

الاستيقاظ مبكراً من اعظم الامور واكثرها اهمية فحياتنا هي الاستيقاظ مبكراً بتساعدنا في كثير من المحاور وهم من اهم العادات في الشخصيه الناجحة هي الاستيقاظ مبكرا في دراسة استمرت خمس سنوات على 177 مليونيراً ، وجد المؤلف توماس سي كورلي أن ما يقرب من 50% منهم استيقظوا قبل ثلاث ساعات على الأقل من بدء يوم عملهم. مثل الاجتماع الذي يستمر لفترة طويلة جداً بحيث لا يزال لديك الوقت لإنجاز كل ما تخطط للقيام به.