

السنة مخلصتش لسه

خطة إنقاذ آخر 50 يوم في 2026

برنامج كامل يوم بيوم - من 12 نوفمبر لـ 31 ديسمبر

50 يوم - 5 مراحل - نظام يومي ثابت - مهارة واحدة تمشي عليها للآخر

ahmadshawqi.com

لكل واحد حس إن 2026 خلصت

فاضل 50 يوم بالتمام لو حاسس إن 2026 خلصت ومعملتش فيها الرها - فالخبر الحلو: السنة لسه السنة كلها لو اتعملوا صح - مش بأهداف مخلصتش. من الخميس 12 نوفمبر للخميس 31 ديسمبر كبيرة مستحيلة، بنظام يومي ثابت ومهارة واحدة تمشي عليها للآخر. والكمال. 50 يوم كفاية يغيروا شكل غير ما تبص لقدام ومن الفكرة ببساطة: 5 مراحل، كل مرحلة 10 أيام. كل يوم ليه رقم (اليوم 1 لليوم 50) فات. الخطة معمولة للي هيبدأ من الصفر: مفيش والتاريخ جنبه - تفتح على يومك وتنفذ اللي فيه، من متطلبات سابقة، ومفيش حاجة اسمها «فات الأوان». غير ما تفكر في اللي

«نهاردة» ورا بعض = سنة القاعدة اللي هتمشي عليها 50 يوم: اليوم الواحد هو وحدة النجاح. اتغيرت. متفكرش في الـ 50 - فكر في النهاردة بس. 50

قواعد اللعبة - من أول يوم

- مكتوب مش موجود. • هات كشكول وقلم من أول يوم: كل حاجة هتتكتب - النظام اليومي، التقييم، الملاحظات. اللي مش
- وارجلها 1 يناير. • ممنوع تضيف أهداف جديدة في النص: الخطة مقفولة 50 يوم. أي فكرة جديدة اكتبها في صفحة «بعد الخطة»
- أو على وضع الطيران. • الموبايل بعيد وقت الجلسات: جلسة المهارة الـ 90 دقيقة والإنجليزي والحفظ - الموبايل في أوضة تانية
- الأول ومن غير جلد ذات. • يوم فشل مش نهاية العالم: وقعت يوم؟ كمل ثاني يوم على طول من نفس اليوم اللي وقفت عنده، من غير ما تعيد من
- 60٪ حاسب نفسك بعدل. • إنت رقيب نفسك: قيم كل 10 أيام بصدق كامل - فوق 80٪ التزام كافئ نفسك، وتحت

وعلقها قدامك. القواعد دي مش اقتراحات - دي شروط اللعبة. اللي هيكسرها هيكسر الخطة معاها. اطبع الصفحة دي

النظام اليومي الثابت

مبنية فوقه. لو يومك ضاق، دي الحاجات اللي بتتعمل كل يوم من الـ 50 - من غير نقاش ومن غير استثناء. (فجر + صفحة قرآن + 10 دقائق رياضة + درس النظام ده هو العمود الفقري للخطة، والمراحل الخمسة إنجليزي) أحسن مليون مرة من يوم صفر. قلل مش توقف: النسخة الخفيفة

م	العنصر	ليه؟
1	صلاة الفجر + أذكار الصباح	باقي اليوم. بداية اليوم من عند رينا قبل أي حاجة - دي اللي بتتبط
2	جلسة المهارة الرئيسية - 90 دقيقة	يومك كله. أول النهار وقبل أي مشتت. دي أهم جلسة في
3	واحد من ZAmericanEnglish درس إنجليزي	من 1 إلى 50). درس واحد في اليوم = 50 درس في 50 يوم (المستوى الأول: دروس
4	قراءة 20 دقيقة	واحد خلصان. كتاب واحد تخلصه على مهلك أهم من 5 كتب مفتوحة ومفیش
5	رياضة 10 دقائق	عقل بيشغل. مشي أو تمارين بيت - الجسم اللي بيتحرك
6	ورد قرآن: صفحة يوميا	للمراجعة. بنكمل بيها جزء عم ثم تبارك - والجمعة
7	أذكار المساء	اقفل اليوم بذكر زي ما فتحته.
8	تقييم اليوم في الكشكول	بكرة؟ 3 أسطر بس: عملت إيه؟ اتعلمت إيه؟ أهم حاجة

