

FEBRUARY 2023

Kev Hlub nyob saum Huab Cua: Cov Kev Sib Raug Zoo thaum Tseem Hluas

Kev nrhiav kom muaj ib qho kev sib raug zoo tshiab (kev phooj ywg los yog kev hlub) thaum yog ib tus hluas yog ib qho hnov tau tias txawv heev, tsis paub tseeb, zoo siab, thiab ho mob siab thiab. Tsoom neeg thiab tej movies ua rau pom txoj kev hlub no li yog kev sib hlub, qab zib, thiab txaj muag, tab sis rau ntawm cov hluas thiab lawv tsev neeg, nws yog ntau tshaj tej hais los no. Lub hlis no, peb yuav tham txog cov kev sib raug zoo uas zoo thiab tsis zoo uas muaj rau cov hluas hauv xyoo 2023.



Paub Tus Kheej thiab Tej Yam

Hnov Tshwm Tawm Tuaj Ntawm Lub Cev

Ib feem tseem ceeb ntawm cov hluas txoj kev loj hlob yog nrhiav kom paub thiab tsim kom muaj kev sib raug zoo nrog lwm tus. Thaum lawv ua qhov no, kheev yog lawv nrhiav kom paub lawv tus kheej: lawv yog leej twg thiab lawv xav kom lawv yog ib tus neeg zoo li cas. Lawv tseem tab tom kawm kom paub lawv lub siab ntsws tej kev xav, tshwj xeeb yog thaum lawv cov roj ntsha thiab lub cev tej kev hloov pauv muaj qhov los cuam tshuam rau lawv lub siab ntsws. Ib qho ntxiv, lawv yuav ntsib thiab tsim kom muaj qhov paub yus tus kheej; ib qho uas pab koj nkag siab thiab xav seb muaj dab tsi tshwm sim nyob sab hauv koj lub cev. Qhov no keev yog hais txog thaum koj hnov tshai plab/nqhis dej, kub/no, thiab lwm yam, tab sis nws kuj tseem cuam tshuam txog tej yam uas ua rau lawv hnov ntshai tuaj nruab siab thaum ntsib ib tus neeg twg. Tej zaum thaum xub thawj lawv yuav tsis nkag siab tej yam zoo li no, tab sis ntev mus cov hluas kuj xav tau tawm tias yog dab tsi.

Niam Txiv Txoj Kev Ntshai

Cov ua niam ua txiv yuav tsis xav cia lawv tus tub los yog tus ntxhais tawm nrog lwm tus hluas mus ua si hlo li los yog yuav muaj cov kev txwv los ceev kom nruag deb ntawm nws tus khub. Txoj kev txiav tu los yog tiv thaiv tsis pub tus tub los yog tus ntxhais muaj kev sib raug zoo nrog lwm tus yuav ua rau lawv txav deb ntawm niam thiab txiv los yog ua rau lawv nyiag ua. Yog li yuav tau txhob ua li tau hais los no, es sim cov tswv yim no los txhawb txoj kev sib raug zoo nrog lwm tus:

- Muaj lub siab xav paub txog lawv cov kev sib raug zoo
- Txhob pub siv tej cuab yeej fais fab (electronic) ntau dhau thaum yog ib qho yuav tau ua
- Ua twb zoo mloog koj tus tub los yog tus ntxhais hais
- Qhia rau koj tus tub los yog tus ntxhais kom paub tias ib txoj kev sib raug zoo uas zoo rau nws yog zoo li cas
- Ua ib tus qauv zoo coj txoj kev sib raug zoo uas pab tau.

Tsis Paub Tias Koj Yog Lub Tshuaj Lom?

