

## الكراسة العملية لخطة

الثراء في ٣٠ يوماً  
الطبعة الأولى

٢٠١٢ هـ - ١٤٣٣ م

المملكة الأردنية الهاشمية

رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية  
(٢٠١٢/٦/٢٢٠٩)

❖ يتحمل المؤلف كامل المسؤولية القانونية عن محتوى  
مصنّفه ولا يعبر هذا المصنّف عن رأي دائرة المكتبة  
الوطنية أو أي جهة حكومية أخرى.

## جميع الحقوق محفوظة

لا يسمح بإعادة إصدار هذا الكتاب أو أي جزء منه «أو تخزينه في نطاق  
استعادة المعلومات أو نقله بأي شكل من الأشكال، دون إذن خطي مسبق.



دارالمأمون للنشر والتوزيع  
العبدلي - عمارة جوهرة القدس  
تلفاكس: ٤٦٤٥٧٥٧  
ص.ب: ٩٢٧٨٠٢ عمان ١١١٩٠ الأردن  
E-mail: daralmamoun@hotmail.com  
www.almamoun-jo.com

# الكراسة العملية لخطة الثراء في ٣٠ يوماً



حقق أحلامك، وابن ثروتك، وتسلق سلم المجد

الكاتب

بلال موسى شنك



دارالهامون للنشر والتوزيع



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إهداء  
إلى أبي وأمي  
سبب وجودي في هذه الدنيا  
رب إرحمهما كما ربياني صغيراً  
إلى زوجتي الحبيبة  
التي وقفت إلى جانبي  
وساعدتني لإنجاز هذا العمل  
إليك جميعاً  
مع حبي وتقديري

بلال موسى شنك  
نيسان ٢٠١٢

## المحتويات

- اليوم الأول: أهمية التوكيدات ----- ١٤
- اليوم الثاني: تفهم مصدر دخلك ----- ١٧
- اليوم الثالث: تفهم مصروفاتك ----- ١٩
- اليوم الرابع: تفهم ديونك ----- ٢٢
- اليوم الخامس: وفر من نفودك ----- ٢٥
- اليوم السادس: إعمل خطة للتخلص من ديونك ----- ٢٨
- اليوم السابع: خطة للتخلص من البطاقات الائتمانية ----- ٣١
- اليوم الثامن: قلل من ضرائبك ----- ٣٤
- اليوم التاسع: ضع خطتك للتقاعد من الآن ----- ٣٦
- اليوم العاشر: إجذب الثراء نحوك بحضورك وتصرفاتك - ٣٨
- اليوم الحادي عشر: تخيل الثراء ----- ٤١
- اليوم الثاني عشر: طور عقلية المقتصد ----- ٤٣
- اليوم الثالث عشر: إبحث عن مهنتك المثالية ----- ٤٥
- اليوم الرابع عشر: إكسب عادة الرضا عن عمل ----- ٤٨
- اليوم الخامس عشر: أطلب ترقية من رئيسك ----- ٥٠
- اليوم السادس عشر: أعد التفكير في الهدف من المال ----- ٥٢
- اليوم السابع عشر: إعرف قيمة موجوداتك ----- ٥٤
- اليوم الثامن عشر: إبحث عن الفرص ----- ٥٧
- اليوم التاسع عشر: حسن مهارة إدارة وقتك ----- ٦١
- اليوم العشرون: قاوم إغراء الثراء السريع ----- ٦٤
- اليوم الواحد والعشرون: تمتع بصحة جيدة ----- ٦٦
- اليوم الثاني والعشرون: خاطر بحذر ----- ٦٩
- اليوم الثالث والعشرون: قيم سيارتك ----- ٧١

- اليوم الرابع والعشرون: حلل مهاراتك وأعرف مواهبك --- ٧٥
- اليوم الخامس والعشرون: ضع أهدافك الزمنية من الآن --- ٧٨
- اليوم السادس والعشرون: دع عنك الأفكار السلبية --- ٨٢
- اليوم السابع والعشرون: عملية تحويل الأفكار --- ٨٦
- اليوم الثامن والعشرون: عزز ثقتك بنفسك --- ٩١
- اليوم التاسع والعشرون: مارس التأمل والاسترخاء --- ٩٤
- اليوم الثلاثون: اعمل لوحة أحلامك --- ٩٨
- ملحق مقالات إضافية --- ١٠٢
- دروس من كتاب أغنى رجل في بابل --- ١٠٤
- الطرق السبع للتغلب على المحافظ الخاوية --- ١٠٨
- ست خطوات لتصبح غنياً من كتاب (فكر تصبح غنياً) --- ١١٣
- كتاب (فكر تصبح غنياً) السر المفقود --- ١١٦
- كتاب (فكر تصبح غنياً) النسخة العربية --- ١١٩
- قراءة ثانية في كتاب (فكر تصبح غنياً) --- ١٢٣
- لقاء مع مايك ليتمان مؤلف كتاب (حوار مع مليونيرات). ج ١ -- ١٣١
- الخطوات السبع العملية لجذب المال والثروة إليك --- ١٣٧

