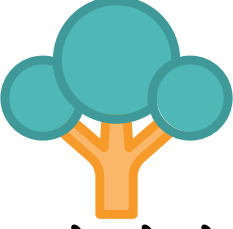







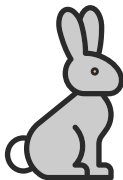

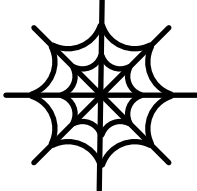



आउटडोर संवेदी मेहतर खोज

 <p>एक पेड़ को गले लगाओ</p>	<p>नंगे पैर चलना</p>	 <p>फूल की महक ले</p>	<p>किसी उबड़-खाबड़ चीज को छूना</p>	<p>कुछ पीला देखो</p>
<p>चार पत्थर ढूंढो</p>	 <p>धूप महसूस करो</p>	<p>चक्कर लगाना</p>	 <p>केंचुआ को धीरे से पकड़ें</p>	<p>पक्षियों को सुनो</p>
 <p>हवा को महसूस करो</p>	<p>घास पर रोल करो</p>	 <p>एक बादल की तलाश करो</p>	<p>कीचड़ को दबाओ</p>	 <p>किसी चीज पर कूदना</p>
<p>कुछ चिकना स्पर्श करें</p>	 <p>भिनभिने वाले कीड़ों को सुनें</p>	<p>एक पोखर में कूदो</p>	 <p>जानवरों की पटरियों की तलाश करें</p>	<p>कुछ गुदगुदी ढूंढो</p>
 <p>तीन पत्ते खोजें</p>	<p>किसी वस्तु पर संतुलन करना</p>	 <p>मकड़ी के जाले की तलाश करें</p>	<p>धरती में खोदो</p>	 <p>एक जड़ी बूटी का स्वाद लें</p>