

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين

اللهم صل على محمد و آل محمد

شب قدر اول ۱۴۲۸/۲۰

ارکان یک زندگی

احیای رکن های زندگی برای پیش بردن زندگی

استعدادهای انسان که مجموعه توان هایی درونی اوست

ظرفیت ها و نیازها از دیگر رکن های زندگی است

گاهی ظرفیت و استعداد را یکی می گیرند

مجموعه شخصیت؛ ظرفیت و استعداد را شاکله گویند

شخصیت صفات و تمایزات افراد است

سیر تحول انسان هم یکی دیگر از ارکان زندگی انسان است

انسان از همان اولی که متولد می شود حرکت دارد

سیر تحول منجر می شود که استعداد، ظرفیت و شخصیت در فرایند زمان و به تدریج یا ارتقاء پیدا کند یا مسدود شود

رشد و غی مربوط به این سیر تحولی است

از مهمترین ارکان زندگی انسان که نوعا به آن کم توجهی می شود هویت اجتماعی اوست

هویت اجتماعی ظرف انسان است که ویژگی های طبیعی، تاریخی و تعلق او به زمان خاص و ... به این بخش مربوط می شود

در این هویت اجتماعی روابط و تعامل ها قرار می گیرد

اگر کسی بخواهد خود را بشناسد و در مورد خودش نظر بدهد و تحولی در خود ایجاد کند بایستی همه را با هم ببیند

انسان اگر سیر تحولی برود روز به روز باید استعدادهایش شکوفاتر شود

نیاز و توان‌هایش بیشتر شود و صفات خوب در او تجلی پیدا کند

ظرفیت همان استطاعت می‌شود

خداوند شب قدر را قرار داده است که سیر تا آخر برود

انسانی را تصور کنید که با این ساختار پیش می‌رود

شب قدر مثل این است که در انسان نوع زندگی بهتر را فعال می‌کند

انسان در همه بخش‌هایی که نام برده شد از مسیر طفولیت پیش می‌رود

محیط و پیرامون روی همه این موارد اثر دارد

قاعده کلی این است که اگر انسان خودآگاه شود بر همه تیرگی‌ها چیره می‌شود

این خودآگاهی در سوره حشر مطرح می‌شود

انسان مستقیماً با فاطر سماوات و ارض مرتبط می‌شود بدون در نظر گرفتن شرایط خلقی

شأن این علم و آگاهی نزد خدا خیلی بالاست

نگران کمبودها و نواقص زندگی نباشید

هر انسانی با رکن‌هایش نزد خدا می‌رود

استعدادها، صفات، ظرفیت‌ها و داشتن سیر و ظرف انسان می‌شود شناسنامه او

بواسطه ظرفیت و شاکله (شخصیت + استعداد) و هویت اجتماعی، سیر تحولی پیدا می‌کنیم

در ظرفیت آنچه خیلی مهم است خواسته‌های انسان است

حد ظرفیت هر انسانی را خواسته‌هایش تعیین می‌کند

قسمت اول: خواسته‌ها (دعا)

اسم این خواسته‌ها در قرآن می‌شود دعا

هر کسی دعاهایش را بنویسد این معلوم می‌کند شما در چه سطحی هستید

نشانه سیر تحول در انسان می شود دعا

هر چقدر این دعاها به سمت احیای هویت اجتماعی و باز شدن شأن اجتماعی انسان برود نشانه تحول است

هر چقدر به سمت خودش برود و محور خودش باشد سیر تحولش منفی است

محور اول ارزیابی دعا است

انسان شب قدر دیده و شب قدر چشیده اولین تغییری که در او ایجاد می شود تغییر محسوس خواسته هایش است

برخی از دعاها شبیه به آرزو می شود

ساده ترین بخش و مهم ترین بخش همین خواسته ها و دعاهاست

دعا کنید خدا ما را مستجاب الدعوه قرار دهد

هر کسی هر چیزی را در زندگی دنیایی اش بخواهد می شود و گرنه نمی توانست بخواهد

همین که به زبان جاری بشود کافی نیست

خواستن صرف بیان نیست

می توانیم خودمان را از منظر خواسته هایمان بررسی کنیم

نوعا نوشتن و ثبت وقایع درونی در ما خیلی ضعیف است

دلیلش هم این است که خود را به تکلف می اندازیم

تو از خدا چه چیزی می خواهی؟ همین برای ارزیابی تو کافی است

برخی دعاهایشان را با دعاهای اهل بیت هماهنگ می کنند

دعای حیات طیبه حضرت زهرا (س) بسیار با عظمت است

تا آخر ماه رمضان یکبار دعای ابو حمزه ثمالی را با این دید بخوانید

قسمت دوم: شاکله (شخصیت + استعداد)