مهارتك الرئيسية - اختارها صح

اقرأ الدليل، واختار المهارة الخطة كلها مبنية على مهارة واحدة رئيسية تمشي عليها الـ 50 يوم. اختارها من أدوات مجانية. مهارة واحدة بعمق دليل المهارات الكامل: <https://ahmadshawqi.com/1490> - أحسن من 11 مهارة بسطحية. اللي بتحبتها والسوق بيطلبها وتقدر تبدأها

مراحل المهارة الخمسة

الأيام	المرحلة	هدفها
(أيام من 1 إلى 10) المرحلة الأولى	أساسيات وأدوات	تفهم المجال وتجهز عدتك
(من 11 إلى 20) المرحلة الثانية (أيام)	ممارسة موجهة يومية	إيدك تاخذ على الشغل
(من 21 إلى 30) المرحلة الثالثة (أيام)	مشاريع صغيرة كاملة	تخلص حاجات من الأول للآخر
(من 31 إلى 40) المرحلة الرابعة (أيام)	حقيقي + معرض أعمال مشروع	شغل يتقدم لشخص حقيقي
(من 41 إلى 50) الخامسة (أيام) المرحلة	تقييم وأول خطوة للسوق عرض الشغل وطلب	أول احتكاك حقيقي بالسوق

التزم 50 يوم مهما حصل. تحذير: تغيير المهارة في النص = إلغاء الخطة. اختار كويس من الأول، وبعدين

المسار النفسي

القاعدة: من مضغوط من دورات الدكتور عبد الرحمن ذاكر الهاشمي - مش مطلوب تخلص الدورات أكثر، عشان التنفيذ أهم من كاملة، المطلوب الجزء المحدد لكل مرحلة (هتلاقيه في جدول كل مرحلة). الاستهلاك. 20 إلى 30 دقيقة يوميا للمحتوى النفسي - مش

- المرحلتان الأولى والثانية: «مع نفسي» - الأساس: علاقتك بنفسك وفهمها.
- المرحلة الثالثة: «من أنا ولم أنا» - الهوية والهدف (نسخة مضغوطة).
- المرحلتان الرابعة والخامسة: «الاختلاء بالنفس» - المراجعة العميقة.
- الأسبوع الجاي. • جلسة تزكية كل جمعة (7 جمعات في الخطة): راجع أسبوعك، واسمع أو اقرأ حاجة تزكي قلبك، واكتب دعاء واحد مركز عليه

المسار الصحي

- أسبوعيا، الثالثة من 12 • الرياضة - 10 دقائق يوميا تصاعدية: المرحلة الأولى مشي أو تمارين بيت
- الرابعة والخامسة 15 دقيقة ثابتة - نظام مقفول. خفيفة، الثانية من 10 إلى 12 دقيقة + قوة مرتين إلى 15 دقيقة،
- المحلة تماما، الرابعة • السكر - تقليل تدريجي: الأولى نص الكمية المعتادة، الثانية ثبت النص
- سكر مضاف، الخامسة سكر في المناسبات فقط. وامنع السكر في المشروبات، الثالثة امنع المشروبات أيام كاملة بصفر
- ومن غير تركيز مفيش مهارة. • النوم: نام بدري واصحى بدري - الفجر بداية اليوم مش نهايته. من غير نوم مضبوط مفيش تركيز،

المرحلة الأولى - التأسيس

أيام من 1 إلى 10 (من 12 نوفمبر إلى 21 نوفمبر)

جسمك وعقلك هدف المرحلة: بناء النظام نفسه. مش مطلوب منك تبرر حد - مطلوب منك يتعودوا على الإيقاع. تثبت. كل حاجة في المرحلة دي «خفيفة» عمدا عشان

