

✓ کارنیل، بزرگترین شبکه موفقیت ایرانیان می باشد، که افرادی زیادی توانسته اند با آن به موفقیت برسند، فاطمه رتبه ۱۱ کنکور کارشناسی، محمد حسین رتبه ۶۸ کنکور کارشناسی، سپیده رتبه ۳ کنکور ارشد، مریم و همسرش راه اندازی تولیدی مانتو، امیر راه اندازی فروشگاه اینترنتی، کیوان پیوستن به تیم تراکتور سازی تبریز، میلاد پیوستن به تیم صبا، مهسا تحصیل در ایتالیا، و..... این موارد گوشه از افرادی بودند که با کارنیل به موفقیت رسیده اند،

شما هم می توانید موفقیت خود را با کارنیل شروع کنید. برای پیوستن به تیم کارنیلی های موفق روی

لینک زیر کلیک کنید.

www.karnil.com

WWW.KARNIL.COM

به نام خدا



چرا به خواسته ها و اهدافم نمی‌رسم

دوستان سلام

مدنی هستم مدیر و مدرس وبسایت آموزشی تایم طلایی

مشاور در زمینه رشد و موفقیت فردی و کارآفرینی خیلی خوشحالم که در خدمت شما عزیزان هستم و از شما ممنونم که وقت گذاشتید و این کتاب را دانلود کردید قصد دارم در این کتاب آموزشی به طور خلاصه درباره چند مورد از موانع رسیدن به اهداف با شما دوست عزیز صحبت کنم این که چرا بسیاری از افراد با این که اهداف زیادی هم تو زندگیشون دارند اما به خیلی از آنها نمی‌رسند و به

اهدافی هم که می رسند خیلی برایش زحمت می کشند
وباسختی ومشقت زیاد موفق می شوند که خواسته ها
واهدافشون را محقق کنند .

آیا شما از اون دسته از افرادی هستید که هیچ هدف مشخصی
تو زندگیشون ندارند و شرایط تعیین میکنه که چه چیزهایی
داشته باشند واز چه امکاناتی محروم باشند .

یا اینکه از اون دسته افرادی هستید که با شروع سال جدید
اهدافی را برای خودشون مشخص میکنند اما در پایان سال به
هیچ کدام از آنها نمیرسند و گاهی اصلا یادشون نیاد که چه
اهدافی داشتند.

موضوع هدف گذاری وانتخاب درست اهداف یه مسئله
ضروری و مهمه وخیلی هم در موردش صحبت شده اما با
این وجود بسیاری از افراد نسبت بهش کم توجه وگاهی بی
توجه هستند.

اگه بخواهم طبق آمار صحبت کنم باید بگم که آمار وتحقیقات
نشان میده که تنها 3 تا 5 درصد از مردم جهان برای
زندگیشون هدف دارند و مابقی بدون هدف زندگی می کنند.
البته همیشه گفت که هیچ هدفی ندارند بلکه بهتر بگم که خیلی

از این افراد هدف گذاری درست و دقیقی برای کا وزندگیشون ندارند.

بسیاری از افراد هدف دارند اما اهدافشون گنگ و مجهوله ویکسری اهداف وخواسته های کلی دارند و دقیق و واضح نمیدونند که چی میخوان به طور مثال وقتی از این افراد می پرسى هدفت تو زندگی چیه ؟ میگه می خواهم به خوشبختی برسّم می خواهم سلامت باشم می خواهم ثروتمند بشم

پس

مانع اول : گنگ و مجهول بودن هدف

برای عبور از مانع اول باید اهدافی دقیق و واضح برای خودت مشخص کنی .مثلا اگر ثروت می خواهی دقیق مشخص کن که چه قدر می خواهی ؟ چی می خوای؟ اصلا ثروت از نظر تو چیه ؟ خوشبختی که می خواهی چیه ؟ چه چیزهایی را اگر تو زندگی داشته باشی ثروتمند و خوشبختی .

البته خودت خوب می دونی دوست من که خوشبختی و ثروت فقط پول نیست . پس اگر ثروت و خوشبختی را می خواهی

اول اونها را برای خودت معنی کن که دقیقا چیه؟ یا اگر خونه میخوای خونت چه شکلیه؟ کجاست؟ بزرگه؟ کوچکه؟
پس شما باید دقیق و واضح بدونی که از زندگی چی میخوای تا بتونی بهش بررسی.

