

كن مراقبا لنفسك وركز على أفعالك وأفكارك

وسجل ودون بصدق وشفافية بنية أن تتغير

فطنتي السرية للتغيير

أفعالي السيئة أفعالي الحسنة

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

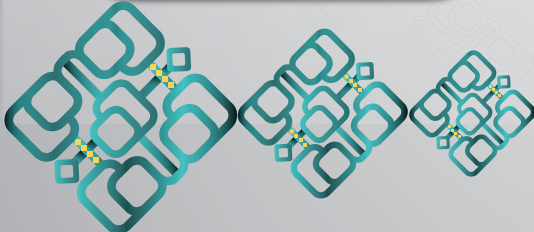
.....

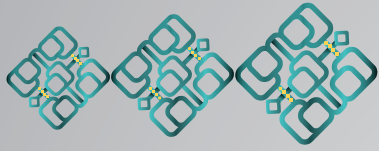
.....

.....

.....

.....





لاتيأس ولا تفتر



النطة اليومية



| لا | نعم | |
|----|-----|--------------------|
| | | الصلاة في وقتها |
| | | قراءة الأذكار |
| | | قراءة الورد |
| | | صلاة الشروق |
| | | حفظ آيات من القرآن |
| | | الصدقة |
| | | السنن والرواتب |
| | | الدعاء |
| | | الخبيرة |
| | | محاسبة النفس |
| | | أذكار النوم |

فطنتي الخاصة

| | | |
|--|--|--|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

