

ماتبقاش سبهللا

أَمجد سَمير

لو انت مش فارق معك الوقت قوي وممكن تفوت ساعة واتنين وتلاتة وما تبقاش زعلان فالفيديو ده مش لك عليكم ورحمة الله وبركاته سيدنا عمر رضي الله عنه قال اني لأكره ان ارى الرجل سبهللا - [00:00:00](#)

لا في شيه من دنيا ولا من اخرة ابن مسعود رضي الله عنه قال اني لامقت الرجل اراه فارغا. ليس في شيه من دنيا ولا من اخرة كثير مننا نفسه يستسمر وقته احسن حاجة - [00:00:17](#)

لكن مش عارف يعمل ده ازاى. خصوصا مع الحظر بقى اللي احنا فيه. اماكن كثير من اللي متعود تروحها وتقضي فيها وقتك قفلت اكتشفت ان عندك وقت كبير قوي تقدر تعمل فيه حاجات كثير. لكن مش عارف - [00:00:31](#)

انا الفيديو ده لو انت كده فهو الفيديو ده لك مش لحد تاني مش فارقة معه وقته بيضيع بالساعات وآ زي الفل مش قضية كبيرة بالنسبة له. لا الفيديو ده للصنف الاول - [00:00:43](#)

اديك اتنين تكنيكس النهاردة آ ممكن يساعدونا شوية ان احنا نعمل ده لو فهمناهم كويس واشتغلنا عليهم وحسناهم مع الوقت او التكنيك زي ما واضح قدامنا يعني كل الضفدع اول حاجة. طبعا اسم بشع جدا. وهو ده المقصود يا جماعة. هو راجل امريكاني - [00:00:56](#)

قال لك تخيل كده ان شغلانتك انك هتاكل ضفدع صاحي هو بقى بيديك نصيحة بيقول لك لو دي الشغلانة بتاعتك يبقى اول حاجة تعملها لما تقوم الصبح انك تاكل الضفدع ده - [00:01:14](#)

ولو شغلانتك انك تاكل ضفدعين فاوول حاجة تعملها لما تقوم الصبح احسن حاجة تعملها انك تاكل الضفدع الكبير فيهم يعني ايه؟ ايه القصة دي؟ القصة يا جماعة ان بتاعتك او المهام بتاعتك اساء يومك سواء بقى في شغلك في بيتك - [00:01:27](#)

المهام دي هم صنف من اربعة مش هتخرج عن الاربع اصناف دول يا اما مهمة انت بتحب تعملها حبيبها وانت بتأديها وفي نفس الوقت هي مهمة جدا انها تتعمل يعني لو ما اتعملتش لها تبعات خطيرة - [00:01:40](#)

يا اما مهمة انت مش بتحب تعملها ما بطيقهاش لكن لازم تتعمل لانها لو ما اتعملتش لها تبعات الصنف الثالث مهمة انت بتحب تعملها لكن ما لهاش اي لازمة. هي عملتها اذا ما عملتهاش - [00:01:55](#)

يعني ما فيش مشكلة خالص. يعني انت راجل قاعد على الفيسبوك وبتاع وحابب ده. لكن لو ما قعدتش على الفيسبوك يعني ايه اللي هيحصل؟ ولا اي حاجة الصنف الرابع مهم انت مش بتحب تعملها وما لهاش لازمة - [00:02:10](#)

دي طبعا سهلة جدا ما تعملهاش واضح ان فين بقى الضفدع في الاربع آ اصناف دول؟ هو رقم اتنين. هي مهمات كبيرة مهمة انها تتعمل لكن في نفس الوقت انا مش مش حابب اعملها - [00:02:22](#)

فالطريقة دي بقى يعني ايه يعني اول حاجة تبتدي بها يومك هي المهمة دي ناخذ بقى مسال مسالا للستات ومسالا للرجال عشان نفهم. مسالا لو انت في يومك اكتر حاجة بتكرهها في حياتك هو الغدا. لكن لازم اعمل ده. ما هو لازم الناس - [00:02:37](#)

وايه بقى؟ اول ما تقومي من النوم كده الصبح قومي اعلمي الغدا لو اه وشوفي بقى بقية يومك ده هيمشي ازاى هتلاقه اسهل بكثير وهتحسي ان انت ارتحتي نفسيا - [00:02:53](#)

طيب مسال للرجال لو انت عندك مسالا بتعمل بحث او ورقة عمل او اي حاجة آ ودي اتقل حاجة عليك يعني شغل بقى كثير ومش طابقه تعمل ايه؟ رتب كده انك اول ما اصحى من النوم هبتدي بالبحس ده. هو ده اول حاجة هعملها - [00:03:06](#)

آآ خلي بالكم يا جماعة ان احنا عاوزين ايه؟ زي ما بيقولوا ان انت رتب يومك من قبلها بيوم. بالليل قبل ما تنام رتب كده آآ بكرة
عندي الفلانية او المهام - [00:03:26](#)

الفلانية واحد اثنين ثلاثة اربعة خمسة وشف فين الضفادع بقى. ورتب الضفادع في الاول كبير اللي اصغر اللي اصغر رتب الدفاتر
بتاعتك في الاول لان دي اللي هتبتدي بها اليوم بكرة - [00:03:36](#)

طيب ده التكنيك الاول التكنيك الثاني اللي معنا هو او مبدأ باريتو. بريتو ده راجل عالم ايطالي. آآ عفوا الاقتصاد وعلم الاجتماع هو
الحقيقة اتفرهد شوية لان هو ايطالي باباه ايطالي اتولد في فرنسا هو ومات في سويسرا واتهيأ لي او كده. فيعني هو راجل ايه اه -
[00:03:47](#)

