Contents
الفهرس

استعن بالله.. ولا تعجز 2
لا تؤجل قراءة قوانين الحياة.....3
قبل أن تبدأ.....3
تنبيه للمُعلم.....4
تنبيه: كل عنوان هو درس من دروس الحياة.....4
تنبيه: لا تقرأ كل قانون بمعزل عن غيره.....5
ترتيب العناوين في هذا الكتاب مقصود.....5
تنبيه: ليس كل قول بلازم، وليس كل مفهوم مخالف صحيحا دائما5
الفهرس.....6
صناعة إنسان يعرف كيف يعيش بـ300 قانونا للحياة 20
1.قانون البوصلة — لمن أعيش؟ علاقتك بالله ومعنى الحياة 23
1. نحن نعبد الله كما يحب... لا كما نحب..... 25
2. الله أولا... نحب الله لنرتقي بالإنسانية 27
3. قدّم الأولويات كما أمر الله..... 28
4. لا تنسَ فضل والديك مهما بلغت..... 29
5. النية ... تجارة العلماء 30
6. أهمية فعل كل شيء لله 31
7. استعن بالله... ولا تعجز..... 32
8. إذا أصبحت آمنا، معافى، وعندك قوت يومك... فقد أوتيت الدنيا 33
9. أين يبدأ الشعور بالوطن؟..... 35
10. نعم ربنا مثل عقل الأصابع..... 36

11. واجعلني مباركا أينما كنت 38
12. الإنسانية في العطاء ... أعطه معه كرامته 39
13. أن يكون عطاؤك إنسانيًا..... 41
14. بالاسلوب الذي يرتضيه 42
15. وعن عمره... فيما أفناه..... 43
16. «ارحموا من في الأرض يرحمكم من في السماء»..... 44
17. ما الرحمة في حقيقتها؟ 45
18. «الراحمون يرحمهم الرحمن»..... 46
19. «من لا يرحم لا يرحم»..... 47
20. الامتنان يغيّر ما تراه، لا ما تملكه فقط..... 48
21. ما اللطف؟ 50
22. ما حب حقيقي من غير بكاء وعياط وخناقات..... 51
23. لو كنت ذاهبًا إلى القاهرة وفاتك القطار، هل ستركب قطار الإسكندرية؟ 52
24. الله لا يحابي الجهل 53
25. الواجب الذي حان وقته..... 54
2. قانون النفس — ابنِ الإنسان الذي بداخلك (قوانين الوعي، العادات، والانضباط) 55
26. حتى يغيروا ما بأنفسهم 57
27. الناس لا يتغيرون، إطلاقا... حتى يغيروا ما بأنفسهم..... 58
28. ماذا ترى عندما تنظر إلى الموقف؟ 59
29. خُذ بالأسباب ثم توكل 60
30. لا توجد طرق مختصرة في الحياة..... 62
31. تعلَّم من المصادر الأصلية 63
32. راجع ما يصل إليك 64
33. صدّق بقدر الدليل... لا بقدر ثقة المتكلم 65
34. الشعبية لا تمنع النقد..... 66

35. الدليل هو ميزان القناعة 67
36. اطلب الكمال... واسْعَ لأن تكون أفضل نسخة من نفسك 68
37. لا تبحث عن المركز الأول دائما..... 69
38. عدو النجاح: الكمالية 70
39. اطلب الكمال... واحذر الكمالية 71
40. تعلَّم كيف تحافظ عليه قبل أن تطلب المزيد..... 72
41. «الرَّاحمونَ يرحمُهُمُ الرَّحمنُ» 73
42. عامل الناس بما تحب أن تُعامل 74
43. علم غيرك رجائا 75
44. كيف تصبح حكيما؟ 76
45. نلتقي الحكمه من اماكن متعدده 78
46. اسرع طريق لممارسة الصح..... 79
47. تعلّم المعاني قبل أن تمشي في الحياة 80
48. تعلّم أدوات الفهم قبل خوض التجربة..... 81
49. التجريب يُعلم الإنسان ما لم يعلم..... 82
50. تعلّم عُشرا... وطبّق تسعة أعشار 83

