



# ما قتل و دل

مر تضحی منیر

# ما قتل و دل

مرتیضی منیر

دار نظامہ اسلامیہ پاکستان لکھنؤ

www.englishalqum.com

من إصدارات دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني رواية:

تأليف :

مرتضى منير

نبذة عن الكتاب :

كتاب "ما قل ودل" هو مجموعة من النصائح والحكم التي تهدف إلى تقديم توجيهات عملية في الحياة. يعتمد الكتاب على فكرة أن الكلمات القليلة يمكن أن تحمل معاني عميقة وتأثيرات كبيرة. يتناول مواضيع متنوعة مثل النجاح، العلاقات، والتطوير الذاتي، ويقدم نصائح بسيطة لكنها فعالة.

تدقيق لغوي:

مرتضى منير

تنسيق داخلي :

عزة كمال

تصميم الغلاف:

جيهان سمير

موك اب :

ملك البقري

مديرة الدار :

أستاذة /مرح إبراهيم سلوم

مع دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

حلمك يصبح على أرض الواقع

[دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني](#)

## مقدمة

الاكتئاب وفقدان الأمل في أغلب الأوقات  
سيجعل الإنسان ينسى قدراته الداخلية،  
سيجعل منه شخص ضعيف، لدرجة  
يجعله يتراجع عن الأهداف التي يريدتها  
في حين مرور الوقت سيكتشف أن عقله  
قد برمج مشاكله الصغيرة إلى شيء  
ضخم، عندها استجابت الأفكار التي  
رسمها عقله، وطبقت في أرض الواقع.

\*\*\*

دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

www.daralsharq.com

قوة الجسد تأتي من ممارسة التمارين  
الشاقة، إنما قوة العقل ومرونته تأتي  
من التجارب، فلا تيأس من الفشل لأنك  
في كل سقوط قد تعلمت شيئاً جيداً  
وأصبح عقلك مرناً أكثر لتحقيق أحلامك.

\*\*\*

دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

www.dar-fضاء-mعرفة.com

تعلمك الحياة شيء مهم وهو.. لولا  
العراقل والعثرات والفشل لا يوجد هناك  
نجاح، لأن النجاح الحقيقي يأتي إلى لمن  
ضحى وعانى وصبر وخاض التحديات  
وفشل العديد من المرات حتى حصد ثمار  
تضحياته وأصبح فخوراً بنفسه لأنه  
اجتاز ذلك الطريق الشاق..!

\*\*\*

الشخص المناضل يمنحه الفشل الإصرار  
والتحدي لتحقيق هدفه لأنه يعلم الحياة  
تحتاج الى شخصاً شجاع لمواجهة  
العقبات والعراقيل الحياة قاسية ولا  
تعطي شيء في المجان حتى تأخذ منا  
الوقت والطاقة والصبر...!!

\*\*\*

دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

www.dar-fضاء-mعرفة.com

إذا فشلت في أمر هذا لا يعني أنك فاشل

هذا يعني أنك شجاع لأنك حاولت..!

عكس الشخص الضعيف لم يفشل

لأنه لم يحاول حتى.

\*\*\*



دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

www.daralsharq.com



السعادة هي شعور يلامس الأرواح  
ويبعث الأمل عن طريق التحكم بمجرى  
أفكارنا، من المؤكد عندما تقودنا الأفكار  
من دون السيطرة عليها ستتجه بنا إلى  
البؤس وعكس حينما نحن من تقودها.

\*\*\*

دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

www.dar-fضاء-mعرفة.com

لا معنى للنجاح من دون ألم، عليك أن  
تستمر في العمل والسعي والعطاء وراء  
حلمك فالجهود المستمرة تؤتي ثمارها،  
ولا تنسى قوله تعالى:

(وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى وَأَنْ  
سَعْيَهُ سَوْفَ يَرَى)

\*\*\*

# ماذا لو

دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

www.daralsharq.com

(ماذا لو أحببت نفسك وجعلتها مصدر  
اهتمامك برفاهيتها الروحية والعاطفية،  
وتخصيص وقت للتعرف عليها جيداً،  
لكي تخرج مليئة بالسعادة والحب،  
والثقة بالنفس)

\*\*\*

(ماذا لو سامحنا انفسنا على الأخطاء  
التي ارتكبتهاها، وبدأنا نستثمر وقتنا  
بإصلاحها)