## الكراسة العملية لخطة الثراء في ثلاثين يوماً

### المقدمة

كان هناك اثنان من العمال يصعدان إحدى العمارات العالية (ناطحة السحاب)، وكان المصعد معطلاً، فاتخذا طريقهما إلى الدرج يقصدان الطابق الأخير في العمارة لإجراء أعمال الدهان للشقة الأخيرة. وقد بلغ بهما التعب ما بلغ، وحين وصلا أخيراً إلى الشقة المقصودة وقرأ العامل الأول منهما رقم الشقة وبجانبه رقم العمارة، وقف مشدوها للوهلة الأولى ثم قال لزميله: لدي خبران لك أحدهما مفرح والثاني سيء. فأجابه زميله: هات ما عندك. قال الأول: الخبر المفرح أننا وصلنا الطابق المطلوب، أما الخبر السيء فإن هذه ليست هي العمارة المقصودة بل العمارة المجاورة.

الكثير منا في هذه الحياة لا يتوقف ليضع أهدافاً له أو خطة ليسيير عليها، وتصبح نهايته عقيمة وطريقه مسدود مثل هذين العاملين البائسين، عندما نضع أهدافاً لنا في الحياة فإننا نشعل جذور الحماس والتحفيز في داخلنا، وعندما نضع خطة لنسير عليها فكأننا نصمم الطريق التي تقودنا إلى تحقيق أهدافنا. ويقول خبراء الإدارة: (إن الفشل في التخطيط يعني التخطيط للفشل) لذلك عزيزي القارئ إجعلها عادة في حياتك وخطط لكل شيء في حياتك (أهدافك) ثم تحديد خطة تساعدك على تحقيق أهدافك.

يقول أحد الكتاب الفرنسيين: لقد علمت خادمي منذ زمن بعيد أن يوقظني بتلك العبارة الملهمة (استيقظ يا سيدي فإن أمامك عمل عظيم لتتجزه).

عزيزي القارئ هذه الخطة العملية وضعها خبراء غربيون في التنمية البشرية بعد أن صنعوا ثرواتهم وحققوا أهدافهم، وقد قمت بالتعديل عليها لتناسب واقعنا العربي، وقد أضفت إليها خلاصة تجارب خبراء عالميين أمثال بريان تريسي، ونابليون هيل، وجاك كانفيلد، وأنتوني روبنز.

إليك عزيزي / عزيزتي.... هذه الخطة العملية في أيامها الثلاثين، حيث بإذن الله تعالى يمكنها أن تضعك على الطريق الصحيح لبناء ثروتك.

## مع تمنياتي لك بالتوفيق والنجاح

المدون والكاتب / بلال موسى شنك



## البداية من هنا:

كما قلنا سابقاً فإنك بحاجة إلى خطة تسير عليها لتحقيق أهدافك، وهذه الخطة يمكن أن تشكل لك المشعل الذي ينيّر طريقك للنجاح، وأغلب الناس للأسف يسير على غير هدى لأنه لا يضع خطة لنفسه، والغريب في الأمر أن بعض الناس يخطط لعطلة نهاية الأسبوع والعطلة الصيفية ويخطط حتى لزيارة أصدقائه، بينما لا يجد الوقت ليخطط لحياته أو لتحقيق الثروة!!!

وسأقص عليكم اليوم قصة قديمةً جديدةً، حدثت في بداية تسعينات القرن الماضي، بطلها شاب أمريكي عاطل عن العمل قرر أن يصبح مليونيراً في عشرة أيام فقط!!!

في ذلك الوقت حيث الإنترنت مازالت في بداياتها وحيث لا يوجد أيفونات ولا لاب توبات مثل اليوم، وهده تفكيره العميق إلى فكرة بسيطة جداً، فقد قام بوضع إعلان بالصحف يقول فيه: (إذا أردت أن تصبح مليونيراً فأرسل لي دولاراً واحداً، حتى أرسل لك كيف تفعل ذلك) وفي بلد مثل أمريكا الفرص فيها متاحة للجميع، والحرية متاحة أيضاً للجميع ليفعلوا ما يشاؤون، يمكن أن يصدق الناس أي شيء خاصة حين يكون المبلغ لا يتعدى دولاراً واحداً.

