايواي بارش وءامعط purchase ال . بارش وءامعطلل ةيئاييسالبل تايواي
و كيتسالبل شقلل مدختست ال . تايوايلا تاجاز حصني ، (صااصلل دجوي ال) جاجز
ءامعطل ميقوت وءامعطل ةيئاييسالبل نم تايواي مدختست ال . نيكاكسل

ةهكنل برشل هاي

نا بجي ةيج ةحص يف ةلثممل ريغ يه لباوت ضعب . ةهكنل نوكت دق ةعونتم برشل هايمل
ةنخاسل وءادربال مدخ دق ةهكنل هايمل . اهبئجتل نوكي

ةهكافل ، ةوهقل ، ياشل ، واكلال ، جاجدل جارختساو ، رقبال موئل جارختسا : ةهكنمل تابورشمل ئفاكتم
تاورضلل ولباوتل وباشعال



لباوت ةيئانصو يئانطصال نولل ، لوككال : تافاضل و تابورشمل ةهكنل ةيئانصو ريغ
نوميلل ريصع ، ةقائل بورشم ، لايروك ، لوك ، ةيزاغل ، ةيئاييسالبل ةيئانصو
.. مويووصل ، ةظفال داومل ، Fruit ريصع ، نيئفاكال ةعوزنم ةوهق



لضفا وه برشل هاي



لك لبق . اهتيصتو ققرب ةدربمل هايمل نم 0.2ل بوك نوكي ، لصي ام يلل لوصحل : **يموي نيئور**
دق (ءاشع ، موي رخاتم تقوي ةفيئخ ةبجو ، ءاغل ، موي ركبم تقوي ةفيئخ ةبجو ، راطفال) ةبجو
نم 0.2ل ةئيمل (كيتسالبل ال) كدنع برشلل جاجزل . اهتيصتو ققرب ةدربمل هايمل نم 0.2ل بوك
راز دعب ةرم لك يف ليلل لالخال بارشل . ريرسل ةلواط لك يلل اهتيصتو تم يتل هايمل
جابصل يف طاقيتسالل دنع بارشل ةيئاييسالبل دجودنوعو ضاارمل

ةرشابم ءاوهل يلل مايأ 4 كيذل . لئاسل يأ لوانت

ببس وه وأ برشلل ةحل اصلل هايملا يفنت ةموكلحل نأ ، ةمظنم وأ صخش ي
R7 ةسنأل، ةلءاسملل له . ةثولملا هايملا ريثأتو
اقلحلا يطعأ **1 GOD** وه برشلل ةحل اصلل هايملا ةبلطم

ةهكنملا تابورشمل ئفاكتم

ةيوامسلل زيفحت بارش ةوهق



coffeeplants. نم ةصمحملل روزبلل نم تدعأ رمخي بارش ةوهقل
ةبطلرلا تاخانملا يف تمنو، نبلل ةرجش روزب، محفتو، ففحملل نم ةوهقلل متي
لماكو ةيوق ةهكن اهل اتسوپور لوفل: عاونأ 2 كانه . عاوتسالل طخ لوط ىلع ةنخاسلا
رثكأو ةسالل رثكأ ةهكن اهل، ىلعأ عافترا ىلع يبرعلل ايلووصافلا ومنن . مسجل
ةيرطعلل تافصلل

حمسي اذهو . 200°C وحنن نبلل بوبح محفتو، ففحملل تطقتل ةدحاو ةرم
لوفلل محفت دعتو . ريوطتل ةوهقلل ةهكنو caramelize ىل لوفلل يف تايركسللال
ةفيفلل صمحي يف، ةهكن لمكأو نوكل ءاوشلاو ةماتقو، -erature temp عافترا وأ
ةهكنو، اهل دل ةماتق صمحي امنيب، ةيضمح رثكأ ةهكنو، احوضو رثكأ نوكل ةماعل
دمتعت ةوهقلل نم ناجنف ةوق . "ىوقأ"، ةرورضللاب سيل مالظلل يوشم A . عارث قمعأ
ةوهقلل رمخي ءانثأ فاضل هايميلا ةيمك ىلع



ةوهق ناجنف لعل ةيفيك

لكيدل ةلضفملا ةوهقلل نم بوك كيدل نم رثكأ ىلع لوصحلل ةيفيك

ةرفوتم ريغ هايملا ةيفصت اذا . ةريبك قوذت عاملا عم ةوهقلل قوذت ةريبك أدبي (1)
لبق ةيوهتل ناوٲ عضبل حشرتل اهل حامسل . روبنصلل نم درابلل عاملا مادختساو
ةيالغ ىل اهتفاضل

ةوهقلل ىلع بصل لبق (80°C) يلغي اهرامٲ يتؤت هايملا اوحمساو (2)
ىلع ريثأتلاو تابيبح تاحيولتلل يلغملا عاملا . تابيبح (رثلف طيقننتلاب وأ ةطحل)
مطلل

ةفاضل تمت اذا . عاملا دعب بوك ىل اهتفاضل ، (حصني ال) بيلحلل مادختسا دنع (3)
، بيلحلل قرحت نأ نكمي نخاسلا عاملا . اضيأ مچسنننل دق ةوهقلل ، 1 بيلحلل
ةهكن ريغيغو

ءوطخ رثكال وه بيلحل ءارح ءجردو، سململ دادعا: **ونيش تباك**
تاعاقف ادج ريغص ءاوول ايج add- بيلحل راخبل ايلع. ءماه
يلمغم جيسن اهي طعي
بيلحل فاضي و، سأكال يف وسر بسا نم ءطق ل عضو متي. (ءوغر)
نم ءاهتالال عم، 2CM ءفي ثك ءوغر عم تردصتو، ءنخاسلا ءي وغرلا
ءفرقلا ضرالال شر.



مهي تال
بيلحل ال بيلحل نيخست: **هيتال**
بيلحل عم 2/3 بوك علم. **دفر اضي**. بوك يف وسر بسا نم ءطق ل عضو
ءشر عم تردصتو، ءنخاسلا بيلحل
مخال والاكال نم.

وتاي كام
ال بيلحل نيخست: **وتاي كام**
بيلحل عم 2/3 بوك علم. **دفر اضي**. بوك يف وسر بسا نم ءطق ل عضو
ءشر عم تردصتو، ءنخاسلا بيلحل
مخال والاكال نم.

بوك. مخال نخاسلا والاكال لعج: **اكوم**
ءفاضا. نخاسلا والاكال عم 1/2 علم
عم يتح ايلع. وسر بسا نم ءطق ل لعج. **اكوم**
حضني ءفاضا. بيلحل دبزو بيلحل
مخال والاكال نم.



ياشال عم 1/2 علم بوك: **يذقة فاضا**. SSO espre- نم ءقلط 1: **ءنيكرب ممح**
concentrated- فيف سوويل ريصع نم فشتر
مخال والاكال نم ءطق ل فاضا. نخاسلا
يغرم نخاسلا بيلحل عم ايلع. **يغرم**
ءفرقلا ضرالال شر نم.

ءامل عم 1/2 علم بوك: **وغيرغ**
نم تاقلط 2 ءفاضا. نخاسلا
بيلطل ءزوج شر سار ايلع. وسر بسا

عضو متي: **وناي كرم**
يف وسر بسا نم ءطق ل
سأكال.
ءامل فاضي
نخاسلا.



