



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني



كتاب / *حين تهمس الروح *

الكاتبة / وعد السيد احمد

محتوي الكتاب/: خواطر و اقتباسات

تنسيق وديزين/ مروة جمال

مراجعة/ منصة مكتبه الكتب

دار: قهوة الأدباء للنشر الإلكتروني

حقوق النشر محفوظة © الكاتبة " وعد السيد احمد

دودو

جميع الحقوق محفوظة. لا يجوز نسخ أي جزء من هذا الكتاب أو تخزينه في نظام استرجاع، أو نقله بأي شكل أو بأي وسيلة، سواء كانت إلكترونية أو ورقية الا بموافقة الدار رسمياً، بما في ذلك التصوير أو التسجيل أو أي وسيلة أخرى، دون إذن كتابي مسبق من المؤلف.

يُسمح بالاقْتباس القصير لأغراض النقد

أو المراجعة مع الإشارة إلى المصدر والمؤلف

كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو *



تعديل من خلال WPS Office



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني



كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو*



تعديل من خلال WPS Office



التفائل بيحتاج مجهود

الشخص المتفائل بيدرك الموقف اللي هو فيه دلوقتي مش سهل ،
بس عارف برده انه هيطلع من الموقف ده اجلا
ام عاجلا .





دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني



- الخروج من الموقف يحتاج وقت و مجهود.
- *الوقت*: مش بايدك انك تتحكم فيه بس بايدك انك تصبر.
- *المجهود*: بايدك انك تستثمر و تعمل الحاجات الصعبة الي
- محتاجة تتعمل.



كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو*



تعديل من خلال WPS Office



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني



التفائل مينفعش يبقى احساس بس..

عشان تبقي متفائل محتاج تعمل المجهود و محتاج تصبر.



كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو*



تعديل من خلال WPS Office



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني



أنا نفسي عزيزة عليا أوي ..

بحب أحافظ على شكلي وعلى كرامتي و على قلبي وعمري ما
أقبل حد مهما كان قريب مني يحسني إني قليلة ..

اللي يحبني قراط أحبه ألف فدان واللي ميحبنيش قلبي بيحس
بيه .

ووقت ما بحس إني مش متقدرة في مكان بمشي، ولما بمشي
مبرجعش ثاني .

مبفرضش نفسي على حد مهما كنت بحبه .بحب الخير للناس
وبحب الناس اللي بتحبلي الخير ..

أنا ضيفة خفيفة في كل حاجة، في سلامي وفي كلامي، بحب العلا
قات المريحه ..

تحاول تخسرنى هتكون دي بتاعتك انت وهمشي في سلام ،
تكسبني تكسب صاحب وحبيب مخلص للأبد

لو كان خيراً...لبقي

♡ _____ ♡

كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو *



تعديل من خلال WPS Office



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني



ماتشيلش هم.. ربنا هيعوضك بحاجات أحسن بكتير... بس اصبر و
اتوكل عليه.

و دي حاجة أنا بشوف نتيجتها دلوقتي الحمد لله....
كل حاجة بتحصل هي خير.. حتي لو انت مش شايفها دلوقتي.
في الوقت الصح هتفهم معناها و سببها.

كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو*



تعديل من خلال WPS Office



تقريبا

العلاقات الناجحة محدش بيسمع بيها محدش بيعرفها غير اللي
بيحبو بعض ..

مش بيعملو دوشة حوالينهم ولا بيكتبو عنها في السوشيال ميديا
مبسوطين ببعض من غير دوشة بيخرجوا ويتصوروا ويعيشوا
لحظات رومانسية ومجنونة لنفسهم مش لناس ..

فخدي بالك لما تقعدى تحكي عن قصة حبك وقد اية سعيدة او
توري معارفك وصحابك حاجة جايبهاك او عملهاك عشان مش كل
عين هتتمني ليكي الخير ..

سيبو دايمًا جزء في حياتكم محدش يعرفه غيركم .

أنا ما بنساش.. لا بنسى الكلمة الحلوة اللي اتقالت، ولا الكلمة الحلوة
اللي اتحاشت، ولا الكلمة اللي جرحت.

♡ _____ ♡





لا بنسى الفعل اللي سندنى لإنه جه فى وقته، ولا بنسى الفعل اللي
كان سهل عليك تدعمني بيه بس أنت بخلت..

لا بنسى الحلو، ولا بنسى الوحش..

مش لإن الواحد قلبه إسود، ولا شيال، ولا بيتعمد يتصيد الأخطاء
لغيره، ولا بيتلكك يزعل لمجرد الزعل.. لأ..

بس بفضل فاكر لإن الأيام بتتبدل، والأماكن بتتغير، وهيجي وقت
هتكون محتاج تسترجع مين وقف جنبك عشان تحاول تردله جزء
من جميله، ومين اتخلى فتديله على دماغه وتفكره إنك مش ناسي
قلة أصله..





دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني



عدم النسيان بيخليك مؤهل تحط كل واحد في مكانه الصحيح
اللي يستحقه، واللي هو رسم حدوده من خلال أفعاله.

الاعتراف بالغلط و الاسف مش بيقل منك

مفيش حد ما بيغلطش.. بس في منا الي عمره ما بيعترف بغلطه لا
نه حاسس انه هيتصغر في عين الي قدامه لو اعترف بالغلط.

بس عكس ما أنت فاهم، الإعتراف بالغلط ده في الحقيقة بيكبرك
في عين إلي قدامك لأن معني كده أنك عاقل و فاهم الصح من
الغلط.

