



بسم الله والحمد لله والسلام عليكم ورحمة
وبركاته

مقدمة

اول كتاب لي لو عاوزين تتابعوني لينك صفحتي في اخر كتاب وكل سنة وانتم
طيبين بمناسبة رمضان

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته
في هذا الكتاب ان شاء الله هنتكلم فيه عن ازاي نفهم نفسنا ونعرف احنا عاوزين
اي بظبط من حياتنا وعاشين ليه
حياتك مش لعبه في ايديك هنتناول في الكتاب ده ونعرف ازاي حياتك مش لعبه
في ايديك او في ايد ناس تاني
ناس كتير منا مفكرين ان الحياه لعبه وكمان مره حلوه ومره وحشه ما يعرفوش
انه في ايديهم هم يخلوها حلوه او وحشه
هنتكلم في كتاب ده ازاي تعمل كدا وازاي تخلي نفسك شخص ناجح سواء
دراسي او عملي او في حياتك اصلا
عاوز تنجح في حياتك حب نفسك اولاً خلي عندك عزيمة وقدره واراده ما
تستسلمش مفيش انسان في حياه مش بتوجه صعبات
في الحياه بس في اللي بيعرف يعدي الازمه وفي اللي بيفضل عايش فيها حياه
عمرها ما كانت سهله اصلا حتي انا واحده من
ناس بتوجهنا ضغوطات وصعبات بس شاطر للي يعرف يعدي ويمشي فيه
حياتك اختيارك ياتنجح فيه وتعيش حياتك صح ياتخسر
كتيرا سواء صحه او هدف او شغل.....الخ
فا انت اختار بنفسك انت عاوز اي اقعد مع نفسك حدد فكر ما تشغلش نفسك
بحاجات تافه تخليك تندم في حياتك انك عملتها خلي علاقتك من ربنا شيء
اساسي شيء
شي مهم عشان تنجح لازم علاقتك مع ربنا تكون كويسه ثاني حاجه علاقتك من
نفسك لازم تكون
شيء مختلف متخليش حد ياخذ مكان اكثر في قلبك انت مش شخص فاضي
خلي علاقتك

مع نفسك كويسه بمعني انك تهتم بنفسك تهتم بوقت اللي بتقضيه مع نفسك قدس الوقت ده

خليه وقت ممتع بالنسبه ليك وقت بيحدد مصيرك بيحدد هدفك بيحدد مستقبلك بيحدد حياتك

هتمشي ازاي عشان المقدمه ما تكونش كبيره تستنونا في اول فصل في الكتاب بتاعنا.

مؤلفه:نورا حسن يوسف.

مواضيع الكتاب

1/ازاي تفهم نفسك

2/ازاي تخلق شخص ناجح

3/ازاي تتطور من نفسك

4/ازاي تفكر في ايجابي

5/انجازاتك هي مصدر سعادتك

كل موضوع بيتكلم عن حاجه مهم

حياتك مش لعبه في ايديك

(الفصل الاول)

بمعنوان:ازاي تفهم نفسك 

عشان تفهم نفسك لازم الاول تقعد مع نفسك شويه حتي لو
نصف ساعة تقرر وتفكر انت عاوز اي حياتك عجبك ام لا
عاوز تغير من نفسك من طريقته مع ناس ام لا عاوز تبقي
شخص ناجح والكل بيثور عليك عاوز تبقي عايش سعيد في
حياتك يبقي لازم تفهم نفسك اولاً وتفهم انت عاوز اي من
الحياه عاوز تبقي شخص عادي زي اي انسان تعيش وتموت
عادي ام عاوز تبقي شخص مش عادي شخص تكون عايش
حياتك مرتاح سعيد وناجح وكويس يبقي لازم تفكر تشوف
اهدافك تشوف انت عاوز اي

