

Essentials



Indeks

Dasar:

Doa Harian, rutin harian, CG Kalender, harian Fit, tema menyenangkan-Day, gambaran 7 Scroll, Akuntabilitas, Time-Segitiga, Voting, Perlindungan.

Konsep CG

Tidak ada konsep kekerasan, konsep Keadilan. Tidak ada konsep laba (**cron**), Konsep ekonomi, Rantai of Evil. Lingkungan Hidup (**hijau**) konsep, rantai kelangsungan hidup.

Manajemen waktu (**NA.tm.**)

Untuk Kemuliaan dari 1 ALLAH dan Baik of Humankind!

Welcome to the wonderful world of worshipping 1GOD



1 TUHAN sedang menunggu untuk mendengar dari Anda!

Harian Doa

sayang **1 ALLAH** . Pencipta Alam Semesta yang paling indah Bantu aku menjadi bersih, penuh kasih dan rendah hati Menggunakan **7 Gulungan** sebagai panduan:



Aku akan melindungi kreasi Anda dan Menghukum Jahat.

Berdiri untuk tidak adil diserang, kurang beruntung, lemah dan miskin Feed lapar, penampungan tunawisma dan kenyamanan sakit Warta:

1GOD, 1FAITH, 1Church, Universe Wali Kustodian Terima kasih untuk hari ini

paling rendah hati yang setia kustodian-wali Anda (**1st nama**)
Untuk Kemuliaan **1 ALLAH** dan Baik of Humankind

Doa ini digunakan bagian sehari-hari dari rutinitas sehari-hari, sendiri atau dalam kelompok di setiap tempat yang Anda suka, menghadapi mata matahari terbit ditutup. Dibacakan di Gathering.



Terima kasih Doa

sayang **1 ALLAH** . Pencipta Alam Semesta yang paling indah Terima kasih untuk memasok saya dengan minuman harian dan Living pangan dengan pesan terbaru Anda



Saya berusaha untuk menjadi makanan layak setiap hari Semoga aku terhindar menyiksa Thirst & mati rasa Hunger sakit paling rendah hati yang setia

kustodian-wali Anda (**1st nama**)
Untuk Kemuliaan **1 ALLAH** dan Baik of Humankind

Gunakan doa ini sebelum setiap umpan!



Setiap minggu-hari perlu memiliki tema Makan malam:

Hari 1: **Sayuran**; Hari ke-2: **unggas**; Hari ke-3: **mamalia**;

Pertengahan minggu: **Reptil**; Day5: **Makanan laut**;

Akhir pekan: **Gila . Biji**; Hari yang menyenangkan: **Serangga**.



Rutinitas harian

SEBUAH ' Rutinitas sehari-hari 'sangat penting untuk memenuhi' Kewajiban 2 (**Melindungi tubuh manusia**) 'Dan siap menghadapi tantangan yang akan datang. Bangunlah, memiliki segelas air disaring ringan dingin, pergi toilet, melakukan 'Harian Fit (**Latihan**) ', ibadah 'Doa Harian', mencuci muka dan tangan, sarapan, berpakaian. Periksa 'Planner' Anda. **Sekarang Anda siap untuk tantangan. 'Memiliki Good-hari, mungkin 1 ALLAH Diberkatilah Anda' .**

SEBUAH ' Rutinitas sehari-hari' termasuk kebersihan dan makan tidak hanya dari 'aku' tapi semua orang lain dan makhluk tergantung pada Anda. Cuci tangan setelah setiap kunjungan toilet dan sebelum setiap pakan. Cuci muka sebelum setiap pakan. Sikat gigi dan mencuci seluruh tubuh sebelum tidur. **Makan 5 kali sehari:**

'Sarapan, Awal hari camilan, makan siang, Late hari camilan, makan malam'. Memiliki segelas air disaring ringan dingin dengan masing-masing pakan!

Catatan! Sebelum setiap makan Anda menyembah: **Terima kasih Doa** _

Setiap hari kerja harus memiliki tema makanan: misalnya **Hari 1: Sayuran** ;
Hari ke-2 : daging unggas ; **Hari ke-3 : binatang menyusui** ; **Pertengahan - minggu : Reptil** ; **Day5 : makanan laut** ;
Minggu - akhir : Kacang & Biji ; **Hari yang menyenangkan : serangga** .

ketika makan **menghindari** Gizi yang tidak sehat: Alkohol, pemanis buatan, **Fruktosa (Glukosa, gula)** , **Genetik dimodifikasi makanan (GM)** ,
Diproduksi-makanan, ... **Berminyak, asin, makanan cepat saji manis.**
minuman berkarbonasi mengandung: Alkohol, Kafein, Kola, natrium, pemanis!