جدول يوم بيوم

اليوم	التاريخ	تركيز اليوم	تم
اليوم 1	الخميس 12 نوفمبر	دي بالذات؟» اختر مهارتك الرئيسية من دليل المهارات، واكتب في الكشكول: «ليه	☐
اليوم 2	الجمعة 13 نوفمبر	اللي هتحتاجها جلسة تزكية 1 + جهاز أدواتك: البرامج والحسابات المجانية	☐
اليوم 3	السبت 14 نوفمبر	ملاحظاتك الأساس الأول: المصطلحات والمفاهيم - مصدر واحد موثوق ودون	☐
اليوم 4	الأحد 15 نوفمبر	الخاصة الأساس الثاني: 3 شروحات أساسية + ملاحظاتك	☐
اليوم 5	الاثنين 16 نوفمبر	أول تمرين عملي موجه - طبق اللي اتعلمته بإيدك	☐
اليوم 6	الثلاثاء 17 نوفمبر	تفهمها كويس الأساس الثالث: النقطة الأصعب - ارجعها لحد ما	☐
اليوم 7	الأربعاء 18 نوفمبر	تمرين عملي ثان - أطول من الأول	☐
اليوم 8	الخميس 19 نوفمبر	راجع أخطاء التمرينين وصلحها واحد واحد	☐
اليوم 9	الجمعة 20 نوفمبر	الشخصي) جلسة تزكية 2 + لخص أساسياتك في صفحة واحدة (مرجعك	☐
اليوم 10	السبت 21 نوفمبر	المرحلة تقييم المرحلة: اختبر نفسك شفها + مكافأة	☐

تركيز المرحلة - نفسي / صحي / ديني

- النفسي: «مع نفسي» - الحلقات الأولى: علاقتك بنفسك وفهمها
- الصحي: 10 دقائق مشي أو تمارين بيت + السكر: نص الكمية المعتادة
- الديني: جزء عم - صفحات من 1 إلى 10 (صفحة يوميا، والجمعة مراجعة)

متتبع المرحلة الأولى - علم كل يوم

نسبتك من 80 علامة. علم على كل عنصر التزمت بيه في يومه - 8 علامات يعني يوم كامل. آخر يوم في المرحلة احسب

العادة	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
الفجر والأذكار										
جلسة المهارة 90 د										
درس الإنجليزي										
قراءة 20 دقيقة										
رياضة 10 دقائق										
ورد القرآن										
أذكار المساء										
تقييم اليوم										

تقييم المرحلة - آخر يوم

- إيه اللي اتنفذ فعلا من الـ 10 أيام؟ (الحقيقة مش الأمل)
- كام يوم من الـ 10 التزمت بالنظام اليومي كامل؟
- إيه أكبر عائق وقفك؟ وإزاي هتتعامل معاه المرحلة الجاية؟
- نسبة التزامك من 100؟ فوق 80 كافئ نفسك - تحت 60 حاسب نفسك بعدل.

يستاهل. مكافأة المرحلة: يوم خفيف + أكلة بتحبها - إنت بنيت النظام، وده

المرحلة الثانية - البناء

أيام من 11 إلى 20 (من 22 نوفمبر إلى 1 ديسمبر)

تأخذ على الشغل الحقيقي. هدف المرحلة: رفع الحمل. النظام بقي عادة، فدلوقتي بنزود عليه: ممارسة يومية جادة، وإيدك تبدأ

جدول يوم بيوم

اليوم	التاريخ	تركيز اليوم	تم
اليوم 11	الأحد 22 نوفمبر	تدريب ثابت خطة الممارسة: تمرين يومي 45 دقيقة + مصدر	☐
اليوم 12	الاثنين 23 نوفمبر	تمرين موجه 1	☐
اليوم 13	الثلاثاء 24 نوفمبر	الفرق تمرين موجه 2 - قارن شغلك بنموذج محترف واكتب	☐
اليوم 14	الأربعاء 25 نوفمبر	تمرين موجه 3	☐
اليوم 15	الخميس 26 نوفمبر	تمرين موجه 4 - ارفع الصعوبة درجة	☐
اليوم 16	الجمعة 27 نوفمبر	الأخطاء جلسة تزكية 3 + مراجعة أسبوع الممارسة وتصحيح	☐
اليوم 17	السبت 28 نوفمبر	تمرين موجه 5 - ركز على أضعف نقطة عندك	☐
اليوم 18	الأحد 29 نوفمبر	تمرين موجه 6	☐
اليوم 19	الاثنين 30 نوفمبر	تحذ: قطعة كاملة من الصفر في وقت محدد	☐
اليوم 20	الثلاثاء 1 ديسمبر	المرحلة تقييم المرحلة: اعرض شغلك على حد فاهم + مكافأة	☐

