

Essentials



Index

Basic:

Tägliche Gebete, tägliche Routine, CG Kalender, Tag Fit, Fun- Day
Themen, 7 Scroll Übersicht, Verantwortung, Time- Dreieck, Wählen, Schutz.

CG Konzepte

Keine Gewalt Konzepte, Gerechtigkeit Konzept. Kein Gewinn Konzepte (**crön**),

Wirtschaftliche Konzepte, Kette des Bösen. Umgebung (**Grün**) Konzepte, Kette

überleben. Zeiteinteilung (**NA.tm.**)

Für den Ruhm von 1 Gott und zum Wohl der Menschheit!

Welcome to the wonderful world of worshipping 1GOD



1 GOD wartet, von Ihnen zu hören!

Täglich Gebet

sehr geehrter 1 GOD . Schöpfer der schönsten Universum Hilf mir
sauber, mitfühlend und bescheiden Mit der 7 Scrolls als Führer:



Ich werde Ihre Kreationen und Bestrafen Bösen schützen.

Steh auf für das zu Unrecht angegriffen, benachteiligt, Schwachen und Bedürftigen Feed the
hungrig, Obdach obdachlos und Komfort krank proklamieren:

1GOD, 1FAITH, 1Church, Universum Depot Wächter Vielen Dank für
heute

Ihr bescheidener treuer Hüter-Wächter (1st Name)
Für die Ehre 1 GOD und das Gute der Menschheit

Dieses Gebet wird jeden Tag Teil einer täglichen Routine verwendet, allein oder in einer Gruppe in
jedem-Ort, wie Sie schlossen die aufgehende Sonne der Augen gegenüber. Bei der Versammlung rezitiert.



Dankeschön Gebet

sehr geehrter 1 GOD . Schöpfer der schönsten Universum Vielen Dank für die
Versorgung mich mit täglich Getränken und Speisen Leben durch Ihre letzte
Nachricht



Ich bemühe ich, verdienstvolle Nahrung zu sein, ich jeden Tag quälenden Durst
geschont werden kann, und betäubenden Hunger Ihren bescheidenen treuen

Hüter-Wächter Schmerzen (1st Name)
Für die Ehre 1 GOD und das Gute der Menschheit

Verwenden Sie dieses Gebet vor jedem Feed!



Jede Woche-Tag braucht ein Abendessen Thema zu haben:

Tag 1: Gemüse; Tag 2: Geflügel; Tag 3: Säugetier;

Mitte der Woche: Reptil; Tag 5: Meeresfrüchte;

Wochenende: Nüsse . Saat; Unterhaltsamen Tag: Insekten.



Tägliche Routine

EIN ' Alltag ,ist von wesentlicher Bedeutung gerecht zu werden' Pflicht 2 (**Schützen Sie den menschlichen Körper**) 'Und bereit sein, die kommenden Herausforderungen zu stellen. Steh auf, ein Glas leicht gekühlten gefiltertes Wasser, geht WC, tut ,tägliche Fit (**Übungen**) ', Anbetung ,tägliche Gebet', Hände und Gesicht waschen, frühstücken, anziehen. Überprüfen Sie Ihre ,Planer'. **Jetzt ist Ihr bereit für die Herausforderungen. ,Haben Sie einen guten Tag, kann 1 GOD Gesundheit' .**

EIN ' Tägliche Routine'umfasst Sauberkeit und Fütterung nicht nur von,ich', sondern alle anderen Menschen und Kreaturen abhängig von Ihnen. Waschen Sie Ihre Hände nach jedem Toilettenbesuch und vor jedem Feed. Waschen Sie Gesicht vor jedem Feed. Zähne putzen und den ganzen Körper waschen, bevor sie zu Bett gehen. **Feed-5 mal am Tag:**

,Frühstück, Früh Tag Snack, Mittagessen, Spät Tag Snack, Abendessen'. Haben Sie ein Glas leicht gekühlten gefiltertes Wasser mit jedem Feed!

Hinweis! Vor jedem Sie füttern anbeten: Danken Ihnen Gebet _

An jedem Wochentag braucht ein Thema Essen haben: z.B Tag 1: **Gemüse** ; Tag 2 : **Geflügel** ; Tag 3 : **Säugetier** ; Mid - Woche : **Reptil** ; Day5 : **Meeresfrüchte** ; Woche - Ende : **Nüsse und Samen** ; **Unterhaltsamen Tag : Insekten** .