مانع دوم : دنبال کردن اهداف دیگران

عده زیادی از افراد هستند که در زندگی اهدافی را با جدیت تلاش دنبال می کنند و مسلما موفق هم می شوند. اما مشکل اینجاست که این اهداف اهداف و خواسته های خودشون نیست بلکه اهداف دیگرانه. دارند با تلاش و پشتکار خودشون دیگران را به خواسته ها و اهدافشان می رسونند. مثلا کارگر یا کارمندی که با وجدان و با جدیت کار می کنه اما اهداف مشخصی برای خودش نداره هرروز تلاش می کنه تا کارفرما یا رئیسش را به خواسته هاش برسونه و خودش

راضیه به حداقل حقوق و دلخوشه به اضافه حقوق و افزایش حقوق آخر سال و بعد از 30 سال خدمت صادقانه اگر هیچ اتفاق ناخوشایندی نیفته و همه چیز خیلی خوب و عالی پیش بره کجاست؟ چی داره؟

گاهی برخی زمان بازنشستگی و بعد از 30 سال کار و زحمت خونه هم ندارند و مستاجرند تازه برای تامین مخارج زندگی سرپیری بجای استراحت و تفریح باید دنبال کار بگرده چرا؟ چون هدفی نداشته برنامه ریزی بلندمدتی برای زندگی و آینده خودش نداشته. مطمئن باش دوست من اگر تو زندگی هدفی نداشته باشی و خواسته های قلبی خودت را دنبال نکنی دیگران تو رو وسیله ای قرار میدهند تا به خواسته ها و اهداف خودشون برسند هرچه قدر هم که بهتر باشی و با حس مسئولیت بیشتری کار کنی بیشتر از شما کار میکشند ((اگر اهداف شخصی نداشته باشی)) اما اگر زندگی را با هدف گذاری پیش ببری هم به خواسته های شخصی خودت می رسی و هم کارهایی را که بهت محول میشه را با حس مسئولیت و انگیزه بیشتری انجام میدهی.

برخی افراد هم هستند که دیگران اهداف اونها را تعیین می کنند ظاهرا هم اهداف خودشونه اما دیگرانی برایشون دیکته می کنند که چه کار کنند و خودشون قدرت تصمیم گیری

و انتخاب ندارند. به طور مثال در برخی از خانواده ها از سردلسوزی در همه امور به جای بچه ها تصمیم میگیرند. پدر و مادر تصمیم میگیرند که این بچه چه لباسی بخره توجه رشته تحصیلی درس بخونه کدام دانشگاه بره کی ازدواج کنه باچه کسی ازدواج کنه چه زمانی بچه دار بشه چندتا بچه داشته باشه کجا کارکنه کجا خونه بخره و متاسفانه قدرت تصمیم گیری و انتخاب درست را از آنها میگیرند. خوب درسته که پدر و مادر و بزرگترها خیر و صلاح آنها رامی خوان اما مگه پدر و مادرتا کی می توانند به جای بچه ها تصمیم بگیرند. وقتی این بچه ازدواج کرد و مستقل شد وقتی بعد از 120 سال پدر و مادر دیگه نبودند چه کسی می خواهد تصمیمات بزرگ برای این بچه بگیره خودش که یاد نگرفته و البته جراتش را هم نداره اگر هم تصمیماتی بگیره دچار استرس و اضطراب مشه و همین نگرانی ها باعث شکستش می شه پس تصمیمات درستی نمی گیره و در این صورته که جامعه و شرایط براش تصمیم میگیره و جامعه و شرایط دیگه مثل پدر و مادر دلسوز نیست و گاهی تصمیمات ظالمانه و سختی میگیره.

پس یاد بگیر برای زندگی خودت تصمیم بگیر و خیلی خوبه که گاهی هم اشتباه کنی و تصمیمات و انتخابات غلط داشته

باشی چون تجربه کسب میکنی و قوی میشی و به مرور تصمیمات با ارزش و سرنوشت سازی برای زندگی و آینده خودت میگیری.

حالا میرسیم سرمانع اصلی و یکی از مهم ترین موانع .