ولفرط دهشة صاحبنا فقد استطاع جمع مليون دولاراً في

ثمانية أيام فقط، وفي اليوم التاسع وبسبب سعادته الشديدة، فقد وضع إعلاناً كبيراً هذه المرة في نفس الصحيفة حيث قال فيه (أعزائي القراء شكراً لاستجابتكم السريعة لطلبي، إذا أردتم أن تصبحوا مليونيرات فافعلوا مثلي وضعوا إعلاناً كبيراً هنا).

طبعاً القراء الذين أرسلوا النقود غضبوا غضباً شديداً، ورفع بعضهم قضية نصب وإحتيال ضد هذا الشخص، وحين وصلت القضية إلى القاضي نظر فيها من جميع جوانبها، فوجد أنه لا يستطيع أن يدين الشخص المتهم لأنه لم يعدهم ببضاعة ولكن بطريقة، وهو في النهاية أرسلها لهم. فقال قولاً شهيراً رده من بعده: (القانون لا يحمي المغفلين).

والآن عزيزي القارئ بعد أن فهمت العبرة من القصة، أرجو أن ترسل لي خمسة دولارات فقط!!! عفواً كنت أمزح معك فقط.... أرجوك لا تفعل ذلك ولا تورطنا مع المحاكم!!!

الحقيقة أنني سأقدم لكم اليوم خطة مجانية للثراء قمت بشرائها عبر الانترنت مع مواد أخرى، وهذه الخطة وضعها فريق عمل مذيع مشهور مع خبير تنمية بشرية، وكان هذا المذيع قد إلتقى مع عدد من المليونيرات قبل أن يضع كتاباً بهذا العنوان (حوار مع المليونيرات) وقد قمت بترجمتها وإضافة الكثير من الأفكار إليها.

عزيمي القارئ من المهم جداً قراءة الخطة بالتدريج ومحاولة الالتزام بالخطوات العملية لتطبيقها، فإن المعرفة قوة ولكن الانجاز وتحقيق الأهداف لا يتأتى إلا بالعمل وتطبيق الخطوات العملية، والتي يحث عليها خبراء التنمية البشرية حيث يقولون عبارتهم الشهيرة: Take action steps

كما أنه في بعض الصفحات ستجد هناك تكراراً لخطوات سابقة، وهي من باب ترسيخ بعض القواعد والمفاهيم، كما أن التكرار أم المهارات كما يعرف الجميع وبالتالي حين نكرر الخطوة نعيدها مراراً وتكراراً سوف نعود أنفسنا عليها حتى تنتشرها النفس وتصبح عادة نزاولها يومياً وأسبوعياً.

## اليوم الأول

### أهمية التوكيدات

كثير من الناس لديه عوائق داخلية تمنعه من تحقيق الثروة، وتمثل هذه العوائق بمفاهيم سلبية تربينا عليها من الصغر، مثل (الأغنياء كلهم حرامية) أو (المال وسخ إيديين) أو (أصحاب المرسيدس ناس نصابين ومرتشين)، ولإزالة هذه المفاهيم الخاطئة المترسبة في وعينا الباطن، علينا أن نستخدم التوكيدات لنعيد برمجة أنفسنا.

ولمعرفة كيفية عمل التوكيدات Affirmation، علينا أولاً أن نعرف أن العقل الباطن لا يميز بين الخيال والواقع، وبناءً على هذه الحقيقة التي اكتشفها علماء النفس فإن كل خبراء التنمية البشرية يستخدمون التوكيدات لإعادة برمجة العقل الباطن.

وكمثال بسيط على هذه الحقيقة فالعقل الباطن لا يميز إذ كنت غنياً أو فقيراً، ذكياً أو غيبياً متعلماً أو جاهلاً، إنما هو يستجيب لما يمليه عليه العقل الحاضر ويبني على ذلك.

ويقول د. ستيف جي جونز (STEVE G JONS) وهو معالج بالتنويم الإيحائي (Clinical hypnotherapist): (إن التوكيدات لها

أثر كبير في حياتنا، فهي إذا لم تغير من برمجتنا للعقل الباطن،  
فمن الذي يستطيع!!؟)

لذلك عود نفسك على استخدام التوكيدات الإيجابية في  
حياتك، استخدمها كل يوم، ضعها على المرآة في الحمام،  
والمرآة في غرفة النوم، وكذلك إحتفظ بنسخة في محفظتك،  
ويمكن كذلك وضعها على الكمبيوتر في ملف، وحتى عملها  
كخلفيات للشاشة.

