



# الشخصية والذات أسرار

## خديجة قاضي

الشخصية والذات أسرار

# الشخصية والذات أسرار

خديجة قاضي

خديجة قاضي

الشخصية والذات أسرار

تستعرض لكم دار نسمات الأدب للنشر

الإلكتروني بعزمٍ وإبداعٍ جديدٍ

الكتاب: الشخصية والذات أسرار

المؤلف: خديجة قاضي

غلاف الكتاب: سمر رشاد

موك اب الكتاب: ملوك البقرى

تنسيق داخلي: مريم توركان

ادارة الدار: رزان محمد كليب

مع نسمات الأدب، أفكارك تنبض بالحياة!

نسمات الأدب للنشر الإلكتروني

اهداء

الى نفسي يدي التي كتبت الى احساسني الصادقة  
والقلب الطيب بكل عزم الى الروح التي لا تعرف  
استسلام بل باحثة عن النور الى من قراء وفهم  
وجد نفسه بين سطور من فصول الى من اشرقت  
نفسه وضاء وجهه الى من ترك بصمته ولمسته  
في كتابي بل هذه الاحرف اهداها نفسي في صمت  
عميق اهديه لكل عاشق وشاغف في كتابة.

اصنع نفسك بنفسك كون ذاتك مهد  
قدرتك عش شخص يتك افرض عالمك  
وتحاربك

## أولاً

### الشخصية كاريما

الجاذبية الروح و العاطفة طاقة مؤثرة  
على الفكر والحس والفعل تطلق على  
شخص مسيطر على العقل والحواس هل  
هو ساحر نعم لكن بطبع خاص دعني  
اصبح في رحلة نحو تهيئة نفسك  
وذاتك الفكري والثقافي وبرمجة نفسك  
تأمل معي. جيد لتصل ستكون بصمة  
على جدار الحياة ارجو منكولي  
التوافق اليك بعض مقومات الشخصية  
الجذابة

1. عدم التراجع والاستسلام خذ  
نفس عميق واغمض عيونك

## الشخصية والذات أسرار

2. فهم الآخرين احترام وابدي

الرأي لهم

3. عدم التكبر فديننا نهى عن

ذلك يعتقد الكثيرون انهم صائبون

لكن من توضع لله رفعه درجات

4. اضهار اعجاب في وقت

مناسب كل انسان يحب المدح

ولكن ليس لدرجات النفاق فطبعه

يحتاج الى مجاملة

5. لا تبوح ل احد حقيقة دعوه

يكشفها اذا ضاقت به فقل ربى

ان مسني الضر فانت ارحم

الراحمين

6. ايها والندم على نيتها افتخر

انك كنت انسان يحمل قلب من

## الشخصية والذات أسرار

ذهب ف اصل اصلاحن کا الماء  
مهم وضعته في اثمن الاشياء  
بقي ماءا

7. العزة فمن اعز بماله يذكر  
قارون ومن اعز بنسبه يذكر  
ابي لهب ومن اعز بمنصبه  
يذكر فرعون

8. قلة الكلام فصمت حكمة کن  
ذو هبة ارق الناس اقلهم كلام

9. عدم اليأس ان مع العسر  
يسرا

10. عامل ناس ب اخلاقك لاب  
اخلاقهم کن ک نخيل عن الاحداد  
مرتفعا يرمى فيادة الاطيب  
والاحسن



## ثانياً

### ادارة الذات

استغل الامثل في تحقيق الاهداف فمنها  
الاساس والقواعد مطلوب الاول توقف  
عن التفكير لبناء شخصية لا تهتم بما  
يعتقد الآخرون عنك . . .

مطلوب الثاني لاحاجة ان تمتلك جل  
الاصدقاء

مطلوب الثالث مساعدة روح  
الانسانية

مطلوب الرابع سحر الابتسامة فهي  
اثر ايجابي وجذاب تكون لك روح عالية  
قلبك ينشرح

### ثالثاً

نظم أسلوب حياتك ب تراجع عن الضغط

قراءة القرآن الكريم يزيد الوعي

ونضج الرياضة تعلمك كسب صورة

الاخلاص خذ دورك جدد نفسك انت

لكسب شخصية

## رابعا

### لغة الجسد

العين مفتوح الشخصية بذلك بشكل حقيقة فإذا اتسع بؤبؤ العين دل على صدق والحقيقة فإذا صغر دل على كذب وخداع حواجبه اذا هز المرأة حواجبه فإذا يشك في كلامه واسلوبه الانف فإذا انفه دلالة على انه لم تعجبه ولكن فهم اسلوبه في الحديث الاكتاف اذا هز كتفه دلالة على انه لا يبالي بـ الاصابع اذا حرك اصابعه دلالة على انه متوتر جدا الارجل اذا حرك رجله اليمنى دلالة عدم الصبر و اذا حرك رجله اليسرى دلالة على الراحة

## خامسا

### حسن الاصغاء

ادة رئيسة خاصة في مواقف خلاف  
وصراع تلعب دوراً فاعلاً .