مانع سوم : باورهای غلط و اشتباه

گاهی مواقع افراد خواسته های خوب و با ارزشی دارند و هدف گذاری خوبی را انجام میدهند اما مشکل و مانع بزرگ سرراهشون اینه که باور ندارند که به خواسته ها و اهدافشون می رسند خودشون را باور ندارند خودشون را لایق رویاهشون نمی دونند باورهای غلط آنها جلو موفقیت شون رامیگیره آنها خدارا باور ندارند آنها استعدادها و توانایی های خودشون رو باور ندارند. به فراوانی نعمت و ثروت در کائنات خدا ایمان ندارند .ایمان ندارند که بیش از حد نیاز

همه انسان های عالم نعمت و ثروت در جهان وجود داره
و هرکسی می تونه به هر اندازه که بخواد از کائنات
درخواست کنه که اگر با ایمان و باور درخواست کنه حتما بهش
داده میشه .

نکته دیگه ای که باید بهش توجه داشته باشی اینه که خواسته
ها و اهداف در تضاد با ارزشها و باورهای نباشه چون
در نبرد بین باورها و اهداف همیشه این باورها و ارزش
ها هستند که پیروزمی شوند چه باور درست باشه چه غلط.
باید تلاش کنیم که هم باورها و ارزشها همون درست باشه و هم
هدفمون هم جهت با باورها همون باشه و هرگز در تضاد باهم
نباشند .

پس اگر نیازه باورها تو اصلاح کن و اهدافی را برای خودت
تعیین کن که هم جهت با باورها و ارزشها باشه.

مانع چهارم : نمی خواهیم تغییر کنیم

اگر بخواهیم زندگی‌مون تغییر کنه و بهتر بشه اول باید خودمون تغییر کنیم باید خودمون بهتر بشیم تا شرایط بهتر را تجربه کنیم اما متأسفانه اکثر مواقع ما در مقابل تغییر مقاومت می‌کنیم و حاضر نیستیم رفتارها و اعتقادات و باورهای غلط خودمان را اصلاح کنیم بعضی مواقع اصلاً قبول نداریم که داریم اشتباه می‌کنیم و روی کارهای اشتباه خودمون هم پافشاری می‌کنیم پس مطمئن باش تا حاضر نباشی تغییر کنی شرایط هم تغییر نخواهد کرد تا وقتی به این رفتار و باورهای خودت ادامه بدی همین نتایج را کسب می‌کنی .

پس اول رفتارها و باورهای غلط خودت را بشناس و قبول کن که اشتباه می‌کنی و بعد به مرور در صدد تغییر آنها باش.

مانع پنجم : انتخاب اهداف غلط

گاهی افراد از اول راه را اشتباه می‌روند . یعنی چی؟ یعنی این که هدفی که انتخاب می‌کنند غلطه اهداف بد انتخاب می‌کنند اهداف بی ارزش و اشتباهی را برای خودشون انتخاب می‌کنند

مثل این که کسی خواسته اش این باشد که بهترین دزد یا خلاف کار شهر بشه .

گاهی هم خود هدف درسته اما خواسته ونیت غلطی داریم مثلا به چیزهایی می خواهیم برسیم برای پز دادن - برای فخرفروشی

گاهی هدفمون اینکه به کسی ضربه بزنیم یا آبروی کسی رو ببریم.

اگر می خواهی موفق بشی اگر می خواهی سعادت مند و خوشبخت بشی باید اهداف با ارزش را انتخاب کنی باید هدف نهایی توخیر خواهی باشه باید هدف تو به پیشرفت مثبت جهان کمک کنه . اگر اهدافت غلط یا منفی باشه به خواسته خودت نمی رسی و اگر هم بررسی هرگز به خوشبختی و آرامش نمی رسی .

پس اهدافی بزرگ و بسیار با ارزش انتخاب کن تا تو این مسیر هم کاینات به کمکت بیاد و هم به انسان بزرگ و با ارزشی تبدیل بشی .

مانع ششم : مکتوب نکردن اهداف

یکی از مهمترین عواملی که ما را از هدف دور می کنه مکتوب نکردن اهدافه .

وقتی می نویسی همه چیز تغییر می کنه و شرایط جور دیگری رقم می خوره اما اگر ننویسی به تدریج فراموش می کنی.

حتما شنیدی که میگن کمرنگ ترین جوهرها از قوی ترین حافظه ها ماندگارتر است و این یک واقعیته که خیلی ها از اون غافلند

خودتو عادت بده به نوشتن و همه چیز رو بنویس خواسته ها و اهدافت را بنوس برنامه هاتو بنویس کارهای روزانه ای که باید انجام بدی را بنویس جاهایی که باید بری را بنویس چیزهایی که می خواهی بخری را بنویس تا میتونی ذهنت رو خالی کن و بریز روی کاغذ و جاباز کن برای ایده های نو و برای تفکر.