إليك مجموعة من أهم التوكيدات التي يمكنك وضعها على بطاقات  
وقراءتها يومياً:

- إن المال يؤثر في نفسي إيجابياً.
- إن لدي القدرة على الاستمتاع بجمال الحياة ومتعتها.
- أنا استحق الثروة، إنني أسمح للمال بالتدفق نحوي.
- أنا سوف أحقق كل الثروة التي أستحقها.
- أنا سوف أحقق كل الثروة التي أستحقها.
- إن المال يتدفق في حياتي لأنني أسمح له بذلك و لأنني  
أستحقه.

والآن عزيزي القارئ اتخذ خطوات عملية، وابدأ بكتابة  
هذه التوكيدات على بطاقات لتقرأها كلما سمحت لك الفرصة.

### خطوات عملية خاصة: Your Action Steps

أكتب هنا خمس توكيدات بطريقتك الخاصة وبكلماتك  
المميزة.

وأقرأها يومياً لمدة أسبوع.

- ١ - .....
- ٢ - .....
- ٣ - .....
- ٤ - .....
- ٥ - .....

## اليوم الثاني

### تفهم مصدر دخلك

راقب بدقة الراتب الذي تحصل عليه أو المال الذي تحققه من تجارتك واسأل نفسك: كم تحصل من المال بعد خصم الضرائب والضمان الاجتماعي كل شهر؟ إذا كانت هذه أول مرة تسجل ذلك على ورق فسوف تفاجأك النتيجة.

### 📌 إليك هذه الخطوات العملية: Your Action Steps

هذه أربعة أفكار عملية يمكن أن تساعدك في تحقيق فكرة اليوم الثاني:

- ١- اجلس في مكان مريح في بيتك بدون إزعاج.
- ٢- مارس الاسترخاء، خذ نفساً عميقاً (شهيق مع زفير) ثلاث مرات لمدة خمس دقائق.
- ٣- أكتب مصادر دخلك الشهري، مثلاً: راتبك الشهري، أرباح تجارتك، إيجار محل تحصل عليه، إيجار شقة تحصل عليه، وهكذا.
- ٤- أخصم الضرائب والضمان الاجتماعي.

أترك لك هنا مساحة خالية لتسجيل أفكارك وما يخطر في  
بالك.

.....

.....

.....

.....



## اليوم الثالث

### تفهم مصروفاتك

عليك أن تسأل نفسك أسئلة محددة لمعرفة مصروفاتك.

ما قيمة فواتيرك الشهرية؟ مثلاً فواتير الكهرباء والماء والإيجار، ما هي مصروفاتك الضرورية وغير الضرورية؟ إحسب مصاريفك الشهرية، ثم راجع مصاريف الثلاثة أشهر الماضية وضع معدلاً لمصاريفك. وأخيراً قارنه بدخلك الشهري بحيث تحاول تقليل مصروفك دائماً.

### الخطوات العملية: Your Action Steps

والآن إتبع هذه الخطوات لتحقيق استفادة قصوى من هذه

الفكرة:

١ - سجل على ورقة فواتيرك الشهرية كالاتي:-

- فاتورة الكهرباء هي:.....

- فاتورة الماء هي:.....

- فاتورة التلفون هي:.....

- فاتورة الجوال هي:.....

- مبلغ الإيجار هو: .....

- المجموع هو: .....

٢ - الآن حاول مقارنة هذه المصاريف مع مصاريف ثلاثة أشهر سابقة

- الشهر الأول: .....

- الشهر الثاني: .....

- الشهر الثالث: .....

٣ - ضع معدلاً لمصرفاتك:

مثلاً: راتبي الشهري هو: ١٠ آلاف ريالاً.

ومعدل مصروفي الشهري هو: ٥ آلاف ريال.

عند هذه النقطة أنت تدرك الآن كم من المال معك وكم تصرف شهرياً.

٤ - راجع مصرفاتك جيداً، وحاول أن تقلل من كل منها ١٠ % على الأقل، هذه الـ ١٠ % يمكن أن تضيفها إلى توفيرك.

أترك لك هنا مساحة خالية لتسجل ٥ طرق يمكن أن تقلل بها  
من مصروفك.

فكر جيداً وأكتب أي ٥ طرق تخطر على بالك فوراً وبلا  
تردد.

١- .....

٢- .....