تركيز المرحلة - نفسي / صحي / ديني

• النفسي: «مع نفسي» - استكمال الدورة

السكر • الصحي: من 10 إلى 12 دقيقة + تمارين قوة مرتين أسبوعيا + ثبت نص

• الديني: جزء عم - صفحات من 11 إلى 23

متتبع المرحلة الثانية - علم كل يوم

نسبتك من 80 علامة. علم على كل عنصر التزمت بيه في يومه - 8 علامات يعني يوم كامل. آخر يوم في المرحلة احسب

العادة	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
الفجر والأذكار										
جلسة المهارة 90 د										
درس الإنجليزي										
قراءة 20 دقيقة										
رياضة 10 دقائق										
ورد القرآن										
أذكار المساء										
تقييم اليوم										

تقييم المرحلة - آخر يوم

- إيه اللي اتنفذ فعلا من الـ 10 أيام؟ (الحقيقة مش الأمل)
- كام يوم من الـ 10 التزمت بالنظام اليومي كامل؟
- إيه أكبر عائق وقفك؟ وإزاي هتتعامل معاه المرحلة الجاية؟
- نسبة التزامك من 100؟ فوق 80 كافى نفسك - تحت 60 حاسب نفسك بعدل.

وعديتها. مكافأة المرحلة: خروجة حلوة - الممارسة اليومية أصعب مرحلة نفسيا،

المرحلة الثالثة - التعمق

أيام من 21 إلى 30 (من 2 ديسمبر إلى 11 ديسمبر)

مخلصة من الأول للآخر. هدف المرحلة: من التمرين للمشاريع. الفرق بين اللي «يتعلم» واللي «يعرف» هو حاجة واحدة: حاجات

جدول يوم بيوم

اليوم	التاريخ	تركيز اليوم	تم
اليوم 21	الأربعاء 2 ديسمبر	بوضوح اختر مشروعك المصغر الأول وحدد النتيجة النهائية	☐
اليوم 22	الخميس 3 ديسمبر	خطط المشروع: خطوات + وقت لكل خطوة	☐
اليوم 23	الجمعة 4 ديسمبر	جلسة تزكية 4 + ابدأ التنفيذ: الجزء الأول	☐
اليوم 24	السبت 5 ديسمبر	التنفيذ: الجزء الثاني	☐
اليوم 25	الأحد 6 ديسمبر	أنه المشروع الأول وقيمه بصدق	☐
اليوم 26	الاثنين 7 ديسمبر	مشروع مصغر ثان - أصعب من الأول	☐
اليوم 27	الثلاثاء 8 ديسمبر	التنفيذ	☐
اليوم 28	الأربعاء 9 ديسمبر	أنه المشروع واكتب 3 دروس اتعلمتها	☐
اليوم 29	الخميس 10 ديسمبر	مشروع ثالث سريع - تحدي 48 ساعة	☐
اليوم 30	الجمعة 11 ديسمبر	جلسة تزكية 5 + تقييم المرحلة + مكافأة المرحلة	☐

تركيز المرحلة - نفسي / صحي / ديني

- النفسي: «من أنا ولم أنا» - الهوية والهدف (مضغوط)
- الصحي: من 12 إلى 15 دقيقة + منع المشروبات المحلاة تماما
- الديني: جزء تبارك - صفحات من 1 إلى 10

متتبع المرحلة الثالثة - علم كل يوم

نسبتك من 80 علامة. علم على كل عنصر التزمت بيه في يومه - 8 علامات يعني يوم كامل. آخر يوم في المرحلة احسب