Bei der Fütterung **vermeiden** ungesunde Ernährung: Alkohol, Süßstoff, Fruktose (**Glukose, Zucker**) Genetische, veränderte Lebensmittel (**GM**) , Hergestellt-Food, ... **Fettig, salzig, süß Fast Food. Kohlensäurehaltiges Getränk enthält: Alkohol, Koffein, Kola, Natrium, Süßstoff!**



EIN ' Alltag'umfasst gut zu sein und zu bestrafen Böse. Gut zu sein beinhaltet tun ' **Zufälliger Akt der Freundlichkeit'**. Seien Sie nett zu ich, die Menschen um dich herum, die Gemeinschaft, andere Kreaturen, den Lebensraum ... **1 GOD** liebt Random Acts of Kindness. **Bestrafen Böse jedes Mal verwenden, die ' Law- Giver Manifest' als Führer.**

1000 von Jahren ,Evil' sind zu Ende! **Gut sein! Cage Übel!**

E ndeavor zu ,Seek gewinnen und Anwendung von Wissen', " **Lernen zu unterrichten'**, _ Pass auf ,Lebenserfahrungen'. Lernen, Unterricht auf das Leben vorbei Er- fahrungen zu einem nützlichen wesentlich sind **1 GOD** erfreulich Leben. **Diese Aktivitäten helfen in ,harmonisierende' mit dem lokalen Lebensraum und das Überleben von Arten. Ich suche gewinnen und Anwendung von Wissen hilft bei der Beantwortung 1 GOD' s Fragen zum Urteil-Day.**

Alles andere ist für das Überleben und die gute Gesundheit benötigt. Der Haupt Rest ist ' **Schlafen**'.
Schlaf endet eine tägliche Routine. 1 Stunde soll seit Futter und Reinigung übergeben. Worship ' **Schlaf-Gebet**'.
Um erholsamen Schlaf revitalisierende das Schlafzimmer muss so dunkel wie möglich sein. Ein
Fehlen von internen und externen Lärm ist ein Muss. **Nacht Curfew macht dies möglich. ' Graftschaft'**
implementieren 'Night-Ausgangssperre'.

H ints

A 7 Stunden Nacht Ausgangssperre 14-21 Stunden (**22- 6 Stunden, 24 Stunden Pagan- Uhr**) ist obligatorisch. Für
eine gute Gesundheit, Verringerung der Energie Konsum, Verringerung der Umweltverschmutzung und Schutz
von Wildtieren. **Verringerung der Kriminalität, Kosten zu reduzieren Regierung, die Förderung der Multiplikation.**

Wenn draußen immer gehen tragen geeignete Schutzkleidung ' (**Keine Kunstfasern**) . **Beschützen (Augen, Haare, Haut, Füße)** die von humanbody Klima, Krankheiten und Umweltverschmutzung. **Außerhalb Nacktheit ist kitschig!**

Wenn auf täglichen Fit Verwendung Verstand zu tun, wie schnell auf maximale
Wiederholungen zu erreichen. **1 Tag trainieren und nicht die nächste ist nicht von Vorteil.** Es
ist Ihr Körper, halten Sie es passen!



Bei der Verwendung von Ihrem Planer bei der Arbeit oder Studium nicht ,Time' Kontrolle
Sie lassen! **Die Zeit wird nicht verwendet werden sollen Menschen zur Eile. Der menschliche Körper ist für eilen nicht ausgelegt ist.**

Lassen Sie sich nicht Ideen vergessen oder verloren gehen. Jeden Tag werden viele Ideen sind Gedanken aus
und schnell vergessen oder verloren. Der Grund dafür ist sie, wo nicht erhalten, aufgezeichnet oder abgewertet. **Die beste verloren!**

Das Gedächtnis ist unzuverlässig, wenn es um die Erhaltung und neue Ideen zu pflegen. Tragen Sie ein
Notebook (Planer) oder Recorder mit Ihnen und wenn eine Idee entwickelt, bewahren Sie es! Wöchentliche Datei Ihre Ideen!

Überprüfen Sie Ihre Ideen. Wie Sie überprüfen Sie Ihre Ideen (Alle 4 Wochen ist gut) . Einige werden keinen Wert haben. Sie sind es nicht wert hängen an. Verwerfen sie. Einige Ideen erscheinen nützlich jetzt oder zu einem späteren Zeitpunkt. Bewahren Sie diese, Datei ihnen: ,Aktiv' oder ,später' . Nun nehmen Sie die ,Aktiv' Datei.

Wählen Sie eine Idee! Jetzt macht diese Idee wachsen. Denk darüber nach. Binden Sie die Idee zu verwandten
Ideen. Forschung, versucht, etwas ähnlich oder kompatibel mit dieser Idee zu finden. Untersuchen Sie alle Winkel
Möglichkeiten. **Wenn Sie denken, dass Ihre Idee ist bereit, angewendet werden. Tun Sie dies. Holen Sie sich Feedback, Feinabstimmung Idee.**

Depot Wächter Kalender

1. Stern-Monat

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

2. Sun-Monat

3. Mercury-Monat

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

4. Venus-Monat

5. Erde-Monat

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

6. Mond-Monat

7. Mars-Monat

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

8. Jupiter-Monat

9. Saturn-Monat

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

10. Uranus-Monat

11. Neptun-Monat

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

12. Pluto-Monat

13. Solar-Monat

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

14. Pessach-Monat

1	Passah
Quattro-Jahre	
1	2 Quattro - Passah

Täglich Fit (Übungen)

Tägliche Übungen eine gute Gesundheit müssen, sind ein Teil der täglichen Routine. Sie werden jeden Morgen abgeschlossen. Tägliche Übungen erhöhen: allseitige Wohlbefinden, die Blutzirkulation, Gehirnaktivität, Verdauung, mating- Drang, Muskeltraining, Selbstwertgefühl, Stimulation des Immunsystems. Die 7-Übungen sind: **Brust, Windmühle, Türrahmen, Hantel, hinknien, Haken, Schwenker** . Alle 7 Übungen sind für ER, SIE eine wiederholt werden.