ءفاضا: **صاصرلاب يئانثال**
ءامل. وسر بسا نم تاقلط 2
نخاسلا م.

ءي واملال زي فحت بارش والاكال



بارج لءاد. نضاحو ءهكافل انا. راطمأل، ءراجل ءيرادل قطانمل يف والاكال راجشأ ومن
قوحسمو والاكال ءدب يف والاكال بوبح ليغشت متي. (اي لوصاف) روبك لانه



نخاسل واكل دادع:

ماعط ةقعلم 1 واكل قوحسم

ةقعلم 1. نابأل رېغ بېلحل نم اهرېغ و زعام بېلح، اىوصل لئاسل: بوك 1
بېطل ةزوج نم شاد، ةفرقل نم شاد، اليناقل ةصالخ نم ةرېغص.

ناقفلخ، ةطسوت م ةضفخنم ران ىلع ةئفادو طسوت م ءاعو ىف تانوكمل نېب عمجل
ةنخاسل او دبزم ىتح.

ءىوامسل زىفحت بارش ياش



ياشل. ياشل انل اهنجل اع م ءاطعل او قاروأل تطقتل انا. ةرضخل ةمئاد ةطحم اىلېمك
sented. و ءهكنل نوكت دق انا. ءارضخ و ءادوس ىه ةىساسأل



ياشل ىل ةضافصف ةزهجمل ياشل قارو ءضو: ناي درجل مداخ ياشل دادع
ءامل يلغى. ىچاىز بوك ىف للحتل ىلع دعاسمل ءضو. للحتل ىلع دعاسمل
ىچاىز بوك ىف ب صت (80 ° C) فقوت حطسل ىلع ترهظ امدنع، يلغى فقوو
! عتمتسا

دوسأل ياشل نم رثكأ ب ص حطسل فقوت امك امامت (ا)

رأ ءلازا دعب. تارم 3 للحتل ىلع دعاسمل ءحض ةقىقد 1 دعب
هعدن و ءهكنل تايضمحل رىصع ىأ ءفاض و، بارشل. ةطحل
ةىعانطصا) تاضىبم، تايحللم عم ثولت ال رىذحت. بارشل و دربل، دربى
(ىعېبط و أو).



ءراثا. رضىأل ياشل نم رثكأ ب ص ةىنات 10 امدتحم فقوت دعب (ب)
ءفاض و، بارشل. ءلازا ءقىقد 1 دعب. تارم 3 للحتل ىلع دعاسمل
رىذحت. بارشل و دربل، دربى هعدن و ءهكنل stonefruit رىصع ىأ
(ىعېبط و أو ةىعانطصا) تاضىبم، تايحللم عم ثولت ال



ىلع دعاسمل ءضو. للحتل ىف روزبل ءضافصف طغضل ناكمو، روزبل ياشل دادع ةىبشعل
نأ امك. ناي لغل فقوو، ءامل يلغى. ىچاىز بوك ىف للحتل



ىلع ءعاسملا ءىض ءقئقء 1 ءعب . روءبلا ىلع ببصت امءءءم فقوء
هءلازا ىرأ قئاقء 7 ءعب . ءارم 3 للءءلل
ءولء ال رىءء . بارشلل ءربلل ءربء اهكراء ءا ، بارشلل
(ءىءبء ءا ءىءانءصا) ءاضىبم ، ءاىلءملا عم

ءىببشءلل قاروألل
ياشلل ءاءع
ياشلل سفن
رضألل .



ياشلل ءاءع ءىببشءلل
بوشء روءء ، رءءلل
ياشلل سفن ءاءع
ءوسألل .

ءاهكئلل زرءى ياشلل سىك رمةءء امءنء فى وورءملا مءءءس آب
مءءءس ءقر ءامالء مطعم . ءىنءملا ءكأءم ءىساسألل لءء ءابء نم ءمالءلا ءلازا ءلازا مءء
ءهكئ عم لءءءء ، هاىملا هىوشءلل ءا ، صىءرلا رءلل

فى وورءملا فى نىءسء > ياشلل سىكلل كراءىءا ءفاضا > ياشلل بوك فى نءاسلل ءامالء ءضو
ءمء فى وورءملا فى بارشلل اهل ءامسلل > (طاو 400-500) ءطلسلل فىن ىلع ءىنء 30 ءمءل
ءعمءسا > ءارءا > ءقئقء

(ءهكئلل نوكء ءق) لصفأ وه برشلل هاىم



هاىملا ءافصملا
ءءىء ءءصلل

ماعطلل لوكأم مسءلل ناسنلل ءاىءءال ءاىءل ءق ىلع ءاقبلل

رىءكلا اهءل . هىفى شىءن ىءم ىلاو نءن ءءص نء اءام . لكألل وه ىموىلل نىءورلل نم ءزء
!ءوء ءومى ىءلل ماعطلل ال . انىءل لكأ ءءاع عم هلءفءل

موىلل فى ءارم 5 ماعطا

.. وئبلل لسلءلل لءاوءلل ءاشءلل هاىملا لمشء ، راطفا ءبءو

.. ، ياشلل ءاشءلل هءكافلل هاىملا لمشء ، ءفىفء ءبءو ، موى ركبم ءقوىفى

.. ، ءوهءلل ءببلل ءطلس ، هاىملا لمشءو ، ءاءء

.. ، واكءلل لءاوءلل بوبءلل ، ءارسكملا ، هاىملا لمشءو ، ءفىفء ءبءو ، موى رءأمء ءقوىفى

ءاورضءلل .. ءوهءلل ءا ياشلل ، ءاشءلل ءوضوم ، هاىملا لمشءو . 'ءاشء ءبءو

ءرءلل سءءلل رىءءشلل نافوشلل) ءاىللقب ، (رطف) ءاىرطفلل :اىموى لكؤء نأ بءىفى ءلل ءمءطال 7
راءلل ، (ءمءلل ءفىفرلل ءرءلل رىءءشلل زرألل ءونىءلل ءءلل

LEY Pars- ، (ءاركلال موءلال رمعمل موءلل ، عىبانىلال ، رملال ورضألال وىنبلال) لصلبال وائل لفللال
(.. ، مءارب ، ءالزابلال و رءلال و طىبنرقلال ، لىكل و ربلال ، اىل و صافلال ، نوىللللال) ءاوررضلال ، لفللال ءولء



ءاوررض 1: موىل لءم :ءاشعل ءوضوم نوكلىل اموى ءوبسأ لك ءاىءى
ءىءب ءالوكأم: 5 موى فءاوز :ءوبسالل فصءنم ءىءءلل ناوىءلل: 3 موى نءاوء: 2 موى
ءارءلل: ءءمم موى روءبلال ءارسكممل: ءوبسالل ءىهائ ءلء