اولاً/ تعال مع بعض تشوف اهدفك اي هات ورق وقلم
واكتب انت عاوز اي انت نفسك في اي انت طموحتك اكتب ده
ثانياً/ تعالي مع بعض تشوف نقاط الضعف اللي عندك اي
شخص عنده نقاط ضعف محدش مش عنده فا تعال تشوف

اكتب نقاط ضعفك سواء في دراسته او في حياتك اعرفها

كويس عشان تعرف تعالجه

ثالثا/خطط هتحل مشكلتك ازاي هكذا

رابعا/ابحث عن مصادر كويس تعرف منه تحل مشكلتك

هحاول وجرب انا مش بقولك كدا عشان هتبقى شخص ناجح

من يوم ليل لا بالعكس ده هياخذ منك مجهود كبير وضغط

وحاجات كتيرا اوي

خامسا/ اهم شيء انك تنظم وقتك كويس جدا تحكم في وقت

مش وقتك هو اللي يتحكم فيك

1- كل حاجه في حياتك تنظم ليهم وقت دراستك وقت محدد

شغلك وقت محدد كل حاجه في

حياتك ليها وقت مينفعش تكون عشوائي كدا لم تبقي منظم

هتلاقى نفسك شخص تاني خالص شخص ناجح شخص عند

كل حاجه وقت ما سالتش نفسك ازاي شخص ناجح ده بينجح

في حياته ازاي بيقى عنده حاجات كتير في يومها وبيقدر

يخلصها مش سالت نفسك اكيد سؤال ده مش عارف اجابه

او عارف بس مش عارف تبدا منين

هقولك شخص ده عرف نقاط ضعفه عرف ازاي يستغل وقته

كويس مش يضيع علي سوشيال هو نظم وقته كويس جدا مثلا

خلي من ساعة 7 ص الي 12 ظ وقت دراسه من 12 لحد 3

ع لو عنده دروس بيروح مش عنده بيعمل كل حاجه عليها

في تلفون من 3 الي 5م وقت الغداء من 5 الي 8 لو في

كورسات بياخذه ياخذه بعده من 8 لحد 10 او 9 يقعد علي

تلفون براحتة بعده ينام وهكذا يومها كان ماشيه بمختلف اللي

عليها بس فا انت ياعم كل اللي عليك دالوقتي تنظم وقتك

وتخطط كويس جدا

* ⚠️ اسرار النجاح وازاي تطلع من الاول وتكون ناجح في حياتك* 😊🔑

1/عدم مراكمة المذاكرة

كثير من طلاب الثانوية العامة يقعون في خطأ مراكمة المذاكرة وعدم دراسة المواد أول بأول، حتى يتفاجئوا في النهاية بتراكم المواد المفترض دراستها، مما يشكل لهم صعوبة في إمكانية الإلمام بها، لذلك من الأساسيات التي ينصح بها أوائل الثانوية العامة هي مذاكرة الدروس بشكل يومي من بداية العام الدراسي لتسهيل المذاكرة في النهاية وعدم تراكم المواد.

2/تجنب مرافقة المحبطين

تعد مرافقة المحبطين سبب رئيسي من أسباب زيادة الشعور بالتوتر والقلق، فمن الطبيعي أن يشعر الطالب بالتوتر في الثانوية العامة، ولكن يدفع هذا التوتر إلى فقدان التركيز، لذلك يجب تجنب مرافقة الأشخاص المحبطين لأن ذلك يزيد من شعور الخوف والتوتر وهو أمر غير مستحب في الدراسة،

حيث تشكل الراحة النفسية دور كبير في تحفيز الطالب على المذاكرة وتحقيق النجاح.

3/المداومة على حل الأسئلة

لن تساعد المذاكرة التي تعتمد على قراءة وحفظ المعلومة عدة مرات على تحقيق النجاح وحدها، ولكن لابد من التطبيق على ما يقوم الطالب بمذاكرته من خلال المداومة على حل الأسئلة والتدريبات حول المادة التي تم الانتهاء من مذاكرتها، وينصح أوائل الجمهورية بالاستعانة بأكثر من مصدر أثناء الحل للتعرف على أشكال مختلفة من الأسئلة.

