

Tswv Yim Npaj rau Cov Neeg Laus

Ua Ntej Thaum Muaj Teeb Meem

- Ntaus kev sib pab los ntawm tej neeg yus paub es npaj ib qhov ho phiaj thaum muaj kev puas tsuaj. Xav txog tsev neeg, neeg zej zos, phooj ywg thiab cov pawg neeg nyob hauv nroog.
- Zoj cov khoom tshwj xeeb zoo li lub xovtooj thiab cov khoom pab yus txoj sia. Zoj lub taub gas xws li lub taub ua pa rau ntawm daim phabntsa.
- Npaj tseg ib daim ntawv sau cov tshuaj noj, tshuaj mob khaub thuas, khoom tshwj xeeb, sau koj tus kws kho mob, kws tshuaj thiab tsev neeg cov npe thiab xovtooj cia nrog koj txuag lub sij hawm.
- Muaj koj daim paib kho mob qhia koj tus mob, txoj hluas tes thiab nqa ib daim ntawv piav qhia seb koj xav tau kev pab li cas tsam ces koj hais tsis tau piav qhia thaum lub caij muaj teeb meem ceev.
- Tsos khoom ntiv ntawm ib sab txaj thiab ntawm koj lub rooj muaj log khiav xws li ib daim tsom iav qhov muag, yoj teeb rau lub looj pob ntseg kom hnov lus, thiab tshuaj noj.
- Tsos cov teeb ua luag rau txhua chav tsev, cov teeb ci tuaj tamsim ntawd yog tias hluavtaws xob tuag.
- Tsim kom muaj ib qhov tswv yim los pab koj tus kheej, nhriav neeg tu yus losis lwm yam kev pab cuam pab yus rau hauv tsev.
- Muaj cov nrig pas tso ib sab ntawm koj txhua lub sijhawm. Tso ib tug nrig pas rau txhua chav tsev.
- Nco ntsoom nqa lub pij tshuab tsam yuav toob kas kev pab.
- Yog koj muaj ib tug tsiaj pab koj, nco ntsoom muaj nws coj mus sau npe kom tau ib daim paib pab neeg.

Tam sim no yog lub caij npaj mus lawm yav tom ntej kom kaj huv, tsis muaj mob, ceeb toom, khiav mus khiav los thiab kev ywj pheej thaum muaj kev puas tsuaj. Nco ntsoom tias thaum muaj kev puas tsuaj, koj lub tsev yeej yog lub tsev nkaum losis khiav tawm mus rau lawm lub tsev nkaum ib ntus. Npaj siab tuav rawv koj qhov kev ywj pheej ua ntej thaum muaj teeb meem ceev tuaj:

Thaum Ntawd Thiab Tom Qab Muaj Kev Puas Tsuaj

- Nyob twj ywm thiab ua siab ntes. Nyob twj ywm thiab ua xws teb xws chaw thiaj pab tau yus khiav kaj huv thiab tsis ua yus lig thiab tabkaum los ntawm cov tsis ua xws teb xws chaw.
- Siv koj li hom phiaj npaj tseg. Yog muaj qhov ho phiaj coj los siv nws thiaj yuav pab tau koj thiab koj tsev neeg nyob kaj huv. Nyob twj ywm.
- Hmloog vib thaj nyub nyob hauv ceeb tsam thiab saib TV seb xov xwm thiab kev qhia yog li cas. Tej tsoom fwm mam li muab tswv yim tsim nyog kom meej rau koj raws li lub caij nyoog. Hmloog rau cov tsoom fwm thiab tej kev qhia.
- Yog koj khiav tawm ntawm koj lub tsev, sau tseg ib daim ntawv rau hauv koj lub tsev qhia rau koj tsev neeg tias koj mus rau qhov twg.
- Npaj tseg rau koj tus kheej kom txaus peb hnuv.
- Yog koj rov qab los txog tsev es hluavtaws xob tuag tag no ces, rho cov hlua fais fab mes thiab tej yam khoom yuav ua fais fab puas tau.
- Kuaj xyuas losis cia ib tug kws txawj kuaj xyuas koj lub taub dej kub thiab qhov cub seb puas muaj qhov twg puas. Kuaj xyuas nrog lub teeb tsom xwb, *tsis txhob siv ntais ntawv losis tswm ciab.*
- Yog koj hnia tau gas, qhib qhov rais thiab tuas qhov chaw qhib gas rau lub tsev. Cia cov pas gas tawm mus kom tas thiab cia ib tug kws txawj kuaj xyuas saib tso mam li taws teeb thiab qhib qhov cub.