

النسخة الثانية

خواطر الأمل

Thoughts of hope

هـ 1444

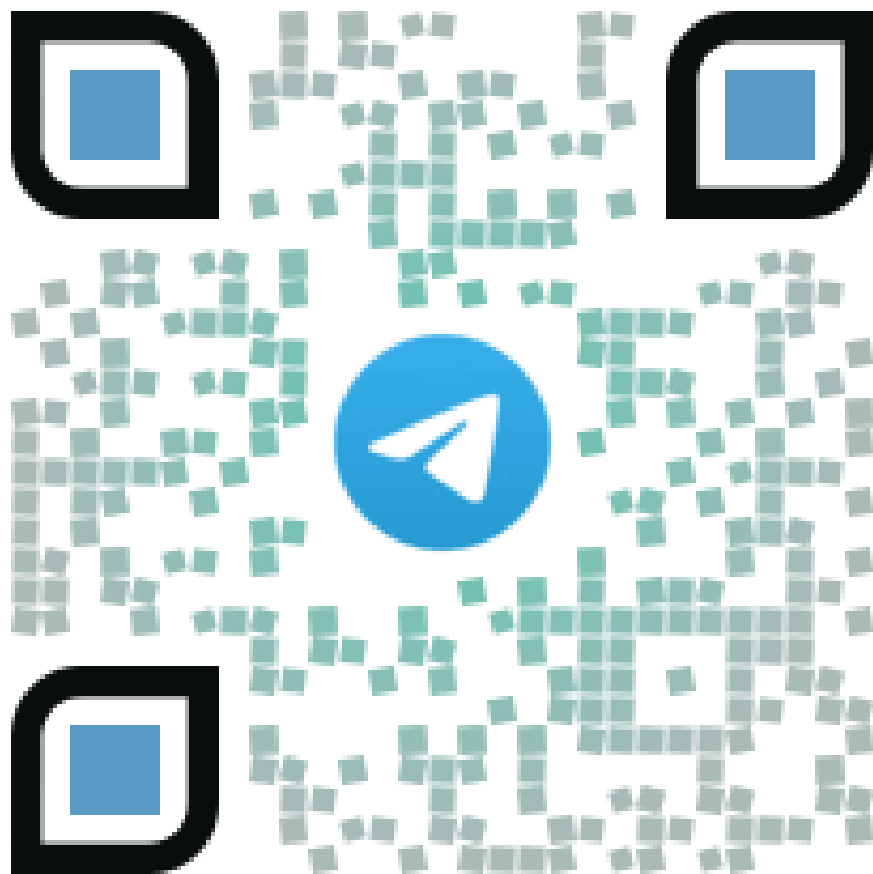


مؤلفة و كاتبة الكتاب  
أمل محمد سعيد الغامدي

النسخة الثانية  
للعام 1444 و 2022م

أسم الكتاب:خواطر الامل  
للمؤلفة:أمل محمد سعيد الغامدي  
تصميم الغلاف: Amal Al-Ghamdi  
العنوان:الباحة-1444  
تاريخ النشر:10/2/1444  
العام:1444هـ و 2022م/39ص  
رابط القناة:

<https://t.me/ammmol45>



ان كثيرًا من الناس وصلوا  
إلى أبعد مما ظنوا أنفسهم  
قادرين عليه لأن شخصًا آخر  
ظنَّ أنهم قادرون على ذلك

تطوير الذات

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

# المقدمة

الحمد رب العالمين والصلاة على نبينا محمد  
يحاول الإنسان في كل يوم يستيقظ إن يطور ذاته  
للأحسن فأحسن . و هي ايضاً طريقة لتقييم وصفات و  
مهارات الناس ، و كذلك النظر في أهدافهم و الحياة و  
المستقبل و محاولة تحسين أماكنياتهم و تحقيق  
أهدافهم في الحياة

# إهداء

إلي أمي الغالي و أبي رحمة الله عليه و ادخله  
فسيح جناته

كلماتك تمثل اخلاقك



لعلها خيرة ، عبارة تُجدد الأمل فينا..

علمتني الدنيا  
ان اترك اثراً جميلاً في قلوب الناس..

أصنعوا في قلوب الناس الابتسامة الجميله,  
فهي مفتاح القلوب.