3. قانون العقل — تعلّم كيف ترى الحقيقة (قوانين الإدراك والحكمة) 84

51. لا تظن أنك بمنأى عن الخطأ 86
52. الفارق بين المعرفة والتغيير... هو التطبيق 87
53. منطقة الراحة... 88
54. انت أيُّ مستوى؟..... 89
55. حدِّد درجة الإتقان المطلوبة..... 90
56. القمة تتسع للجميع 91
57. قاعدة 80/20: ليس كل ما تفعله له نفس الأثر 92
58. العمليات العقلية الأساسية 93

59. افصل بين الماضي وما اكتسبت فيه من خبرات وطريقه الاكتساب والفكره الجديده 95
60. حياتك اليوم هي نتيجة الأشياء الصغيرة التي كررتها كل يوم 96
61. الذي لا يتطور كل ثلاث شهور فهو في خطر..... 97
62. اكتب أخطاءك..... 98
63. انظر إلى المستقبل قبل أن تبدأ 99
64. انظر إلى النتائج والمكافآت قبل اتخاذ القرار..... 100
65. انتظر المكافآت الكبيرة..... 101
66. عدم التعلق العاطفي بالمشروع أو الفكرة أو الاستعجال في بدايتها 102
67. علو الهمة وصناعة النجاح المتوازن..... 103
68. علو الهمة يبدأ من عادةٍ صغيرة 104
69. الدوبامين ... سلاح ذو حدين..... 105
70. ميزة الوعي بالذات... الخطوة الأولى لكل تغيير..... 106
71. عادة واحدة... تغيير كبير..... 108
72. الالتزام بتربية النفس..... 110
73. استبدل تفقد الهاتف بعادة تبنيك 111
74. قاوم دائما..... 112
75. ميِّز بين الراحة والمقاومة 113
76. من وصل... فهو يقف على أكتاف العمالقة..... 114
77. مرحبا بمن جاء متعلما معلما... لا مجادلا 115
78. ليس كل نقاش محتدم جدالا 116
79. قدِّم من هو أعلم منك وأحكم..... 117
80. احتفظ برأيك لنفسك... إلا إذا كانت نصيحة..... 118
81. النصيحة رحمة وليست فضيحة..... 119
82. هل تريد أن تقنعه أم أن تجعله يشعر بالنقص؟ 120
83. في الإدارة... لا يصلح أن يقود السفينة قائدان..... 121

84. التكليف ثقيل 122
85. وضوح الهدف يجمع الفريق..... 123
86. اسأل عن الهدف... قبل أن تسعى 124
87. لا شيء أضرّ بالإنسان من الوهم..... 125
88. المغالطات المنطقية..... 126
89. مغالطة الشخصنة..... 128
90. مغالطة مهاجمة رجل القش..... 129
91. مغالطة الاحتكام للسلطة..... 130
92. مغالطة التعميم المتسرع..... 131
93. مغالطة الحجة الدائرية 132
94. مغالطة «حدث بعده، إذن هو سببه»..... 134
95. مغالطة الاحتتمام بالجهات أو إلتماس المشاعر..... 135
96. مغالطة لم يفعلها أحد، وكل الناس..... 136
97. مغالطة الاحتكام الي التطرف 137
98. مغالطه الاحتكام الى المستقبل..... 138
99. خليك شيك..... 139
100. لا يمكن لأي نقاش أن يكون بنائا دون فهم وجهة نظر الطرف الآخر أولا 140
101. لا ترفض ولا تحكم قبل أن تستمع إلى النهاية..... 142
102. لا تجتهد في المكان الخاطئ مسؤوليتك تتاكد من صحة كل خطوة 143
103. اسئل غيرك هل هذه لها حل اذا فشلت وقبل ما تفشل 144
104. لا تحكم على أحد من رواية طرف واحد..... 145

4. قانون الحركة — حوّل الفهم إلى حياة *(قوانين التنفيذ والإنتاجية)* 146

105. قل، حاضر يا استاذ..... 148
106. لا تقل: "لا أحب" 149
107. اعرف حجمك..... 151