\*\*\*

دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

www.dar-fضاء.com

(ماذا لو ارخينا يدنا من العلاقات  
السامة التي تُعرضنا للهلاك.. وتمسكنا  
بالعلاقات التي تعطينا الشعور بالراحة  
حتى نحافظ على صحتنا العقلية  
والعاطفية)

\*\*\*

(ماذا لو جعلنا من الانتقاد فرصة للتعلم  
بدل اليأس، لتحسين أنفسنا)

\*\*\*

(ماذا لو تعلمنا من أخطائنا السابقة  
دون لوم الآخرين.. حينها نعطي لأنفسنا  
الفرصة للنمو والتحسين)

\*\*\*

(ماذا لو جعلنا "الألم، والحزن،  
والخذلان" دافع لتعليمنا الصبر والتحمل  
والقوة لمواجهة الأمور)

\*\*\*

(ماذا لو شعرنا بإحساس الآخر عند  
شتمه ولومه، وتقليل من شأنه أمام  
الآخرين، ياترى كيف سيكون شعورنا  
وقتها..!؟)

\*\*\*

(ماذا لو أحببنا أحداً الآخر عوضاً عن  
البغضاء والكراهية)

\*\*\*

(ماذا لو سمعنا النصيحة التي كانت  
تتكرر باستمرار ولم يغلبنا الغرور  
وقتها)

\*\*\*

(ماذا لو جعلنا التقدير شيء أساسي  
لبناء علاقات صالحة)

\*\*\*

(ماذا لو بدأنا بتغذية عقولنا بالمعلومات  
الإضافية دوماً، بدل توهمننا بالمعرفة  
والاكتفاء)

\*\*\*

(ماذا لو وجَّهنا النصيحة من دون  
فضيحة، وتركنا المثالية قليلاً)

\*\*\*

(ماذا لو توقفنا عن التحديق في ميزات  
الآخرين، ونظرنا إلى انفسنا نظرة حب  
وتمعنا في ميزاتها)

\*\*\*

(ماذا لو نظرنا إلى انفسنا بنظرة حب  
وفخر وقناعة دون مقارنتها بأي شخصاً  
آخر)

\*\*\*

(ماذا لو برمجنا عقولنا وبدأنا بالتفكير  
كيف نُصلح الأخطاء التي تتكرر معنا ولا  
نتعلم منها..!؟)

\*\*\*

(ماذا لو كسرنا القيود وفتحنا القضبان  
لتخرج قدراتنا المحبوسة داخل عقولنا)



\*\*\*

(ماذا لو بدأنا بتغيير واقتنعنا الذي  
نعيشه، وجعلنا روح التحدي والمغامرة  
تحيط بعقولنا)

\*\*\*

(ماذا لو أدركنا استغلال الوقت لكانت  
أحلامنا تحقيقها يقترب)

\*\*\*

(ماذا لو توقفنا عن انتظار السعادة.. لم  
لا نصنعها بأنفسنا)

\*\*\*

ماذا لو بدأنا نفكر في حل المشكلة بدلاً  
من التفكير في المشكلة نفسها..

\*\*\*

# عليك أن تعلم

دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

www.daralsharq.com

تأجيلك المتكرر للأمور يحدث عندما  
يضعف داخلك ليهزمك التفكير السلبي  
عندها لك قراران اما أن تدعه يسيطر  
على عقلك أو تجعل عقلك يسيطر عليه.

\*\*\*

حين تشكك في قدراتك سيختفي البعض  
من الطموح التي لديك.

\*\*\*

تنظيمك للوقت سيجعل منك انسان ناجح،  
استثمار الوقت مقابل النجاح صفقة  
ممتازة، لكن احذر بأن تستثمر وقتك  
بفعل الأشياء التي ترجع بك خطوات إلى  
الوراء...!

\*\*\*

معاملتنا للبشر تختلف من شخص لآخر  
هذا يعتمد على مدى تقديرهم واحترامهم  
لنا.

\*\*\*

سوف نخوض تحديات كثيرة، لكن  
التحدي الأصعب هو حينما نريد أن  
التغيير من أنفسنا.. لكن في نهاية الأمر  
النتائج ستكون مرضية وتجعلنا ننسى  
الأيام الصعبة..!

\*\*\*

ليس شرطاً أساسياً أن تحب ما تعمل به  
من بادئ الأمر، من الممكن أن تحبه  
تدرجياً حين ترى النتائج..!

