

Niezbędniki



Indeks

Podstawowy:

Codzienne modlitwy codziennej, CG Kalender, codzienna Fit, fun-Day tematów, Przegląd 7 Scroll, odpowiedzialność, Time-trójkąt, głosu, ochrony.

CG Concepts

Brak pojęcia przemocy, Pojęcie sprawiedliwości. Brak koncepcji zysku (**cron**) Koncepcje ekonomiczne, łańcuch zła. Środowisko (**Zielony**) koncepcje, łańcuch przeżycia.

Zarządzanie czasem (**NA.tm.**)

Dla chwały 1 Bożej i dobra ludzkości!

Welcome to the Wonderful World of Worshipping 1GOD



1 Bóg czeka, aby usłyszeć od ciebie!

Codziennie Modlitwa

Drogi 1 GOD , Twórca najpiękniejszej Wszechświata Pomóż mi być czysta, współczujący i pokorny Używanie 7 Scrolls jako przewodnik:



Będę chronić swoje kreacje i karaniu zło.

Wstać za niesprawiedliwie zaatakowany niekorzystnej sytuacji, słabym i potrzebującym nakarmić głodnych, bezdomnych schronienie i komfort chory głosić:

1GOD, 1FAITH, 1Church, wszechświat powiernicze Guardians Dziękuję za dzisiaj

Twój najbardziej pokorny wierny opiekun-opiekun (1st imię)

Dla chwały 1 GOD a dobrem ludzkości

Modlitwa ta jest wykorzystywana codzienną częścią codziennej rutyny, samodzielnie lub w grupie, w dowolnym miejscu chcesz-licowa wschodzące słońce oczy zamknięte. Recytowane w zgromadzeniu.



Dziękuję Ci Modlitwa

Drogi 1 GOD , Twórca najpiękniejszej Wszechświata Dziękuję za dostarczenie mi codziennie napój i żywności Living przez najnowsze wiadomości



Postaram się być zasługuje odżywianie każdego dnia mogę być oszczędzone bolesne pragnienie i paraliżujący Głód boli nawet najbardziej skromny wiernego

opiekuna-depozytariusza (1st imię)

Dla chwały 1 GOD a dobrem ludzkości

Użyj tej modlitwy przed każdym karmieniem!



Co tydzień-dzień musi mieć motyw kolacja:

Dzień 1: **Warzywa**; Dzień 2: **Drób**; Dzień 3: **Ssak**;

Środowy: **Gad**; Day5: **Owoce morza**;

Weekend: **Orzechy** , **Posiew**; **Dzień zabawy**: **Owadów**.



Codzienna rutyna

A ' Codziennosc „jest niezbędny do spełnienia” Obowiązek 2 (**Chronią organizm człowieka**) "I być gotowa
stawić czoła nadchodzącym wyzwaniom. Wstać, wypić lampkę lekko schłodzone wody filtrowanej, przejdź
toalety, zrobić „Dzienny Fit (**ćwiczenia**) ”
kult „Codzienna modlitwa”, umyć twarz i ręce, zjeść śniadanie, ubrać. Sprawdź swoją
Planner „. **Teraz twój gotowy do wyzwań. „Mieć dobry dzień, może 1 GOD Na zdrowie'** ,

A ' Codziennosc”obejmuje czystość i karmienie nie tylko«ja», ale wszystkich innych ludzi i stworzeń w
zależności od Ciebie. Po każdej wizycie w toalecie, a przed każdym karmieniu należy umyć ręce.
Umyć twarz przed każdym karmieniem. Szczotkować zęby i umyć całe ciało przed pójściem do łóżka. **Feed**
5 razy dziennie:

„Śniadanie, Early dzień przekąski, lunch, przekąski późniejsze dni, Kolacja”. Kieliszek lekko
schłodzone przefiltrowanej wody z każdej paszy!

Uwaga! Przed każdym karmieniu czcicie: **Dziękuję Modlitwę** _

Każdego dnia tygodnia musi mieć Motyw żywności: na przykład Dzień 1: **warzywa** ;
Dzień 2 : **Drób** ; Dzień 3 : **Ssak** ; Środek - tydzień : **Gad** ; Day5 : **owoce morza** ;
Tydzień - koniec : **Nasiona orzechów** ; Dzień zabawy : **Owady** ,

podczas karmienia **uniknąć** niezdrowy Pożywienie: Alkohol, sztuczny
słodzik, Fruktaza (**Glukoza, cukier**) , Genetyczne modyfikowana żywność (MG)
Z prefabrykatów-spożywczy, ... Tłuste, słone, słodkie fast food. Gazowany
napój zawierający alkohol, kofeina, Kola, sól, słodzik!



A ' Codziennosc”obejmuje bycia dobrym i karanie zła. Bycie dobrym polega działanie " **Losowe**
akty dobroci'. Bądź miły dla I, do ludzi wokół ciebie, społeczności, innych istot,
siedliska ... **1 GOD**

kocha Losowe akty dobroci. **Ukarać zło używać za każdym razem " Dawca Oczywisty stanowienia prawa"** jako
przewodnika.