SEBUAH ' Rutinitas sehari-hari' termasuk menjadi baik dan menghukum kejahatan. Menjadi baik melibatkan melakukan ' **tindakan acak Kebaikan**. Jadilah baik kepada saya, untuk orang-orang di sekitar Anda, masyarakat, makhluk lain, habitat ... **1 ALLAH** mencintai tindakan Acak Kebaikan. **Menghukum Kejahatan setiap kali menggunakan ' Hukum- Pemberi Manifest'** sebagai panduan.

1000 dari tahun 'jahat' yang akan segera berakhir! **Be Good! Cage Jahat!**

E ndeavor untuk 'Carilah, memperoleh dan menerapkan pengetahuan', ' **Pelajari & Mengajar**',_ lulus pada 'Life-pengalaman'. Belajar, Mengajar menyampaikan Hidup expe- riences yang penting untuk berguna **1 ALLAH** kehidupan yang menyenangkan. Kegiatan ini membantu dalam 'harmonisasi' dengan habitat lokal dan kelangsungan hidup spesies. Mencari mendapatkan dan menerapkan pengetahuan membantu dengan penjawab **1 ALLAH'** s pertanyaan pada Penghakiman-hari.

Istirahat yang dibutuhkan untuk kelangsungan hidup dan kesehatan yang baik. Sisanya utama adalah ' **Tidur**'. Sleep berakhir rutinitas harian. 1 jam harus telah berlalu sejak pakan dan pembersihan. ibadah ' **Tidur Doa**'. Untuk mendapatkan tenang revitalisasi tidur kamar tidur harus gelap seperti mungkin. Tidak adanya suara internal dan eksternal adalah suatu keharusan. Malam-Jam malam membuat ini mungkin. ' **Shire**' menerapkan 'Malam-jam malam'.

H ints

Sebuah 7 jam Malam-jam malam 14-21 jam (**22- 6 jam, 24 jam jam Pagan-**) adalah wajib. Untuk kesehatan yang baik, pengurangan energi tion consump-, pengurangan polusi & perlindungan satwa liar. Pengurangan dalam kejahatan, mengurangi biaya pemerintah, mendorong perkalian.

Ketika pergi ke luar selalu memakai 'pakaian pelindung' cocok (**Tidak ada serat buatan**) . Untuk melindungi (**Mata, rambut, kulit, kaki**) yang humanbody dari iklim, penyakit dan polusi. Di luar ketelanjangan adalah sampah!

Ketika melakukan Harian Fit penggunaan akal sehat pada seberapa cepat untuk mencapai mengulangi maksimal. Berolahraga 1 hari dan tidak berikutnya tidak menguntungkan. Ini tubuh Anda, tetap fit!



Bila menggunakan Perencana Anda di tempat kerja atau studi jangan biarkan kontrol 'Time' Anda! Waktu tidak akan digunakan untuk bergegas orang. Tubuh manusia tidak dirancang untuk bergegas.

Jangan biarkan Situs dilupakan atau hilang. Setiap hari banyak ide diperkirakan off dan cepat dilupakan atau hilang. Alasannya adalah mereka di mana tidak diawetkan, direkam atau ditulis. Yang terbaik hilang!

Memori tidak dapat diandalkan ketika datang untuk melestarikan dan memelihara ide-ide baru. Membawa notebook (**perencana**) atau perekam dengan Anda dan ketika ide berkembang, melestarikannya! File Weekly ide-ide Anda!

Tinjau ide-ide Anda. Ketika Anda meninjau ide-ide Anda (**Setiap 4 minggu yang baik**) . Beberapa akan memiliki nilai. Mereka tidak layak dipertahankan. Membuang mereka. Beberapa ide muncul berguna sekarang atau di kemudian hari. Jauhkan ini, file mereka: 'Aktif', atau 'Nanti'. Sekarang, mengambil 'Aktif' file.

Memilih ide! Sekarang membuat ide ini tumbuh. Pikirkan tentang itu. Mengikat ide untuk ide-ide terkait. Penelitian, mencoba untuk menemukan sesuatu yang mirip atau yang kompatibel dengan ide ini. Menyelidiki semua sudut, kemungkinan. Ketika Anda berpikir ide Anda siap untuk diterapkan. Melakukannya. Mendapatkan umpan balik, ide fine tune.