استخدام العقل

كثير من الطلاب يعتمدون على قراءة المعلومة وحفظها فقط وهو أمر خاطئ، فلا بد أن يكون الفهم هو الهدف الأساسي عند البدء في المذاكرة، حيث يفضل قراءة الموضوع ثم فهمه بشكل جيد لاستيعاب الأفكار الموجودة فيه والتمكن من حفظها في العقل أولاً ثم مذاكرتها بتعمق أكبر.

4/تحديد مواعيد للمذاكرة

يفضل أن يقوم الطالب بتحديد موعد ثابت يتمكن من الدراسة خلاله، فهناك طلاب تفضل الدراسة وقت الفجر، وطلاب آخريين يفضلون الدراسة في وقت آخر، ولكن يفضل النوم مبكرًا والاستيقاظ مبكرًا حتى يصبح اليوم أطول وبالتالي ستزيد فرصة وجود وقت كافي للمذاكرة.

5/السعي وراء الهدف دائماً

ينصح أوائل الجمهورية بوضع الهدف من النجاح في المقدمة وتذكره دائماً، وذلك لأنه هو الدافع والمحفز الأساسي على النجاح، فوجود هدف يرغب الطالب في تحقيقه ويسعى إليه دائماً يعتبر عامل أساسي من عوامل النجاح في الثانوية العامة.

نصائح أوائل الجمهورية في السنوات السابقة

6/الابتعاد عن المقارنة، فكل طالب في الثانوية العامة هدفه

الخاص ومعركته الخاصة به، ومن الأمور التي يجب تجنبها

هو المقارنة بين الأصدقاء في المذاكرة، فكل شخص عقل

وتفكير وقدرة مختلفة عن الآخر في المذاكرة، بمعنى أنه من

يستطيع مذاكرة مادة في ساعة واحدة فقط، غيره يستغرق في

تلك المادة ضعف الوقت، لذلك يجب الابتعاد عن المقارنة.

7/الاهتمام بالجانب الديني

لأنه هو السبيل الوحيد في مباركة

الوقت والمذاكرة والشعور بالراحة النفسية، فمثلاً عند سماع

الأذان أثناء المذاكرة لابد من تلبية نداء الله وأداء الفرض ثم

العودة إلى استكمال المذاكرة مرة أخرى، كذلك لابد من

الحفاظ على قراءة ورد يومي.

8/عدم التوتر من القرارات الصادرة حول الثانوية العامة،

فالاستماع إلى القرارات التي تصدر باستمرار حول نظام

التعليم الجديد في الثانوية العامة تساعد على زيادة شعور

التوتر والقلق لدى الطالب، لذلك ينصح بعدم معايرتها اهتمام والاستمرار في المذاكرة وعدم توقيفها.

9/ الوعي بإمكانية الوقوع في الخطأ في بعض الأحيان أو

عدم القدرة على حل نوعية معينة من الأسئلة، فالوقوف أمام

بعض الأسئلة وعدم القدرة على حلها على الرغم من

المذاكرة جيداً لا يعني أن هذا فشل، ولكنه أمر طبيعي وارد

أن يحدث لأنه من شأنه أن يساعد فيما بعد على فهم

واستيعاب هذه النوعية من الأسئلة والقدرة على حلها في امتحانات نهاية العام الدراسي.

10/ التدريب على التركيز مراراً وتكراراً، حيث يعتمد النظام

الجديد في الثانوية العامة على التركيز بشكل كبير، لذلك لابد

من تنمية القدرة على التركيز والعودة إلى الخطأ واستيعابه

والتركيز عليه مرة أخرى.

12/ الثقة بالنفس وعدم التذبذب، فعند امتلاك القدرة على

المذاكرة وحل أكبر عدد من الأسئلة يعني ذلك أن الطالب

على الطريق الصحيح.