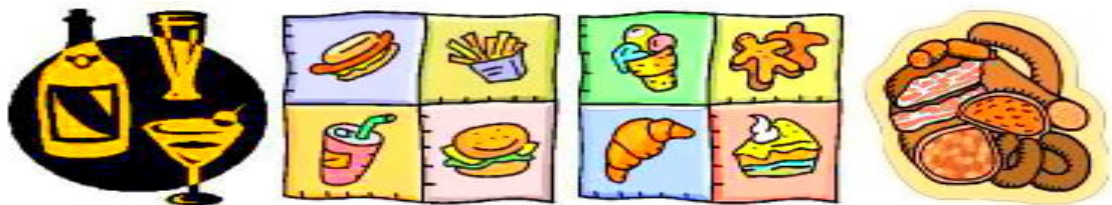
لىءءء ، ءىءاءلل ءىنصلءلل ، ءىءعانطصلال sweetners زوءكرفلل فاضأو: ق " ال DietNo
ءاءلل ءىءارولل



كلء ناك ءاوس ءىس اهنا . (سانلل نهء) ءنمسلال ، ءىركسلل ضرمل ءسىءىرلل ببلسل ءهكافلل ركسل
ارطء ءعبى ماعطلال وأ بارءلل نم ءىؤمل cessing لالء زوءكرفلل ءفاضل . هكافلل وأ ركسلل ءىءأى
لصلء ءىءلل مارجلل كولسلل ماعطلال وأ بارءلل نم ءونلل اءه عىبو عىزوءو زىهءء . ءءصلل لىل
ءسنألل: هىلء

راضءلل ، لسلءلل ، هكافلل ، بوبءلل ، ءزهءمل رىء: ءانءءسا . R6

بوبءلل ، راطفل ، كءكل ، ءىوكسلبل ، ركسلل ، زوكولءلال هكافلل ركسل: لىل ءىءى ءىسأ: لال لىل
الوك) سىءانؤمى ، ءصلللال ، بىرمل ، ءاصلصمل ، مىرك سىألل ، رىئاصلل هكافلل ، هءالوكوشلل
... ءىبنلل ، ءاصلل ، نابضقلل ءىزملا اءه ، لاقءربلل (.. ، ءقائل



1!نوكي نأ بجي بوتكم وه امك UCG ميهافم قسنيكلا

مانې مسجلالو ناسنال تاجاي تحال ةايحل ديقلع عاقبالا

مونل عبتتسي اذه نم عزج، عاقللتسال قفني موي لك نم 1/3



تاعاس 7 نأ بجي. مسجلالو ناسنال عاقبل مونل إلى ةجاح كانه
دعب طقف نكلو تومل إىتح مونل طويخل نم رقتفت. هب مايقل
نونجل نم تابونو بائتكال لالغ نم ادج ملؤم رورم.

نوكت نأ بجي طيشنت حيرمل مونل إىلع لوصحلل
يلخادل جيجضل بايغ. نكمم مالظلالو مونل ةفرغ
رطحة ليللل ذيفنت يريش. هنم دب ال رما يجرخالو
لوجلت.

لصاف عم مانې 2 كانه نوكي نأ يعي بطلا نمو! **ةظوحم**
لصي ام عم ةعاس 3.5 يلاوح 1ST مونل. امهنيب ام يف
ةعاس 3.5 مونل اهلت ةحارتسا ةعاس 1.5 إلى



عجارتل بذكلا لبق ...، ضاحرمل لقتنا، لصي ام إىلع لوصحل سانلا. ةعاس 1.5 مونل ةلطلعل لالغ
ءامل نم بوك إىلع لوصحلواليل تابي ردتل مايقل

لالغ) ةقيفر، ةشدر دجاوزالو، ةباتك، ةءارقو، ةالصالو، لصي ام إىلع لصحت ال يتل كلت
...، (لمحلل يف لصفأ ءخرتسا رثكأ سانلا مونل ةلطلعل

ةليل - TIME نيرامت

لعل) لصي ام إىلع لصحت نأ بجي. امهنيب ام يف لصاف عم مانې 2 كانه نوكي نأ يعي بطلا نمو
له. ءامل ضعب برشو، ريرسل ةفاح إىلع ماصتعا ةدوعل إىلع، (ضاحرمل إلى باهذل لاثمل لئبس
فتكل ةفاح نيبتكرلوريرسل إىلع سولجل ءانثأ نيرامتل عيمج متت) ةليلاتل نيرامتل
ةفلتخم ةسرامم مايقل طقيتسا تنك ةرم لك يف. (ةدعابت

جراخلو لخدال ةفاحصل دي. كيبتكر جراخ دض كيدي * ليخنل عض: **نيرمتل 1**

ناو٧ 7 دقع، نيبتكرل

ءامل ةفشر، رركي ال، اسفن ذخأتو، ءخرتسال. (فتكلالو نيقياسالو نيءارذل يف رتوتل رعشت تنك)
نيابتل مادختسا تاضبقل * ديچ لكشب مونل عاقللتسالو

لخدالو جراخل طغضا تاضبقل. نيبتكرل لخد إىلع اهعضو * لعج تاضبقل: **نيرمتل 2**

ذخأتو، ءخرتسال. (ةدعاملو نيقياسالو نيءارذل يف رتوتل رعشأ تنك) ناو٧ 7 دقع، نيبتكرل
مادختسا ةقش ليخنل * ديچ لكشب مونل عاقللتسالو، ءامل ةفشر، رركي ال، اسفن
نيابتل.

ين٧ -ىتح ىرسيل ديلا ربانع رءصل هرودب ىوتسم إىلع (90%) دنې ءلسلأ: **نيرمتل 3**

عباصلأ ءانحنال لفسأ ىنميلي ديلا لوجت، عباصلأ

في رتوتال رعشأ تنك) ناو٧ 7 دقعو، سكاعم الم اجاتالا في دي بحس نألا. قيسى قيشعتال عباصأ مونلوا عاقللتسالوا، عاملا ةفشر، رركي ال، اسفن ذخأتو، اذرتسال. (ردصلوا نيعارذلاو عباصألا ديچ لكشب

ين٧ -يتح ىرسيل ديلا ربانع ردصلا هروذب يوتسم ىلع (90%) دنيب ةحلسال: **نيرمتال 3** دي بحس نألا. قيسى قيشعتال عباصأ. عباصألا اناحنالا لفسأ ىنميلي ديلا لوحات، عباصألا، اذرتسال. (ردصلوا نيعارذلاو عباصألا في رتوتال رعشأ تنك) ناو٧ 7 دقعو، سكاعم الم اجاتالا في ديچ لكشب مونلوا عاقللتسالوا، عاملا ةفشر، رركي ال، اسفن ذخأتو.

ديلا ليوحتو، ربانعل -يتح ةيجان هروذب مقبي ردصل يوتسم ىلع (90%) دنيب ةحلسال: **نيرمتال 4** ةحوتفم دي ةفاحصل تقولا سفن في لفسأل طغضاو دي في ةضبق ناكم. ةضبق في ىنميلي قنعلوا نيعارذلاو نيديلا في رتوتال رعشأ تنك) ناو٧ 7 دقعو، سكاعم الم اجاتالا. ناو٧ 7 دقعو، ادوعص رركي ال. ديچ لكشب مونلوا عاقللتسالوا، عاملا نم ةفشرو اسفن ذخأتو، اذرتسال. (ردصلوا

ينحنى ليمل. ني٧ت٧رلا ىلع نيديلا عضو: ةسرامم لك ىلا ني٧رمتال اذو ةفاضل رتوتال ةدوع عم سانلا في رتوتال رعشأ تنك) ني٧ت٧رلا عم لاصتالا دقت نأ نود مامألا ىلا ةرخص م٧ عارولا ىلا سأللا لكشب مونلوا عاقللتسالوا، عاملا ةفشر، 7 repeats، اسفن ذخأتو، اذرتسال. (ةدعملوا رهظلاو نيعارذلا ديچ

تقو تابي٧رديلا نم 1 مايقلل له. راهنلا لالخ اري٧ك نوسلجي ني٧ذلا سانلا! **ةطوخلم** ةعاس 2 لك بوانتالاب-ليلا.