العادة	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
الفجر والأذكار										
جلسة المهارة 90 د										
درس الإنجليزي										
قراءة 20 دقيقة										
رياضة 10 دقائق										
ورد القرآن										
أذكار المساء										
تقييم اليوم										

تقييم المرحلة - آخر يوم

- إيه اللي اتنفذ فعلا من الـ 10 أيام؟ (الحقيقة مش الأمل)
- كام يوم من الـ 10 التزمت بالنظام اليومي كامل؟
- إيه أكبر عائق وقفك؟ وإزاي هتتعامل معاه المرحلة الجاية؟
- نسبة التزامك من 100؟ فوق 80 كافئ نفسك - تحت 60 حاسب نفسك بعدل.

رفاهية. مكافأة المرحلة: كتاب أو أداة تفيد مهارتك - استثمار في نفسك مش

المرحلة الرابعة - الإنتاج

أيام من 31 إلى 40 (من 12 ديسمبر إلى 21 ديسمبر)

بدأوا معاك ووقفوا. هدف المرحلة: من المشاريع المصغرة للشغل الحقيقي. المرحلة دي اللي هتفرقك عن 90% من اللي

جدول يوم بيوم

اليوم	التاريخ	تركيز اليوم	تم
اليوم 31	السبت 12 ديسمبر	حقيقي اختر مشروعك الحقيقي: مشكلة حقيقية لشخص	☐
اليوم 32	الأحد 13 ديسمبر	الكشكول خطة المشروع + موعد تسليم ملزم تكتبه في	☐
اليوم 33	الاثنين 14 ديسمبر	التنفيذ 1	☐
اليوم 34	الثلاثاء 15 ديسمبر	التنفيذ 2	☐
اليوم 35	الأربعاء 16 ديسمبر	مراجعة منتصف المشروع - إيه اللي محتاج يتظبط؟	☐
اليوم 36	الخميس 17 ديسمبر	التنفيذ 3 - اللمسات الأخيرة	☐
اليوم 37	الجمعة 18 ديسمبر	صريحا جلسة تزكية 6 + سلم المشروع واطلب تقييما	☐
اليوم 38	السبت 19 ديسمبر	ابن معرض أعمالك: من 3 إلى 5 قطع مرتبة	☐
اليوم 39	الأحد 20 ديسمبر	مبدئية جهز بروفايك للسوق: نبذة + ماذا تقدم + أسعار	☐
اليوم 40	الاثنين 21 ديسمبر	تقييم المرحلة + مكافأة المرحلة	☐

تركيز المرحلة - نفسي / صحي / ديني

- النفسي: «الاختلاء بالنفس» - الجزء الأول
- الصحي: 15 دقيقة ثابتة + أيام كاملة بصفر سكر مضاف
- الديني: جزء تبارك - صفحات من 11 إلى 20

متتبع المرحلة الرابعة - علم كل يوم

نسبتك من 80 علامة. علم على كل عنصر التزمت بيه في يومه - 8 علامات يعني يوم كامل. آخر يوم في المرحلة احسب

العادة	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
الفجر والأذكار										
جلسة المهارة 90 د										
درس الإنجليزي										
قراءة 20 دقيقة										
رياضة 10 دقائق										
ورد القرآن										
أذكار المساء										
تقييم اليوم										

تقييم المرحلة - آخر يوم

- إيه اللي اتنفذ فعلا من الـ 10 أيام؟ (الحقيقة مش الأمل)
- كام يوم من الـ 10 التزمت بالنظام اليومي كامل؟
- إيه أكبر عائق وقفك؟ وإزاي هتتعامل معاه المرحلة الجاية؟
- نسبة التزامك من 100؟ فوق 80 كافئ نفسك - تحت 60 حاسب نفسك بعدل.