1000 na lata „zła” dobiegają końca! **Być dobrym! Klatka Zło!**

mi ndeavor do „Szukajcie, zdobyć i zastosować wiedzę”, ' **Uczyć się nauczać'**, _
przechodzić na "Life-doświadczeń. Uczenie się, nauczanie przechodząc na życie doświad-
czeni są niezbędne do użytecznym **1 GOD** życie miłe. **Działania te pomogą w**
„zharmonizowania” z lokalnego siedliska i przetrwania gatunku. Poszukiwany zdobywania i
stosowania wiedzy pomaga w odbieraniu **1 GOD**” s pytania osądu dzień.

Reszta jest konieczna dla przetrwania i dobrego zdrowia. Głównym reszta jest " **Spać**".

Sen kończy codziennej rutyny. 1 godzina powinna minąć od paszy i czystek. kult " **Modlitwa sen**". Aby uzyskać spokojny sen rewitalizacji sypialnia musi być jak najciemniejsze. Nieobecność hałasu wewnętrznego i zewnętrznego jest koniecznością. Nocnej godziny policyjnej sprawia, że jest to możliwe. ' **Hrabstwo**' wdrożyć 'Night-godziny policyjnej'.

H typu int

7 godziny nocny nocną od 14-21 godzin (22- 6 godzin, 24 godzin Pagan- zegara) jest obowiązkowe. Dla dobrego zdrowia, zmniejszenie Zużycie energii energetycznej, zmniejszenie zanieczyszczenia i ochrony przyrody. Zmniejszenie przestępczości, zmniejszając koszt rządu, zachęcając mnożenia.

Udając się na zewnątrz zawsze nosić odpowiednią odzież ochronną „" (bez włókien sztucznych) , Chronić (Oczy, włosy, skóra, nogi) ciało ludzkie od klimatu, choroby i zanieczyszczenia. Poza nagość jest kiczowaty!

Kiedy robi Dienne Fit na użycie zdrowym rozsądkiem, jak szybko osiągnąć maksymalne powtórzenia. Wykonując 1 dzień, a nie obok nie jest korzystne. To twoje ciało, aby go dopasować!



Podczas korzystania z Planner w pracy lub nauki nie pozwól Control „Time” You! Czas nie jest do wykorzystania do pośpiechu ludzi. Organizm ludzki nie jest przeznaczony do pośpiechu.

Nie pozwól Pomysły być zapomniane lub utracone. Codziennie wiele pomysłów Uważa się i szybko zapomniane lub utracone. Wynika to z faktu, że nie gdzie zachowane, nagrane lub zapisane. Najlepsze są stracone!

Pamięć jest zawodna, jeśli chodzi o zachowanie i pielęgnowanie nowych pomysłów. Carry notebooka (planista) lub rejestrator z wami i kiedy pomysł rozwija, zachować je! Tygodnik plik swoje pomysły!

Przejrzyj swoje pomysły. Jak sprawdzić swoje pomysły (Co 4 tygodnie jest dobry) , Niektórzy nie mają żadnej wartości. Oni nie są warte wiszące na. Wyrzucić je. teraz lub w późniejszym terminie Niektóre pomysły pojawiają się użyteczne. Trzymać je, złożyć je: „Aktywny” lub „później”. Weź teraz „aktywny” plik.

Odbiór pomysłu! Teraz uczynić ten pomysł rozwijać. Pomyśl o tym. Tę pomysł pokrewnych idei. Badania, spróbuj znaleźć coś zbliżonego lub kompatybilnego z tego pomysłu. Zbadać wszystkie kąty, możliwości. Kiedy myślisz, że Twój pomysł jest gotowy do zastosowania. Zrób tak. Uzyskać informacje zwrotne, dostrajanie pomysłu.

Kustosz Strażnik Kalender

1. Star-miesiący

W1	1	2	3	4	5	6	7 F	W1	1	2	3	4	5	6	7 C
W2	1	2	3	4	5	6	7 F	W2	1	2	3	4	5	6	7 F
W3	1	2	3	4	5	6	7 C	W3	1	2	3	4	5	6	7 F
W4	1	2	3	4	5	6	7 F	W4	1	2	3	4	5	6	7 M

2. Sun-miesiący

3. Rtęć miesiący

W1	1	2	3	4	5	6	7 C	W1	1	2	3	4	5	6	7 C
W2	1	2	3	4	5	6	7 F	W2	1	2	3	4	5	6	7 S
W3	1	2	3	4	5	6	7 F	W3	1	2	3	4	5	6	7 F
W4	1	2	3	4	5	6	7 M	W4	1	2	3	4	5	6	7 F

