

ДАВАА



МЯГМАР



ЛХАГВА



ПҮРЭВ



БААСАН



БЯМБА

НЯМ

1

Санаж явдаг шүү гэж хэн нэгэнд мессэж илгээх

2

Ойрд ямаршуу байгааг нь асууж найз руугаа утасдах

3

Хэн нэгний сэтгэл санааг өргөх найрсаг үйлдэл хийх

4

Цайны цагаар найзыгаа урих (биечлэн эсвэл цахимаар)

5

Хөрштэйгээ найрсаг яриа өрнүүлэх цаг зориуд гаргах

6

Ойрд уулзаагүй хуучин андтайгаа эргэж холбоо барих

7

Хүнтэй ярилцахдаа асуулт тавьж яриаг нь сонирхож буйгаа илтгэх

8

Сайн итгэдэг хүндээ өөрийн бодол санаагаа илэн далангүй хуваалцах

9

Таны амьдралд эерэг өөрчлөлт авчирсан хүнд талархаж явдагаа илэрхийлэх

10

Таныг гомдоож, бүхимдүүлсэн үед ч тухайн хүний сайн талыг олж харах

11

Урам зориг хэрэгтэй хэн нэгэнд урмын үгс хэлэх

12

Зөв байхын оронд найрсаг байхад түлхүү анхаарах

13

Уулзсан хүмүүс рүү инээмсэглэ, тухайн өдөрт нь гэрэл нэмээрэй

14

Өөрийн дотны хүн, найздаа тэд яагаад таны эрхэм хүн гэдгийг хэлэх

15

Орон нутгийнхаа бизнесийг дэмжиж цахимаар эерэг үнэлгээ бичих

16

Амьдралд бүдэрч яваа нэгэнтэй холбогдож туслахыг хичээх

17

Таны амьдралд таарсан хэн нэгний сайхан чанаруудыг нь хэлэх

18

Өнөөдөр ярилцсан бүх хүнд, мөн өөртөө найрсаг хандах өдөр

19

Сэтгэл сэргээх, урам авах, хөгжилтэй нэг зүйлийг нүүр хуудсаараа хуваалцах

20

Бусадтай уулзах төлөвлөгөө гаргаж, цагаа хөгжилтэй өнгөрөөх

21

Бусдын яриаг ямар ч шүүмж, шүүлтүүргүй анхааралтай сонсох

22

Өнөөдөр таарч, ярилцсан хүмүүсийг чин сэтгэлээсээ магтах

23

Юм л бол шүүмжлэх гээд байдаг хүнд өнөөдөр зөөлөн хандаарай

24

Хайртай дотны хүндээ түүний онцгой сайхан чанаруудыг нь хэлэх

25

Өнөөдөр 3 хүнд яагаад тэдэнд талархаж явдагаа илэрхийлэх

26

Хайртай хүмүүстээ зориуд цаг гаргаж баярлуулах

27

Найз руугаа утасдаж, яриаг нь анхааралтай сонсох

28

Өнөөдөр аль болох олон хүнд эерэг үгс хэлэх