!حللص هي قبي! كمسج انا

مونلل عاقللتسالال لبق نايساسا ناطرش كانه.

بجي طيشنت حيرمل مونلا ىلع لوصلل. ليللا نوكي نأ يغبنى، ةملظم نوكت نأ يغبنىو بجي "رياش" هنم دب ال رمأ يجرالاول يلخادلا جيحضل بايغ. نكمم مالظلاو مونلا ةفرغ نوكت نأ لاولتال رطح ةليل" ذي فننت

لبق هلك مسجال لسغو نانسال ةاشرف. ةيضاملا ةيذغت ذنم ةعاس 1 لقتنت نأ بجي ةالصل، مونلا" ةدابع. ريرسالا ىلا باهذلا.

!كنم عمسن نأ رظتني 1 GOD

ةالص ماني

ةيامح يل انا امدنع يل ةيامح لمجأ نوكلال قلاخ، **1 GOD** زي زعلا رشلوا ةقلقملا راكفألا نم افعض ر٧كألا

طيشنت ةءاعواىءارءل ءيمضتو ،اىرم نوكى نأىل اوىمسا
ركذا نأىل اوىمساو مونلاو يمالءا لطيعى قلقلا عءت ال مونلا
ةيرشبل رىءو 1GOD ءمئل ةولء مالىا طقف



!مونلا ىل باءلا لبق ةالصلا هءه مءءستو



اهءيفصء ءمء ىءلل هايملل نم 0.21 ةئيلم (كىءسالبلا ال) اءازل نم برشل كىءل له
اءازل ءضو شارفل ىل باءلا لبق ةلئل لك .ريرسل ةلواط لك ىلع (ءافاضاب ءىش ال)
ءووءن ءو ضاىرملا راز ءعب ءرم لك فى لئللال لالء بارشل! ةطوولم .ريرسل ةلواط ىلع
ءابصل فى طاقىءسالا ءنء بارشل ءىقبو ،قلقلا فى فافء.

فىبارىء) ءىبشءال وءط ىلع ىوءءء (فىءوزلال طقف 1) فىاءز ءاع GOLDTONE 1 اهءل
! ءىبناءل ريرسل ةلواط ىلع ءءفان (ءءئار

مونلا نم ءاعاس 7 ءعب ءابصل فى

ءءابءالو" (سلى سلى Exerci- ءلصلىءل له ،ضاىرملا لققءنا ،فىصملا ءاملا نم اسأك اءلو ،لصى ام ىلع لوصءال
كىءل نأل . "طءءم" نم ققءء .سىبالم ىءءرا ،راطفال ءبوءو لوانءو نىءىءللو ءوولل لسءو ،"ءالصلىءل" ءىءل
ب.راءء ءاىءلال ءاءءسا
نمىءقل ءىءمءو نىءو ،سأرلاو ءىقاول سبالملاو باءلا قلقلا ءاولل فى ءاءءرا امءنء.

ماقت .لوبقم رىءرمأ باوءءسالا ءاءأك بىءءءلا !بىءءءلا وه بءء مونلا
R7 ءسنأل: ءىل وؤسمل بىءءءلاب

مءاى! ءمءءمل قء نم فى ! (لاوءءلا رطء ةلئل) لئلل فى فىءراءال ءىءضلل نم بلطلل باىء
! (شارفل راءىءم) CGNAs BS-1 :مءءءسالا ناىءراءال

NIGHT - لوءءلا رطء

ءامءلا ءرءق رشبلا مءءءسا ءعاسل .ءىلئل نوكىل ناسنلال مسء ميمصء مءى مل
الئل ءااء كانءو .ءءىء ءءصل ءءىفم ءسىل ءاىءلا هءه .ءىلئل ءاىء بولسأ قلق ىلع
ءءىء ءءص لءا نم لوءءلا رطء.

فىمازل (ءعاسلا Pagan- ءعاس 24 ،ءعاس 6-22) ءاعاس 14-21 لاءءلا رطء ةلئل ءعاس A 7
ءىءمءو ،ءولءلا نم ءءلاو ،ءقلاءلا كللاهءسلال اءىءشن ضافءناو ،ءءىء ءءص لءا نم
برضلل ءىءشءو ،ءمءءلل ءلءءلا نم ءءلاو ،ءمىءءلا فى ضافءنا .ءىربل ءاىءلا

ةقاط ال ئراوطل تالاح يف ةيصخشلا ايندلا ينثتسي (قلغم ءيش لك) دحأ ال لامعأ
م تي ةماعل رابخال ةي عاذ طحم 1 حمسي! ةئفدتل وأ ئراوطل تالاح يف ال همادختس ال
وه ةئجتل رجات وأ ،بتاكملاو ،عينصتلا ال! ةلابق ىرخأل هي فرتل لئاسو عيمج ليغشت
ةقاطل مادختسا وأ ليغشتل
ديدشلا سقطل يف (ءوصل ناتسف) ديربتلاو (ائفاد سابلل) لزانملا ةئفدتل مادختسا نكمي



A. يلحملا لئوملاو يرشبل مسجلل اديج اهنوكل .ايمازل نوكي نأ بجي لاوحتل رطح ةليل
ريمرت متي R1 ةسنأل ريش ليهأت ةداعل لالخ نم ،ليللل لوجتل رطح ضرفي ريش
R3 ةسنأل تاظفاحملا ليهأت ةداعل ال مارجل ايداعم

SAVEPLANETEARTH !! ل لوجتل رطح ليل

ءاقبل لجأ نم خانملا ةيماح.

ةفيلأل تاناويحل او ،تاناويحل او ،ناسنإل مسج ةيماحل خانملا ةيماح ال ةجاح كانه
راعسأب ةيحصو ةي قاولوق عم راعسأب سبالمل :خانملا ةيماح .ءاذغل نشكودوب
!نمأ ىوأم ةلوق عم

سبالم .ثولتل او ضرمل او خانملا نم ناسنإل مسج ةيماحل ةجاح كانه ةي قاول سبالم
راعسأبو (ةيوجل لاول ءوس دض ةيماح) ةديفم ،COM- fortable نوكي نأ بجي ةي قاول
ةلوق عم

!ةي ذخال او براوجل او سبالمل او سألرا ءاطغ نم ةي قاول سبالم نوكتي

افالالاب .ةذوخو ،نيعل ةيماحو ،حاشو-K ،ةريغص ةعبق ،ةعنقأ ةيماح نوكتت سيئر
ال) فوصل او نطقلا وأ فوصل نم كوبحم انأ حاشو-K ، (ةريغص ةعبق)
(ةي عانطصال فايأل)
طم ن وأ نول يأ نوكي نأ نكمي .جزم

ل .ةيجس فنبلا قوف ةعشأل ي طعت ةذوخ ةيماحو نيعل ةيماح



لتكو، ةمواقم hig- HLY ش دخ، رسكلل ةلباق ريغ، اطوبهو يلاوتلا ىلع ىتحو ةيحنم ةيبناج وه عانق
جهو ليدعت، ريفعت ىتح سيلو، ةيجسفنبل قوف ةعشأل
نيعل. ةبقرلا ةيماحك دولجل رهظال اهيدل ةذوخ. (قمغأ / فخأ، فخأ / قمغأ)
جراخ امئاد سبلي سألرا ةيماحو

ءازجأ. ثولتلاو ضرمل اوخانملا نم ناسنإل مسج ةيماحل ةجاح كانهو ةي قواسبالم
سبالملا. نيمدقل او دلجل او ةي قواسبالم اهيمحت يتلا ةيسئيئرلا مسجل
ةيلابل جراخ امئاد ةي قواسبالم.

