

جعل الهدف عادة !

لنكون عمليين ودعونا نتحدى أنفسنا



1 - مهام واقعية / عدد محدود	4 - تعاون مع شخص أو أكثر	7 - الجدول دائما مرئي (أو تقريبا)
2 - تقدم خطوة بخطوة	5 - الإرادة الصارمة والصبر والإلحاح!	8 - استعمال رنين للتذكير
3 - لكل مهمة وقت محدد	6 - الجدول على ورقة / يُخَرِّطُ يوميا	9 - يمكن استعمال تطبيق للمساعدة

"أَحَبُّ الْأَعْمَالِ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى أَدْوَمُهَا، وَإِنْ قَلَّ" (حديث) ← الاستمرار والإصرار

31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	مهام (أمثلة)
الأمر متروك لك للعثور على أهدافك الشخصية والعائلية والمهنية...																															ورد القرآن أثناء جلسة الشروق
																															"لا إله إلا الله" دقيقة في الظهيرة
																															الصلاة على الحبيب د ذاهبا إلى / عائدا من العمل/المسجد/المدرسة/...
																															المشي "السريع" د بعد العشاء (ذاكراً !)