13/ في حال الاعتماد على المذاكرة الاونلاين والاستعانة

باليوتيوب يفضل اختيار المدرس الذي يشعر الطالب تجاهه

بالراحة للتمكن من الفهم والاستيعاب بشكل أسرع.

14/ تجنب اهدار الوقت في تصفح السوشيال ميديا، فينصح

بحذف كافة التطبيقات التي من شأنها أن تعطل الوقت وتشتت

الانتباه والتركيز.

15/ أخذ القسط الكافي من النوم للتمكن من استكمال اليوم

بحيوية والدراسة بذهن مفتوح، وعند العودة من المدرسة أو

الدروس لابد أيضًا أخذ قسط من الراحة قبل البدء في

المذاكرة.

كدا الفصل الاول خلص

تأليف/نورا حسن يوسف ❤️

(الفصل الثاني)

بمعنوان: ازاي تخلق شخص ناجح 🌻

انا عارف ان الظروف مش هتكون متاح معاك انك تخلق بس
لو استنتيت اكثر من كذا صدقني هتندم ندم سنين فا عشان كذا
اخلق الوقت عشان تنجح فيه فا عشان كذا جرب حاجات
كثيرا وشهادات كثيرا عشان تفتخر بنفسك اي نعم محدش
هيفرح معاك بس لازم تفرح انت بشي صغير للي انت
بتعملها وسط تعبك لازم تعمل مجهود جبر عشان تعرف
تنجح اهلك اوقات هيبقي ضدك في حاجات بس متستهلش
مش لازم تقول كل حاجه لي اهلك يبقي عارفين بيه لو
شايف ان ده هتخليك تنجح اعمل الحاجه في سكوت تام مش
لازم الكل يعرف خليه تبي مفاجاه ليه انك عملت حاجه
زي كذا او صدم مثلا مش كل ناس هتقف جنبك وتدعمك
مش كل ناس هتقف قصدك بالعكس في ناس هتدعمك
وهتفرح ليك فحرك البسيط ده فكر صح ونظم وقت ونظم
اهداف وانت هتعرف تنجح وتبقي شخص فخور بنفسها في