وتَقَاءِيْن ؟ وَاللَّهُ رَبُّكَ وَرَبُّ كُلِّ الْعَالَمِينَ  
أَنْجِيْكَ وَلَسْتُ بِبَطْنِ الْحَوْتِ لَكَنِّي فِي  
جَوْفِ الْلَّيْلِ أَصْارَعُ وَحْشَةً أَيَّامِيْ لَا إِلَهَ  
إِلَّا أَنْتَ دَلْنِيْ . أَسْوَا فَتْرَةً رَاحَ تَعْيِشُهَا  
هِيَ الْفَتْرَةُ الَّتِي تَعْانِي فِيهَا لَوْحِدَكَ، تَخِيلُ  
مَعَايِيْ المُوقَفِ لِمَا تَكُونُ شَخْصٌ كَتُومٌ  
يَجِدُ صَعْوَةً فِي شَرْحِ مَا بَدَأْلَهُ، ثُمَّ  
يَتَعَرَّضُ لِخَيْبَةٍ أَوْ حَدَثٍ قَاسِيٍّ، وَرَغْمُ  
كُلِّ هَذَا أَنْتَ مُسْتَمِرٌ فِي مَارْسَةِ حَيَايَكَ  
بِشَكْلٍ طَبِيعِيٍّ، تَطْلُعُ وَتَضْحَكُ، تَقْابِلُ

أهل وآصدقائك، تتظاهر بالخير وانت  
من الداخل تحترق.

كـ نি�صـ حـه ؟ لا تضايق نفسـكـ عـشـانـ  
اـشـخـاـصـ أـخـتـارـوـ الـبـعـدـ عـنـكـ، يـمـكـنـ خـيـرـهـ  
يـمـكـنـ درـسـ يـعـلـمـكـ وـيـخـلـيـكـ تـعـرـفـ مـيـنـ  
الـيـ يـعـطـيـكـ شـعـورـ مـنـ الـقـلـبـ وـمـيـنـ  
يـسـتـغـلـكـ، لـاـ تـمـوتـ عـلـىـ نـاسـ عـاـيـشـيـنـ مـنـ  
دـوـنـكـ وـمـسـتـانـسـيـنـ تـرـاـ نـفـسـكـ اـنـتـ  
الـمـسـؤـولـ عـنـهـاـ لـاـ تـسـمـحـ لـايـ اـحـدـ يـكـسـرـكـ  
أـوـ يـنـزـلـ دـمـعـهـ مـنـكـ عـيـشـ حـيـاتـكـ  
بـلـحـضـاتـهاـ وـحـلـوـهـأـمـشـوـ عـلـىـ مـبـداـ،  
جيـتـكـ عـشـانـ أـرـتـاحـ مـاجـيـتـ أـحـارـبـ ، لـاـ  
تـشـرـحـ نـفـسـكـ أـكـثـرـ مـنـ الـلـازـمـ لـاـ تـحـطـ  
نـفـسـكـ بـدوـامـةـ مـاـكـانـ قـصـدـيـ ؟ لـاـ تـرـهـقـ

## الشخصية والذات أسرار

خاطرك على شأن خاطر غيرك ، إنني  
لك من الناصحيين  
يتعافى المرء ؟ يتعافى المرء بـالله ، بـالله  
وحده ، بـكرم الله ، ورزق الله وـستر الله  
ورضا الله ونور الله وـهدايه الله "لـسنا  
لـأحد .. إنـا للـله وـإـنـا إـلـيـه رـاجـعـون". "رسـالـة  
لـك .. إنـك مـؤـمن وـالمـؤـمن مـبـتـأـسـى وـ  
مـأـجـور عـلـى الشـوـكـة التـي يـشـاكـها ، فـمـا  
بـالـك بـمـا أـوـجـع قـلـبـك وـأـذـبـل عـيـنـك ؟ الله  
وـحـدـه يـعـلـم أـنـ هـذـا الـأـمـر كـلـه صـعـبـ جـدـاـ،  
أـنـ يـُـغـلـقـ المـرـء عـيـنـيـه كـلـ لـيـلـة وـقـلـبـه لـاـ  
يـهـدـأـ".

## خاتمة

اختمت موضوعي ورحلتي هذه ب الشكر  
الى كل من وقف الى جانبى خاصة ابى  
الغالي وامي الغالية والى روحي فهذه  
كلمات من عمق قلبي لكم فسوف ادعكم  
تتأملون فهلا بكم يا كل من قراء ب امل  
وتفاعل فشكرا لكم جميعا دمتم قراء