انسان ها شاکله ای در جهت مثبت یا منفی دارند

برخی از صفات مثل فحش دادن نشانه ایراد شاکله‌ای است

شاکله منفی قابل محاسبه و رویت است

از مهمترین صفت‌های منفی، میل به گناه پرده‌درانه و ترس آبروبرانه است

از دیگر صفات شاکله منفی بخل ترس آورانه است

اگر این شاکله‌های منفی در هر کسی باشد محال است که فرد بتواند در اردوگاه امام حسین باشد

انسان طبعاً و فطرتاً خداخواه است و وقتی بفهمد این صفات با خداخواهی تقابل دارد برای فرد کافی است

ترس بخل می‌آورد و بخل ترس

انسان بواسطه بخل ترسش تشدید می‌شود

بخل از نظر تشخیص بیشترین چیزی است که می‌تواند تزیین شود و عاقلانه به نظر برسد

تشخیص بخل خیلی سخت است

خیلی از افراد بخل‌های خود را نمی‌شناسند

در قرآن حالت‌های ترس آمده است و برخی از ترس‌ها مثبت هستند

اگر کسی در شاکله‌اش چنین صفاتی باشد سیر تحولش محکوم به شکست است

این به این معنا است که سوره قدر در اینجا امکان نزول پیدا نمی‌کند

در روایت‌ها صفت دیگری که مطرح می‌شود احمق بودن است که ضعف در تشخیص است