Kustodian Wali Kalender

1. Star-bulan

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-bulan

3. Mercury bulan

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-bulan

5. Bumi-bulan

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. Moon-bulan

7. Mars bulan

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-bulan

9. Saturnus bulan

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 bulan

11. Neptunus bulan

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 bulan

13. Solar-bulan

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

14. Paskah bulan

1 Paskah

Quattro-tahun

1 2 Quattro - Paskah

Fit harian (latihan)

latihan sehari-hari kesehatan yang baik harus, adalah bagian dari rutinitas sehari-hari. Mereka menyelesaikan setiap pagi. latihan sehari-hari meningkatkan: serba kesejahteraan, sirkulasi darah, aktivitas otak, pencernaan makanan, dorongan mating-, toning otot, harga diri, stimulasi sistem kekebalan tubuh. **7 Latihan: Dada, Windmill, bingkai pintu, halter, Berlutut, Hook, putar** . Semua 7 latihan adalah untuk HE, SHE sebuah diulang.

Mulailah dengan 1 ulangi, meningkat menjadi maksimal 21. Gunakan akal sehat pada seberapa cepat untuk mencapai mengulangi maksimal. Bertahan dengan mengulangi sehari-hari adalah menguntungkan. Berolahraga 21 mengulangi 1 hari dan tidak berolahraga berikutnya tidak menguntungkan. Setelah menyelesaikan latihan berdiri tegak dan napas dalam-dalam lalu hembuskan secara maksimal melakukan hal ini 3 kali. Lanjutkan dengan rutinitas harian Anda. **Catatan ! Tidak berolahraga adalah tanda total mengabaikan bagi tubuh, rendah diri, kemalasan, ...**

Dada Latihan 1: Berdiri tegak, lengan horisontal membungkuk ke lantai (Bentuk t) jempol menyentuh dada. Menggerakkan lengan kembali sejauh mungkin

(Tidak mengambil) . Kemudian menggerakkan tangan ke posisi membungkuk asli.

Ulangi (21 max) !

Kincir angin Latihan 2: Berdiri tegak, lengan terentang ke samping hori- zontal ke lantai (T-bentuk)

. Fokus visi Anda pada satu titik lurus ke depan. Mulai berputar searah jarum jam (kiri ke kanan) . Berfokus pada titik visi sampai pasukan tubuh mengubah Anda kehilangan itu. Terus berputar memfokuskan kembali sesegera mungkin. Tetap berpaling ke titik pusing atau 21 putaran mana yang 1. Napas dalam-dalam berjalan beberapa langkah memantapkan diri. **Catatan!** Pemula atau sembuh dari penyakit dimulai dengan 1 gilirannya meningkat menjadi 21 ternyata max.

Peringatan, selalu berhenti ketika mulai merasa pusing.

Kusen pintu Latihan 3: Berdiri tegak di buka bingkai pintu dengan kaki pinggul selebar siku menekuk ke atas di sudut kanan (90 °, bentuk trisula) . Tekan siku terhadap sisi bingkai pintu sampai Anda merasakan ketegangan antara tulang belikat, tahan (Count 10) , Melepaskan ketegangan. Setelah melepaskan ketegangan menghirup melalui hidung secara merata mengisi paru-paru ke max, tahan (Count 3) , Lalu perlahan-lahan menghembuskan napas melalui mulut ke max.

Barbel Latihan 4: 1 dumbbell digunakan HE (4kg) , SHE (2kg) . **Jangan gunakan 2 Dumbbells.** Berdiri tegak dengan kaki pinggul selebar siku ke telapak tangan sisi Anda menghadap ke depan. Angkat dumbbell dengan tangan kiri

menekuk siku Anda sampai lengan bawah berada pada sudut yang tepat (90 °)

Perlahan memeras bicep, mengangkat dumbbell ke arah bahu ditahan (Count 3) ,
Lalu perlahan-lahan dumbbell yang lebih rendah ke posisi awal, ulangi (1-7) . Ubah
ke lengan kanan, ulangi (1-7) .



berlutut Latihan 5: Berlutut pada tegak prayermat tubuh, tangan tegas ditempatkan melawan pantat. Incline kepala ke depan sampai dagu menyentuh dada. Sekarang perlahan ujung kepala kembali sejauh itu akan pergi, pada saat yang sama bersandar kembali sejauh mungkin menjaga tangan Anda tegas pada bagian bokong.

Ulangi (21 max) !