Beginnen Sie mit 1 wiederholen, erhöhen auf maximal 21. Verwendung Verstand ab, wie schnell maximale Wiederholungen zu erreichen. Persistierende mit täglichen Wiederholungen ist von Vorteil. 21 Wiederholungen 1 Tag trainieren und nicht die nächste Ausübung ist nicht von Vorteil. die Übungen aufrecht stehen und Atem tief dann ausatmen auf das Maximum machen diese 3 mal Nach Abschluss. Fahren Sie mit Ihrer täglichen Routine. **Hinweis ! Nicht Ausübung ist ein Zeichen der völligen Missachtung für den Körper, geringes Selbstwertgefühl, Trägheit, ...**

Brust Übung 1: Stand hoch, Arme gebogen horizontal auf dem Boden (T- Form) Daumen berührt Brust. Bewegen Sie die Arme so weit wie möglich

(Nicht schnappen) . Dann bewegen sich die Arme in die ursprüngliche Position gebogen.

Wiederholen (21 max) !

Windmühle Übung 2: Stand hoch, die Arme ausgestreckt seitwärts waagrecht auf den Boden (T-Form) . Konzentrieren Sie Ihre Vision auf einen einzigen Punkt geradeaus. Starten Sie im Uhrzeigersinn drehen (links nach rechts) .

Die Konzentration auf die Vision Punkt, bis die Drehkörper zwingt Sie dazu, es zu verlieren. Halten Sie so schnell wie möglich drehen Refokussierung. Halten Sie sich auf den Punkt von Schwindel oder 21 Umdrehungen drehen je nachdem, was die 1. kommt. Atme tief zu Fuß ein paar Schritte Verstetigung selbst. **Hinweis! Anfänger oder erholt sich von Krankheit beginnen mit 1 Umdrehung ansteigend auf 21 dreht max.**

Warnung, immer, wenn schwindelig zu fühlen beginnen.

Türrahmen Übung 3: Stehen Sie aufrecht in offenem Türrahmen mit Füßen hüftbreit auseinander Ellenbogen nach oben gebogen im rechten Winkel (90 °, Dreizack Form) . Drücken Sie die Ellbogen Seiten des Türrahmens, bis Sie zwischen den Schulterblättern fühlen Spannung, halten (Count 10) Loslassen Spannung. gleichmäßig inhalieren Spannung durch die Nase nach dem Loslassen der Lunge zu max Befüllen halten (Count 3) , Dann langsam durch den Mund ausatmen max.

Hantel Übung 4: 1 Hantel verwendet HE (4 kg) SHE (2 kg) . **Verwenden Sie keine 2 Dumbbells.** Stehen Sie aufrecht mit den Füßen hüftbreit auseinander Ellbogen zu den Seiten Handflächen nach vorne. Pick-up Hantel mit der linken Hand

Ihre Ellenbogen Biegen, bis der Unterarm im rechten Winkel (90 °)
Langsam drückt Bizeps, Hantel nach oben in Richtung Schulter halten, heben (Count 3) , Dann
langsam unteres dumbbell in der Ausgangsposition, **wiederholen (1-7) . Wechseln Sie in den**
rechten Arm, **wiederholen (1-7) .**



hinknien Übung 5: Knien auf einem prayermat Körper aufrecht, die Hände fest gegen Pobacke gelegt. Neigt Kopf nach vorne, bis das Kinn Brust berührt. Jetzt langsam den Kopf nach hinten kippen, so weit wie es geht, zugleich lehnt so weit wie möglich zu halten Ihre Hände fest auf dem Gesäß zurück.

Wiederholen (21 max) !