108. الآخر قد يرى ما لا تراه في نفسك..... 152
109. لا تُطع الغافل..... 153
110. الحياة تُحابي نوعين من الناس: الجريء... والمرن..... 154
111. لا تجعل خطتك تعيق رحلتك..... 155
112. الـ ... مهم جدا ولكنه ليس كل شيء في 156
113. لا شيء أضرَّ بـ(...) من (...)..... 157
114. التقط الفرصة قبل أن تفوتك..... 159
115. باخد بالي..... 160
116. نقاؤك وصراحتك يفتحان لك الأبواب..... 161
117. الوقت... أغلى مورد تملكه..... 162
118. المعرفة لا تُقاس بالوقت ولا بالمال..... 163
119. اختصر التفاصيل المملة... وركز على ما يصنع القرار 164
120. قبل أن تقتني شيئا... اسأل نفسك لماذا مرتين؟ 165
121. صاحب نفسك 166
122. أنت مؤثر..... 167
123. ركّز مع ورقتك 168
124. تجاهل الحوارات..... 169
125. استخدم سدادة الأذن كثيرا..... 170
126. البحث في المجهول..... 171
127. أحكم حياتك..... 172
128. كن مرنا... واترك للمراحل وقتها..... 173
129. وضوح الوجود..... 174
130. عش لك هدف ومشروع..... 175
131. ما هي القيم؟ وما مصدرها؟ 176
132. القيم تحدد الوجهة..... 177

133. القيم مسؤولية داخلية..... 178
134. الصور الحية للقيم..... 179
135. عندما تسير الحياة على ما يرام 180
136. أنشئ دفترا للنجاح 181
137. ركّز على ما لا يستطيع أحد أن يفعله مكانك..... 182
138. اجعل أهدافك أمام عينيك 183
139. ضع خطة مكتوبة لحياتك..... 184
140. إما أن تقود... أو تُقاد..... 185
141. ادعُ للآخرين عند نجاحهم..... 186
142. لا تأخذ الرفض بشكل شخصي 187
143. المتفوق هو من يفشل كثيرا..... 188
144. ابنِ شخصيتك... ولا تنسخ الآخرين..... 189
145. الناس لا يُظهرون لك كل شيء 190
146. ما خفي دائما أعظم 191
147. خُذ من الأسلوب لا من الصورة..... 192
148. افعل شيئا... حتى لو لم تعرف ماذا تفعل..... 193
149. ورِّط نفسك..... 194
150. لا تُدخل نفسك في رهان لا تحتمله..... 195
151. الخوف من اتخاذ قرار 196
152. الوقت المناسب هو... الآن..... 197
153. ثق في أقدار الله النافذة 198
154. غيِّر ما تستطيع... وتقبَّل ما لا تستطيع 199
155. حياتك تتغير عندما تفهم احتياجات مشاعرك..... 200
156. كل طريق فيه احتمال للنجاح واحتمال للتعلم 201
157. هناك فشل... وهناك فشل تفتخر به 202

158. توقف عن البكاء على ما فقدته... واستثمر ما تملكه 203
159. المبادرة وحل المشكلات... أصبحت عملة نادرة 204
160. الوعي العقلاني المسبق يحميك من التورط 205
161. لا تجعل المخاطر والاحتياطات تمنع التفكير، بل اجعلها جزءا من التفكير الواعي. ... 206
5. قانون القلب — افهم مشاعرك ولا تجعلها تقودك *(قوانين المرونة والصلابة)*
207 .....
162. هذا فعل لا يليق بالرجل ﴿ المروءة ﴾ 209
163. الرجل لا يكذب 210
164. الكذب يفتح أبوابا من الشر..... 211
165. العدل هو الطريق إلى السلام 212
166. القوة الحقيقية ليست في الصراخ 213
167. اقرأ بين السطور..... 214
168. النضج... أن تتعلم قبل أن تُكرر 215
169. فكّر بسرعة... ولا تتصرف بسرعة 216
170. لا تجعل كثرة الموافقين دليلا على صحة الفكرة..... 217
171. تمسَّك برأيك... إذا كانت وراءه تجربة..... 218
172. لا تثق في تجاربك الناجحة..... 219
173. لا تُكابر إذا كانت كل الشواهد ضدك..... 220
174. الانفتاح..... 221
175. المرونة والانفتاح في مكانهما الصحيح..... 222
176. المرونة والانفتاح... يبدأان عندما ينتهي شعورك أنك وصلت 223
177. المرونة والسرعة والإبداع في إدارة الجهود 224
178. هل رأيت الصورة كاملة؟ 225
179. لا تجعل صدمات الماضي تمنعك من المحاولة مرة أخرى 226
180. لا تحمل الأمس إلى الغد 227