Menghubungkan Latihan 6: Pada prayermat sebuah (Melindungi dari dingin) berbaring telentang, diperpanjang lengan telapak tangan turun terhadap tubuh. Sekarang perlahan-lahan miring kepala ke depan lengan diperpanjang telapak tangan turun terhadap tubuh. Sekarang perlahan-lahan miring kepala ke depan sampai dagu menyentuh dada pada saat yang sama angkat kaki, lutut lurus, vertikal (90 °) memegang (Count 3) , Lalu perlahan-lahan kembali (Kepala, kaki) ke awal. **Ulangi (21 max) !**

Memutar E xercise 7: Pada prayermat sebuah (Melindungi dari dingin) berbaring telentang, diperpanjang telapak tangan ke bawah. Sekarang lutut ditekuk heels touch ing pantat. Menjaga telapak tangan teguh pada lutut tikar putar ke kanan sampai mereka menyentuh tikar. Kemudian putar lutut kiri menyentuh matras. Ulangi kanan dan putar kiri menghitung setiap putar kiri. **Apakah 21! Setelah menyelesaikan fit setiap hari. Memiliki gelas (0.2l) dari ringan dingin air yang disaring.**

latihan malam hari

Itu adalah normal untuk memiliki 2 tidur dengan istirahat di antara. Jika Anda bangun (Untuk pergi ke toilet ...) , Untuk kembali duduk di tepi tempat tidur ini, minum air dan melakukan 1 latihan berikut (Semua latihan dilakukan sambil duduk di tepi lutut bahu tidur ini lebar) . Setiap kali Anda bangun melakukan latihan yang berbeda.

1 Latihan: Letakkan telapak tangan * dari tangan Anda terhadap luar lutut. Tekan tangan ke dalam, lutut luar, tahan 7 detik (Anda merasakan ketegangan di lengan, kaki, bahu) . Rileks, ambil napas, tidak mengulangi, sip air, berbaring, tidur dengan baik. * Penggunaan variasi tinju.

2 Latihan: membuat tinju * menempatkan mereka terhadap bagian dalam lutut Anda. Tekan tinju luar, lutut ke dalam, tahan 7 detik (Anda merasa

ketegangan di lengan, kaki, perut) . Rileks, ambil napas, tidak mengulangi, sip air, berbaring, tidur dengan baik. * Penggunaan variasi telapak datar.

3 Latihan: lengan Bend (90%) di tingkat dada mengubah tangan kiri ke atas membungkuk jari, berbelok kanan ke bawah lentur jari.

jari interlock ketat. Sekarang tarik tangan di arah yang berlawanan, tahan 7 detik (Anda merasakan ketegangan di jari, lengan, dada) . Rileks, ambil napas, tidak mengulangi, sip air, berbaring, tidur dengan baik.

4 Latihan: lengan Bend (90%) di tingkat dada mengubah tangan bangsal up kiri, belok kanan ke dalam kepalan. Tempatkan tangan ke tangan tekan ke bawah pada saat yang sama pers tangan terbuka ke atas, tahan 7 detik. sequen terbalik

- ce, tahan 7 detik (Anda merasakan ketegangan di tangan, lengan, leher, dada) .

Relax, ambil napas & seteguk kebohongan air bawah, tidur dengan baik. Tidak mengulangi.

Orang dengan tegang kembali menambahkan latihan ini untuk setiap latihan: Letakkan tangan di atas lutut. memiringkan kepala kembali menekuk kembali kemudian batu ke depan tanpa kehilangan kontak dengan lutut (Anda merasakan ketegangan di lengan, punggung, perut) .

Rileks, ambil napas, 7 mengulangi, sip air, berbaring, tidur dengan baik.

Catatan! Orang-orang yang duduk di banyak selama hari-waktu. Apakah untuk melakukan 1 latihan waktu malam-di rotasi setiap 2 jam. Selesai dengan kaca (0.2l) dari ringan dingin air yang disaring.

Tidak melakukan latihan: membuat Anda tidak layak, malas, tidak sehat, blubbery, beban bagi diri Anda teman keluarga dan masyarakat, contoh buruk bagi anak-anak, depresi, lebih sakit, canggung kawin, mati Junger.

Bagian dari fit setiap hari adalah makanan! Seberapa sehat kita, berapa lama kita hidup. Memiliki banyak hubungannya dengan kebiasaan makan kita.

Makan 5 kali sehari:

'Sarapan, termasuk air, Herbal, Rempah-rempah, madu, kopi, ..

Awal Hari-makanan ringan, termasuk Air, Buah, Herbal, Teh, ..

Makan siang, termasuk air, salad, telur, kopi, ..

Akhir Hari-makanan ringan, termasuk Air, Kacang, Berries, rempah-rempah, Kakao, ..

Makan malam'. termasuk Air, tema malam, Teh atau kopi .. Sayuran.

7 Makanan yang harus dimakan setiap hari: jamur (jamur) , Grains (Rye, barley, miju-miju, jagung, gandum, millet, quinoa, beras, sorgum, gandum) , Hot cabai, bawang (Coklat, hijau, merah, musim semi, daun bawang, bawang putih, daun bawang) , Parsley, Sweet-Capsicum, Sayuran (Asparagus, kacang-kacangan, brokoli, kembang kol, wortel, kacang polong, kecambah ..)

