



Kev Nyob Nyab Xeeb Ntawm Tsiaj & Kev Puas Tsuj

Tsiaj yug yog ib cov tseem ceeb rau tsev neeg, thiab thaum koj npaj kev tawm rau koj tsev neeg koj yuav tsum nrhia rau tsiaj thiab. Vim tsis muaj kev pab rau tsiaj, tsis muaj txoj cai pab tsiaj thaum muaj xwm txheej hais txog kev noj hauv. Yog koj xav kom koj cov tsiaj muaj kev nyab xeeb, yuav tau ua li hauv qab no:

Tsim Tus Qauv Kev Pab

Kev tsim tus qauv kev pab ua ntej yog ib qib thawj yuav ua kom koj cov tsiaj tau kev pab cuam nyob rau sij hawm muaj kev puas tsuj.

- Yuav tau paub tias lub tsev so twg uas nyob ncaj koj txoj kev tawm kam txais saib xyuas koj cov tsiaj thaum muaj xwm txheej. Yuav tau hu qhia rau lawv ua ntej yog koj paub tias koj yuav tau tawm khiav. Nug seb puas muaj cai txwm tsis pub pab tsiaj thaum muaj xwm txheej li cas.
- Yuav tsum paub tias tus phoojywg, txheeb ze, tsev tu tsiaj, tsev pab tsiaj lossis cov neeg kho tsiaj tuaj yeem kam saib xyuas koj cov tsiaj tham muaj xwm txheej. Npaj lawv tej xov tooj.
- Txawm hais tias coj koj cov tsiaj mus nyob ib qhov chaw yuav yog qhov zoo los sij, yuav tau xa cov tsiaj nyiam mus rau nyiam ib qhov chaw.
- Yuav tsum tau xyaum muab koj cov tsiaj ntim rau pob tawb kawm kom lawm swm.
- Yuav tsum paub tias koj cov tsiaj yuav tsum tau txhab tshuaj thiab cov aub thiab miv yuav tsum muab hluas khi, rau npe rau. Ntau qhov chaw tu tsiaj yuav kom koj ntawv povthawj qhia lawm seb koj cov tsiaj puas tau txhab tshuaj kom tsis txhob kis mob.
- Xam hais tias koj cov tsiaj "ib qhov muaj nqi me" rau tus kws kho mob tsiaj.



Npaj Ib Lub Hnab

Koj lub hnab npaj rau thaum muaj kev puas tsuaj yuav tsum ntim txhua yam kom txaum koj thiab koj tsev neeg kom kav txog li 72 teem. Hais txog tsiaj, yuav tau npaj cov no:

- Khoom noj
- Dej hauv
- Hlua khi
- Hnab tawv lossis Hnab yas
- Ntaub ci
- Duab tus tsiaj
- Tshuaj
- Ntawv txhaj tshuaj
- Khoom kho mob tsiaj
- Tawb Ntim

Yuav Tsum Paub

- Tej zaug, kev ceeb toom kuj muaj ua hijhawm, ua hnuv, qhia ua ntej. Thaum pib muaj kev puas tsuaj, tiv thaiv koj cov tsiaj. Muab koj cov tsiaj kaw cia koj thiaj tsis tau mus nrhia nyob rau sij hawm maj raws.
- Tsiaj yuav hloov nws tus yam ntsww thaum muaj kev puas tsuaj, yuav ua phem lossis tsis nyiam neeg, yog li kev nrhia kev nyab xeeb thiab tiv thaiv lawm tsis pub rau puas tsuaj yuav tsum tsis txhob pub tsiaj ua phem rau neeg thiab lwm tus tsiaj.
- Nug koj tus kws kho mob tsiaj yog pom tias lawv muaj yam ntsww txawv.