\*\*\*

عقلنا ملكاً لنا هذا يعني نحن الوحيدين  
من نأمره بإدارة الحياة، والمسؤولين  
على القرارات التي نتخذها، احرص على  
اتخاذ قراراتك بتأني..!

\*\*\*

حين نحب احد بصدق تزداد الشكوك  
بقائه معنا.

\*\*\*

الرضا ولقناعة سعادة لكن سيبقي  
الشخص في مكانه الحالي...!!! من الجيد  
أن يكون لديك رضا وقناعة وطموح  
لبناء نفسك للأفضل.

\*\*\*

عندما نتصالح مع انفسنا ونصبح  
أصدقاء لأنفسنا يمكننا التغلب على  
الوحدة.

\*\*\*

الاحباط يأتي من فقدان الأمل، وعند  
محاربة الاحباط يأتي الأمل ليصبح  
طريقنا يعيد لنا الثقة والتفاؤل.

\*\*\*

حين يخوننا من خشينا فقدانه حينها  
ستكون تجربة مؤلمة لكنها ستزيد نمونا  
وتعلمنا من الحياة.

\*\*\*

تحدى نفسك كل يوم حتى تواجه  
المواقف التي تخاف منها..!

\*\*\*

استسلامك للواقع الذي تعيشه، سيزيد  
من مخاوفك، بَدل التفكير في المشكلة  
فكر في حل للمشكلة.

\*\*\*

في بعض الاحيان يأتيك الغدر من  
الأشخاص الذين أعطيتهم الوفاء.

\*\*\*

حين تلدغ مرة غادر المكان فوراً لأن  
سيتم لدغك مرة ثانية.

\*\*\*

رجوع الحبيب بعد الخيانة يولد البرود  
في العلاقة حتى لو كان هذا الشخص  
عزيز.

\*\*\*

تحدي نفسك بأنك ستتنجز أعمالك اليوم  
قبل غداً لأنك تستطيع، لديك قدرات على  
تحقيق ذلك.

\*\*\*

تحدي نفسك ستتخلص من جميع  
العلاقات التي جعلتك تتصنع بشخصيتك  
الحقيقة.

\*\*\*



تحدي نفسك ستجعل اليوم أفضل من  
أمس، من خلال الاستفادة من تجاربك  
السابقة.

\*\*\*

تحدي نفسك بأنك ستحبها وتحترمها  
وتعتني بها أكثر من أي شخصاً آخر،  
أو من بأن الحب والاحترام الذاتي هما  
أساس السعادة والنجاح.

\*\*\*

لا تحسد الناس على نصيبهم من السعادة  
فأنت لا تعلم كم كانت تكلفة هذا الشعور.

\*\*\*

العقل هو كنز لا يقدر بثمن ويمكننا  
استخدامه بحكمة لتحقيق نتائج مذهلة  
في حياتنا.. يمكننا جعل حياتنا سعيدة  
وتترك العلاقات الضارة بواسطة قوة  
عقولنا.

\*\*\*

دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

www.daralsharq.com

لا تقلق.. ما في قلبك من اماني إذا كانت  
لصالحك ستتحقق، والأفكار السلبية تبقى  
أفكار ليست حقيقة، ما يخيفك الآن  
سيصبح ذكرى في المستقبل.. لا تقلق  
ودع الأيام تمشي.. فما يكتبه الله لنا هو  
خير دائماً.

\*\*\*

دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

www.daralsharq.com

الله أقرب إليك من حبل الوريد ويعلم بكل  
دقة في قلبك هل تضمنه لن يسمع  
مناجاتك وأنت تبكي؟! اطمئن الله يسمع  
ندائك إليه سيستجيب في الوقت المناسب  
ثق بالله.

\*\*\*

دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

www.daralsharq.com

الله معنا حين لا يبقى أحد، وحين يخذلنا  
الجميع، وحين نحزن هو من يبعث  
الهدوء والسكينة إلى قلوبنا.

\*\*\*

لا تنكسر ولا تذلل لأحد من البشر فإن الله  
يحب عباده الأقوياء، والذين يثقون في  
قدراتهم الداخلية.

\*\*\*

الثقة لا تعطى في بادئ الأمر، بل تتطلب  
وقتاً وتجارب لتتضح الرؤية وتثبت  
الثقة.