Tema Fun-Day

C> Hari perayaan F> Hari yang menyenangkan M> Hari peringatan S> Malu-hari

Bulan	Hari	Hari
Bintang	Baru-Tahun 1.1.1 Day	1.3.7 Shire Hari
Matahari	BlossomDay 2.1.7	Korban Kejahatan Hari 2.4.7
Air raksa 3.1.7	perkalian Hari	Korban Perang Hari 3.4.7
Venus	Hari Anak 4.1.7	Polusi Hari 4.2.7
Bumi	Pekerja Hari 5.1.7	Hari Ibu 5.3.7
Bulan	6.1.7 Hari Pendidikan	Defoliant Hari 6.2.7
Mars	Hari Kakek 7.1.7 Gizi Day 7.3.7	
Jupiter	8.1.7 Universe Hari	Holocaust Hari 8.2.7
Saturnus	Hari Habitat 9.1.7	9.3.7 cron Day
Uranus	Hari Ayah 10.1.7	Lemak Hari 10.2.7
Neptunus	Kelangsungan hidup Day 11.1.7	Pet Day 11.3.7
Pluto	Hari Baik-kesehatan 12.1.7	Kecanduan Hari 12.2.7
Tenaga surya	Semak Hari 13.1.7	Hari Pohon 13.3.7
Paskah	Paskah Hari 14.1.7	Quattro Hari 14.0.2

Fun-Day tema diperuntukkan bagi masyarakat perlu merayakan dipermalukan ingat. berpartisipasi di **perayaan** . Peringatan . **Malu** , Hari ini sepanjang tahun adalah, bagian penting penting dari hidup masyarakat. Bersosialisasi dengan orang lain adalah penting bagi stabilitas emosional pribadi.

Kami mengikuti **1 ALLAH** ! Bekerja 6 hari & membuat hari 7 a Fun-Day.

Bersosialisasi, bergembira, bernyanyi, menari, makan, minum (**tanpa alkohol**) , Tertawa tetapi juga berdoa dan bermeditasi mencari harmoni batin, kebahagiaan. Kunjungi Gathering. Mendukung tema Fun-Day.



1 TUHAN sedang menunggu untuk mendengar dari Anda!

Hari yang menyenangkan Doa

sayang **1 ALLAH** . Pencipta Alam Semesta yang paling indah Anda paling rendah hati yang setia kustodian-wali (**1st nama**)

Terima kasih Anda untuk tantangan minggu ini saya

mencoba untuk hidup Daily-Doa

Hari ini saya merayakan & ibadah dengan keluarga & teman-teman saya

meminta bimbingan selama Week datang Untuk Kemuliaan **1 ALLAH** dan

Baik of Humankind



Pada tema hari yang doa yang relevan digunakan + doa Fun-Day!

7 Scrolls gambaran

Scroll 1: Kepercayaan

Doa penegasan

Ada **1 ALLAH** yang baik HE dan SHE!

1 ALLAH menciptakan 2 Universe dan dipilih manusia untuk menjadi Kustodian alam semesta fisik!

hidup manusia adalah suci dari konsepsi dan ada kewajiban untuk memperbanyak!

Manusia adalah untuk mencari & mendapatkan pengetahuan kemudian menerapkannya!

Hukum-Pemberi Manifest menggantikan semua pesan sebelumnya **1GOD** dikirim!

Nomor penting dan nomor 7 adalah ilahi!

Ada Afterlife dan ada Malaikat!

Gulir 2: kewajiban kewajiban Doa

Menyembah **1 ALLAH**, membuang semua berhala lainnya

Melindungi, tubuh manusia dari konsepsi

Umur panjang, mencari, mendapatkan dan menerapkan pengetahuan

Mate untuk memperbanyak dan mulai keluarga sendiri

Honor, menghormati orang tua dan kakek-nenek

Jagalah Lingkungan dan semua bentuk kehidupan

Menggunakan ' **Hukum Pemberi Manifest**', menyebarkan pesannya Melindungi

binatang dari kekejaman dan kepunahan

Berdiri untuk tidak adil diserang, kurang beruntung, lemah dan miskin

Makan yang lapar, tunawisma penampungan dan kenyamanan sakit

Protes ketidakadilan, amoralitas, dan vandalisme lingkungan

Melakukan pekerjaan dihargai, tidak ada kemalasan

Hindari dan membersihkan Polusi

Akan baik Menghukum Jahat

Mengkremasi, kuburan dekat

Hanya dan memberikan penghormatan layak Suara di semua Pemilihan!