المستقبل انت نجح نفسك مفيش حد هينجح بذلك فا فكر كويس

قرار في ايدك

في مقوله بتقول لازم تضحي بأشياء الصغير للي في حياتك

يام هضحي بحاجات كنت بتعلم بيه فا ضحي بي سوشيال

ميدو عشان حلمك مش يروح انت للي في ايدك تخلي حلمك

يبقي حقيقي هتقولي ازاي هقولك بعمل بالجهد اجتهد واسهر

واتعب ان الله لا يضيع من احسن عملا فا عملا بجد وكويس

صدقني ربنا مش هيضيع تعبك خالص انت عون لنفسك

هنتكلم الان في 5 اشياء عشان تخلق شخص ناجح

1- خذ كورسات من علي نت هتقول فلوس لا ابحت ودور

هتلاقي في كورسات مجانا بس للي يشتغل لو عاوز انت

هتعرف تدور وتنجح من غير ما تحط حجه فارغ زيك انت

للي في ايدك ده

2- دور علي موهبتك كل واحد مخلوق بي موهبه في اللي

بيقدر يستغل الموهبه ده في اللي موهبته بتضيع مش بيعرف

اصلا اذا كان عنده موهبه ام لا دور وشغل موهبتك واستغل

ده كويس ده هيبقي حاجه كويس ليك في مستقبل

3- الكسل قت لم تكون مخنوق او تعبان مش قادر تكمل او

تعمل حاجه في وقت ده بذات اعمل هتقول ليه ما انا عاوز

ارتاح هقول عشان لم مش هتعمل في وقت ده بيبقي هضيع

بي معنى كلمة هتقعد كل مره تقول بكره هبدا وهكذا

4- ابتكار هتقول اي ازاي ده قصدي ابتكار نظام جديد

للمذاكره ابتكار نظام جديد لكل حاجه في حياتك متخليش

روتينك ممل لدرجة ده

5- جرب حاجات جديد زي مثلا تاخذ كورس برمجيه او

ادارة الوقت او الانجليزي.....الخ

← طرق للمذاكرة الصحيحه →

- 1/هتذاكر الدرس الاول تسمع شرح سواء يوتيوب او مدرس
- 2/ترجع البيت تراجع الدرس من كتاب وهتراجع سورة المستر
- 3/تجيب ورق وتكتب فيه ايه اللي فهمته
- 4/تشرح لنفسك الدرس تاني
- 5/تحل الاسئلة لو مش عارف تجيب حل من يوتيوب وبعده
- تقل كتاب وتبدأ تحل انت بخطوات زي ما مستر عمل كدا

(1) اول طريقه ↑

- ١- تقراء الدرس من كتاب بعده
- ٢-تكتب النقاط الاساسي في درس
- ٣-تجيب شرح هتلاقي نفسك فاهمه كل اللي بيتقول قدامك
- ٤-تحل علي درس من غير ما تشوف فديوه تشوف هتعرف تحل ام لا
- ٥-تقيم نفسك في درس
- ٦-تشرح الدرس لي شخص لو لنفسك

(2) طريقه الثانيه ↑

1- تسمع درس

2-تذاكر درس مع نفسك تاني

3-تحل عليها كتير اوي او تخص وقت للحل بدون كسل

(3طريقه الثالثه ↑)

كدا فصل الثانيه خلص وانتهى الي للقاء في فصل جديد

(الفصل الثالث)

بمعنوان/ازاي تتطور من نفسك 🌻

تعال نشوف مع بعض المجال اللي انت ناجح فيه

او مجال للي بتحبه مجال اللي بتعرف تشتغل فيه

وتستغلها صح اكيد شوفت المجال دلوقتي

لو لسه مش عارف مجالك؟!

يبقي هندور عليه سواء

تعال شوف نفسك بتعرف ترسم كويس ام لا جرب مثلا

شوف نفسك بتعرف تكتب شعر وكذا ام لا

شوف نفسك في كذا حاجه انا مش بقول كذا عشان هتلاقي

نفسك ناجح لا ممكن

تتعجب في دول مش يكون موهبتك بس لو

في حاجه من دول

بتحبه نفسك تبقي محترف فيه بيبقي بس كذا يامعلم تاهت ولفته هتقول اي هي

هقولك؟ موهبتك هنبدأ بقي في موهبتك ناخذ كورس تعليم من

الاول واحد واحده وهتبقى برفكت في المجال ده بس اسمع

الكلام انت اشغل بجد حط تعبك فيه وهدف اعمل عادات جديد*!*

في يومك غير تقليدي

هتقول ازاي اي هي*؟*

هقول انك مثلا تروح جيم تلعب رياضه في نادي تلعب

رياضه انت بتعبه وهكذا صدقتي هتفيدك اوي في صحتك

طبعاً عارفين ان الرياضه مهم اوي في

حياة اي انسان اتعلم

حاجات جديد في دين لو مكننش تعرف حاجه عن ربنا اتعلم مش تتكسف

انت هتعيش كام مره عشان تتعلم او تنجح او تعرف ربنا صح وكويس هي مره

اتعلم العقيدة اللي اغلب ناس بقيت مش مهم ليه

اتعلم الفقه و توحيد احفظ قران

خلي عندك قدره انك تحفظ كلها وتعرف تفسيرالخ

الصحاب بقي نتكلم في ركن اساس في حياتك صحابك للي

بيحطك وبيقولك كلام زي سم مثلا مش هتقدر تنجح انت

فاشل الخ بيقى ده شخص حاقد مش بيحب ليكي انك

تنجح او تبقي كويس في حياة فا عشان كذا ابعد منها خلاص

عشان ممكن انت تستلم ومش تكمل بقي حاجتك ام الصحاب
 اللي يدعمك يدك قوة ويساعد وهكذا الخ ده اللي خليك
 معاها وقرب منها
 طبعا الكل بيقول اي ده كل شوية تقول نظم الوقت نظم
 وقت هو احنا لو بنعرف ننظم وقت مكنش ده حالنا فا عشان
 كذا هفهمكم وهرحكم ازاى تنظم وقت بشكل صحيح من
 بعده مش محتاجين تاخدوا كورسات فيه بس نفذ اللي يقوله