181. تصرّف بتواضع 228
182. هل نحاول إنقاذ المشكلة... أم نحافظ على سببها؟ 229
183. لا تجعل القيود الصارمة أسلوب حياة 230
184. نسعى لنشر السعادة 231
185. لا تجعل القيود تقتل الإبداع 232
186. لا تقيّد التفكير... وقَيِّد الفعل 233
187. افصل بين الفكرة... وطريقة عرضها 234
188. نحن نتراجع عن المواقف... لا عن القيم 235
189. شعارك "انا بحب التجربة جدا" 236
190. الحاجه لها الف طريقه 237
191. لا تتعامل بالعاطفة وحدها اطلاقا 238
192. عقلك قبل قلبك 239
193. تأمل بعمق... تفهم بعمق 240
194. لا تجعل المشاعر تحكم القرار... ولا تجعل القرار يجرح المشاعر 241
195. احسب الأثر قبل أن تنتهي اللحظة 242
196. أحيانا الطريق هو الذي يختار 243
197. الحل يجب أن يكون له أساس يمكن الدفاع عنه 244
198. بعض الأفكار تحتاج وقتا لتنضج ... ستة أشهر 245
199. محدودية المعرفة تجعل المشاعر حكما غير موثوق على المستقبل 247
200. هل هذا قرارك... أم شعورك؟ 248
201. فصل المشاعر 249
202. افهم نفسك... ولا تُحاربها 250
203. لا تفقد اتزانك تحت ضغط الموقف 251
204. دعوة حقيقية للأمل والمرونة، وتذكرنا بأن التوقف ليس خياراً أبداً 252

6. قانون الناس — ابنِ علاقاتك وأثرك *(قوانين التفاعل المجتمعي)* 253

205. ليس كل موقف يُواجه بالمزيد من الحركة 255
206. اعتذر 256
207. الصمت حكمة 257
208. لا تعرف... أفضل من أن تظن 258
209. استمع أكثر مما تتكلم 259
210. تبسُّمك لغيرك صدقة... والكلمة الطيبة صدقة 260
211. لا تستهن بالمواقف الصغيرة الرحيمة 261
212. الكِبر... بطر الحق وغمط الناس 262
213. لا تتكلم على الناس 263
214. اسأل قبل أن تحكم 264
215. لا تثق في حكم غيرك على غيرك 265
216. الإنسان يرتاح لمن يفهم مشاعره 266
217. لا تستفز أمراض القلوب 267
218. تصحيح الخطأ لا يحتاج إلى الشدة 268
219. افهم حدود الكلام 269
220. ليس كل ما تقوله سيُفهم كما قصدت 270
221. كن رحيما بمن يناقشك 271
222. تجنب تحويل الطلب إلى أمر 272
223. لا تُحوِّل أخطاء الناس إلى هويتهم 273
224. قدّم التربية على التعليم ... لمن يستحق 274
225. اصبر على الناس... واسعَ لإصلاحهم 275
226. احترم عقل من أمامك... لتنمي قدراته 276
227. افهم مرجعية الشخص قبل أن تُقيِّم كلامه 277
228. اعرض أفكارك للنقاش... لا للفرض 278
229. أظهر تقديرك للنقاش 279