Gulir 3: keistimewaan Permintaan Doa

Bernapas, udara bersih

Memiliki masyarakat bebas kekerasan

Minum, air disaring
Dimakan, makanan sehat
Pelindung, pakaian terjangkau
Higienis, tempat tinggal terjangkau
Ibadah dan Percaya 1 ALLAH Menerima keadilan Speech Gratis dengan
Restraints moral yang Dihargai Mate kerja, mulai keluarga
Berakhir dengan martabat

Memiliki hewan peliharaan
Pendidikan gratis
pengobatan gratis saat sakit
menerima penghormatan
Pemerintah telah memilih secara bebas

Gulir 4: kegagalan kegagalan Doa

Kecanduan kanibalisme Envy Sumpah palsu
Menjarah Egois Vandalisme

Gulir 5: kebajikan Doa kebajikan

menyembah hanya 1 ALLAH dan selalu menghukum kejahatan
1st Belajar, maka Ajarkan dan kontinuitas Pengetahuan
Melindungi Lingkungan dan Menyelaraskan dengan Habitat
Mencintai, diandalkan dan Setia Bersih dan rapi Ketekunan
Keberanian, Compassion, Hanya, Sharing

Gulir 6: Khronicle warisan Doa

Penciptaan Past dekat - 700 untuk - 70 tahun
Kali kuno untuk - 2.100 thn Kali saat ini - 70-0 tahun
Past jauh - 2.100 untuk - 1.400 thn New Age dari 0 tahun dan seterusnya adalah:
Past menengah - 1.400 untuk - 700 thn Bernubuat

Gulir 7: Akhirat jiwa Doa

duka Doa Menghidupkan kembali Bad Doa Menghidupkan kembali Baik Doa
Kremasi Penghakiman Timbangan Hari Kemurnian malaikat



Akuntabilitas

1 ALLAH memegang jawab! Individu, masyarakat, organisasi, bisnis dan pemerintah adalah dengan melakukan tidak kurang. Kustodian Wali mendukung akuntabilitas. Akuntabilitas adalah dasar dari, 'Justice'!

Akuntabilitas berlaku untuk tindakan dan perilaku. Ketika sesuatu berjalan salah, aturan dan peraturan masyarakat dilanggar, moral masyarakat dan harapan kesopanan tidak terpenuhi, akuntabilitas diterapkan.

Hukum-Pemberi keadilan didasarkan pada akuntabilitas. Sebuah sation-tuduhnya telah dibuat. Pertahanan, penuntutan dan judi- ciary berkolusi untuk menemukan, 'Kebenaran'. Tion accusa- ditemukan untuk menjadi kenyataan. A + akumulasi wajib pada kalimat berdasarkan usia diterapkan. Hasil: Rehabilitasi dan kompensasi. (Lihat 7 Provinsi, Keadilan)



Akuntabilitas terhadap tanggung jawab! Pasangan masuk ke dalam kontrak pernikahan. Keduanya bertanggung jawab untuk membuat pekerjaan pernikahan! Sebuah pernikahan yang gagal memiliki kedua belah pihak bertanggung jawab untuk bertindak atau tidak bertindak mereka yang membawa kegagalan.

Suatu tugas mungkin melibatkan tim yang bertanggung jawab untuk mengimplementasikannya.

Namun satu orang (pemimpin tim) akan bertanggung jawab. Sebuah mittee com- atau geng yang inklusif bertanggung jawab dan akuntabel.

Akuntabilitas terhadap pengampunan! Setelah akuntabilitas didirikan, pengampunan membatalkan konsekuensi dari akuntabilitas. Dalam hal peradilan kriminal diampuni. Beberapa Anti jahat ALLAH kultus. Sekali seminggu semua orang jahat yang buruk diampuni. Sisa minggu mereka jahat buruk. Minggu depan mereka diampuni (Siklus kejahatan berulang)

Kustodian Wali menentang pengampunan. Pengampunan adalah korup, jahat!



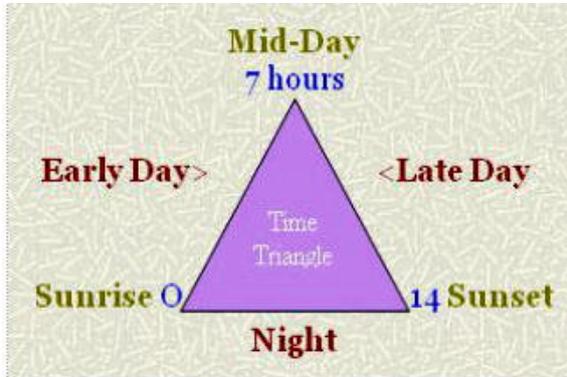
1 ALLAH pada Penghakiman hari memegang setiap jiwa bertanggung jawab! **1 ALLAH** tidak mengampuni.