4. Venus-miesiący

5. Ziemia-miesiący

W1	1	2	3	4	5	6	7 C	W1	1	2	3	4	5	6	7 C
W2	1	2	3	4	5	6	7 F	W2	1	2	3	4	5	6	7 S
W3	1	2	3	4	5	6	7 C	W3	1	2	3	4	5	6	7 F
W4	1	2	3	4	5	6	7 F	W4	1	2	3	4	5	6	7 F

6. Moon-miesiący

7. Mars-miesiący

W1	1	2	3	4	5	6	7 C	W1	1	2	3	4	5	6	7 C
W2	1	2	3	4	5	6	7 F	W2	1	2	3	4	5	6	7 S
W3	1	2	3	4	5	6	7 C	W3	1	2	3	4	5	6	7 F
W4	1	2	3	4	5	6	7 F	W4	1	2	3	4	5	6	7 F

8. Jupiter-miesiący

9. Saturn-miesiący

W1	1	2	3	4	5	6	7 C	W1	1	2	3	4	5	6	7 C
W2	1	2	3	4	5	6	7 F	W2	1	2	3	4	5	6	7 S
W3	1	2	3	4	5	6	7 C	W3	1	2	3	4	5	6	7 F
W4	1	2	3	4	5	6	7 F	W4	1	2	3	4	5	6	7 F

10. Uran-miesiący

11. Neptun-miesiący

W1	1	2	3	4	5	6	7 C	W1	1	2	3	4	5	6	7 C
W2	1	2	3	4	5	6	7 F	W2	1	2	3	4	5	6	7 F
W3	1	2	3	4	5	6	7 C	W3	1	2	3	4	5	6	7 C
W4	1	2	3	4	5	6	7 F	W4	1	2	3	4	5	6	7 F

12. Pluton-miesiący

13. Solar-miesiący

W1	1	2	3	4	5	6	7 C	1 Pascha
W2	1	2	3	4	5	6	7 F	Quattro rok
W3	1	2	3	4	5	6	7 C	1 2 Quattro - Pascha
W4	1	2	3	4	5	6	7 F	

14. Pascha-miesiący

Codziennie Fit (ćwiczenia)

Codziennie ćwiczenia dobre zdrowie musi, są częścią codziennej rutyny. Są one zakończone każdego ranka. Codziennie ćwiczenia zwiększają: wszechstronny samopoczucie, krążenie krwi, aktywność mózgu, trawienie żywności, mating- parcie, tonowanie mięśni, samoocena, stymulacja układu odpornościowego. W 7 ćwiczenia są: Skrzynia, wiatrak, rama drzwi, hantli, Klęczenie Hook, obracanie, Wszystkie ćwiczenia są dla 7 on, ona są powtarzane.

Rozpocznij od 1 powtórzenia, zwiększyć do maksimum 21. Zastosowanie zdrowym rozsądkiem, jak szybko osiągnąć maksymalne powtórzenia. Utrzymujące codzienne powtórzeń jest korzystne. Wykonując 21 Powtarzanie 1 dzień i nie wykonując następny nie jest korzystne. Po zakończeniu ćwiczenia stanąć wyprostowany i oddech głęboko następnie wydech do maksimum zrobić to 3 razy. Kontynuować swojej codziennej rutyny. **Uwaga ! Nie prowadzi to oznaka całkowitego lekceważenia dla ciała, niską samoocenę, lenistwo, ...**

skrzynia Ćwiczenie 1: Stań prosto, ręce zgięte poziomego na podłodze (T kształtu) kciuki dotykania piersi. Przenieś ręce do tyłu tak daleko, jak to możliwe (Nie snap), Następnie przesun ręce do pierwotnej pozycji zgiętej. Powtarzać (21 max) !

Wiatrak Ćwiczenie 2: Stań prosto, ramiona wyciągnięte na boki poziomo do podłogi (Kształt litery T), Skupić swoją wizję jednego punktu prosto. Zaczynają się obracać w prawo (od lewej do prawej), Skupiając się na punkt widzenie, aż do toczenia sił ciała, aby go stracić. Zachować toczenia odnowę jak najszybciej. Zachować zwracając się do punktu zawroty głowy lub 21 obrotów co nastąpi 1st. Oddech głęboko idąc kilka kroków uspokoić się. **Uwaga!** Początkujący lub wychodzenie z choroby zaczynają się od 1 do 21, zwiększając obrót okazuje max.

Ostrzeżenie, zawsze zatrzymać, gdy zaczyna odczuwać zawroty głowy.

Ościeżnica Ćwiczenie 3: Stać prosto w otwartą ościeżnicy ze stóp szerokość bioder siebie łokciami zakręt pod kątem prostym do góry (90 °, kształt Trident), łokcie dociskają boków ościeżnicy, aż poczujesz napięcie między łopatkami, przytrzymaj (Liczba 10), rozładować napięcie. Po zwolnieniu napięcia wdech przez nos równomiernie wypełniając płuca max posiadać (Liczba 3) I powoli wydech przez usta do max.