تفاؤلوا ، ف التفاؤل دائماً يُطمئن الروح..

أصنعوا الأمل ، في قلوب الآخرين..

كلمة تسعد و كلمة تقهر-كلمة تحيي وكلمة تميت-  
كلمة تدخل بها الجنة و كلمة تدخل بها النار  
(حياتنا عبارة عن كلمة )

لا تنظر الي ما في ايدي الناس حتى لا  
تزول نعم الله عليك، وانظر الى ما في  
يديك واشكر الله عليها..

كُنْ شَخْصاً مَسْقِلاً فِ افكارِك و  
آرائِك وحتى فى صنع حياتِك..



كما تدين تدان  
هذي عدالة الله في الدنيا..

لا تُهْلِكْ صِحَّتَكَ بِسَبَبِ إِنْسَانٍ ، أَهْتَمِ  
بِصِحَّتِكَ..

أنت من تحدد أهدافك  
وإنجازاتها..

أحسن اختيارك لكلماتك  
لأنها إن ذهبت الكلمة لن تعود..

كُنْ أَنْتِ الشَّخْصَ الَّذِي يَصْنَعُ أَحْلَامَهُ  
بِ نَفْسِهِ وَلَا يَنْتَظِرُ الْآخِرِينَ..

لا يهمني في هذا الدنيا ، إلا السمعة الطيبة و  
الأثر الجميل..

أفتخر ب أقل إنجازاتك..

لتعيش حياتك  
دع الخلق للخالق..



الصمت بعض الاحيان ادب وليس  
ضعف..

كل شخص يتعامل معك هو يمثل  
شخصيته..

أفعل للناس الجميل ، ليفعلوا لك  
المستحيل..

ولنفكر في الامور بطريقة إيجابية و  
تفكيراً عميقاً..

لا تُعَامِلِ النَّاسَ بِمَعَامِلَتِهِمْ ، كُنْ  
أَفْضَلَ فِي التَّعَامُلِ مَعَهُمْ..

نحُن نكره التصرفات وليس الاشخاص..

ما زالت الشمس مشرقة  
ف تفائل في يومك..

الانسان الراقى ،لا يرد على الأشخاص  
الذين اساءوا اليه ولا ينزل لمستوى  
تفكيرهم أبدًا..



الإبتسامة و الضحك تخفف  
من القلق و التوتر

لا تحكم على الناس من مظاهرهم  
احكم عليهم من معاملتهم..

كوني عزيزة وغالية لنفسك , لا أحد  
يستحق..

التجاهل والتغافل في بعض  
الأُمور ، حكمة..

أجعلوا حياتكم معلقة بالله ثم  
بانفسكم..

لنفتخر بإنجازاتنا ، فهي تعبر عن  
شخصيتنا..

لا تعتمد على الناس أبدًا ولا تطلب منهم أي شيء  
مهما كُنت محتاجاً  
حاول أن لا تحتاج سوى نفسك وكن سنداً لنفسك



بذكر الله ،تطمئن القلوب



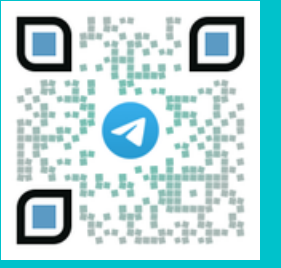
افعل الأشياء الجميلة في حياتك  
وابتسم دائماً وتذكر انها حياتك  
وليست حياتهم.

كُنْ شغوفاً، ف الشغف  
نصف سعادة  
الانسان..

يحتاج الانسان (دعم نفسي و معنوي) في  
المواقف و الظروف الصعبة..

لتعيش حياتك بسلام و اطمئنان ، عليك ان لا  
تؤذي أحد

أنت من ترمم نفسك  
بنفسك  
لذا قم وانهض و لا يحبطك  
المحيطين..



يجب على الفرد اولا معرفة أين مكانه  
الآن للبدأ من هذا المكان . أكتشاف  
الذات يمنح للفرد إن يفهم ذاته فهما  
عميق لشخصيته و ميوله و حتى  
معتقداته . كما إن عملية تطوير الذات  
تمنح الفرد فهم عميق لمعرفة ما  
يجب عليه القيام به و ما الشخص  
الذي يريد إن يصبح عليه