Kesalahan memiliki konsekuensi!
(Lihat Scroll 7 Afterlife)



Waktu - Segitiga

Kustodian Wali New-Age manajemen waktu!



hari mulai : 0 jam **Matahari** terbit

Hari awal adalah dari 0 - 7 jam 7 jam adalah **Pagi** menjelang siang

akhir Hari adalah 7-14 jam 14 jam adalah **Matahari** terbenam

Malam adalah 14-21 jam

Wajib Malam-Jam malam: 14-21 jam. ditegakkan oleh shire .

Kustodian Wali Klock (CG Klock) untuk jangka pendek (jam)

manajemen waktu, menggantikan semua jam lainnya (Bandingkan 24h v 21h) :

sehari memiliki 21 jam> 1 jam memiliki 21 menit> 1 menit memiliki 21 detik

> 1 detik memiliki 21 berkedip> 1 blink memiliki 21 flashes> 1 flash memiliki 21 klik

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

Jam dan arloji menggunakan layar 3 baris:

14h-12m-16

207 dy - 4 dw

Y1 - M8 - W2 - D4

Line 1: 14th jam, 12 menit, 16 detik.

Baris 2: 207th hari sepanjang tahun, 4th hari dalam seminggu

Baris 3: Tahun 1 - Bulan 8 -Week 2 - Hari 4 atau:

Pertengahan minggu dari Minggu 2 di Jupiter-bulan Tahun 1

0 jam diatur setiap tahun setelah malam terpendek di Sunrise. Setiap 73 hari (5x setahun) 0 jam reset (Daylight-saving) . Perbedaan waktu yang dibutuhkan untuk bangun dekat dengan matahari terbit mungkin. Bangun saat matahari terbit adalah alami dan sehat.

Pemungutan suara

Voting moral, tugas sipil. Kelangsungan hidup masyarakat bergantung pada dukungan maksimal dan partisipasi dari anggotanya. Orang tidak memilih sebenarnya support- orang yang membangun tirani. Mereka memungkinkan kelompok-kelompok lobi untuk Tata Kelola korup. **Anda Harus Vote! Non kepatuhan, NONA R1**



CARA untuk VOTE

Kustodian Wali suara dalam semua pemilihan bahwa mereka memenuhi syarat untuk.

Siapakah calon yang dapat didukung?

Sebuah HE atau SHE tidak ada yang lebih muda maka 28 atau lebih tua kemudian

70. Apakah atau telah tua.

Adalah seorang karyawan atau relawan atau pensiun. Apakah

mental dan sehat secara fisik. Tidak memiliki pendidikan

University.

Belum menyelesaikan setiap Rehabilitasi sangkar. Tidak memiliki cacat seksual (Jenis kelamin yang sama, bingung jenis kelamin, menganiaya anak) . Menggunakan 'Hukum-Pemberi Manifest' sebagai panduan mereka.

Adalah Wali Kustodian

Pendukung kustodian Guardian dan Klan Sesepuh mungkin mencalonkan, pelabuhan dukungan-, mendukung dan SHUN kandidat dalam pemilu. Anggota Wali Kustodian (**Zenturion, Praytorian, Proklamator**) tidak dapat mendukung, mencalonkan atau mendukung calon di luar pemerintahan 1 Gereja.

Manusia adalah makhluk sosial. Mereka suka milik. Komite yang dipilih secara bebas memenuhi kebutuhan ini. Kepemimpinan dengan 1 adalah Tirani. Kepemimpinan oleh panitia adil. CG mendukung perwakilan yang sama dari HE dan SHE.



Kandidat (**HE, SHE**) dengan suara terbanyak terpilih. jumlah yang sama dari orang yang lebih senior HE atau SHE terpilih. Merupakan orang yang terpilih tidak menyelesaikan jangka mereka. Digantikan dengan orang yang datang 2nd.

Perlindungan

Untuk bertahan hidup tubuh manusia membutuhkan perlindungan iklim di!

Iklim-Ancaman: Matahari (radiasi) . Suhu (panas dingin) , Basah (Dingin, hipotermia) , angin (Luka bakar, dingin, debu) . Iklim perlindungan terdiri dari Kepala-perlindungan, pelindung-pakaian, pelindung-shelter. Ancaman bagi manusia-tubuh telanjang-kulit (ketelanjangan) terkena elemen.

E-p1 (Perlindungan mata) dibagi menjadi 2 bagian: Praktis: lensa tunggal (kedok) . Mode: 2 lensa (kacamata) .

Eye-perlindungan selalu dikenakan saat di luar!

