

رابط المادة على منصة باحث

"أسرار مذاكرة الدحیج" (م/علاء "برنامج أيام الجامعة")

حامد

علاء حامد

السلام عليكم ازاكرا ازاي؟ سؤال على طول بيجي لنا ازاكرا ازاي؟ انا هقول لك كم نصيحة كده بسرعة آآ هساعدك بها ان شاء الله لو
نفختهم الموضوع هيتحسن كتير جدا - 00:00:00

اول نصيحة الموضوع موضوع وقت انت بتضيع وقتك يبقى الكلام اللي جاي في الفيديو دوت ما يلزمكش يعني الموضوع ما لوش
لازم. الموضوع موضوع وقت. لو انت مش بتعرف تمسك وقتك يبقى الكلام ما لوش لازمة - 00:00:22

وانت حياتك كلها ضايعة على القهاوي والسوشیال ميديا وانت حضرتك حياتك ضايعة في التليفونات مع اصحابك. يبقى احنا بنضيع وقت اانا وانت بنضيع وقت في ان احنا نتكلم في المزاكرة - 00:00:35

مربيط الفرس ان انت عندك وقت. نمرة اتنين ان انا عندي جدول. يعني انا بصحى للصبح عارف انا عايز اعمل ايه عارف هزاكر قد ايه في وقت قد ايه. عارف انا هزاكر ايه - **00:00:45**

اللهم اجعلنا ملائكة حسنة لا شرارة في اعمالنا اللهم اجعلنا ملائكة حسنة لا شرارة في اعمالنا

هتعمل لها اربعة عشان الدنيا هتبولظ منك فلما تبوز ما تحشش بالفشل يبقى في نفس. دي نمرة اتنين. نمرة ثلاثة لازم تعرف قاعدة مهمة ان دماغك تقدر تركز لمدة زي ما الناس عملوا يعني تجارب وكده. من خمسة وعشرين لثلاثين دقيقة. بعد تلاتين دقيقة هتبقى

انت بتبعص وحساس ان انت مركز بس انت مش فاهم اي حاجة - 00:01:09
انت بتقدرا لكن الدنيا راحت منك. فلازم في حاجتين لازم تنفذهن اللي هي النصيحة الثالثة لازم تستريح ولازم تكافئ نفسك. اول

الحاجة تستريح يعني كل تلاتين دقيقة هتاخد راحة. ما ينفعش تكمل بعد تلاتين دقيقة في التركيز في نفس الورقة - 00:01:29
الحاجة الثانية ان انت هتاخد مكافأة. المكافأة دى عبارة عن خمس دقائق او عشر دقائق بالكتير راحة. الخمس دقائق عشر دقائق

واحنا هنعمل فيهم ايه؟ طبعا التلاتين دقيقه عشان نستسمرهم صح - 00:01:46

انا قفلت الموبايل او حطيته في اي حتة على جنب. آما مش قاعد قدام الكمبيوتر مش قاعد قدام تليفزيون. ممكن بقى العشر دقايق

والخمس دقائق دول اعمل فيهم مكافأة. المكافأة - 00:01:56

الثلاثين دقيقة. اطلع على البلاطونة آآ روح كل آآ ممكن تنزل تصلي وده حل جميل جدا انك انت تكافئ نفسك. ممكن تقدر تقرأ شوية قرآن في خمس دقائق عشر دقائق وبعد كده ترجع - 00:02:06

تلاتين دقيقة كمان. يبقى احنا اتكلمنا عن استراحة والمكافأة في النصيحة الثالثة. النصيحة الرابعة اه بتزاكر فين؟ بتزاكر فين؟ يعني مش طبيعي انك انت تزاكر على سرير ومتوقع ان انت تجيء نتيجة كويسة. السرير بيفكرك بالنوم. اكيد هتقعد هتنام. او انت بتزاكر

في مكان الاكل اللي بتاكل فيه. مكان الاكل بيفكرك - ٠٢:٢٦
اكل فهتلاقي نفسك بتاكل كتير والموضوع هيبوظ منك. لازم تذاكر في مكان اسمه مكان المذاكرة. حتى لو كان ركناية ضيقة في
الاسمنت... انت لما بتقعد في وتعيش نفسك المذاكرة الـ ايه هتأنس على ايه ماذكر

النصيحة الرابعة ازاكي؟ ازاكر - 00:02:46

فاكر ازاي دي ما اقدرش اقولها لك. يعني في واحد بيزاكر وهو بيمشي. وفي واحد بيزاكر وهو آآ بيجري. فيه واحد بيزاكر وهو واقف.
فيه واحد بيزاكر وهو قاعد. فيه واحد بيزاكر وهو نائم. فيه واحد بيزاكر - 00:03:06

فاكر وهو بيتكلم بصوت عالي. فيه واحد بيزاكر وهو بيكتب. فيه واحد بيزاكر وهو قاعد كده هو كده بيزاكر دي ما لهاش ما فيش حد يقدر ينصحك بها. انت عارف ايه الشيء المسالى بال بالنسبة لك؟ كله صح. ان شاء الله تزاكرا وانت بترقص بس تزاكرا - 00:03:16
يعني اتزاكرا ازاي ما تغشهاش من حد. دي بتاعتك انت النصيحة اللي بعد كده انك انت حاول انك انت الحاجة اللي تزاكراها تشرحها
لай حد ان الموضوع ده هيخليلها تسبت جامد جدا حتى لو زميلك عارفها كوييس قل له تعالى هشرحها لك برضو. دي بركة العلم انك
انت تنقله لحد تاني. النصيحة اللي بعد كده ازاكر لوحدي ولا - 00:03:30

بزاكر مع اصحابي. برضو الموضوع ده ما لوش قاعدة. انت تجرب جرب زاكر لوحدك. جرب زاكر مع اصحابك. زاكرت لوحدك وزاكرت
مع اصحابك لقيت اصحابك بيضيعوا وقت والعملية بتقلب البلاي ستيشن - 00:03:50
وبتقلب بهزار والدنيا بتضيع منك لأن زاكر لوحدي احسن. لأن زاكر لوحدي بسرح وبضيع ومش بركز ولما اصحابي يبقوا معايا بتشجع
خلاص زاكر مع اصحابك الموضوع ملوش برضو قاعدة آآ واضحة. النصيحة اللي بعد كده انك انت حاول بقى تعمل بقى ابتكارات بقى
ومختصرات من اللي هي اللي برضو اللي كل واحد فينا بيختارها ديت - 00:04:00

كم جملة تروح مجتمعهم في جملة واحدة الورقة ديت تختصرها في كلمتين ثلاثة. المختصرات والروابط ديت اللي بتختصرها اللي
ممکن لو حكيتها لحد يضحك. صدقني بتعمل شغل جامد جدا اخر نصيحة عايز اقولها لك بسرعة دعاء الدعاء. يعني تدعی ربنا كتير
انه يعلمك انه يفهمك انه يقوی زاكرتك ان ييسر لك الامر. قل - 00:04:20

اللهم يا معلم داود علمني يا مفهم سليمان فهمني. اللهم ذكرني ما نسيت. اللهم علمني ما جهلت كدا. يعني لازم على طول تدعی ربنا
سبحانه وتعالى ان هو اللي يملك - 00:04:40
لك الخير سبحانه وتعالى. ربنا يوفقنا واياكم لما فيه الخير والصلاح السلام عليكم ورحمة الله - 00:04:50