Hantle Ćwiczenie 4: 1 hantli HE (4 kg), ONA (2 kg), Nie używaj 2 hantlami. Stanąc wyprostowany z nogi szerokość bioder siebie łokcie do boków dłońmi skierowanymi do przodu. Podnieś hantle z lewej strony

zginania łokcia aż przedramię jest pod kątem prostym (90 ° C)

Powoli wycisnąć biceps, podnosząc hantle w górę w kierunku barku zawieszono (Liczba 3) I powoli niższy hantli do pozycji wyjściowej, **powtarzać (1-7)**, , Zmień na prawym ramieniu, **powtarzać (1-7)**, ,



Kłęczący Ćwiczenie 5: Uklęknij na wyprostowany ciała prayermat, ręce mocno umieszczony na pośladku. Skłonić głowę do przodu, broda dotyka klatki piersiowej. Teraz powoli przechylić głowę do tyłu tak daleko, jak to możliwe, w tym samym czasie do tyłu tak daleko, jak to możliwe trzymając ręce mocno na pośladkach.

Powtarzać (21 max) !

Hak Ćwiczenie 6: Na prayermat (**Zabezpieczenie przed zimnem**) leżeć płasko na plecach, wydłużone ramiona dłońmi na cie. Teraz powoli skłania głowę do przodu wydłużone ramiona dłońmi na cie. Teraz powoli skłania głowę do przodu, broda dotyka klatki piersiowej jednocześnie unieś nogi, kolana proste, pionowe (90 ° C) utrzymać (Liczba 3) I powoli powrotu (**Głowa, nogi**) do początku. **Powtarzać (21 max) !**

Obracać mi xercise 7: Na prayermat (**Zabezpieczenie przed zimnem**) leżeć płasko na plecach, Extended broni dłońmi. Teraz kolanach obcas touch- ing pośladek. Prowadzenie firmy dłonie na kolanach mata skrętu w prawo, dopóki nie dotykać maty. Następnie odchylić kolana w lewo dotykając matę. Powtórz prawy i lewy obrotowy licząc każdy lewo skrętu. **Czy 21! Po zakończeniu dziennego dopasowanie. Popić (0,2 l) od lekko oziębiono filtrowanej wody.**

Ćwiczenia nocnej

To normalne, że mają 2 śpi z przerwą pomiędzy nimi. **Trzeba wstać (Aby pójść do toalety ...)** Po powrocie siedzieć na krawędzi łoża, napić się wody i zrobić 1 z poniższych ćwiczeń (**Wszystkie ćwiczenia wykonywane są siedząc na łóżku kolanach krawędzi barku szeroko rozstawione**) , **Za** każdym razem, kiedy wstać robić różne ćwiczenia.

1-te ćwiczenie: Umieść dłonie * swoich rąk na zewnątrz kolana. Ręce prasowe wewnątrz, kolana na zewnątrz, posiadają 7 sekund (**Czujesz napięcie w ramiona, nogi, ramię**) , **Odpocząc**, wziąć głęboki oddech, nie powtarza łyk wody, leżeć, spać dobrze. * Używaj zmienność pięści.

2-ty ćwiczenie: Dokonaj pięści * umieść je na wewnętrznej stronie kolana. **pięści prasowych na** zewnątrz, do wewnątrz kolana, trzymaj 7 sekund (**Czujesz**

napięcie ramion, nóg, żołądka) , Odpocząć, wziąć głęboki oddech, nie powtarza łyk wody, leżeć, spać dobrze. * Używaj zmienność płaskie dłonie.

3-ty ćwiczenie: Bend ramiona (90%) na wysokości klatki piersiowej włączyć lewą rękę do góry zginanie palców, obróć prawą dłoń w dół zginanie palców.

Blokady palce zwarte. Teraz wyciągnij ręce w przeciwnym kierunku, przytrzymaj 7 sekund (Czujesz napięcie w palcach, ramiona, klatka piersiowa) , Odpocząć, wziąć głęboki oddech, nie powtarza łyk wody, leżeć, spać dobrze.

4-ty ćwiczenie: Bend ramiona (90%) na wysokości klatki piersiowej kolei lewa ręka dostępne uaktualnienia oddziały, obróć prawą dłoń w pięść. Umieść pięścią w dłoń prasy w dół w tym samym czasie prasowej otwartej dłoni do góry, trzymaj 7 sekund. Odwrócona sequen

- ce trzymaj 7 sekund (Czuć napięcie w ręce, ramiona, szyja, klatka piersiowa) , Odpocząć, wziąć głęboki oddech i łyk wody leżą w dół, dobrze spać. Brak powtórzeń.

Ludzie z napięta powrotem dodać to ćwiczenie do każdego ćwiczenia: Umieść dłonie na kolanach. odgięcie głowy do tyłu zakręt wtedy kołysać do przodu, nie tracąc kontaktu z kolan (Czujesz napięcie w ramiona, plecy, brzuch) ,

Odpocząć, wziąć głęboki oddech, 7 powtórzeń, łyk wody, leżeć, spać dobrze.