V-Helm kepala-perlindungan terhadap benturan. Rambut dan Kepala perlu Perlindungan iklim dari dingin, basah, radiasi ekstrim dan polusi.

Seorang kepala juga membutuhkan perlindungan dari pukulan: V-Helm dengan inbuild GPS-tracker, telepon, video recorder ..

Itu **V- Helm** memiliki di dalam lapisan kulit. Tertanam dalam padding yang earphone. **SEBUAH Balaclava (beanie) atau K-Scarf** dapat dikenakan di bawah helm. Untuk menjaga lapisan dalam helm bersih dari keringat, ketombe dan minyak. Di luar aksesori: terang-terang, cahaya lampu infra-merah; camcorder.

Balaclava (beanie) menutupi seluruh kepala mengekspos hanya mata. Adalah rajutan dari wol atau campuran katun dan wol (**Tidak ada serat sintetis**) . Dapat berupa warna atau pola mungkin memiliki dekoratif pom-pom di atas. Bila tidak ada perlindungan wajah dan leher dibutuhkan Balaclava dapat digulung dan menjadi 'Beanie'.



K-Scarf mungkin menutupi seluruh kepala mengekspos hanya mata (**Perlindungan yang maksimal**) . Ini bertindak sebagai penutup kepala dan cadar. Adalah rajutan dari wol atau campuran katun dan wol (**Tidak ada serat sintetis**) . Dapat berupa warna atau pola.

Balaclava atau **K-Scarf** baik melindungi dengan menutup hidung dan mulut.

Menghirup polusi, penyakit menular mematikan dan serangga menyengat dihindari. Mengurangi efek dari udara kering dan dingin. Alergi dan Asma berkurang. Berisi penyebaran penyakit menular.

Head-perlindungan selalu dikenakan saat di luar!

Pakaian pelindung untuk melindungi tubuh dari iklim, penyakit dan polusi. Bagian-bagian tubuh utama dilindungi oleh Pakaian pelindung yang kepala, kulit dan kaki. Pelindung-pakaian selalu dipakai di luar.

Kulit membutuhkan banyak perlindungan, dari Bites (Hewan, manusia) , Sengatan (Serangga, Jarum) , Infeksi (Bakteri, Jamur, Kuman, Virus) , Radiasi (Panas, Solar, Nuklir) , Exposure (Acid, Api, Frost, tajam-ujungnya, basah) .



Pakaian terbuat dari serat alami: hewan-kulit, sutra, plantfiber, katun atau wol. Buatan-serat tidak digunakan untuk pakaian dan apa saja menyentuh manusia kulit. Produksi buatan-serat untuk pakaian ujungnya, stok yang ada didaur ulang untuk keperluan lain.

kaki perlindungan (Kaus kaki, sepatu bot) dari iklim dan mengetuk. Kulit, Toes dan pergelangan kaki beresiko. Outside selalu memakai pelindung kaki.

Kaus kaki terbuat dari Cotton, Wol, atau kapas, campuran wol (Tidak ada serat etik synth-) warna pola. Socks memiliki partikel perak murni (Tidak ada paduan) tenunan, memberikan sifat anti-bakteri, anti-mikroba dan anti-statis, mengurangi bau. Kaus kaki menutupi Feet hingga 7cm di atas pergelangan kaki.



sepatu bot memiliki kulit pelindung atas (Tidak ada sintetis) , Dalam kulit lembut (Tidak ada sintetis) , Sol kulit atau karet (Dapat didaur ulang) . Boots adalah untuk melindungi kaki hingga 7 cm di atas pergelangan kaki. **Catatan!** perlindungan kaki yang tidak melindungi (Sandal, Sandal, thongs) kaki dan pergelangan kaki yang tidak berguna. perlindungan kaki harus selalu dipakai di luar. Berjalan tanpa alas kaki di luar tidak sehat.

Tangan- perlindungan dalam bentuk Sarung tangan dipakai! Sarung tangan yang terbuat dari kulit, kapas, wol, atau katun, campuran wol (Tidak ada serat sintetis) warna pola.



Pelindung-pakaian selalu dikenakan saat berada di luar.



Pelindung-Penampungan (rumah, hidup, pekerjaan) kebutuhan manusia. Perlindungan dari kejahatan (Keamanan) , elemen (Cuaca) , Kebakaran, serangga dan Polusi . Terjangkau pelindung-Penampungan adalah **1 ALLAH** diberikan benar! Kustodian-wali lebih memilih Cluster hou- menyanyi (Komunitas-hidup) . Tunawisma, kegagalan Shire!

Pelindung-Penampungan untuk Survival, Keamanan, Kenyamanan ..