*  تنظم الوقت *

 ادارة الوقت

تعريف الوقت/

هو ان الحرك ثلاثية الابعاد افترض ان فيه رابع ان هي وقت

اقعد مع نفسك خمس دقائق واكتب تعريف الوقت بنسبه ليك

تعريف الوقت لنفسك/

التخطيط ليه مهم ?

حياتك من غير خطة حياتك من غير حاجه عندك ٢٤ ساعة

في وناس بتستخدمهم صح في ناس بتستخدمهم غلط

ازاي نعمل موضوع ده:

لازم يكون عندنا خطة كبره

← الهدف الكبير ← الخطه الشهرية ← الخطه

الاسبوع ←

ده طبعا هتعمل جدول بنفسك تكتب فيه هدفك

وانجازات اللي عاوز تحققه علي مدي الاسبوع وشهر

! اي حد نجاح بيعمل خطه

ازاي تعمل خطه

(١) النقاط Copchent

(٢) راجع الخطه الكبيره

(٣) ترتيب اختيار الاولوياتك

(٤) وضع جدول

(٥) التقييم والاحتفال

← اكتب كل حاجه عندك ورتبه في الاوليه

الاوليات/ازاي اقسماها مصطلح ضفدع ان هو انت ينفع تاكل

ضفدع طبعاً لا يبقي اي حاجه عندك في يومك وجدول

ويترتيب عليها الاهمية القسوه

(١) الضفدع ← اهميه القسوه

(٢) يجب عليك فعلها لانه يوجد عواقب بس مش كبيره

(٣) اشياء ليس لها عواقب

(٤) اشياء يجب تفويضها

(٥) اشياء يجب عليك الالغاء

😊 الاهداف ← كيف حققوا اهدافهم؟!

١/كتابة الاهداف

٢/تحديد الحلم بوضوح

٣/تحديد مواعيد نهاية للاهداف

٤/قائمه الاهداف

٥/تحويل القائمة الي خطة

٦/افعل

مبادي ← 3ps

1- اهداف ايجابيه

2-شخص قابل للتحقيق

⚠️ اسباب تمنعك

هتكتب هنا الاسباب اللي هتمنعك من تحقيق اهدافك

*وبكدا يابطال نكون انتهني من فصل الثالث ويتمني من

اعماق قلبي تكون استفدوا لو بمعلومه واحده

(الفصل الرابع)

■ بعنوان/ ازاى افكر ايجابى

لا تُحدِّث نفسك بأي شيء لم تكن لتقوله للآخرين. كن رفيقًا

بنفسك وشجعها. إذا خطرت لك فكرة سلبية، فقيّمها بطريقة

عقلانية واستجب للتأكيدات بشأن ما تتميز به من صفات

جيدة. فكّر في أشياء تقدرها في حياتك.

فيما يلي بعض أمثلة الحديث السلبي مع النفس وكيف يمكنك

تطبيق التفكير الإيجابي لتحويل تلك الأفكار لمصلحتك:

ممارسة التفكير الإيجابي

الحديث السلبي مع النفس

التفكير الإيجابي

لم أفعل ذلك أبداً من قبل.

إنها فرصة لتعلم شيء جديد.

إنه أمر معقد للغاية. سوف أتعامل مع الأمر من زاوية أخرى.

ليس لدي الموارد اللازمة.

الحاجة أم الاختراع.

أنا كسول جداً ولن أتمكن من القيام بذلك.