Yog muab cov lus uas nrov npe ntawm Britney Spears los xav, qhov paub tias thaum twg yog thaum ib qho kev sib raug zoo yog lub tshuaj lom kuj tseem ceeb ib yam nkaus li qhov paub tias thaum twg yog thaum nws yog ib qho zoo. Txawm ib qho kev sib raug zoo yuav muaj qhov zoo los raug rau ib tus hluas lub siab ntsws los, kev nkag siab txog cov ciam nyob hauv txoj kev sib raug zoo thiab cov chij liab uas tsis txhob hla dhau kuj yog ib qho tseem ceeb. Ntawm no yog ib cov npe lus teev cia tias yog lub tshuaj lom uas yuav tshwm sim tau rau txoj kev sib raug zoo:

- Cov cwj pwm khoo tib neeg
- Raws qab los yog soj qab
- Tshawb koj lub xov tooj los yog tej khoom ntiag tug
- Siv lus phem tsim txom, ua phem rau lub cev, tsim txom siab ntsws, los yog thab deev
- Koj tus tub los yog tus ntxhais hluas pheej nrog nws tus khub tas li
- Cia li hloov pauv tej yam nws ib txwm nyiam ua
- Kev khib
- Ua kom nws xav tias nws yog tus txhaum
- Siv tswv yim tswj dag luag lwm tus

Muaj tej thaum nws kuj yuav yog lwm tus sab nraud thiaj pom cov cwj pwm coj li no, ua rau cov phooj ywg thiab tseem neeg nyob rau qhov muaj kev txhawj xeeb thiab yuav tau nrhiav kev pab tiv thaiv.

Zoo Siab thiab Siab Zoo

Tsam no peb twb tau pom cov cim qhia tias yog cov kev sib raug zoo uas tsis zoo rau yus lawm, tej zaum koj yuav nug tias, “ib qho kev sib raug zoo uas ZOO rau yus yog li cas?” Ntawm no yog ib co cim qhia txog ntawm txoj kev sib raug zoo uas zoo rau yus:

- Sib fwm tus ciam ciam thiab sib saib muaj nqis
- Ntseeg siab
- Koom tes thiab nkag siab tias txhua tus neeg tsis zoo ib yam
- Tso siab rau tus kheej
- Paub sib cev lus mus los kom haum
- Tswj lub siab ntsws kom tus
- Tawm tsam kom ncaj ncees/txawj daws teeb meem
- Siab dawb paug thiab paub txog yus lub luag hauj lwm
- Nyab xeeb

Tej no yog yam uas cov hluas tseem nrhiav kom paub rau lawv tus kheej thiab yuav xav tau kev pab kom mus nrhiav tau. Cov neeg muaj hnub nyoog uas ntseeg siab tau yuav muab tau cov kev sib raug zoo no los ua piv txwv thiab muab ua ib yam twj siv rau lawv txoj kev sib raug zoo yav tom ntej tias zoo li cas.

Ib Lub Tswv Yim Qhia Ua Txog Tus Ciam Ciam

Ib txoj kev ceev kom muaj txoj kev sib raug zoo uas zoo rau yus yog qhov nrhiav thiab to taub txog tus ciam ciam. Hauv qab no yog ib lub tswv yim qhia ua uas koj thiab koj tus tub los yog tus ntxhais siv tau los mus qhia paub txog tus kheej tus ciam ciam thiab cov lus teb txog tus ciam ciam.

Tus kheej tus ciam ciam	Yuav hais cov no li cas rau lwm cov	Ib tus neeg hla dhau kuv tus ciam yog li cas	Qhov kuv ua thaum muaj ib tus neeg hla dhau kuv tus ciam
Pom zoo cia kov kuv lub cev li cas los tau.	“Koj nug kuv ua ntej koj tuav kuv txhais tes puas tau?”	Rub kuv txhais tes los tuav yam tsis tau nug kuv, hais tej lo lus rau kuv tias “tsis yog ib qho loj”	Tshem kuv txhais tes tawm twj ywm, rov qhia kuv tus ciam rau nws dua, “thov koj nug kuv ua ntej koj tuav kuv txhais tes?” Tos kom thov.