سهلة. مكافأة المرحلة: احتفل مع حد بتجبه - مشروع حقيقي متسلم مش حاجة

المرحلة الخامسة - الحصاد وإغلاق السنة

أيام من 41 إلى 50 (من 22 ديسمبر إلى 31 ديسمبر)

ورايح فين. هدف المرحلة: العرض والسوق وإغلاق السنة. آخر 3 أيام مخصصة لجرد 2026 وخطة 2027 - هتدخل السنة الجديدة وإنت عارف إنت مين

جدول يوم بيوم

اليوم	التاريخ	تركيز اليوم	تم
اليوم 41	الثلاثاء 22 ديسمبر	انشر معرض أعمالك في مكان عام واحد	☐
اليوم 42	الأربعاء 23 ديسمبر	المجال اطلب تقييما من 3 أشخاص - واحد منهم محترف في	☐
اليوم 43	الخميس 24 ديسمبر	طبق أهم ملاحظة على قطعة واحدة من شغلك	☐
اليوم 44	الجمعة 25 ديسمبر	بكم؟ جلسة تزكية 7 + اكتب عرض خدمتك الأول: ماذا؟ لمن؟	☐
اليوم 45	السبت 26 ديسمبر	قد إيه راجع رحلة المهارة كاملة من اليوم الأول - شوف اتغيرت	☐
اليوم 46	الأحد 27 ديسمبر	المبتدئين قدم على أول فرصة حقيقية - حتى لو بشروط	☐
اليوم 47	الاثنين 28 ديسمبر	طور أضعف قطعة في معرض أعمالك	☐
اليوم 48	الثلاثاء 29 ديسمبر	جرد 2026: إنجازاتك (حتى الصغيرة) + أهم 3 دروس	☐
اليوم 49	الأربعاء 30 ديسمبر	كبرى) جرد 2026: أخطاء مش هتتكرر + ناس تشكرهم + مسودة خطة 2027 (3 أهداف	☐
اليوم 50	الخميس 31 ديسمبر	خلصت 50 يوم كاملين اكتب رسالة لنفسك تفتحها 1 يناير + احتفل:	☐

تركيز المرحلة - نفسي / صحي / ديني

- النفسي: «الاختلاء بالنفس» - استكمال + مراجعة الرحلة كاملة
- الصحي: النظام مقفول - 15 دقيقة + سكر في المناسبات فقط
- الراحة: الديني: مراجعة الجزأين + ختم جزء ثالث (قد سمع) لمن أراد - صفحتين في أيام

إغلاق السنة - أيام من 48 إلى 50

إنت مين ورايح فين. آخر 3 أيام مش للمهارة - للسنة كلها. هتقفل 2026 صح عشان تدخل 2027 وإنت عارف

جرد 2026 (اليوم 48)

مش هيعرف يبني عليها. • إنجازاتك السنة دي - حتى لو صغيرة: اكتب 10 على الأقل. اللي مش شايف إنجازاته
• أهم 3 دروس اتعلمتها السنة دي.

جرد 2026 (اليوم 49)

• 3 أخطاء قررت مش هتتكرر في 2027 - اكتبها واكتب البديل لكل واحد.
• 5 ناس تشكرهم - وابعت لواحد منهم رسالة شكر فعلا النهاردة.
من يناير. • مسودة خطة 2027: 3 أهداف كبرى فقط - مش 10. ولكل هدف: أول خطوة هتعملها في أول أسبوع

اليوم 50 - الرسالة

تقوله لنفسك بعد سنة؟ • اكتب رسالة لنفسك تفتحها 1 يناير 2027: إنت مين النهاردة؟ إيه اللي نفسك
• اقرأ تقييمات المراحل الخمسة ورا بعض - شوف الرحلة كاملة.
• احتفل: 50 يوم التزام - دي مش حاجة صغيرة خالص.

تقييم المرحلة الخامسة

• إيه اللي اتنفذ فعلا من الـ 10 أيام؟ (الحقيقة مش الأمل)
• كام يوم من الـ 10 التزمت بالنظام اليومي كامل؟
• إيه أكبر عائق وقفك؟ وإزاي هتتعامل معاه المرحلة الجاية؟
• نسبة التزامك من 100؟ فوق 80 كافئ نفسك - تحت 60 حاسب نفسك بعدل.

