

ДАВАА



МЯГМАР



ЛХАГВА



ПҮРЭВ

БААСАН

БЯМБА

НЯМ

4

Хамт авахуулсан дурсамжтай зургаа найздаа илгээгээрэй

5

Хүндэтгэж явдаг шүү гэж хэн нэгэнд хэлэх

6

Сайн үйлс, хийдэг, бахархах шалтгаантай хүмүүсийг хайх

7

Өөр хамгийн чухал зүйлсийг шалтгаантай нь жагсааж бичих

8

Өнөөдрийг зориуд бусдад туслах, найрсаг байх өдөр болгох

9

Өөрийн эрхэмлэдэг үнэт зүйлсдээ нийцсэн үйлдэл хийх

10

Жижиг зүйлд ч гэсэн талархаж бай, хүнд үе таарсан үед ч гэсэн

11

Сэтгэл сэргээх, гайхалтай зүйлсийг эргэн тойрноосоо олж харах.

12

Дуртай хөгжмөө сонсонгоо сайхан дурсамжаа сэргээх

13

Өөр орны соёлын уламжлал, үнэт зүйлсийн тухай мэдлэгээ нэмэх

14

Гадаа гарч, байгаль хэрхэн өөрчлөгдөж буйг талархан ажиглах

15

Өөрийн амьдран суугаа газартаа хувь нэмэр оруулах. Ж: мод тарих

16

Нийгэмд эерэг өөрчлөлт хийж буй хүмүүст талархалаа илэрхийлэх

17

Өнөөдөр ямар нэгэн утга учиртай зүйл хийх

18

Хайртай нэгэндээ гараар захидал бичих өдөр

19

Юу таныг зорилготой, үнэ цэнэтэй амьдрахад хөтөлдөг тухай эргэцүүлэх

20

Утга учиртай, дурсамжтай гэж үздэг 3 зургаа бусадтай хуваалцах

21

Тэнгэр өөд хар. Бид бүгд том зүйлийн нэгэн хэсэг гэдгээ санах

22

Сайн дурын, хүмүүнлэгийн ажил хийдэг газар бага ч гэсэн хандив өгөх

23

Өөрөөрөө бахархдаг 3 зүйлсийн талаар бодох

24

Өнөөдөр бусад хүнд эерэг нөлөө үзүүлэх сонголт хийх

25

Хэн нэгнээс амьдралд нь юу чухал болох, яагаад гэдгийг асуух.

26

Амьдралд тохиосон утга учиртай нэгэн болсон явдлаа эргэн дурсах

27

Бусдад эерэг өөрчлөлт авчрах зүйл хийхэд төвлөрөх

28

Онцгой нэг зүйл хийсэн тухайн мэдрэмжээ орой эргэж бодох

29

Өнөөдөр байгал дэлхийн төлөө нэг үйлдэл хийх

30

Урам зориг төрүүлэх сургамж үгийг бусдадтай хуваалцах

31

Ирээдүйд итгэлтэй байх 3 шалтгааныг эргэцүүлж олох