Haken Übung 6: Auf einem prayermat (**Schutz vor Kälte**) liegt flach auf dem Rücken, verlängerte Arme Handflächen nach unten gegen Körper. Nun neigen sich langsam den Kopf nach vorne ausgestreckten Arme Handflächen nach unten gegen den Körper. Nun neigen sich langsam den Kopf nach vorne, bis Kinn Brust zur gleichen Zeit berührt heben Sie die Beine, Knie gerade, vertikale (90 °) halt (Count 3) , Dann langsam zurückkehren (**Kopf, Beine**) zu Beginn. **Wiederholen (21 max) !**

Schwenken E xercise 7: Auf einem prayermat (**Schutz vor Kälte**) liegt flach auf dem Rücken, verlängerte Arme Handflächen nach unten. Nun gebeugten Knien Fersen Berühren dieser Pobacke. Keeping Palmen fest auf der Matte Schwenk Knie nach rechts, bis sie Matte berühren. Dann schwenkt die Knie nach links um die Matte zu berühren. Wiederholen rechten und linken Schwenk jedes linken Schwenk zählen. **Do 21! Nach Abschluss der Tagesform. Haben Sie ein Glas (0,2 l) von leicht gefiltertes Wasser gekühlt.**

Nachtzeit Übungen

Es ist normal, 2 Personen mit einer Pause haben dazwischen. **Wenn Sie aufstehen (Bis auf die Toilette zu gehen ...)** , Auf auf dem Bett des Rand Rückkehr sitzen, etwas Wasser trinken und 1 der folgenden Übungen (**Alle Übungen gemacht werden, während am Rand Knie Schulter weit auseinander Bett sitzend**) . **Jedes Mal, wenn Sie aufstehen zu tun, eine andere Übung.**

1. Übung: Legen Sie die Handflächen * Ihre Hände gegen die Außenseite der Knie. Drücken Sie die Hände nach innen, Knie nach außen, halten 7 Sekunden (**Sie fühlen sich die Spannung in Arme, Beine, Schulter**) . **Entspannen Sie sich, nehmen Sie einen Atem, keine Wiederholungen, Schluck Wasser, hinlegen, gut schlafen. * Variation Verwendung Fäuste.**

2. Übung: machen Sie Fäuste * legen Sie sie gegen die Innenseite der Knie. Drücken Sie die Fäuste nach außen, Knie nach innen, halten 7 Sekunden (**Du fühlst**

Spannungen in den Armen, Beinen, Magen) . Entspannen Sie sich, nehmen Sie einen Atem, keine Wiederholungen, Schluck Wasser, hinlegen, gut schlafen. * Variation Verwendung flache Palmen.

3. Übung: Bend-Arme (90%) auf der Brust drehen Finger nach oben links biegt, rechte Hand nach unten Biegen Finger drehen.

Interlock Finger fest. Ziehen Sie nun die Hände in die entgegengesetzte Richtung, halten 7 Sekunden (Sie fühlen sich die Spannung in den Fingern, Arme, Brust) . Entspannen Sie sich, nehmen Sie einen Atem, keine Wiederholungen, Schluck Wasser, hinlegen, gut schlafen.

4. Übung: Bend-Arme (90%) auf der Brust dreht linke Up- Stationen, biegt rechts in der Faust. Legen Sie die Faust in die Hand drücken Sie gleichzeitig die Presse offen Hand nach oben, halten 7 Sekunden. Reverse Sequen

- ce, halten 7 Sekunden (Sie fühlen sich die Spannung in Händen, Armen, Hals, Brust) .

Entspannen Sie sich, nehmen Sie einen Atem & Schluck Wasser hinlegen, gut schlafen. Keine Wiederholungen.

Menschen mit einem angespannten wieder hinzufügen, diese Übung zu jeder Übung: Legen Sie die Hände auf die Knie. Tilt Kopf zurück Biegung zurück dann rocken nach vorne, ohne den Kontakt zu verlieren mit den Knien (Sie fühlen sich die Spannung in Arme, Rücken, Bauch) .

Entspannen Sie sich, nehmen Sie einen Atem, 7 Wiederholungen, Schluck Wasser, hinlegen, gut schlafen.

Hinweis! Leute, die viel während der Tageszeit sitzen. Ist 1 der nächtlichen Übungen in Rotation zu tun, alle 2 Stunden. Beenden Sie mit einem Glas (0,2 l) von leicht gefiltertes Wasser gekühlt.

Nicht Übungen: macht Sie ungeeignet, faul, ungesund, blubbery, eine Last, um sich Ihre Familie Freunde und Gemeinschaft, ein schlechtes Beispiel für Kinder, deprimiert, mehr krank, unbeholfen Paarung sterben junger.

Ein Teil des täglichen fit ist Nahrung! Wie gesund sind wir, wie lange wir leben. Hat viel mit unserer Ernährung Gewohnheit zu tun.

Feed-5 mal am Tag:

'Frühstück, umfassen Wasser, Kräuter, Gewürze, Honig, Kaffee, ..

Early Day-Snack, umfassen Wasser, Obst, Kräuter, Tee, ..

Mittagessen, umfassen Wasser, Salat, Ei, Kaffee, ..

Am späten Tag-Snack, umfassen Wasser, Nüsse, Beeren, Gewürze, Kakao, ..

Abendessen'. umfassen Wasser, Abendessen Thema, Tee oder Kaffee .. Gemüse.