Uwaga! Ludzie, którzy siedzą dużo w ciągu dnia czas. Czynić 1 z ćwiczeniami noc-czasowych w rotacji co 2 godziny. Skończyć z lampką (0,2 l) od lekko oziębioną filtrowanej wody.

Nie ćwicz: sprawia, że nadają, leniwy, niezdrowy, blubbery, obciążenie do siebie znajomych, rodziny i społeczności, zły przykład dzieciom, przygnębiony, być bardziej chory, niewygodne krycia, die Junger.

Częścią codziennego dopasowanie jest odżywianie! Jak zdrowe jesteśmy, jak długo żyjemy. Ma wiele wspólnego z naszym nawyk jedzenia.

Feed 5 razy dziennie:

'Śniadanie, obejmują wodę, zioła, przyprawy, miód, kawa, ..

Early Day-snack, to woda, owoce, zioła, herbaty, ..

Lunch, obejmują wodę, sałatki, jajka, kawa, ..

Późno Day-snack, obejmują wodę, orzechy, jagody, przyprawy, kakao, ..

Obiad'. obejmują wodę, Dinner motywu, kawa lub herbata .. warzywa.

7 Pokarmy, które powinny być spożywane codziennie: Grzyby (Grzyb) , Ziarna (Żyto, jęczmień, soczewica, kukurydza, owies, proso, Quinoa, ryż, sorgo, pszenica) , Hot chili, cebula (Brazowy, zielony, czerwony, wiosna, szczypiorek, czosnek, por) , Pietruszka, Sweet-papryka, warzywa (szparagi, fasola, brokuły, kalafior, marchew, groch, kapusty ..)

Fun-Day tematów

C> Obchody dzień F> Dzień zabawy M> Dzień Pamięci S> Wstyd-dni

Miesiąc	Dzień	Dzień
Gwiazda	Nowy Rok Dzień 1.1.1	Shire Dzień 1.3.7
Słońce	BlossomDay 2.1.7	Ofiarami Crime Dzień 2.4.7
Rtęć	Mnożenie Dzień 3.1.7	Ofiarami Day War 3.4.7
Wenus	Dzieci Dzień 4.1.7	Dzień zanieczyszczenie 4.2.7
Ziemia	Pracownicy Dzień 5.1.7	Dzień Matki 5.3.7
Księżyc	Dzień Edukacji 6.1.7	Defoliantów Dzień 6.2.7
Mars	Dzień Babci i Dziadka Dzień 7.3.7	7.1.7 Odżywianie
Jowisz	Wszechświat Dzień 8.1.7	Dzień Holocaustu 8.2.7
Saturn	Habitat Day 9.1.7	Cron Dzień 9.3.7
Uran	Dzień Ojca 10.1.7	Tran Dzień 10.2.7
Neptun	Survival Dzień 11.1.7	Pet Dzień 11.3.7
Pluton	Dzień dobry-zdrowie 12.1.7	Uzależnienia Dzień 12.2.7
Słoneczny	Krzew Dzień 13.1.7	Święto Drzewa 13.3.7
Pascha	Pascha Dzień 14.1.7	Quattro Dzień 14.0.2

Fun-Day motywy zaspokoić wspólnocie trzeba obchodzić się wstyd pamiętam. uczestniczących w uroczystości, Memorial, **Wstyd**, Dzień za cały rok jest ważnym, istotnym elementem życia społecznego. Spotkania z innymi ludźmi jest ważne dla osobistej stabilności emocjonalnej.

Podążamy **1 GOD** ! Pracować 6 dni i zrobić dzień 7 Fun-Day.

Towarzystwo, wesel się, śpiewać, tańczyć, jeść, pić (**bezalkoholowe**), Śmiech, ale także modlić się i medytować szukając wewnętrzną harmonię, szczęście. Odwiedź Gathering. Wspierać Fun-Day tematów.



1 Bóg czeka, aby usłyszeć od ciebie!

Dzień zabawy Modlitwa

Drogi **1 GOD**, Twórca najpiękniejszej Wszechświata Twój najbardziej pokorny wierny opiekun-opiekun (**1st imię**)
Dzięki za ten tydzień wyzwań Starłem się żyć
codziennie Modlitwę
Dzisiaj świętuję i uwielbienie z rodziną i przyjaciółmi I poprosić o pomoc w nadchodzącym tygodniu na chwałę **1 GOD** a dobrem ludzkości



Na temat to istotne modlitwa służy dni + modlitwie Fun-Day!

Przegląd 7 Scrolls

Przewiń 1: Wiara

afirmacja Modlitwa

Jest **1 GOD** który jest zarówno on i ona!

1 GOD stworzony 2 Universe i wybrany ludzkość będzie Kustosz fizycznego Wszechświata!

Życie ludzkie jest święte od poczęcia i nie ma obowiązku mnożyć!

