

قانون الـ 15 دقيقة ☐☐ فرصة لتطوير الذات في ربع ساعة!



الجمعة 16 ديسمبر 2022 06:32 م

يطمح الجميع إلى تطوير ذاته وزيادة قدراته في كافة المجالات، وفي السطور التالية نستعرض فكرة لأحد مطوري الذات البشرية يطرح خلالها فكرة البدء في تطوير الذات من خلال ربع ساعة عمل وابتكار☐☐ تعرف، عزيزي القارئ، على تلك المقترحات واختر منها ما يناسبك☐☐ المهم أن تبدأ:

- إذا قضيت يوميا 15 دقيقة في تحسين ذاتك و تطويرها فانك في نهاية العام ترى التغيير الملحوظ في نفسك .
- لو تقلل يوميا 15 دقيقة في تضييع الوقت في أمور لا فائدة منها ، سوف تحقق نجاحا ، خلال السنوات القادمة .
- لو خصصت يوميا 15 دقيقة لتعلم لغة جيدة فهو أفضل من الذهاب إلى دورات اللغة مرة في الاسبوع .
- لو تخصص يوميا 15 دقيقة ، للمشي السريع سوف تجد نتيجة افضل من ذهابك الى النادي يومان في الاسبوع .
- لو خصصت يوميا 15 دقيقة القراءة المحفزة التي تثير القشرة الرمادية للمخ ، فسوف تحصل على تطورات كبير في الفهم .
- لو خصصت يوميا 15 دقيقة للكتابة فإنه سيكون باستطاعتك أن تكتب مقالا كل يومين او ثلاثة ، و ستحصل في نهاية العام على كتاب من تأليفك .
- لو خصصت يوميا 15دقيقة لقراءة القرآن فانه يمكنك ان تختتم المصحف خلال شهر☐☐
- خير الاعمال ما قل واستمر
- الجميل في قانون 15 دقيقة هو انه قصير لدرجة انه لا يمكنك أن تتعذر بعدم وجود الوقت لتنفيذه ..!
- ابدأ من الآن وجرب واحدة فقط☐☐