پس اهداف و خواسته هاتو با جزییات کامل بنویس.

مانع هفتم: عدم برنامه ریزی

برخی افراد هر ساله اهدافی را برای خودشان تعیین می کنند اما چون برنامه ریزی ندارند بعد از مدتی به دلیل مشغله های ذهنی زیادی که دارند اینقدر درگیر روزمرگی می شوند که فراموش میکنند قدمی به سمت اهدافشان بردارند و به مدت دیگه که بگذره خود هدف رو هم فراموش می کنند.

پس اگر برای هر روزت برنامه ریزی نداشته باشی انتظار نداشته باش که به اهداف و خواسته هات برسی.

مانع هشتم: نداشتن برنامه زمانی مشخص

نداشتن برنامه زمانی دقیق و مشخص مانع بزرگی بر سر راه کسانی که میخوان در کمترین زمان ممکن به اهدافشان برسند آنها کارها و اهدافشون را به درستی زمان بندی نمی کنند. گاهی زمان شروع را نمی دانند

و منتظر فرصت مناسب می گردند اما فرصت مناسب هیچوقت نمی رسد .

یا اینکه اینقدر امروز و فردا می کنند که دیگه بیخیال هدفشون می شوند. یا این که اینقدر عجله دارن که میخوان یکشنبه به خواسته ها و اهدافشون برسند که موفقیت یکشنبه هیچوقت رخ نمی ده. زمان بندی غیر واقعی یا نامشخص تورا دچار مشکل می کنه. باید درست و واقع بینانه زمان رسیدن به اهدافت را مشخص کنی . افراد موفق میدانند یکماه دیگه یکسال دیگه پنج سال دیگه به چه اهدافی می رسند و کجا هستند چه جایگاهی دارند . پس اگر می خواهی موفقیت پایدار داشته باشی همین الان بهترین زمان برای شروع همین الان شروع کن و قدمی به سمت هدفت بردار. و در ادامه راه باید صبور باشی و استقامت داشته باشی تا به اهداف بزرگ و باارزشی برسی. و نخواه که به همه اهداف باهم برسی مثلا اگر پنج تا هدف مهم داری روی ضروری ترین هدفت تمرکز کن تو باید پله های موفقیت را یکی یکی طی کنی .

مانع نهم : نداشتن انگیزه

گاهی تو مسیر رسیدن به اهدافت موانع و مشکلاتی سرراحت سبز میشه که اگر انگیزه قوی نداشته باشی در مسیر رسیدن به هدف متوقف میشی . باید در کل مسیر با انگیزه باشی هم در شروع هم در طول مسیر و تا پایان باید این انگیزه حفظ بشه . پس باید دلایل محکمی را برای رسیدن به اهدافت پیدا کنی که بهت انگیزه بده که قدمهای خودت را محکم برداری و تا به خواسته و هدفت نرسیدی متوقف نشی.

مانع دهم : نداشتن مقیاس مشخص

گاهی افراد اهداف را برای خودشان انتخاب می کنند اما اهدافشان مقیاس دقیق و مشخصی ندارند مثلا فردی می خواهد در رشته تحصیلی بخصوصی ادامه تحصیل بده اما مشخص نمی کنه تا کجا می خواد ادامه بده آیا لیسانس می خواد بگیره فوق لیسانس بگیره یا بالاتر. یا اینکه تویک رشته ورزشی میخواد قهرمان بشه و این هدفشه اما مشخص نیست قهرمان

کجا میخواد بشه . قهرمان شهرش بشه یا قهرمان کشور یا اینکه می خواد تودنیا بدرخشه یا قهرمان المپیک بشه . پس نقطه پایانی اهدافت را مشخص کن .

مانع یازدهم : درخواست نکردن

یکی از عواملی که کار شما را در رسیدن به هدف سخت می کنه درخواست نکردنه . مطمئن باش تا درخواست نکنی دریافت هم نمیکنی . درخواست کردن خیلی کارتورا راحت می کنه خیلی از کارها رامی تونی به دیگران بسپاری و خودت را خسته نکنی گاهی با سپردن بخشی از کار به دیگری باعث میشه که آن کار خیلی بهتر انجام بشه . باید هنر و مهارت درخواست کردن رادر خودت تقویت کنی اگر از خداهم چیزی می خوای باید درخواست کنی تا چیزی که می خوای بهت بدهد . خود خدا گفته بخوانید مرا تا اجابت کنم شما را .