7 Lebensmittel, die täglich gegessen werden sollten: Fungi (Pilz) , Getreide (Roggen, Gerste, Linsen, Mais, Hafer, Hirse, Quinoa, Reis, Sorghum, Weizen) , Hot Chilies, Zwiebeln (Braun, grün, rot, Feder, Schnittlauch, Knoblauch, Porree) , Petersilie, Sweet-Capsicum, Gemüse (Spargel, Bohnen, Brokkoli, Blumenkohl, Karotten, Erbsen, Sprossen ..)

Fun-Day Themen

C> Feiertag F> Unterhaltsamen Tag M> Gedenktag S> Scham-Tag

Monat	Tag	Tag
Star	New-Jahres-Tag 1.1.1	Shire Day 1.3.7
Sonne	BlossomDay 2.1.7	Opfer von Verbrechen Day 2.4.7
Quecksilber	Multiplikation Day 3.1.7	Opfer des Krieges Tag 3.4.7
Venus	Kindertag 4.1.7	Umweltverschmutzung Tag 4.2.7
Erde	Tag der Arbeit 5.1.7	Mothers Day 5.3.7
Mond	Ausbildungstag 6.1.7	Entlaubungsmittel Day 6.2.7
Mars	Großeltern-Tag 7.1.7	Nourishment Tag 7.3.7
Jupiter	Universe Day 8.1.7	Holocaust-Tag 8.2.7
Saturn	Habitat-Tag 9.1.7	Cron Day 9.3.7
Uranus	Vatertag 10.1.7	Blubber Tag 10.2.7
Neptun	Survival-Tag 11.1.7	Pet Day 11.3.7
Pluto	Gute Gesundheit Tag 12.1.7	Addictions Tag 12.2.7
Solar	Strauch Tag 13.1.7	Baum Tag 13.3.7
Passah	Passah Tag 14.1.7	Quattro Day 14.0.2

Fun-Day Themen für eine Gemeinschaft sorgen müssen feiern erinnern werden beschämte. Die Teilnahme an **Feierlichkeiten** . **Denkmal** . **Schande** , Tag des ganzen Jahres ist ein wichtiger, wesentlicher Bestandteil des Gemeinschaftslebens. **Triff dich mit anderen Menschen** ist wichtig für die persönliche emotionale Stabilität.

Wir folgen **1 GOD** ! Arbeiten 6 Tage & machen Tag 7 ein Fun-Day.

Sozialisieren, seien sie fröhlich, singen, tanzen, essen, trinken (**nicht alkoholisch**) lachen, aber auch beten und meditieren innere Harmonie sucht, Glück. **Besuchen Sie eine Versammlung.**
Unterstützen Sie Fun-Day Themen.



1 GOD wartet, von Ihnen zu hören!

Unterhaltsamen Tag Gebet

sehr geehrter 1 GOD . Schöpfer der schönsten Universum Ihres bescheidener treuer Hüter-Wächter (1st Name)

Dank Sie für diese Woche Herausforderungen, die ich versuchte, das tägliche Gebet zu leben

Heute feiere ich, Gottesdienst mit Familie und Freunden Ich bitte um Führung in der kommenden Woche für den Ruhm **1 GOD** und das Gute der Menschheit



Am Thema wird Tag ist ein relevantes Gebet + Fun-Day Gebet verwendet!

7 Scrolls Überblick

Scroll 1: **Glauben**

Affirmation Gebet

Es gibt **1 GOD** der sowohl er und sie!

1 GOD 2 erstellt Universum und ausgewählte Menschheit Kustos des physischen Universums zu sein!

Das menschliche Leben ist heilig von der Konzeption und besteht die Verpflichtung, sich zu vermehren!

Die Menschheit ist zu suchen und erwerben Kenntnisse dann wenden Sie es!

Der Gesetzgeber Manifest ersetzt alle bisherigen Meldungen **1GOD** geschickt!

Die Zahlen sind wichtig, und die Zahl 7 ist göttlich!

Es gibt ein Leben nach dem Tod, und es gibt Engel!

Scroll 2: **Verbindlichkeiten** Verpflichtung Gebet

Anbetung **1 GOD**, verwerfen alle anderen Götzen

Schutz, menschliche Körper von der Empfängnis

Leben lang suchen, zu gewinnen und anwenden Wissen

Mate-vermehren und starten eigene Familie

Ehre, respektieren Ihre Eltern und Großeltern

Schützen Sie die Umwelt und alle seine Lebensformen

Verwenden Sie die '**Law Giver Manifest**', verbreiten seine Botschaft Tiere vor

Grausamkeiten schützen und Aussterben

Steh auf für die zu Unrecht angegriffen, benachteiligt, Schwachen und Bedürftigen

Füttern Sie die hungrigen, Obdach obdachlos und Komfort krank

Protest Ungerechtigkeit, Amoralität und Umwelt Vandalismus

Haben Rewarded Arbeit, kein loafing

Vermeiden und aufzuräumen Umweltverschmutzung

Seien Sie gut Bestrafen Böse

Einäschern, in der Nähe Friedhöfen

Seien Sie einfach und geben verdienten Respekt Abstimmung in allen Wahlen!

