

Kā izmantot un  
piepildīt šo laiku?

Tas pat kaķim  
skaidrs!

△





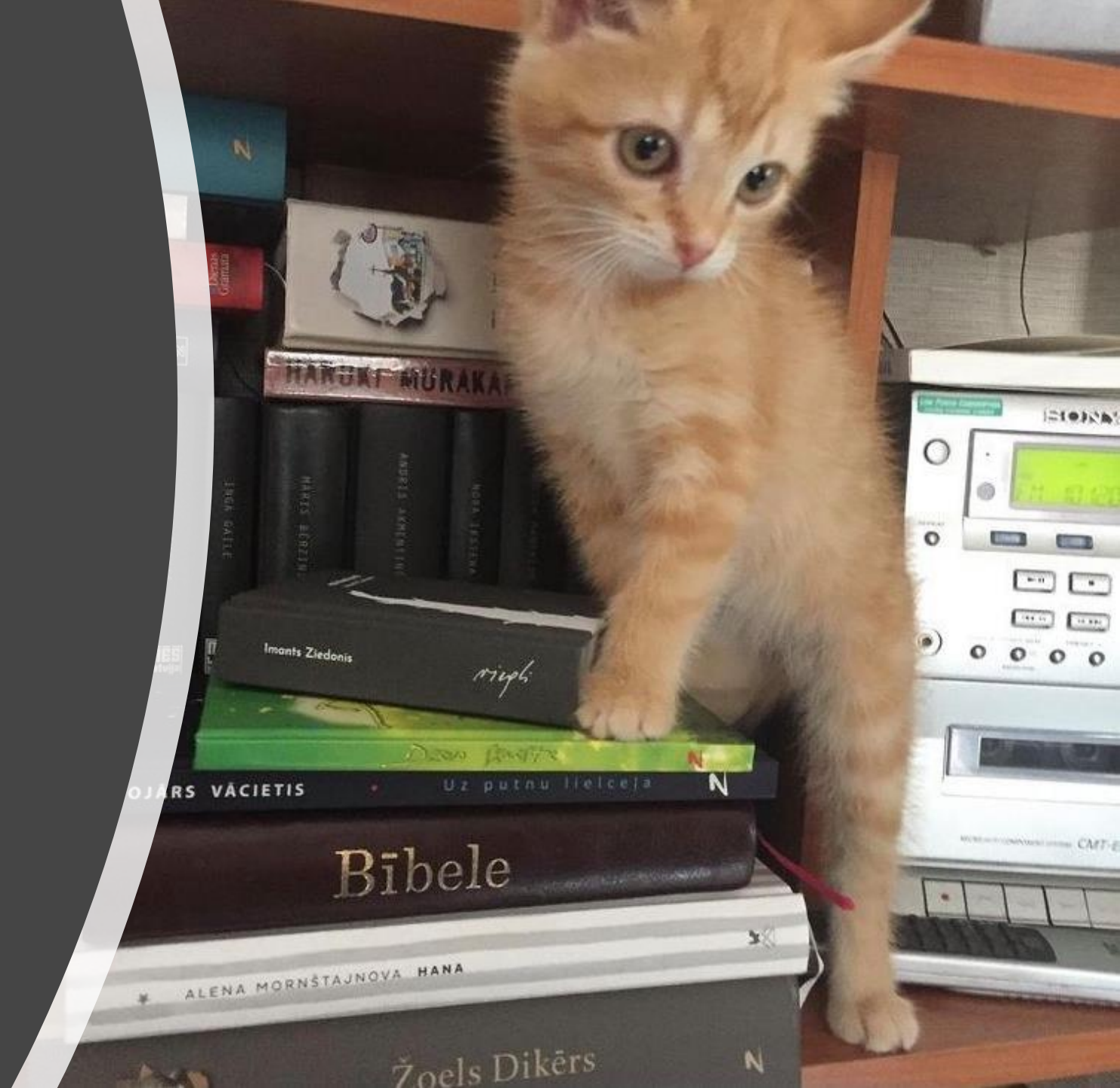
Esi zinātkārs!



# Daudz lasi!

Izveido ieradumu –  
palasīt katru vakaru  
pirms miega...

Grāmatas  
vienmēr  
paceļ!





Svarīgāko pieraksti!  
Mēs ātri mēdzam  
aizmirst... īpaši labo!



Apgūsti  
jaunākās  
tehnoloģijas!



- Taču atceries – īstā dzīve ir ārpus ekrāniem!...
- Allaž paplašini redzesloku un dzīvās saskarsmes



**Proti arī atslēgties no kņadas un izbaudīt  
vienatni - divvientulību ar gudru cilvēku –  
sevi! 😊**





Atrodi laiku refleksijām un meditācijām!



Pēc labi paveikta darba  
nekautrējies gandarīt  
sevi ar atpūtu un izstiept  
nogurušās kājas!



Lai mīlestība sirdī,  
labvēlība domās un  
gaišs skats uz dzīvi!