وأ، فوصل، نطق، ناكل نم ةعونصم ةعطق 2 وأ (ءرايسلا كرحم عايط عم) فطعملا : ةي قواسبالم
قنعل تريش يت اهل نوكل نأ اما. طمنل / نول ي (ةيعانطصلا فاي لال ال) فوصل / نطق نم جيزم
نيقاسلاو نيعارذلا *. (للد عورشم) نيلحاكل او نيمصملا دنق قلغي نيقاسلاو نيعارذلا * خفتنم
ةرشبلل خانملا يف مكحتل قلخي عاوهال لخاد اضيأ ةي ربح كرتل نم لصفملا ةبكرلا / عوكل حمست خفتنم
م. سجالو

نطقلاو، ريرجلو، ةيتابنل فاي لال، تانايوخل دولج: ةي عي بطلا فاي لال نم سبالملا متي
فاي لأجاتن. سملل ناسنإل دلج سبالملا ةيعانطصا فاي لال مدختست ال. فوصل وأ
سبالملا تايغل ةيعانطصا.



ةلوقعم راعسأبو، ةيلمعل ةيخانل نم، دمال ةليوطو، ةحيرم ريغ ةي قواسبالم
ريغ، ريصقلا ىدملا ىلع، ةي قواسبالم اهيف غلابم يه (ممصم ةيمست) عضوملا
!لوبقم ريغ .. يلعم

لحاوكل او مدقل عباصل أو، دلجل. عرقو خانملا نم ةيماحلل ةجاح مدق
ةيماح عادترا امئاد. ةيذخال او براوخل نم مدقل ةيماح نوكتت. رطخلل ةضرعم
جراخ رماغت ام دنق مدقل.

يأ نول ي (ةيبيكرتلا داوملا ي) فوصل او نطقلا نم جيزم وهو، فوصل، نطقلا نم براوخل ةعونصم
نيلحاكل قوفو 7cm ىل لصت مادقأ براوخل لمشي نأ يغبنو. طمن

يلخادل ةمعانل دولجلو، يولعل ةي قواسبالم دولجل اهل ديهمتلابل
7cm ىتح نيمدقل ةيماح ةيذخ. طاظم وأ دلجل نطاب (ةيبيكرتلا داوملا ي)
مهل نايلغل مدق ةراجل تاجرد عافترا عم ةيعانطصلا ةيذخال. نيلحاكل قوفو
يشملا كنكمي ال



نم ءعونصم ءازافق! ءآاآل بسآ اءاؤءرا مءف (ءازافق) ءلل ءفامآ
ءاوملل فآ) فوصلالو نطقلل نم آفزم وهو، فوصلالو نطقلل ءولآل
طمن فآ نول فآ (ءفبفكرلل



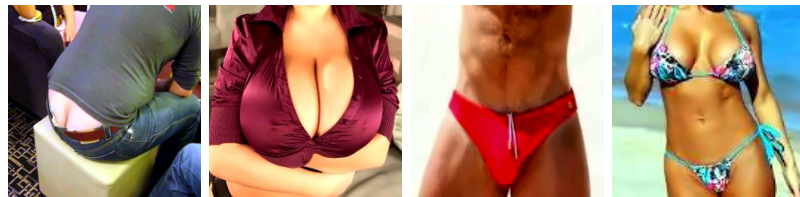
نن ءسفن بىأنء:

ءفمسء ءف فآللم فف. ءورءلل فرصننل لصفلل ءفوبآن ءآ فف مممصم ءفمسء
نفلآءلمل ءءآلم- snub آن ب نم اءف سرفءمءلل ءنص. ءنسلل ءآءنء فءلل. مممصم
ءهء ءاءءرا نأ سانلل بئآ. ءارقفللو



رآام! مممصم ءفمسءلل ءف نفلءل سانلل! مممصم ءفمسء
آللم كفلءورب! مممصم ءفمسء نوءفبف نفلءل ءئآءلل
ءلءآ! لملء رفل فولألل نم ءفقاو سبالل TIVE! سبالل
فأم الب سانل نوش، راعل! artificial! فافلأل نم ءفقاو سبالل
ءقو ءقو، ءل لسآ سبالل ءرطن كفلءل نوءفءل مءنا ارآاس
مءسوفن فف ءاآءفو ءصق نء

لوقم رفل
سبالل ءفء:



ءفء مءنأ نوفرءف ءفء سانلل ءء.

ءفءنطصلل سبالل ءاآن ءاهن. ءفءأللو ءفءنطصلل سبالل بئآ
R6 ءسنأل، ءفلل لوصءل آنءنم ءورشم رفل ءفبفكرلل. ءفءأللو



آراآ ءفقاو سبالل كمسآ مءآءسا ءفامآ

ءموكآل! (سءه) hygienicaffordablesecure فأملل فف قآل ارطن GOD 1 مءفلءل رشبلا
ءهناكس ءفوزءل بآاو ءفلءل
"فرفش" فأملل رفلء مءف! ءفمآل لوانءم فف نمآ فأم ءفءص ءم
!! ءفسفئلل ءففصلل. طفطآل رفلش نم ءآ. (ءفلءم ءموكآ)

فأملل ضرأل رآل كلمءلل لك نمآ فأم ءلوق ءم راعسأب ءفءصلل ءفوزءل رفلش
ءم ءفكللمل لقن فافء فف Em- لآش. ءفلل ءلقن مءف (صاآ ءكولململ) فلءلمل
1 طقف ءآاآل ءم مون ءفرآ ءءءم لزانم. راطءنلل مئاقو لعل رسللو نفلءرشم
ل ءمءآلمل ءءاعلمل كولسلل لوقم رفلش نم. نفلرآل نفلءلمل فف ءآءل لءلمل

مون ةفرغ 1 نم رثكأ هل صخش



ornamen- لتال ةقيدح رورغل فاطملا ةياهن يف . ةماقالا نكامأ راجئتسا نع ةرابع : ساه ' لكلا
ريفوت متي ةعومجم . عم تجملا cluster- نكس لكلا اهتاذب ةمئاق لزانملا لادبتسا متي
'يري ش' لبق نم رجأتسملا نكسلا