Ludzkość jest poszukiwanie i zdobywanie wiedzy następnie zastosować go!

Prawo-Dawca Oczwisty zastępuje wszystkie poprzednie wiadomości **1GOD** wysłany!

Liczby są ważne i numer 7 jest boska!

Jest Afterlife i istnieją anioły!

Scroll 2: obowiązki obowiązek Modlitwa

Kult **1 GOD**, odrzucić wszystkie inne bożki

Protect, ciało ludzkie od poczęcia

Życie długo szukać, zysk i zastosowania wiedzy

Mate mnożyć i rozpocząć własną rodzinę

Honor, szanować swoich rodziców i dziadków

Straży środowiska i wszystkich jej form życia

Użyj ' **Prawo Dawca Manifest**' rozprzestrzeniać jego przesłanie chronić

zwierzęta przed okrucieństwem i wymarcie

Wstać dla niesprawiedliwie zaatakowany, upośledzonych, słabych i potrzebujących

Nakarm głodne, schronienie bezdomni i komfort chorego

Protest niesprawiedliwości, amoralność i wandalizmu środowiska

Czy nagradzani pracę, nie próżnują

Unikać i oczyścić Zanieczyszczenie

Bądź dobry Karać Zło

Kremacji, w pobliżu cmentarzy

Być tylko i dać zasłużony szacunek Głosowanie we wszystkich wyborach!

Przewiń 3: przywileje Prośba o modlitwę

Oddychająca, czyste powietrze

Mieć gwałtowny społeczności wolnego

Picia, filtrowana woda

Mieć zwierząka

Zjadliwe, zdrowa żywność

Darmowa edukacja

Ochronny, niedrogie ubrania

Bezpłatne leczenie gdy chory

Higieniczne, niedrogie schronienie

otrzymuj szacunek

Uwielbienie i wierzyć w **1 GOD** Otrzymuj sprawiedliwości wolności słowa z

powstrzymuje moralnych Nagrodzony Mate praca, start rodzinę

Dobrowolnie wybrany rząd

Zakończyć z godnością

Przewiń 4: **wady**

Modlitwa wady

Nałóg

kanibalizm Envy

Krzywoprzysięstwo

Grabież

Samolubny

Wandalizm

Przewiń 5: **cnoty** cnoty Modlitwa

czczenia tylko **1 GOD** i zawsze ukarać zło

1st Dowiedz się, a potem uczyć i ciągłość wiedzy

Ochronę środowiska i harmonizować z Habitat

Kochający, niezawodne i wierny Czysto i schludnie Wytrwałość

Odwaga, współczucie, Just, udostępnianie

Przewiń 6: **Khronicle** Modlitwa dziedzictwo

kreacja

niedalekiej przeszłości - 700 do - 70 lat

Starożytne razy - 2100 lat

Aktualne Times - 70 do 0 lat

Odległa przeszłość - 2100 do - 1400 lat New Age od 0 lat naprzód to:

Średni Past - 1400 do - 700 lat

Prorokować

Przewiń 7: **Życie pozagrobowe**

Modlitwa duszy

Modlitwa żal

Przeżyj Bad Modlitwę

Przeżyj Dobry Modlitwę

Kremacja

Judgement Day czystości Wagi

Anioł



odpowiedzialność

1 GOD posiada odpowiedzialność! Jednostki, wspólnoty, organizacje, przedsiębiorstwa i rząd to zrobić nie mniej. Kustosz Strażnik wspierać odpowiedzialność. Odpowiedzialność jest podstawą, „sprawiedliwość”!

Odpowiedzialność dotyczy czynów i zachowań. Gdy coś pójdzie nie tak, zasady i przepisy wspólnotowe zostały naruszone, obyczaje społeczne i oczekiwania Grzeczność nie są spełnione, odpowiedzialność jest stosowana.

Prawodawcy sprawiedliwości opiera się na odpowiedzialności. Precyzyjniej Sation została dokonana. Obrona, prokuratura i judi- ciary zmówić znaleźć, „prawda”. Do zarzutu, okaże się prawdą. Obowiązkowa nagromadzenie + na wiek na podstawie zdania jest stosowana. Rezultat: Rehabilitacja i kompensacji. (Patrz 7 prowincje, sprawiedliwość)



Odpowiedzialność kontra odpowiedzialności! Kilka zawarcia umowy małżeńskiej. Oba są odpowiedzialne, aby prace małżeństwa! Nieudane małżeństwo ma obie strony odpowiedzialności za swoje działania lub zaniechania, które spowodowaną awarią.

Zadanie może obejmować zespół, którzy są odpowiedzialni za wdrażanie go.

Jednak jedna osoba (lider zespołu) zostanie pociągnięty do odpowiedzialności. Com mittee lub gang są wyłącznie ponosić odpowiedzialność.