حاجة صغيرة. مكافأة المرحلة: هدية حقيقية لنفسك - 50 يوم التزام كاملين دي مش

وقعت في النص؟ كمل من هنا

بين اللي بيكمل واللي خلىنا نتفق من الأول: الوقوع هيحصل. يوم تعبان، أسبوع ظروف، حماس بيهدى - بيوقف هو سرعة الرجوع. ده طبيعي وبيحصل مع كل الناس. الفرق الوحيد

الرجوع. • الوقوع هيحصل - الفرق الوحيد بين اللي بيكمل واللي بيوقف هو سرعة

من الأول أبدا. • يوم فاتك؟ كمل تاني يوم من نفس اليوم اللي وقفت عنده - متفكرش تعيد

ارجع للجدول الكامل. • وقعت أسبوع كامل؟ ارجع بالنسخة الخفيفة 3 أيام (فجر + صفحة قرآن + 10 دقائق رياضة + درس إنجليزي) وبعدين

• امسح كلمة «خلاص ضاعت» من قاموسك - 50 يوم، ويوم واحد مش هيلغي 49.

خالص. • حاسس إن الخطة ثقيلة؟ قلل جلسة المهارة لـ 45 دقيقة مؤقتا بدل ما توقف

مبيقعش. القاعدة اللي تحفظها: اللي وقع ورجع أسرع هو اللي بينجح - مش اللي

أسئلة هتيجي في بالك

أبدأ يوم 12 نوفمبر بالظبط؟

يوم مش التاريخ نفسه. الأفضل أيوه عشان التواريخ مضبوطة، لكن لو اتأخرت إبدأ من «اليوم 1» في أي يوم وكمل 50 يوم - المهم 50

معنديش 90 دقيقة للمهارة؟

زي ما بتحمي شغلك. خليها 45 دقيقة كحد أدنى مؤقت، بس 90 دقيقة هي اللي بتعمل الفرق الحقيقي. احم الجلسة دي

أقدر أغير المهارة في النص؟

الأول لأي خطة. لا. ده بالظبط اللي قاعدة «ممنوع أهداف جديدة» بتمنعه - التشتيت هو العدو

الإنجليزي لازم ZAmericanEnglish؟

الثبات مش الاسم. هو المنهج المقترح عشان الخطة ماشية عليه يوم بيوم، لكن أي منهج ثابت بدرس واحد يومياً يمشي - المهم

أعمل إيه بعد اليوم 50؟

صفحة الروابط. كمل على برنامج الـ 12 أسبوع - 3 شهور كاملة بنفس الروح والنظام. الرابط في

أدلتك الكاملة على الموقع

هو اللي بيقتل أي خطة. كل اللي تحت ده من موقعك - متفتحش حاجة بره القائمة دي غير للضرورة. التشتيت بين المصادر

ابدأ من هنا

https://ahmadshawqi.com/1490	دليل المهارات - اختار مهارتك الرئيسية
https://ahmadshawqi.com/1421	برنامج الـ 12 أسبوع - كمل بعد الـ 50 يوم

الإنجليزي

https://ahmadshawqi.com/246	تعلم الإنجليزية من الصفر
https://ahmadshawqi.com/1389	خطة ZAmericanEnglish الكاملة PDF

القراءة والإنجاز وتطوير الذات

https://ahmadshawqi.com/238	مهارة القراءة
https://ahmadshawqi.com/235	مهارة الإنجاز والتغلب على التسويف
https://ahmadshawqi.com/239	مهارة تطوير الذات

2026 مخلصتش لسه

في صدرك، جسم بيتحرك كل تخيل نفسك ليلة 31 ديسمبر: 50 يوم التزام وراك، مهارة اتبنت من الصفر الفرق بينك وبين الصورة دي حاجة واحدة: إنك لمعرض أعمال حقيقي، 50 درس إنجليزي، جزأين قرآن تبدأ يوم 12 نوفمبر - مش 1 يناير. يوم، وجرّد سنة كامل وخطة 2027 جاهزة.

2026 مخلصتش لسه - فاضل 50 يوم يغيروا شكل السنة كلها. ابدأ.

رابط المقال على الموقع
ahmadshawqi.com