

هل تعلم

تؤكد دراسة أن نجاحك في الحياة يعتمد على 15% من مهاراتك الدراسية و85% على شخصيتك وأسلوبك وطريقة تعاملك مع الآخرين.

كلما تقدمت في العمر اكتشفت أنه يمكنك التخلي عن الكثير من الأشياء كنت تعتقد سابقاً أنك لن تستطيع أن تعيش حياتك بدونها.

بعض البشر لا يهيئون للإمتحانات إلا في اللحظات الأخيرة ومع ذلك ينجحون في النهاية وهؤلاء يرجح أنهم أكثر عبقرية من غيرهم.

عندما يتغير وقت نومك ولا تستطيع إعادته يُنصح بأن تقوم بالصيام لمدة 16 ساعة فذلك سيعيد تهيئة ساعتك البيولوجية كما كانت.

إعداد : هبة الله جوهر

المصدر: موقع هل تعلم الإلكتروني

بالمعرفة نصنع الفرق ...

With **Knowledge**, We make the **Difference** ...