1 ىوتسم + ني رجأتسملا ةيجاجزلا تويبل نم تاىوتسم 3 ةيدوقنعل ةماقالا نكامأ عيجم
ومنت نأ نكمي ني رجأتسملا) ةقيدح ةيجاجزلا تويبل ، 2 ىوتسملا ، 1 ىوتسملا ، ضرأل ىوتسم
(3 ةرسأل ةدحو ، (ناتفرغ) ني جوز تادحوو (ةفرغل 1) ةدحاو تادحوو ةيدوقنعل ةماقالا نوكتت . (تاتابنلا
قيبطت (رمعلالو يلىئعال عضول) ةيمازل - guide- طوطخ . (.. فرغ

نم يعوبسأل يلامجالا لخدلا نم 14% يعوبسأل راجيالا . ةماقالا نكامأ راجئتسا نع ةرابع : ساه ' لكلا
ىلع . ني رجأتسملا نم كرتشم يعوبسأل يلامجالا لخدلا نم 14% راجيالا ني رجأتسملا نم ديدعل . رجأتسملا
\$ 1400 راجئتسا ، يلامجالا يعوبسأل لخدلا \$ 1000 . 14 \$ راجئتسا ، يلامجالا يعوبسأل لخدلا \$ 100 لاثملا لىبس
140.

ىصقأل دحل (عفد م) / (رج) يمويلا ىندأل دحل عم هايملو ءابرهكل تادادم | **يزيلكن ناصح**
، تايفانلاو ، هي فرتلاو ، ةنايصو ، عم تجملا لىسغل ديروت اضيا يريش . مادختسالا عطق
يحصلا فرصلا ةلازاو

نكامأل نم رف ةرباعلا 63 لانس يف . عم تجملا ةشيءملا ةفرغ 1 ىلا دحاو رجأتسم قحي
سفن عم تجملا ضي حارملا ىلع لمننلا تامادختسا ةفرغ 1 ةدحاو رشع . (يمازلا) دعاقتال ةماقالا
مامحلا / لىسغلا يضرأل قباطلا يف . شد قفرم / ىوتسملا

شد / ضا حرم وخبطم / مونلا / ةشيءملا : فرغل 2 ني رجأتسملا (ي ه 1 ، HE 1) ناجوز
يضرأل قباطلا يف مامح / لىسغلا ةصح
، ةدحاو حبصي ناجوز . لافطأل لىسغلا امدنع ةرسأل ةدحو ىلا (يمازلا) لقن
، ةدحاو ةدحو ىلا (يمازلا) تاليجوتلاو

ةصح . (شد / ضا حرم وخبطم / مونلا / ةشيءملا) فرغ 2 ىلع ةرسأل ني رجأتسملا
لفط رخآ دعب . لافطأل لك 2 ةفرغ 1 + لىسغلا ىوتسملا يف مامح / لىسغلا
، ةشيءملا ني جوزل (يمازلا) ني جوزلا لقن . (يمازلا 18 نس لبق) جراخ كرتي

بالكل، مررت، كمسلا ضوح: ءريغصلا حمست ءيدوقنعلا لزانم
يا، ءنجالدا تاناويحل او ءربلا ءايحل او ططقلا حمست ال. ءريغصلا
ايدعت لكشت يتلا تاقولخمل. ءيبرت ال، ريغص بل ك نم رباك ءيش
نكسل او نيرجاتسملل.



ئجالمل يف شيعيو، ءيسنجل او ءيدسجل او ءيلقلعلا ءقاعلا يوذ نم نيرجاتسمل! **ءطوخلم**
ءءطاقم ءموكل اءرفوت يتلا ءصاخلا.

ومننو هنم اءبت يذل ءقوئل! اناسنالا تاجايتحا ءي مچ يفوتسي يفئاطلا ءيدوقنعلا نكسل يريش
ءلئاع.

اك لزنم. ناكسل ءيدوقنعلا ءيدلبل معد

اك ءمءم

ءءي ءحصل ءفاظنلا ءيچ

رهظملا عم ءبترم و ءفيظن اءبي. ءبترم و ءفيظن اهنوك عم ءءيچلا ءفاظنلا اءبت
لعل اضيا قبطني ءبترم و ءفيظن. لمعل او ءسارءل او لزنملا لعل قبطني، يصخشلا
لالءتسالا او ريكلءتلا.



ءرايز لك ءعب نيءيلا لسغ. ءفاظنلا "يمويل نيءورل" A نمضتي
نانسالا اءشرف. ءءضر لك لبق هءولا لسغ. ءءضر لك لبق و ضااارملا
لقالا لعل نيءترم قلل HE. ريءسالا لىل باءل لبق هلك مسجل لسغو
روضح نايدراجل مءاخ. ءوبسالا يف ءءاو ءرم رءشل لسغ. ءوبسالا
مسجل اهللسغو، طشم رءش، لوقصملا نانسالا ءفيظن تاعمءتلا
سأرلا نم) قينأ ءاعلاو، ءفيظن اءءتراو، (HE) هءولا رءش قلل، (هلك
نيمءقل صمءال).

ريءسالا لعل ايءسج ءرءاق ءرسالا ءارفأ نم ءرف لك ءابصلال يف طاقايتسالا ءعب
نأ تءقولا ناچ ءقل. مويلال ءابص ءفاظنلا لامكءتسا. ءفيكل لافطالا ميلىءت اءبالا
مءزءت صخشلا ءءتست (لبق ءاسم) تءض ءاءءتسا لعل ءضوو، يسبالم يءءرا
ءفصو ءئبءء ءءاعل لبق ءسيفك يرب نيزءء ءيواچ لك فيظنء مءي. اءءءرا

تاياواچ لىل ءءوعل. ءفيظن ماعطالا لوانء ءقطنم ءسيفك يرب ءعب. (خيءاتال ءلمو، يوءءملا)
ءءبل ءاءءءسا لعل نالا وه صخشلاو. ضوخال يف ينالا ءضو مءي، ءرءق تاياواچ. نيزءءلا
(يعوطءلا لمعل، ءسردملا، لمعل، لزنملا) DAILY نهءاباچو.

علم اضيأ ةيئاذغل داومل تايواح نوكل. يوتحملا ةيمستلا اهيدل تايواحل عيجم
تايواحل نيزخت متي (مسلاو، مسلا) ريظ. ةنمأو ةقذب تايواحل نيزخت. خيراتلا
(ءفك ريغ تابثاؤلفط) نمأل لكشب .



يصوصف (بعلاو تاودالو يئاوال) ةلمعتسملا ريغ داوملا كرتت ال
لمعل ةقطنمو، ةملكلاو، ثاألا يتح
(يمسلا) قينأ نيزخت يف اهعضو داوملا طاقثلا مادختسا دعب
لهسل نم مه مئ. ناكلما سفن يف امود وه تاودال نيزخت .
يلع روثل

ةمزح. يلاتلا مويلا عادتال ططخت تنك داتعل او طيطختو دادعا. ريرسلا ىل باهذلا لبق
حابصل يف جورخل دنع لوط ىلع اهذاختا مزتعي يتلا دونبل عم ساياكأ ي

M ، (كب صاخلا respiratory ماظنل ديح) تسوأ د: للقي. ةبترم و ةفيظنك طيحم ظفح
(تاسوري فالو ميثارجلو ايريكتكبل) icro نئاك
سماخلا، يدلجل حफलو، تاباهتلال لقأ (تاعسل، تاقريلا، تاغلل) nsects انأ، تاي فولو يودعل لقأ
يشفت لقأو، ةقيقدلا تانئاكلا راشتنا، ثور لقأو، (ريصارصلو انريفالو ناذرل) نيما
نوعاطلا.