Odpowiedzialność kontra przebaczenie! Po odpowiedzialność ustalono, przebaczenie anuluje skutki odpowiedzialności. Pod względem sądowym przestępca zostaje ułaskawiony. Niektóre zło Anti- BÓG kultury. Raz w tygodniu wszystkie złe źli ludzie są odpuszczone. Reszta tygodnia są złe zło. W przyszłym tygodniu są im odpuszczone (Cykl powtarzania zła)

Kustosz Strażnik przeciwstawiać przebaczenie. Przebaczenie jest uszkodzony, Zło!



1 GOD na Dzień sądu posiada każdy odpowiedzialny duszy! **1 GOD** nie wybaczyć.

Krzywdy mieć konsekwencje!

(Patrz przewijania 7 Afterlife)



Time - Triangle

Kustosz Strażnik New-Age zarządzanie czasem!



początek dnia : O godz **wschód słońca**

Wczesny dzień wynosi od 0 - 7 godzin, 7 godzin

jest **Południe**

Dzień późno wynosi 7 - 14 godzin 14 godziny jest

Zachód słońca

Noc wynosi od 14 - 21 godzin,

Obowiązkowe Night-Godzina policyjna: od 14-21 godzin. egzekwowane przez Hrabstwo ,

Kustosz Strażnik KLOCK (CG Klock) dla krótkoterminowej (godzina)

zarządzanie czasem, zastępuje wszystkie inne zegary (Porównaj 24h 21h v) :

doba liczy 21 godziny> 1 godziny zawiera 21 minut> 1 minuty od 21 sekund

> 1 sekunda 21 miga> 1 migają ma 21 miga> 1 lampy wynosi 21 kliknięcia

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

Zegarmistrzowskie użyć wyświetlacza 3 linii:

14h-12m-16s

207 dy - 4 dw

Y1 - M8 - W2 - D4

Linia 1: 14-th godzina, 12 minut, 16 sekund.

Linia 2: 207th dzień roku, 4th dzień tygodnia

Linia 3: Rok 1 - Miesiąc 8 -Week 2 - Dzień 4 lub:

W połowie tygodnia tygodnia 2 w Jupiter-miesiąca roku 1

O godz ustawiony jest co roku po najkrótszej nocy w Sunrise. Co 73 dni (5x w roku) 0 godzin zresetowaniu (sezonowa zmiana czasu) , potrzebna jest czas letni, aby dostać się jak najbliżej do wschodu słońca, jak to możliwe. Wstawanie o świcie jest naturalne i zdrowe.

Głosowanie

Głosowanie moralny, obowiązek obywatelskiego. Przetrawianie społeczności opiera się na maksymalnym wsparciu i udziale jej członków. Ludzie nie są w rzeczywistości głosu support- Ting osób, które ustanawiają tyranię. Pozwalają one lobbystami skorumpowanych rządów. **Musisz zagłosować! Niezgoda, MS R1**



Jak głosować

oceniany Kustosz Strażnik we wszystkich wyborach, które kwalifikują się one do.

Kto jest kandydatem, który może być obsługiwany?

On lub ona nie młodszy lub starszy niż 28 70. jest lub był rodzicem.

Jest pracownikiem lub wolontariuszem lub emeryturze.

Jest psychicznie i fizycznie. Ma wykształcenie wyższe.

Nie ukończył żadnej klatce rehabilitacji. Ma niepełnosprawność seksualne (Ta sama płeć, mylić płci, molestowanie dzieci) , Używa „Prawodawcy oczywisty” jako swojego przewodnika.

Depozytariusz jest opiekun

Zwolennicy kustosz opiekunem i Klan Starsi mogą nominować, fitoflawony, poprzeć i unikać kandydatów w wyborach. Członkowie stróże powierniczych (Zenturion, Praytorian, zwiastunem) Nie można wspierać, wyznaczają lub poprzeć kandydatów spoza administracji 1 Church.

Ludzie są stworzeniami społecznymi. Lubią należeć. Dowolnie wybieranych komitety spełnić tę potrzebę. Przywództwo jest o 1 tyranii. Przywództwo przez komisję jest fair. CG wesprzeć równą reprezentację on i ona.



Kandydat (ON ONA) z największą liczbą głosów zostaje wybrany. Taką samą ilość głosów starszy tym bardziej on lub ona jest wybierany. Wybieranego osoba nie ukończenie ich termin. Otrzymują z osobą, która weszła 2 nd.

Ochrona

Aby przetrwać na organizm ludzki potrzebuje ochrony Cimate!

Klimatu Zagrożenia: Słońce (promieniowanie) , Temperatura (ciepło Zimno) , Mokro (Schłodzić, hipotermia) , Wiatr (Oparzenie, chłód, pył) , Ochrona klimatu składa się do ochrony głowy, ochronno-Odzież ochronna-schronu.

Zagrożenie dla ludzkiego ciała nagiej skórze (nagość) narażone na elementy.