Scroll 3: **Privilegien** Anfrage Gebet

Atmungsaktiv, saubere Luft

Haben heftige freie Gemeinschaft

Trinkbar, gefiltertes Wasser

Ein Haustier besitzen

Essbar, gesundes Essen

Kostenlose Bildung

Schutz-, preiswerte Kleidung

Kostenlose Behandlung, wenn sie krank

Hygienisch, erschwinglich Obdach

Erhalten Respekt

Gottesdienst und glauben an 1 GOD Erhalten Gerechtigkeit Free Speech mit

moralischen hemmt Belohnte Arbeit Mate, beginnen Familie

Haben frei gewählte Regierung

Ende mit Würde

Scroll 4: **Versäumnisse**

Versäumnisse Gebet

Sucht

Kannibalismus Envy

Meineid

Plunder

Egoistisch

Vandalismus

Scroll 5: **Tugenden** Tugenden Gebet

Worshipping nur 1 GOD und immer bestrafen Böse

1st Erfahren Sie, dann lehren und Wissen Kontinuität

Schützen Sie die Umwelt und harmonieren mit Habitat

Liebevoll, Zuverlässig und treu Sauber und ordentlich Ausdauer

Mut, Mitgefühl, Just, Teile

Scroll 6: **Khronicle** Heritage Gebet

Schaffung

In der Nähe der Vergangenheit - 700 bis - 70 Jahre

Antike bis - 2.100 Jahre

aktuelle Zeiten - 70 bis 0 Jahre

Ferne Vergangenheit - 2100 bis - 1400 Jahre New Age ab 0 Jahre weiter ist:

Medium Vergangenheit - 1400 bis - 700 Jahre

Prophezeien

Scroll 7: **Leben nach dem Tod**

Seele Gebet

Trauer-Gebet

Erleben Sie noch einmal Bad Gebet

Erleben Sie noch einmal gut Gebet

Verbrennung

Judgement Day Reinheit Scales

Engel



Rechenschaftspflicht

1 GOD hält verantwortlich! Einzelpersonen, Gemeinschaft, Organisationen, Unternehmen und Regierung ist nicht weniger zu tun. Depot Wächter unterstützen Verantwortlichkeit. Accountability ist die Grundlage, ‚Gerechtigkeit‘!

Verantwortlichkeit gilt für Handlungen und Verhaltensweisen. Wenn etwas schief geht, sind Regeln und Vorschriften verletzt, Gemeinde Moral und Anstand Erwartungen nicht erfüllt sind, Verantwortlichkeit angewendet wird.

Gesetzgeberin Gerechtigkeit auf Verantwortlichkeit basiert. Eine Akkulation wurde gemacht. Verteidigung, Strafverfolgung und judiciary collude zu finden, die ‚Wahrheit‘. Die Anschuldigungen sind um wahr zu sein gefunden. Eine obligatorische + Ansammlungen aufgrund des Alters Satz angewendet. Ergebnis: Rehabilitation und Entschädigung. (Siehe 7 Provinzen, Justiz)



Verantwortlichkeit gegenüber Verantwortung! Ein paar treten in einen Ehevertrag. Beide sind dafür verantwortlich, die Ehe Arbeit zu machen! Eine gescheiterte Ehe hat beide Parteien die Verantwortung für ihre Handlungen oder Unterlassungen, die über das Scheitern gebracht.

Eine Aufgabe kann ein Team einzubeziehen, die für die Umsetzung verantwortlich sind.

Doch eine Person (**Gruppenführer**) wird zur Rechenschaft gezogen werden. Ein Ausschuss oder Bande ist inklusive verantwortlich und rechenschaftspflichtig.

Verantwortlichkeit gegenüber Vergebung! Nach Verantwortlichkeit festgestellt wird, bricht die Vergebung, die Folgen der Verantwortlichkeit. In gerichtlichen Bedingungen ist ein Verbrecher begnadigt. Einige Übel Anti- **GOTT** Kulte. Einmal in der Woche alle schlechten bösen Menschen sind vergeben. Der Rest der Woche sind sie schlecht Bösen. Nächste Woche sind sie vergeben (**Zyklus der Wiederholung Übel**)

Depot Wächter widersetzen Vergebung. Vergebung ist korrupt, schlecht!



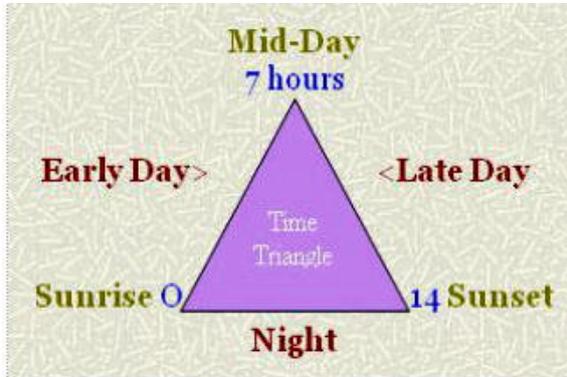
1 GOD auf Urteil hält Tag jede Seele zur Rechenschaft! **1 GOD** nicht vergeben. Wrongs Folgen haben!