٣- .....

٤- .....

٥- .....

## اليوم الرابع

### تفهم ديونك

إسأل نفسك أسئلة محددة لمعرفة الديون التي عليك.

ما هي القروض والديون التي عليك؟ سجلها لكي تعي جيداً كم مقدارها. مثلاً: أقساط سيارتك أو بيتك أو أقساط البنك، سجل كم من النقود معك الآن؟ ما هي مدفوعاتك الشهرية؟ إذا كان عليك أقساط للبنك حاول أن تجلس مع موظف البنك وتعيد جدولتها بحيث تسددها خلال سنة قادمة.

#### الخطوات العملية: Your Action Steps

إتبع هذه الخطوات لتحقيق أقصى استفادة من هذه الفكرة:

١ - سجل جميع الديون التي تلتزم بتسديدها شهرياً

(١) قسط السيارة هو: .....

(٢) قسط البيت هو: .....

(٣) قسط البنك هو: .....

(٤) أقساط أخرى هي: .....

٢ - أصبح الآن عندك وعي كامل بما لديك من أفساط.

أجلس مع نفسك في مكان هادئ ومريح واسترخي، فكر في خمسة أفكار رئيسية يمكنك من تقليل هذه الأفساط وسداها.

- ١ - .....
- ٢ - .....
- ٣ - .....
- ٤ - .....
- ٥ - .....

٣ - فكر أولاً في التخلص من أحد هذه الأفساط.

مثلاً قسط البنك، إجلس مع موظف البنك وحاول أن تحصل منه على أفكار من أجل جدولة ديونك، وكيف يمكن لك أن تسددها خلال سنة.

إتخذ خطوات عملية اليوم، ثم سجل أفكارك وخطتك هنا.

.....

.....

.....

٤ - بالنسبة للبيت أعرف أصدقاء لي اشتروا بيتاً بالأقساط، ثم أجروه ليتم سداد قسط البيت من إيجاره. فكرة جميلة ورائعة. ماذا يخطر في بالك سجل أفكارك هنا.

١-.....

٢-.....

٣-.....

٤-.....

٥-.....

## اليوم الخامس

### وفر نقودك

نعلم جميعاً القاعدة الأولى للتوفير التي تحدثنا عنها سابقاً هذه القاعدة تقول: (لتوفير النقود عليك أن تصرف أقل مما تكسب). من الآن فصاعداً إقطع مع نفسك وعداً لتوقف الصرف على غير الضروريات ثم وفر ١٠% من راتبك أو دخلك كل شهر. ثم بعد فترة من التعود يمكن أن تزيد النسبة إلى ٢٠% أو ٣٠%.

في تقرير اقتصادي قرأته أخيراً عبر الإنترنت، وجد الخبراء أن أفضل طريقة للتوفير في العالم في عام ٢٠١١ كانت كالتالي طريقة التوفير ٢٠ - ٣٠ - ٥٠ وقد قسم الخبراء الصرف الذي يصرفه الموظف إلى دائرة تحتوي ثلاثة أقسام كالتالي:-

(١) ٥٠% من المصاريف يذهب إلى المصاريف الضرورية من طعام ومشروبات والإيجار وفواتير الماء والكهرباء، ثم فواتير المدرسة والأولاد.

(٢) ٣٠% تذهب للمصاريف غير الضرورية، أو التي يمكن تأجيلها إلى أشهر قادمة مثل شراء ملابس جديدة، شراء جوال جديد، أو شراء لابتوب جديد.

(٣) ٢٠% يمكن توفيرها، وأفضل شيء هو خصمها من البداية عندما تستلم الراتب. أو كما يقول الأمريكيان (أدفع لنفسك أولاً).

#### إليك خطواتك العملية: Your action steps

١ - افتح حساب توفير في أحد البنوك، غير البنك الذي ينزل فيه راتبك.

٢ - يمكن أن يكون الحساب بإسمك أو إسم زوجتك أو إسمكما معاً.

٣ - خصم ٢٠% من راتبك فور استلامه وضعه في حسابك التوفير الجديد.

٤ - وسع أفقك وكن مرناً، هذا الحساب التوفير يمكنك أن تستخدمه فيما بعد لخطة الطوارئ مثلاً فرصة لشراء أرض بسعر مناسب، أو توفيره لإدخال ابنك للجامعة حينما يصل للعمر المناسبة.



أكتب في هذه المساحة ثلاثة خطوات عملية يمكنك اتخاذها

الآن write your Action Steps

..... - ١

.....

..... - ٢

.....

..... - ٣

.....