

# กิจกรรมนั่งสมาธิ 42 วัน เปลี่ยนนิสัย (ออนไลน์) 42 DAYS CHALLENGE



วันที่นั่งสมาธิ

นั่งสมาธิทั้งหมดของวันนี้ (นาที)

ผลการนั่งที่ดีที่สุดของวันนี้

คำถามประจำวัน

ดูวิดีโอแล้วตอบคำถาม

เป้าหมายกระทำด้วยใจ ให้เป็นเด็กที่ถ่อมตน วาง่าย และน่ารัก

ก. รู้จักการอ่อนน้อมถ่อมตน

ข. ไม่หยิ่งทรนงตนเอง สุภาพ

ค. เชื่อฟังคำสอนของคุณพ่อคุณแม่ หรือคุณครู ที่พวกท่านปรารถนาดี ค่อยๆ ฝึกสอนเรา  
ง. ถูกทุกข้อ

MISSION

เกมส์จับดี การไหว้และฝึกการขอบคุณ