(Siehe 7 Scroll Jenseits)



Time - Triangle

Depot Wächter New-Age Zeitmanagement!



Day Start : 0 Stunden **Sonnenaufgang**

Früher Tag ist 0-7 Stunden 7 Stunden
ist **Mittag**

Am späten Tag ist 7-14 Stunden 14 Stunden **Sonnenuntergang**

Nacht ist 14 bis 21 Stunden lang

Pflichtnacht Curfew: 14-21 Stunden. **erzwungene durch Grafschaft** .

Depot Wächter KLOCK (CG Klock) für kurzfristige (Stunde)

Zeitmanagement, ersetzt alle anderen Uhren (**Vergleichen 24h v 21h**) :

Ein Tag hat 21 Stunden > 1 Stunde 21 Minuten > 1 Minute hat 21 Sekunden hat

> 1 Sekunde hat 21 blinkt > 1 Blinzeln hat 21 blinkt > 1 Blitz hat 21 Klicks

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

Uhren verwenden einen 3-zeiliges Display:

14h-12m-16s

Linie 1: die 14th Stunde, 12 Minuten, 16 Sekunden.

207 dy - 4 dw

Zeile 2: 207th Tag des Jahres, 4th Wochentag

Y1 - M8 - W2 - D4

Zeile 3: 1 Jahr - Monat 8 -Week 2 - Tag 4 oder:

Mitte der Woche von Woche 2 in Jupiter-Monat des Jahres 1

0 Stunden werden jedes Jahr nach der kürzesten Nacht bei Sonnenaufgang eingestellt. Alle 73 Tage (**5x pro Jahr**) 0 Stunden zurückgesetzt (**Sommerzeit**) . **Sommer benötigt wird, um so nah wie möglich** Sonnenaufgang aufzustehen. Erste bei Sonnenaufgang ist natürlich und gesund.

Wählen

Voting eine moralische, Bürgerpflicht. Überleben einer Gemeinschaft setzt auf maximale Unterstützung und Teilnahme von ihren Mitgliedern. Die Menschen sind nicht benserhaltender Menschen in der Tat stimmen die Tyranneien etablieren. Sie ermöglichen Lobbygruppen zu korrumpieren Governance. Sie müssen wählen! Non-Compliance, **FRAU R1**



Wie sie abstimmen

Depot Wächter Stimme bei allen Wahlen, die sie für geeignet sind.

Wer ist ein Kandidat, die unterstützt werden können?

A HE oder sie nicht jünger als 28 oder älter als 70 sind oder ein Elternteil gewesen.

Ist ein Mitarbeiter oder Freiwillige oder im Ruhestand. Ist

geistig und körperlich fit. Hat keine

Universitätsausbildung.

Hat noch keinen Käfig Rehabilitation abgeschlossen. Hat keine sexuelle Behinderung (**Gleiches**

Geschlecht, verwirrt Geschlecht, Kind belästigend) . Verwendet das ‚Gesetzgeberin Manifest‘ als ihren Führer.

Ist eine Depot Wächter

Depot Wächter Stützer und Klan Elders können nominieren, Unterstützung, billigen und Shun Kandidaten bei Wahlen. Depot Wächter Mitglieder (**Zenturion, Praytorian, Proclaimer**) unterstützen kann nicht benennen oder billige Kandidaten außerhalb der 1 Kirchenverwaltung.

Menschen sind soziale Wesen. Sie mögen gehören. Frei gewählte Komitees erfüllen dieses Bedürfnis. Führung durch 1 Tyranny. Führung durch Ausschuss ist fair. CG unterstützen gleich Darstellung er und sie.



Der Kandidat (**ER SIE**) mit den meisten Stimmen gewählt wird. Gleiche Menge der Stimmen die erfahreneren er oder sie gewählt. Eine gewählte Person Abschluss nicht ihren Ausdruck. Sind mit der Person ersetzt, die 2 kam_{nd}.

Schutz

Um den menschlichen Körper überleben muss Cimate Schutz!

Klima-Bedrohungen: Sonne (Strahlung) . Temperatur (heiß, kalt) Nass (Chill, Hypothermie) , Wind (Burn, chill, Staub) . Klima-Schutz besteht aus Kopfschutz, Schutzkleidung, Schutz-Schutz.

Bedrohung für die menschlichen Körper nackte Haut (Nacktheit) zu den Elementen ausgesetzt.

E-p1 (Augenschutz) ist in 2 Abschnitte unterteilt: Praktisch: Einzellinse (Visier) . Mode: 2 Linsen (Brille) .

Augenschutz ist immer getragen werden, wenn draußen!