اه فريقه عمل مبدأ كده هو الراجل بص لقي ان تمانين في المية من الثروة في ايطاليا بايد عشرين في المية بس من الشعب وعشرين
في المية من السروة متوزعة على باقي التمانين في المية من الشعب - [00:04:07](#)
وقال لك انا هعمل مبدأ هسميه تمانين عشرين. هل المبدأ ده خطير جدا وداخل في حاجات كتير جدا في علم الادارة وداخل في اللي
هو معنا النهاردة او ادارة الوقت زي ودي لوقتي - [00:04:19](#)

طب ايه علاقة بقى تمانين عشرين بانك تدير وقتك؟ هتلاقوا لو رتبتوا بتاعتكم او المهام بتاعتكم بتاعة اليوم هتلاقوا فيه مهام هي
بتاخذ وقت بتاخذ مجهود كبير. وفي الاخر هي مش بتديك غير عشرين في المية من النتيجة اللي انت عاوزها اصلا - [00:04:31](#)
ومهام تانية هي بتاخذ مجهود اقل ويمكن وقت اقل اللي هو عشرين في المية لكن بتديك تمانين في المية من النتيجة. نرجع
للمستلمين بتوعنا عشان نفهم. لو واحدة بتعمل رياضة - [00:04:52](#)

هو اهم جزء في المنزومة دي ان هي وقت الطبخ وهي واقفة على البوتاجاز بقى والنفس والحاجات دي طب تقطيع السلطة وقت
ومجهود مش لازم يعني كبير ومش بيأثر في النتيجة اوي. آآ غسل المواعين - [00:05:04](#)
الحاجات دي طيب الراجل برضو اللي بيعمل بحس ده ولا بيعمل يعني ورقة عمل او حاجة انه يسيرش على حاجة مسلا في النت هو
المهم توصل له. فانه يسيرش وياخذ مجهود في السيرشج ده. لو هي الحاجة بس المهم توصل له ويبتدي هو يرتبها بطريقته -
[00:05:22](#)

او يبذل بقى فيه هو مجهود زيادة فده مجهود آآ ممكن ياخذ منه وقت كبير وفي الاخر في النتيجة مش يعني نتيجته مش ضخمة
قوي انه الكتابة كتابة التقرير اللي بيعمله يعني هو لو خلاص خلص التقرير بس آآ ناقص بقى ايه عنده مسلا بايديه وناقص يكتب على
الكمبيوتر مسلا او اي حاجة الكتابة دي - [00:05:40](#)

مجهود كبير صحيح لكن في الاخر في النتيجة هي نتيجتها حاجة بسيطة جدا في الايه؟ كنتيجة انت مش محتاجها. طيب اعمل ايه
انا خلاص عرفت مبدأ بريء وعشرين او تمانين عشرين ده اعمل ايه؟ ركز في العشرين. انت اعملها بنفسك - [00:05:59](#)
العشرين في المية من المجهود اللي بيديك تمانين في المية من النتيجة ده انت لازم تعمله بايدك طب والباقي ما اعملوش يعني ما هو
لازم يتعمل. اه بس هيظهر معنا بقى تانية كده اسمها - [00:06:17](#)

انك تميت غيرك يعملها ودي خطيرة جدا ولازم بقى يا جماعة معلش يعني ايه مهتم لازم يقرأ في المصطلح ده شوية يعني ازاى تعمل
لحد ده حاجة تانية انما دلوقتي بقى يعني عشان ناخذ برضه المسالين بتوعنا. الست اللي واقفة بتعمل الغدا دي. طب السلطة مش
هتتعمل المعجون مش هتغسل؟ لأ حاولي احنا بقى دلوقتي اهو الولاد في البيت وبتاع خلاص - [00:06:28](#)
فلانة اعملي لنا اعملي لي السلطة يا فلان ابنك انت النهاردة عليك المواعين آآ تسمح التراييزة اللي هي الحاجات اللي مجهود كبير قوي
لكن في الاخر هو بيدي نتيجة قليلة مش هو ده الاكل مش هو ده الغداء - [00:06:52](#)

كذلك الراجل لو في بيته لو في شغله انا لو انا مطلوب اكتب حاجة ممكن اعمل لحد آآ يعني يبقى حد انا مدير له حاجة او لابني او
بنتي في البيت برضو خد اعمل لي سيرش على الحتة دي. بقول لك ايه تعال اقعد اكتب لي هو بالمناسبة ابنك او بنتك هيفرحوا جدا
بده - [00:07:05](#)

ان هم يحسوا ان هم بيساعدوك وبينتجوا معك حاجة آآ خاصة بك وهتقضي على وقت كبير جدا من اوقات فراغهم. وده هم محتاجينه دلوقتى فخلى الكلمة دي في دماغنا واستخدمها كتير. انك تنيب غيرك في انه يقوم بالمهام. بس اي مهمة لازم الاول -

00:07:25

تبقى عارف ايه المهام اللي اللي هيعملها آآ لازم تديني مهمة تمانين في المية سيب العشرين في المية دي لك انت واضح جدا يا جماعة ان الاتنين تكنيك اللي معنا بدايتهم انك تعمل تخطيط صح - 00:07:43

انك تعرف هتخط فين الضفادع الاول والضفادع هحطها في الاول وتمانين عشرين اعرف ان او المهام اللي بتأدي لنتيجة كبيرة قوي وفين المهام الثانية اللي ما بتأديش لنتيجة كبيرة علشان الثانية دي هعمل فيها والاولية دي انا هعملها بايدي - 00:07:55

00:08:12 - السلام عليكم