پس خیلی راحت و بدون نگرانی چیزی را که میخوای درخواست کن .

مانع دوازدهم : بهانه جویی و مقصر کردن دیگران

بیشتر مواقع افراد برای ناکامیهای خودشون بهونه میارن برای تلاش نکردن بهونه میارن. وقتی شکست می خورن فوراً دنبال مقصر میگردن تا یک مشکل پیش میاد و به یک شکست و ناکامی می رسند فوراً به کسی یا به چیزی را مقصر می کنند و همه تقصیرها را می اندازند به گردنش. ما عادت کردیم وقتی مشکلی پیش میاد میگویم تقصیر دولته وضعیت اقتصادی خرابه شرایط جامعه بده امکانات نیست پول ندارم رفیق ناباب نگذاشت. حتی گاهی ما خدا را هم مقصر می کنیم. میگویم سرنوشت من اینه خدانخواست که به خواسته هام برسیم خدا منو نمی بینه من تو خانواده فقیری به دنیا آمدم و با این حرفها از زیر بار مسئولیت شونه خالی میکنیم.

خیلی وقت ها کفر می گیم باور کنید این کفره که فکر کنیم خدا نمی خواهد که ما به خواسته هامون برسیم به موفقیت و امکانات و آرامش و آسایش برسیم.

درسته که بعضی ها تو خانواده های فقیری به دنیا میان خوب اینکه توجه خانواده و توجه شرایطی به دنیا بیای دست خودت نیست اما قرار نیست که همیشه تو همین شرایط بمونی خدابه ما عقل هم داده به عنوان اشرف مخلوقات تا راه درست را پیدا کنیم راه خودمون پیدا کنیم به موفقیت برسیم به آسایش برسیم.

پس به دنبال مقصر نگرد و خودت را مسئول همه اتفاقات زندگی بدان تا بتوانی بهترین راهکار را برای رفع مشکل و رسیدن به هدف پیدا کنی.

مانع سیزدهم : اهداف را اولویت بندی نمی کنی

اولویت اهداف باید مشخص باشه .مهم ترین و ضروری ترین هدف باید اولین هدف باشه ترتیب رسیدن به اهداف را مشخص کن. اگر مشکل یا گرفتاری خاصی تو زندگی داری

باید اولویت هدف گذاریت و برنامه ریزیت در جهت رفع اون مشکل باشه . مثلا اگر بیکاری مشکلات مالی داری در پرداخت اقساطی که داری دچار مشکل شدی تو باید اولویت و تمرکزت سر و سامان دادن به وضعیت مالی و پرداخت بدهی ها باشه.

پس اهدافت را بر اساس اهمیت و ضرورت اولویت بندی کن و بر اولین اولویت تمرکز کن.

مانع چهاردهم: بها نمی پردازی

برخی افراد حاضر نیستند هیچ بهایی بابت رسیدن به اهداف و خواسته هاشون بپردازند و توقع دارند که به اونها هم برسند. هر چیزی بهایی داره که باید بهاشو بپردازی تا بهش برسی. پرداخت بها فقط هزینه های مالی و پرداخت پول نیست گاهی بهای یک خواسته اینه که باید وقت بگذاری گاهی باید اعتبار بگذاری گاهی باید از تفریحات بگذری از خوابت کم کنی یا روابط خودت را اصلاح کنی.

هرچه خواسته تو بزرگتر باشه باید بهای سنگین تری
را پرداخت کنی.

پس مشخص کن برای هر کدام از اهدافت حاضری چه
قدر بها پرداخت کنی .

مانع پانزدهم: نداشتن مشاور خوب

نقش مشاور و راهنما در زندگی و در رسیدن به اهداف
بسیار مهمه و حتی یکی از سوره های قرآن هم ((شوری))
نام گرفته که در آن خدا به پیامبر (ص) میفرماید که "ای
پیامبر در کارها با مسلمانان مشورت کن و چون تصمیم
گرفتی بر خدا توکل کن و انجام بده"

اگر بدون کمک راهنما بخوای پیش بری باید زمان خیلی
بیشتری صرف کنی و مجبوری تو کارهایی که تجربه
کافی نداری آزمون و خطا کنی تا به نتیجه مطلوب
برسی و گاهی به نتیجه هم نمیرسی.