مش عيب تقول أسف... العيب أنك تكون فاكر أنك مبتغلطش

♡ _____ ♡

كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو*



تعديل من خلال WPS Office



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني



الهدف مش *الفلوس*،

الهدف مش *حب الناس ليك*

، الهدف مش *الشهرة*

، الهدف مش *الوصول للقامة*....

الهدف هو أنك تبقي مرتاح

*نفسيا

، جسمانيا

و روحانيا*.

الراحة في كل واحدة من دول، جواها كلام كثير، و بتحتاج شغل
يومي (مش كثير).

بس اهم حاجة... المواظبة.

كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو*



تعديل من خلال WPS Office



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني

هتبقى أنت الي كسبان في الحياة لما تبقى مرتاح مع فكره ان:

مش كل الناس:

- هيحبوك

- هايوافقوك

- هيتمنوك الخير

- هيشوفوا أن إلي أنت بتعمله صح



كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو*



تعديل من خلال WPS Office



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني



لما توصل للمرحلة دي، محدش هيقدر يهزك.
لو وقفت فترة طويلة، مش معناه إنك فشلت.
كلنا بنحتاج بريك أوقات عشان نرتاح، نعيد ترتيب دماغنا، ونرجع أقوى. الفكرة إنك ما تخليش البريك يبقى استسلام...
ارجع، حتى لو خطوة صغيرة كل يوم، المهم ترجع وتكمل الطريق.



كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو*



تعديل من خلال WPS Office



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني

ما تصدقش إن فيه حد في الدنيا دي كلها مش واخذ باله هو
موصلك إيه..!

اللي عايز يحبك هيظهر لك حبه

اللي عايزك وعايز يبقي معاك مش هيقولك معلى أصل ظروفى .

اللي نيته خير معاك هيبان عليه من تصرفاته وافعاله معاك

اللي عايز يكون معاك هيكون معاك في كل الظروف مش على

حسب الظروف والمزاج

واللي عايز يطنشك بيهرب

اللي عايز يوجعك بيقسى واللي عايز يعوضك بيلاقي حل

اللي عايز يقولك يلا نعاقر بيتصرف ويعاقر معاك

واللي عايز يقفل الصفحة بيتصرف ويقفلها في وشك

ماتسيبش كل الأفعال.. وتمسك في احتمالات قلبك..!

♡ _____ ♡

كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو*



تعديل من خلال WPS Office



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني

قيمتك كبني آدم مش مرتبطة بنجاحك

قيمتك مرتبطة بشخصك، بمبادئك، بتصرفاتك و بالطاقة إلي بتوزعها علي إلي حواليك.

فكر في الناس الي بتحبهم و بتقدرهم و بتحب تقضي وقت معاهم ، هتلاقي أن نجاحهم في الشغل أو الدراسة أو الحياة ملهوش علاقة بقيمتهم بالنسبالك.

ركز في القيم و الأخلاق و اتمسك بيهم، و النجاح هيجي معاهم.

_ أخبرني ذات يوم

أنه "لن يُحب سواي"

كما أضاف "أنني ملجأه الوحيد والأبدي".



كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو*



تعديل من خلال WPS Office



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني

الآن وبكل أسف

أحمل تلك الذكرى

(إلى خانة الأشياء التي أهزم بها)

محدثش عايش مرتاح ١٠٠٪

متفتكرش أن الناس الي بتشوفهم علي منصات التواصل

الإجتماعي عايشين حياة مافيهاش مشاكل ولا صعوبات.

هم بيختاروا ينشروا جزء صغير من حياتهم.

و بتكون دايمًا معمولها مونتاج عشان محدش بيحب ينشر مشاكل.

و بالتالي متخليش مخك يبقي نفسه في حياة مافيهاش صعوبات و

لا مشاكل.

كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو *



تعديل من خلال WPS Office



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني

الحياة ما هي إلا أننا بنحل مشاكل يومية و بنتعلم منها و بنكتسب خبرات جديدة منها.

خلي هدفك أنك تبرمج مخك إزاي تواجهه و تحل المشاكل دي
يومية منغير ما تهرب منها أو تلهي نفسك عنها.
لأنها هتتراكم عليك و مش هتروح في حته.
خلصهم أول بأول عشان تنام مرتاح البال.
ناس كثير بتلخبط الذكاء بالنجاح.



كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو*



تعديل من خلال WPS Office



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني



النجاح مش للاذكي..

النجاح بيجي للي عنده صبر و قوه تحمل و مثابرة و القابلية علي
التغيير و التعديل و التعلم من الغلطان.

الأهم ، القدرة أنك تسمح لنفسك أنك تغلط عشان تتعلم.

مش لازم تكون اذكي واحد، بس لازم يكون عندك القدرة علي سعي
و لازم يكون عندك صبر.

افتكر الكلام ده أو اطبعه و حطه قدامك:



كتاب حين تهمس الروح بقلم الكاتبة وعد السيد احمد *دودو *



تعديل من خلال WPS Office



دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني



- الظروف المثالية مش هتيجي
- عمرك ما هتبقى جاهز ١٠٠%
- محدش هيجي ينقذك
- انت مش ضحية
- الحاجة مش هتطلع صح من أول مرة
- مفيش حاجة إسمها حظ
- المجهود إلي هتحطه هيجيك قده أو أكثر منه





دار قهوة الأدباء للنشر والتوزيع الإلكتروني



- الهروب من الأفكار مش هيحلها
- ظروف الحياة صعبه علي الكل
- الضغط النفسي كبير علي الكل برده بس بأشكال مختلفة
- الي حواليك يا هيطلعوك فوق يا هيinzلوك تحت
- المشوار صعب و فيه وحده كبيرة
- ماتستناش حد يسقفك
- متقارنش نفسك بحد غير نفسك
- لو حد تاني عملها، أنت كمان تقدر تعملها