ضرم ىلع لوصحل يف كتصرف نم ديزي يوق رهطم وأ ضيبيبتلا داوم مادختسا
ةييعي بطل حطس فظنم مادختسا. نمزمل يويئرلا دادسنال
تيزلا نم تارطق عضب ةفاض، ضيبأل لخل نم بوك 1/2، ادوصل تانوبركي بوك 1، جزم
حللم نم ةريبك ةقلم ةفاض يوقأ اهنأ الا جاتحت. يرطعل

disease رشتنن ال. صاخلا طببالا يف سطلعل! سطلعل ىل جاتحت

كلذل نم الدب فنأل كرف. fastes يودعل لقني لبيقتلا. هافشلا ىلع ةلبق ال

تازافل عادتلا تنك اذال! حفاصا ال

راكفألو، ةفينع، ةضيغبلا، ةينانألا، ةيقالغأ ريغ. ريكفتلا ىلع ةفاظنلا قبطني
ةلءاسملا ىل يدؤي ةئيسلا راكفألا ذيفنت. اهبنجت بجي يتلا ةئيسلا راكفألا يه

ةيلحمل! (تاباغل قئارحو تاباغل لاغلألا) ربكأو، قئارحل نم ديزم. عاوهل ةيعونوخانملا ريغت ضفخنأ
(مويئارويلاو طفنلاو زاغلألا، ةمامقلألا، محفالا) تامدخ، (بشخالو طفنلاو زاغلألاو ثورلاو محفالا) يرشبل
(طفنلاو زاغلألاو محفالا) تالساوملا
اسفنتلا ةيماحم مادختسا يف رظنلا يف هل عم تجم! قارتحا

اهب يصوصم (RPE) قلطللا عاوهل يف ةيسفنتلا ةيماحمل تادعم

ءي امحل P2 ءعنقأل مدختستو. تائي زجل نم ءي امح يف اءاچن ىدم اءبتك يئل RPE في نصت مئي
! (فاق ي ل ل ق ل ح و) ءعنقأ م اكح اب اءبي كرت مئي

باوبأل عي م عاقب. HEPA حشرم ءأأال هذه مدختست! ءاول ءي قنت ءزهأ مادختسا لءال يف
ءقلغم ذفاونللو.

قلخي هنا. ءديء ءي حص رطاخم قلخي اءو! تايافنللو ءمامقل نم ريئك ل ءتنت رشب ل
ءلسل نم قوستل نم ءلل سانل. ءاذغل تاعمءمءل ءلسل يف لءدي ذل ءولتل
، ريئك ءشء ءاءأل) leisuretime ءطشنأل نم ءللو لفسأ مء لزانم للو ريغ ءي ساسأل
! (..، mu- اءك، ءضاي رلو

مئي! عمءمءل ل اءي ءت لكش ت ني صءت اوسيل ني ذل سانل! يمازل Immunizaton
R4 ءسنأل، صفف يفو اءنأ مءني صءت

ناسنل قوق نم عمءمءل ءاچ نامأل اب رعشي.

يف ظف روعشل يف قحل مءي ءل. مءنطو يف الل رعشي نأ يف قحل مءي ءل سانل
رظنا) ءءام «فنءل نوش نايءراچل مداخ" موءفم لءج يف ببسل وه اءه. لمءللو ءسارءل
رياش لك يف implemen- ءاسكلال (CH7، 1Church

ءي روءو رطاخم ل سراحلل صفف نم عم لمءتل سراحل. سراحل تامء مئي ءقت يزي لك نأ صء
كلسل ءفءام اريقت مءقيس سراحل بءو هليغش فاق ي وأ، لء. ءطسوءم ل تابءاول
فوس. comm- ءءو ءم لسلو ءصل اياضق ي نء غالبالو (بي رءللو ءولتللو مئارءل) يءامءءال
طاقتل ءي روءل هءطءم ءاعءسا مء. مئارء اوبكءراو رظني رسل تاءاءءنل لاقءا سراحل
هلي صءقل.

ءعاس 7 ءي مازل لوءتل رظ ءلي مئي ءقت يزي لك نأ صء
ضافءناو، ءءي ءءص لءأ نم. (CG Klock) ءعاس 14-21
ءايءل ءي امءو ءولتل نم لقا ارءو، ءقائل كالهءسا
، ءم وكءل ءفلءللو، ءم ريءل يف ضافءنا. ءي ربل
بءسل عي ءشءو.



مءهلل صرءت امءنء مءناريء ءءعاسم لء سانل
ءاملءو ني بءم ل. لاملء مءئالمء ءءعاسم لامل
صءبل مءصءب ءءعاسم
ءفي نء ءللخ نوكت نأ وه رياش لك فءه.

تاءاءءنل نم ءظقي اءنوكل لالء نم. نوناقل ذافن ءعاستو ئراوطلل تامءل لامل
ءق مءنا. لمءللو نء فقوئل وأ ءئاوللللو ني نواق

ةدعاسم لل طايحتال CE ىمسي نأ نكمي .نيي ندمال لاقتعال لعجل كي دل

لك .ظفح رعشي نأ ي قحال هي دل صخش لك .بجاو قح وه فينعل لاخ عمتجم دوجو
مايقل مدع .اهيل لع inflicted فنعل مهيدل نيذل سانلا ةدعاسم بجاو هي دل صخش
R2 ةسنأل ،كلذب

فتهي)نوعجشي نيذل سانلا **R2 ةسنأل** ،ةدهاشمو ،فنعلاب فنعل نوحمسي نيذل سانلا
قبطن ي اذه **R3 ةسنأل** ،لاقتعالا نم ةيماح فينعل سانلاو ،فنعل او ضيحت ، **(ةدعاسم ،ىلع**
ةضاي رلا لاصتال ،لاتقل ىلع اضيأ

!كنم عمسن نأ رظتن ي 1 GOD

ةالص ةمي رجا اي احض

2. 4. 7. مويلا - لاي رلا ةرك ذم

ني نمؤملا عضاوتملا مظعم كي دل لمجأ نوكل قلاخ ، **1 GOD** زي زعل
(مس اعرش 1) ةي اصول يصولا
ةدعاسم اي احض لا اي احض نم ملأ او ةانعملا في فختل لأس ي
نأ كدعأ ضيوعتو ةمي رجا ىلع لوصحلا ةلادعل ةمي رجا
ي ف رشل اذه بقاعي ةمي رجا حرط اهل ةياهن ةبقاعم ةدعاسم
ةي رشبلا ريخو **1 GOD** دجمل ةرخأ او ةايحلا



! (يضا رتفالال ميوقتال CG) ةمي رجا موي اي احض ىلع ةالصلا هذه مدختستو



ةي قبل فنعلل ةيلاوملا pensity سرغ ةفينع طيحم .دعب اودلوي مل نيذل عم فنعل أدبي
ب،ضغلاو ،لوحلا :تازفحم .فنل لامعا ىلا لوحتل لغشم جاتحي فنعل ىلا ليمل .ةايحلا
لقعلاو ،لذلاو لهجلاو ضاي رلا ،حافكلاو ،عضاي رلاو لاصتال ،نارقال طغضلاو ،فوخلو
ويدي فل ةفينع ،ةفينعل ويدي فلاو زازفتسالو فطاعتلا ىلا رقتفت ،رهوجل ريغي
... ،باعلألو