اما با کمک و راهنمایی یه مشاور خوب و کار بلد کارها سریعتر و بهتر پیش میره و درصد خطا بسیار کم میشه.

یه مشاور خوب کیه؟ کسی که در یک زمینه خاص تجربه و تخصص داره و مهمتر و بهتر اینکه قدم به قدم و تا رسیدن به مقصد در کنارت باشه و کمکت کنه .

پس یه مشاور خوب و کار بلد در زمینه اهدافت پیدا کن تا هم راهنماییت کنه و هم بهت انگیزه بده.

خوب دوست من با تعدادی از موانع رسیدن به اهداف بطور خلاصه آشنا شدی .

یکبار دیگه سر فصلها را با هم مرور میکنیم

مرور موانع

- 1- گنگ و مجهول بودن هدف
- 2- دنبال کردن اهداف دیگران
- 3- باورهای غلط و اشتباه
- 4- نمی خواهیم تغییر کنیم
- 5- انتخاب اهداف غلط
- 6- مکتوب نکردن اهداف
- 7- عدم برنامه ریزی
- 8- نداشتن برنامه زمانی مشخص
- 9- نداشتن انگیزه
- 10- نداشتن مقیاس مشخص
- 11- درخواست نکردن
- 12- بهانه جویی و مقصر کردن دیگران
- 13- اهداف را اولویت بندی نمی کنی
- 14- بها نمی پردازی
- 15- نداشتن مشاور خوب

در پایان

خیلی از تو دوست خوبم ممنون و متشکرم که وقت گذاشتی از شما خواهش می کنم حالا که و این موانع را شناختی بشین فکر کن بین کدام یک از این موارد در مورد تو صادقه ببین موانع موفقیتت چیه. خودتو بشناس اگر در مواردی ضعف داری تغییرات را شروع کن اولین قدم به سمت هدف را همین الان بردار همین لحظه بهترین فرصته .

با توجه و رعایت نکات گفته شده می تونی تغییرات بزرگی را تو زندگیت ایجاد کنی و به اهداف بزرگی بررسی فقط کافیست که بخوای که زندگیت تغییر کنه. بدون که تو لیاقتت خیلی بیشتر از اینهاست و لایق بهترین های .

اگر نیاز به کمک داشتی یا سوالی داشتی خوشحال میشم که بتونم به شما کمک کنم .

دوست خوبم باور داشته باش در هر سن و جایگاهی که هستی و با هر جنسیت و هر تخصصی که داری میتوانی به اهداف و آرزوهات بررسی فقط باید ایمان داشته باشی و کمی تلاش کنی.

توجه داشته باش برای رسیدن به خوشبختی نیازی نیست که اول به اهداف وخواست‌ها ت بررسی بلکه همین الان هم با داشته‌ها ت می تونی احساس خوشبختی و شادی کنی همین الان هم تو چیزهایی را تو زندگی ت داری که با هیچ پول و ثروتی قابل مقایسه نیست مثل خانواده مثل سلامتی مثل خودت توانایی‌ها ت استعدادها ت تو ثروت‌ها ت واقعی راهمین الان داری پس از همین الان احساس خوشبختی کن و شاد باش و خدارابه خاطر داشته‌ها ت شکر کن بدان که شکرگذاری تکنیکی بسیار قدرتمند برای جذب اهداف وخواست‌ها ت است.

به خاطر اهدافی که انتخاب کردی و چیزهایی که می خوای بهش بررسی از الان خدارو شکر کن و ایمان داشته باش که به اهدافت میرسی.

دوست من منتظر کتابها و مقالات بیشتری از این مجموعه باش .

چنانچه سوالی یا انتقاد و پیشنهادی داشتی خوشحال میشم که مطرح کنی.

www.timetalaee.com

ممنون و خدا نگهدار

شاد و موفق و پیروز باشید

سید حسن مدنی

www.timetalaee.com

شما **میتوانید** این کتاب را هدیه بدهید

شما **میتوانید** این کتاب را با دوستانتان به اشتراک بگذارید

شما **میتوانید** این کتاب را در سایت یا وبلاگ خود قرار دهید

لطفا محتوای این کتاب را تغییر ندهید

با تشکر



در کانال تلگرام کارنیل هر روز انگیزه خود را شارژ کنید 😊

<https://telegram.me/karnil>

 @karnil