\*\*\*

التجارب تعلمنا أن نقدر ونعطي قيمة  
لأولئك الذين يبادلوننا الاهتمام والتضحية  
والوفاء.

\*\*\*

استغلال إمكانيات عقلك بمجهودك هو  
الاستثمار الأعظم الذي تقدمه لنفسك .

\*\*\*

السعادة الدائمة حينما ترى احبابك  
بقربك وتشعر بوجودهم، حافظ على من  
يجعلك سعيداً.

\*\*\*

حين تفضل المال على الصحة وقتها  
ستخسر المال من أجل الصحة.

\*\*\*

كُنَّا سواسية من حيث الامكانيات لكن  
الأفضلية تأتي في ميدان العمل.

\*\*\*

المجازفة في العمل شيء جيد لكن عندما  
لا تستخدمها بذكاء وحكمة وتأتي تكون  
شيء سيئ.

\*\*\*

لا تعطي فرصة لأي شخص خدعك لأنه  
استهان بقيمتك، حافظ على حدودك ولا  
تسمح بتقليل قيمتك.

\*\*\*

عقلك للتخطيط وقلبك للعاطفة حين تقلب  
الوظائف ستندم على القرارات التي  
تتخذها.

\*\*\*

حين يفتح تفكيرك في حبك القديم اغلقه  
على الفور لحماية نفسك وتجنب الألم  
الماضي .

\*\*\*

الصمت نحتاجه عندما نفهم أن لا معنى  
للحديث.

\*\*\*

الثروة نحتاجها عند شعورنا في الملل  
فقط.

\*\*\*



اطمئن سيجعل الله بعد العسر يسراً، ثق  
بقدره الله ولا تبالي بسوء الحال.

\*\*\*

اطمئن سينجيك الله من الأوهام التي  
ستحوز مخيلتك.

\*\*\*

اطمئن الله يراك الآن ويعلم ما يدور في  
قلبك، ادعوه بصدق وثقة، وسيهيئ  
الأسباب لتحقيق ما تتمناه.

\*\*\*

اطمئن الأيام التي تضمن فيها أنك وحدك  
الله وقتها يهيئ فرحة تتلج قلبك.

\*\*\*

لا تشغل بالك في هموم الدنيا مهما لديك  
من بلاء، فغيرك يعانون ويتمنون أن  
يكونوا في مثل حالتك.

\*\*\*

صفة العناد لا تنفعك إلا إذا كنت على  
حق.

\*\*\*

استغل الأوقات التي تكون فيها وحدك  
للتواصل مع الله..

الصلاة والذكر والتأمل يمكن أن تجلب  
السكينة والراحة النفسية.

\*\*\*

الله يحبنا أكثر من أي أحد آخر، حبه لنا  
لا يقدر بثمن.

\*\*\*

تستطيع أن تظهر إلى الناس بشخصية  
عفوية..

لا داعي للتصنع بشخصية أخرى، فكل  
منا ميزات تميزه عن الآخر.. كن راضياً  
دائماً وقتها ستحب ذاتك.

\*\*\*

دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

www.daralsharq.com

أنت تستطيع نسيان العلاقات السابقة،  
لكن قد لا تستطيع نسيان الدرس الذي  
تعلمته، إياك أن تكرر نفس الأخطاء  
السابقة، ولا تعطي الثقة لمن لا يصونها  
لأنك الوحيد من سيدفع الثمن.

\*\*\*

أنت تستطيع أن تأمر عقلك بالتوقف عن  
التفكير الزائد هو ينتظر أمراً منك فقط.

\*\*\*

أنت تستطيع أن تشعر بالسعادة عندما  
تخصص وقت حتى تفعل الهوايات التي  
تحبها.

\*\*\*

أنت تستطيع إنجاز عملك بكل إخلاص  
وتحاط بالأفضلية، حين تؤمن بقدرات  
عقلك الخارقة.

\*\*\*

دار فضاء المعرفة للنشر الإلكتروني

www.dar-fضاء-mعرفة.com

# ماقل ودل

العلم بحر، وما يتناوله الإنسان من  
معرفة ليس سوى قطرات من المطر.  
دعونا لا نتوقف عن البحث عن العلم  
والمعرفة، لنبدأ باستغلال اللحظات لكي  
نستكشف عالمنا الثقافي، ونعمل على  
محاربة الجهل.



تصميم الغلاف: جيهان سمير

مديرة الدار: مرح إبراهيم سلوم