230. لا ترد على السؤال او الكلام بسؤال أو بمثال..... 280
231. نحن مسؤولون عن سلوكنا... ولسنا مسؤولين عن ردود أفعال الناس..... 281
232. لا تجعل مشاعره تقود قرارك... ولا تجعل قرارك يجرح مشاعره..... 282
233. ليست المشكلة فيما تقوله...غالبا.. بل في الطريقة التي تقوله بها 283
234. استمع إلى الإنسان... لا إلى الكلمات فقط 284
235. الاحترام والتقدير والهدوء 285
236. لا أحد يتعامل بالعاطفة فقط..... 286
237. احترم المواعيد 287
238. حافظ على وقت الناس 288
239. لا تجعل تصرفاتك تزرع الخوف فيمن حولك..... 289
240. مال أخيك وعِرضه كمالك وعِرضك 290
241. لا تفرض على أحد ما لا يريده 291
242. التعاون لا تلغيه المنافسة 292
243. العلاقات هي الرصيد الذي سيفتح لك الأبواب..... 293
244. من يشعر بالنقص... قد يرى وجودك تهديدا..... 294
245. الفرق بين الصاحب والمعارف..... 295
246. ليس كل الناس يستحقون معرفة تفاصيل حياتك..... 296
247. لا تصاحب إلا مؤمنا 297
248. دائرة واحدة أم عوالم متعددة؟ 299
249. استفد من الناس... مهما اختلفت معهم..... 300
250. البواسل... لكل واحد منهم قصة يرويها 301
251. استفد من المعرفة... وضع ألف خط تحت مصدرها..... 302
252. فتح أذنك لا يعني فتح عقلك لكل شيء 303
253. ناقش الفكرة... ولا تشخّص صاحبها..... 305
254. ما الفرق بين رفض الفكرة والهروب منها؟..... 306

255. لا ترفض التحذير قبل أن تفحصه 307
256. حافظ على قنوات التواصل 308
257. لا تنسَ أصحابك ومعارفك من "لحمة العيد" 309
258. الانتقاء في العلاقات ليس تكبرا..... 310
259. تفقد أحوال من حولك 311
260. متى اهتممت بأمر لا يعنيك؟ 312
261. أظهر محبتك لمن حولك..... 313
262. اجعل وجودك فارقا في حياة الناس 314
263. لا تتردد في طلب المساعدة..... 315
264. اطلب حقك... ولا تستحِ من المطالبة به 316
265. ليس دائما الحل أن تواجه... ولا أن تتجاوز 317
266. التفاهم والثقة يحلان أكثر مما تتوقع..... 318
267. اعرف حدود حقوقك بدقة..... 319
268. احرص... ولا تخُن، واحرص أيضا ممن حولك..... 320
269. ليس كل الناس يستحقون المسامحة 321

7. قانون الحياة — عش بوعي، وابنِ أثرك، واترك سيرة طيبة *(قوانين المروءة والخلود)*

..... 322

270. نظرك إيجابي للحياة..... 324
271. الحزن قاتل..... 325
272. الطيبة لا تعني ضعف الشخصية 326
273. تمسك بالأخلاق في الأزمات..... 327
274. الثبات على المبدأ... هو الجَمدان الحقيقي..... 328
275. فرّق بين التوجّه والانتماء..... 329
276. ليس كل من وافقك في التوجه، ينتمي إليك 330
277. حماية الذات من البيئات السلبية 331

278. وجود أيام مملة..... 332
279. توقَّع الخسارة..... 333
280. متى تنسحب؟..... 334
281. لا تبكِ على اللبن المسكوب..... 335
282. لا تضع البيض في سلة واحدة..... 336
283. لم يخلق الله للإنسان قلبين..... 337
284. ليست نهاية العالم... أكمل..... 338
285. عدِّد نعمك..... 339
286. من أجمل نعم الدنيا... أننا نعيشها 340
287. لا تجعل الظروف تحدد مستواك..... 341
288. الحياة ممكن تسحلك... عادي..... 342
289. إذا وصلت إلى هذه المرحلة... فابحث عن المشكلة داخلك..... 343
290. لا تُدخل نفسك في اختبار لا تحتمله..... 344
291. كن المنشغل... ولا تكن الضحية..... 345
292. ضريبة الإتقان..... 346
293. السيرة الحسنة أطول من العم..... 347
294. احفظ سمعتك قبل كل شيء 348
295. كن الشمس 349
296. صحتك مسؤوليتك اليومية..... 350
297. راقب تصرفاتك وكلمتك الصغيرة خلال المواقف 351
298. ماذا يشعر من تقدم له؟..... 352
299. اكتب أخطاءك في ورقة... وتفقدها باستمرار 353
300. وصيتي الأخيرة إليك..... 354