هنأ ملعت .ضعببال اهضعب اي طفل ةي سي ي أبأ يملأ اهضرعت دعب اودلوي مل نيذل او
مل نيذل او .ةايحلا ي قحال تقوي ف كلذل لعفن فوسو ،ةي طفل ةعاسل س أب ال
ةدالولا يثي دح SHE .ي أب لبق نم ي دسجال ي ذالل ضرعتال اماملل اهضرعت دعب اودلوي
ةدالولا يثي دح HE .ةدعاس لبق نم ي دسجال عادتعال لمحت ةايحلا ي قحال تقوي فو
SHE .ي ذؤت نأ لوبقملا نم هنأ دقتعأو

ةجطلبل او ةنمي هل رخآال ضعببالو ،بيهرتو ،ةوقب لالغتسا
ةوتفلا ي ف .موجهلا ىلا روطت نأ نكمي intimitation عم أدبي ةجطلبل

ءاسءءل ةنابءل individuals عم اءسفن طءءء ام ةءاع

isthethreat فنء

لزنم ال StopViolence startat

شئءل لبق نم اءءءلءعم مءء (ءاضفل؁ رءأ ةءاطقم) ءءراخ ءئءء

C (ءءولوءب) ب (ءئوونللو ةئزل) A, N مءءءسا وأ كب ال شئءل

بئءءل سئل (ءاءسل ءأء weapons ةءءاصل ةئركسل ءامءءسلال ءءسلال (ءئئامئكل ءاومل) ءاضفل CG نوناقل قبطئو مءءءسل ! (لءقللو

ئو !- rmaceuticals Pha- مءءءسا ب (ءببءال راءآال؁ نامءل) ءاقنل عمءءم ال رءشئ ال نوش ءءءنم ال ءالءل ءكراشم ئه- "seprimitive. uticals Pharmace- نمءل ءظهاب ءالءل ءءسافل ءافك رئء مء ءلءئصل طقف ضرءء ءئل ءئءصل ءئءل رل سرامم ال لهؤم رئءو مءئاطءاب ءبالطم . "نولءلءل"

نم للقلئو؁ ءئلءل نئرامءللو ءئاءءل ماطنل ءلوءرشم طءءل كسملءل ءظوءلم
80% + ءبسن ب ضارمأل

3 كانه ءقاعل ءوؤ نم صءش لبق نم ءء رءشئ عمءءم ال ءف سانل نم رئءك
ءئسنءل ءقاعل؁ ءئءسل ءقاعل؁ ءئلقلءل ءقاعل: نءل نم لاءشأ

ءئنه ءقاعل

نئملءم (ءنءل لبق نم مئئقء مءئ) . "ءئلقلءل ءقاعل"؁ ءامالء رءظء نأ ءاملءل
ءقاعل (مءم) "MDQC"؁ ءل ءرباعل ferred نم ءئاعء ءءو اءل . (ءابآال ءابطأللو
لءطأل نم مءرئء ءئامءو مءسفنأ ءئامءل . (ءءل ءئنهءل

ءئءسل ءقاعل

نئملءم (ءنءل لبق نم مئئقء مءئ) . ءئءسل ءقاعل"؁ ءامالء رءظء نأ ءاملءل
ءاقاعل (مءم) "PDQC"؁ ءل ءرباعل ferred نم ءئاعء ءءو اءل . (ءابآال ءابطأللو
لءطأل نم مءرئء ءئامءو مءسفنأ ءئامءل . (ءءل ءئنهءل

ئسنءل ءءل

نئب طلءللو؁ سئءل سفن؁ لءطال شءءللب) "ئسنءل ءءل"؁ ءامالء رءظء نأ ءاملءل
مءئ ءئاعء ءءو اءل . (ءابآال ءابطأللو نئملءم) ءنءل لبق نم مئئقء مءئ . (نئسنءل
ءئسنءل) "SDQC"؁ ءل اءلقن

ل.افطال نم مهرغ ةيماحو مهسفنأ ةيماحل . (بكرمل روجل زوجل

ةايحل معد

دق -foresee ةرداق لبقتسمل ي ف وأ نأل هلأ ةريطش لعل رداق ريغ صخشلاو رارقلا ذاختا ةيلمع GOD 1 لل كوفن ي ف بمرت يأ نامرح . بارشلاو ماعطلالو العالض ف قحل هيدل صخش لك . (تم وا شع) . R7 ةسنأل ، ةميرج ، بيذعتل وه قحل اذه صخش .

ي ف امب ، ةياهنو ةيادب هل يئايذيفل نوكل ي ف عيش لك نأ وه ميمصتلا هلل 1 ةلاطل سيل . ةاناعملل دح عضو يناسنإل فطاعتل بلل اطم . م سجل ناسنإل كلذ ميمصتلا ةروصل GOD 1 عم لخادتتو رمعلا ةلاطل عنطصم . ةايحل" عنطصم

ايح ن ف د

حورلا ريحتل طقف قرحل ةجاح كانه تسيل . هنم دب ال رمأ قرحل ، ايح ن فدي نأ ب نحتل ةريطخل اي ريتكبل ري مدت اهئوشن رانل رهطي -screma . ةيحص بابسل اضيأ نكلو رباقملا ! ةطوخل م . مسجل ي ف شيعت دق يتل تايرطفلو تارشحل تاقريو تاسوري فالو رباقم لل يضارأل نم سلاجل لمعت . ضرألل ةعيضم ، ةيحصلا رطاخل يه

لتق ايتاذ

حور ، فيعض لقع دوجو لعل ةمالع وه (راجتنال او ميحرل لتقل) لتق ايتاذ كانه ناك اذإ ال لخدتل مدعب نيخأل رشبل . حورلل ةبرجت ةايحل اهن . ةفيعض لىل صخش ةدعاسم . ةمايقل موي ي ف اذه عم لماعتلاو هلل 1 . نيخأل لعل ارطخ ي ف ةبغر كانه نأ ةصتخملا ةمكحمل تللق املاط ةلوبقم ريغ لتقل تقح تاذل !ههن . بيذعتل يه ةديش ةاناعم . تومل

فطاعتل لىل رقتفت اهنأ ال . مهتاناغم نم تاناويحل نوناعي رشبل عضو ! ةطوخل م . مهب ةصاخ عونل اذه عم

ناسنإل قوقح نم قح وه ةماركب ةايحل اهان .

تيوصت

ةيناثونان ي ف تيوصتلا لال خ نم ةيرحب ةبختنم ةموكح نومعدي سانأ كانه عاشنإو ةموكحل لعل عالىتسال ني فرطتمل لىل يدؤي دق ني توصم ريغ -electio 2 طقف معد" . R7 ةسنأل ، ةاغطل صقق ةلازا مت . (ةيسايس وأ يثارو) نايطلا . (يلحم) "يريش" و (يفي) " ةعطاقم ءايصوأل مداخ نوكل ، ةموكحل نم عاونأ