E-P1 (Ochrona oczu) jest podzielona na 2 części: Praktyczny: single lens (przyłbica) , Moda: 2 soczewki (okulary) ,

Eye-ochrona jest zawsze noszone gdy na zewnątrz!

Kask V ochrona głowy przed uderzeniami. Włosy i szef potrzebują ochrony klimatu z zimnym, mokrym, skrajne promieniowania i zanieczyszczeń.

Głowa musi również ochronę przed uderzeniami: V-kask z inbuild GPS Tracker, telefon, video-rejestratora ..

V- Kask posiada wewnątrz skórzaną wyściółkę. Osadzony w padding są zauszuki. ZA Kominiarka (Czapka bez daszka) lub K szal mogą być noszone pod kaskiem. Aby utrzymać wewnętrzną wyściółkę kasku czystą od potu, łupież i smaru. dodatkowy poza jasny światła, podczerwone lampy światła; kamera.

Kominiarka (Czapka bez daszka) obejmować całą głowę odsłaniając tylko oczy. Jest z dzianiny z wełny lub mieszanką bawełny i wełny (Bez włókien syntetycznych) , Może być dowolny kolor lub wzór może mieć dekoracyjne pom-pom na górze. Kiedy nie jest potrzebna ochrona twarzy i szyi Kominiarka może być zwinięte i stać się „Beanie”.



K szal może obejmować całą głowę odsłaniając tylko oczy (maksymalna ochrona) , Działa ona jako osłona głowy i welonu. Jest z dzianiny z wełny lub mieszanką bawełny i wełny (Bez włókien syntetycznych) , Może być dowolny kolor lub wzór.

Kominiarka lub K szal zarówno chronić poprzez przykrycie nos i usta.

Wdychania zanieczyszczeń, śmiertelne choroby zakaźne i owady kłujące unika. Zmniejsza wpływ suchych i zimne powietrze. Alergie i astma są zmniejszone. Zawiera rozprzestrzenienia się choroby zakaźnej.

Head-ochrona jest zawsze noszone gdy na zewnątrz!

Odzież ochronna aby chronić organizm przed klimatyczne, choroby i zanieczyszczenia. Główne części ciała chronione odzieży ochronnej głowy, skóry i stóp. **Odzież ochronna-zawsze noszone na zewnątrz.**

Skóra potrzebuje dużo ochrony przed ukąszeniami (Zwierzęta, człowiek) , użądlenia (Owady igły) , infekcje (Bakterie, grzyby, zarazki, Virus) , Promieniowanie (Ciepłna, energia słoneczna, Nuclear) , Ekspozycja (Kwas Fire Frost, ostre krawędzie, mokry) ,



Odzież jest wykonany z włókien naturalnych: skór zwierzęcych, jedwab, plantfiber, bawełny lub wełny. Sztuczne włókna nie są wykorzystywane na odzież i wszystko dotykające ludzkiej skórze. **Produkcja sztucznych włókien na końcach odzieżowych, istniejące akcje są recyklingowi w innych celach.**

stopy ochrona (Skarpety, buty) od klimatu i uderzeniami. **Skórne, palce i kostek są zagrożone. Outside zawsze nosić obuwie ochronne.**

Skarpety są wykonane z bawełny, wełny, bawełny lub wełny, mieszanki (bez synth- włókna Etic) dowolny kolor dowolny wzór. Pończochy mają czyste cząstki srebra (Bez stopu) tkana, co daje właściwości przeciwbakteryjne, przeciwdrobnoustrojowe, antystatycznych, zmniejszenie zapachów. **Skarpety pokrycie nóżkami do 7 cm powyżej kostki.**



buty ma górną skóry ochronną (nie syntetyczne) Wewnętrzna miękkiej skóry (nie syntetyczne) , Podeszwy skóry lub gumy (Może być poddawane recyklingowi) , Buty są w celu ochrony stopy do 7 cm powyżej kostki. **Uwaga!** obuwie ochronne, które nie chroni (Sandaly, klapki, Stringi) stopy i kostki są bezużyteczne. obuwie ochronne powinny być zawsze noszone na zewnątrz. Chodzenie boso na zewnątrz jest niezdrowe.

Dłoń- Zabezpieczenie w postaci rękawiczki noszone! Rękawice wykonane są ze skóry, bawełny, wełny lub bawełny, mieszanki wełny (bez włókien syntetycznych) dowolny kolor dowolny wzór.



Odzież ochronna-zawsze noszone gdy na zewnątrz.



Ochronnego schronienie (domu, życia, pracy) ludzka potrzeba.

Ochrona przed przestępczością (Bezpieczeństwo) , elementy (Pogoda) , ogień, owady i zanieczyszczenia , Niedrogi ochronne, schronienie jest **1 GOD** podane w porządku! **Kustosz-opiekun** woła Cluster hou- śpiewać (Community-living) , **Bezdomnych, awaria Shire!**

Ochronno-Shelter o przetrwanie, bezpieczeństwo, komfort ..