V-Helm Kopfschutz gegen Stöße. Haar- und Kopf brauchen Klimaschutz vor Kälte, Nässe, extreme Strahlung und Umweltverschmutzung.

Ein Kopf muss auch Schutz vor Stößen: einen V-Helm mit inbuild GPS-Tracker, Telefon, Videorecorder ..

Das **V- Helm** hat innen Lederpolsterung. Eingebettet in die Polsterung Hörmuscheln sind. **EIN Kapuzenmütze (Beanie) oder K-Schal** kann unter einem Helm getragen werden. Zu halten Innenfutter des Helmes sauber aus Schweiß, Schuppen und Fett. Außerhalb Zubehör: hell-Licht, Infrarot-Licht-Lampe; ein Camcorder.

Kapuzenmütze (Beanie) deckt den ganzen Kopf nur die Augen freigelegt wird. Ist aus Wolle oder eine Mischung aus Baumwolle und Wolle gestrickt (Keine synthetische Faser) . Kann sein, kann eine dekorative Troddel oben haben jede Farbe oder Muster. Wenn kein Gesichts- und Nackenschutz benötigt wird, kann Balaclava eine ‚Mütze‘ aufgerollt und werden wird.



K-Schal kann den ganzen Kopf bedecken nur die Augen freigelegt (maximaler Schutz) . Es fungiert als eine Kopfabdeckung und einen Schleier. Ist aus Wolle oder eine Mischung aus Baumwolle und Wolle gestrickt (Keine synthetische Faser) . Kann jede beliebige Farbe oder Muster sein.

Kapuzenmütze oder **K-Schal** beide schützen, indem sie die Nase und den Mund bedeckt.

Das Einatmen von Verschmutzung, tödliche Infektionskrankheiten und Stechinsekten werden vermieden. Reduziert die Wirkung von trockener und kalter Luft. Allergien und Asthma reduziert. Enthält ansteckende Krankheit verbreiten.

Kopfschutz wird immer getragen werden, wenn draußen!

Schutzkleidung den Körper von Klima, Krankheiten und Umweltverschmutzung zu schützen. Die wichtigsten Körperteile geschützt durch Schutzkleidung sind Kopf, Haut und Füße. **Schutzkleidung** ist immer draußen getragen.

Haut braucht viel Schutz, von Bites (**Tiere, Mensch**) , Stings (**Insekten, Needles**) , Infektionen (**Bakterien, Pilze, Keime, Viren**) Radioaktive Strahlung (**Wärme, Solar, Nuclear**) , Exposition (**Säure, Feuer, Frost, scharf Kanten, nass**) .



Kleidung Tierhäute, Seide, plantfiber, Baumwolle oder Wolle: wird aus Naturfasern. **Artificial-Fasern** sind nicht für Kleidung und etwas zu berühren menschliche Haut verwendet. **Herstellung von Kunstfasern** für Bekleidung endet, wird Bestand für andere Zwecke recycelt.

Füße Schutz (**Socken, Schuhe**) von Klima und Stößen. **Haut, Zehen und Fußgelenke** sind gefährdet. **Outsde immer Fußschutz** tragen.

Socken aus Baumwolle, Wolle, oder Baumwolle, Wolle-Mix ist aus (**Keine Synth- WDV-Fasern**) jede Farbe jedes Muster. **Socken haben reine Silberteilchen (Keine Legierung)** eingewoben, antibakterielle, antimikrobielle und antistatische Eigenschaften verleiht, die Verringerung von Gerüchen. **Socken decken Füße bis zu 7 cm über den Knöcheln.**



Stiefel haben obere Schutzleder (**Keine Kunststoffe**) , Innere weiche Leder (**Keine Kunststoffe**) , Sohlen Leder oder Gummi (**Rezykliert werden kann**) . Stiefel sind Füße bis zu 7 cm über den Knöcheln zu schützen. **Hinweis! Fußschutz, die nicht schützen (Sandale, Slipper, Strings) Füße und Knöchel sind nutzlos. Fußschutz sollte immer außerhalb getragen werden. barfuß draußen zu Fuß ist ungesund.**

Hand- Schutz in Form von Handschuhen getragen wird! **Handschuhe** sind aus Leder, Baumwolle, Wolle, oder Baumwolle, Wolle-Mix (**Keine synthetischen Fasern**) jede Farbe jedes Muster.



Schutzkleidung wird immer, wenn draußen getragen.



Protective-Shelter (zu Hause, Wohnen, Arbeit) ein menschliches Bedürfnis.

Schutz vor Kriminalität (Sicherheit) Elemente (Wetter) , Feuer, Insekten und -verschmutzung . Erschwingliche Schutz-Shelter ist ein 1 GOD gegebenes Recht!

Custodian-Wächter bevorzugen Cluster, verbaut zu singen (Community-living) . Homeless, ein Shire Versager!

Protective-Shelter für Überleben, Sicherheit, Komfort ..