لم أتمكن من إدراجها في جدولتي، ولكن يمكنني إعادة تقييم بعض الأولويات.

لن ينجح هذا بأي الطرق.

سأحاول القيام بذلك.

إنه تغيير جذري للغاية.

لنعطِ الأمر فرصة.

لا أحد يبالي بالتواصل معي.

سوف أرى إن أمكنني فتح قنوات التواصل.

ليس بوسعي ما هو أفضل من ذلك.

سأحاول مرة أخرى.

ممارسة التفكير الإيجابي يوميًا

إذا كنتَ تميل إلى أن يكون لديك نظرة سلبية،

فلا تتوقع أن تُصبح متفائلاً بين عشية وضحاها.

ولكن مع الممارسة، سيتضمّن حديثك الذاتي نقداً ذاتياً أقل

وقبولاً أكثر لنفسك. قد تُصبح أيضاً أقل انتقاداً للعالم من حولك.

عندما تكون حالتك الذهنية

متفائلة بشكل عام، تزيد قدرتك على التعامل

مع التوتر اليومي بطريقة بناءة أكثر

. قد تُساهم هذه القدرة في الفوائد الصحية للتفكير الإيجابي

الملحوظة على نطاق واسع.

(الفصل الخامس والآخر)

■ بعنوان/انجازاتك هي مصدر سعادتك 🌻

بعد ما تعمل كل ده للزم يوم عيد ميلادك او سنة جديده في

حياتك تفتخر بي انت عملته ده شئ محدش عملها وكم ان انت

اول مره تعمل كدا وتقارن نفسك بي دلوقتي وبني لم كنت تايه

مضيع وقتك وتشوف انه في افضل هل الشخص الناجح

الطموح للي يقدر يعمل كل حاجه ام الشخص الفاشل للي

بيحلم وبيتهوم مش بيعمل حاجه عشان كدا انا كان هدفي اني

اسمي كتاب ده حياتك مش لعبه في ايديك ان انت للي في

ايدىك دلوقتي تقرر هتمشي ازاي هتمشي وراء ناجح واخلق

شخص جديد ام هتمشي وراء شخص فاشل ملهوش ثلاثين

لازمه في حياه عشان كدا فعلا حياتك مش لعبه في ايدىك

شوف انت استفتت اي لم نجحت وحققت الانجازات ده كلها

استفتت انك اتعلمت شئ مهم مكنتش تعرفه استفتت انك

كسرت كل اعداءك استفتت انك خلقت اسمك استفتت ان

دلوقتي بقيت شخص ناجح وطموح ويمكنك افعل اي شئ ام

استفتت انك ضيعت وقتك علي فاضي شوف انت استفتت اي

بجد وتمعرف معني عنوان الكتاب صح 📖

*ده كان اول كتاب ليا معاكم اتمني يكون عجكم واستفادتوا
 منه شئ صغيره بس لو عجكم اعملوا منشور علي صفحتي
 علي فيس قولي استفدتوا اي منها فعلا كتاب ده اخذت مني
 مجهود كبيره وتفكير وانشاءته في اسبوع فقط ارجو تقدر
 تعبي وتتفاعلو لو عجكم الكتاب عاوزين تتابعواني لينك
 صفحتي علي فيس متابعه وتفاعل علي

منشورتي <https://www.facebook.com/profile.php?id=100090607073408&mibextid=ZbWKwL>
 وكم ان الكتاب من خبرتي انا ولا يوجد اي شخص

مشارك فيه لو بحرف او بكلمه كل من وقتي وتفكير انا شكرا
 ليكم جدا يا احبابي وكل سنة وانتم طيبين بمناسبة رمضان
 اعذروني لو في خطأ املائي او نقص حرف عشان سرعه
 الكتابه وكم ان اتعمل في وقت قصيره اوي وان شاء الله هبقي
 اعمل وانزل كتاب تاني بس كذا كانت معاكم*

المؤلفه/نورا حسن يوسف