همین که فرد نفع و ضرر خودش را به هنگام نمی‌تواند تشخیص دهد

احمق دچار ضعف نفع‌گرایی است

انسان کارهایی را انجام می‌دهد که ضرر دارد ولی آنرا می‌پذیرد

علت این پذیرفتن احاطه خواهش‌های نفسانی است بر فرد

خداوند به انسان عنایت کرده است و عرف عقلا را شاخص قرار داده است

عجله و کندی هم از دیگر صفات منفی است

عجله این است که فرد بخواهد بدون طی مراحل به چیزی برسد

کندی مربوط به تبدیلی‌های انسان است همراه با بدون برنامه بودن

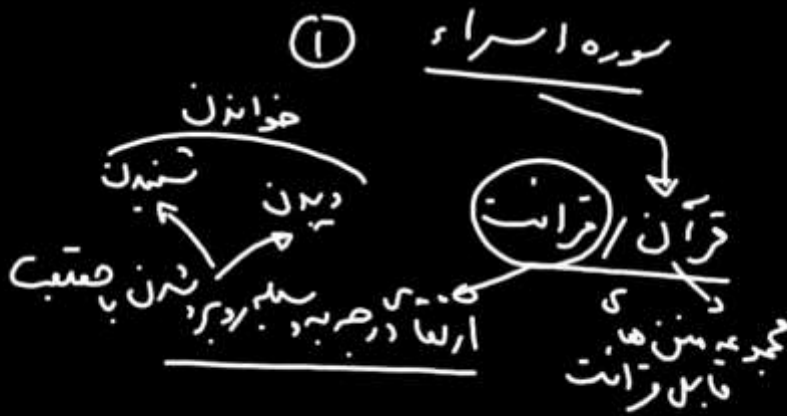
عجله و کندی عامل اصلی اضطراب است

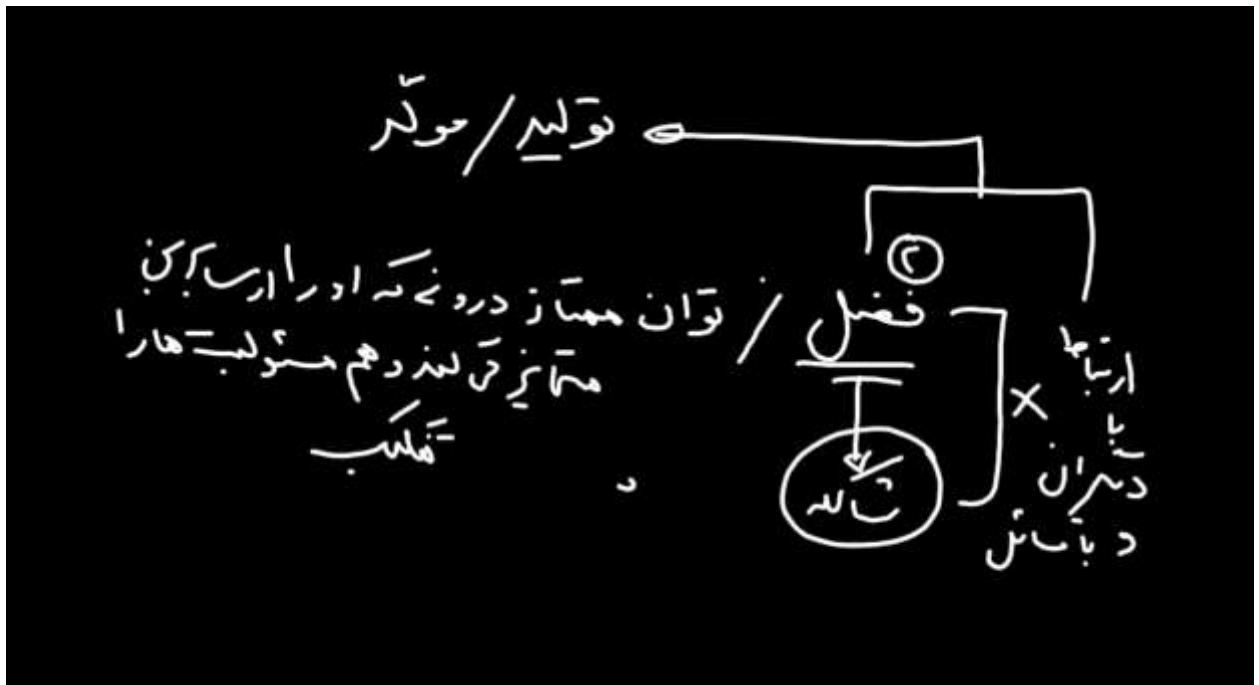
هر دو نشدن است و نشدن‌ها زندگی را به سمت اضطراب می‌برد

ظرفیت دمی پذیرگار در حوزة ظهور، فعولیت کنیم؟

↓
} القائنات ربا از جانب خدا
بلا بردن قدرت تملک با
در یافت فوضات از جانب خداوند
ارتباط معنادار

س





جاری تہ حوالی

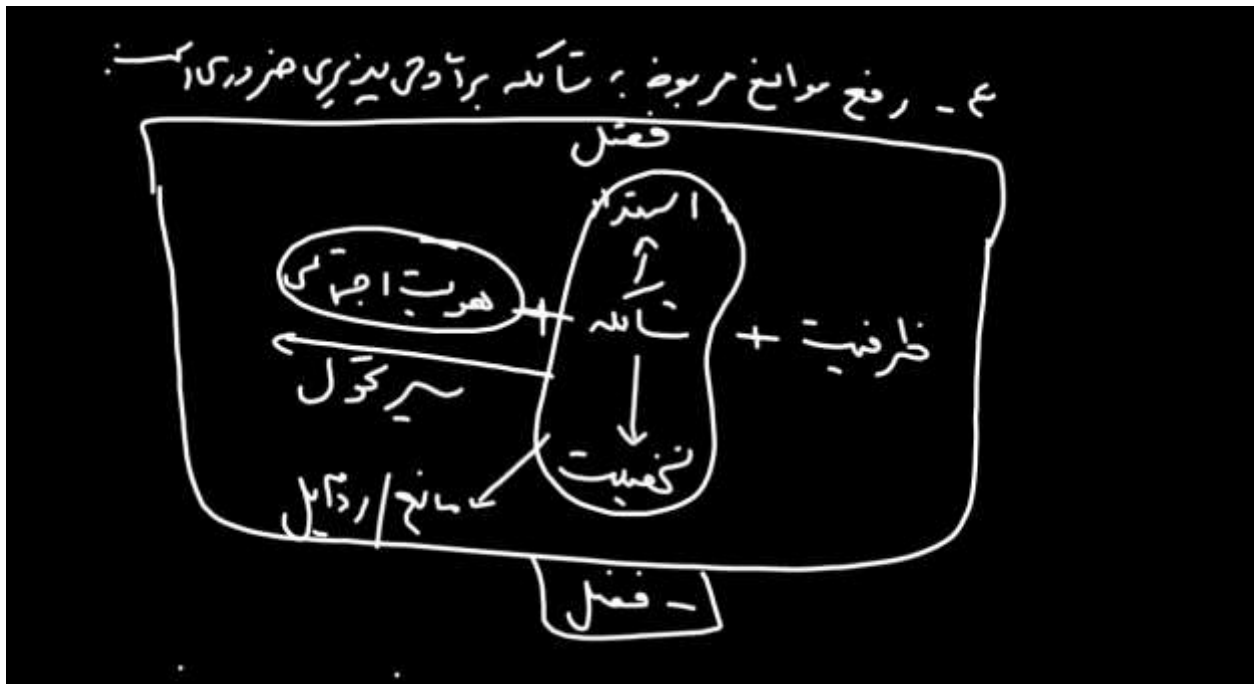
$$\frac{(\text{فصل} + \text{قرانت})}{(\text{دس پیر})}$$

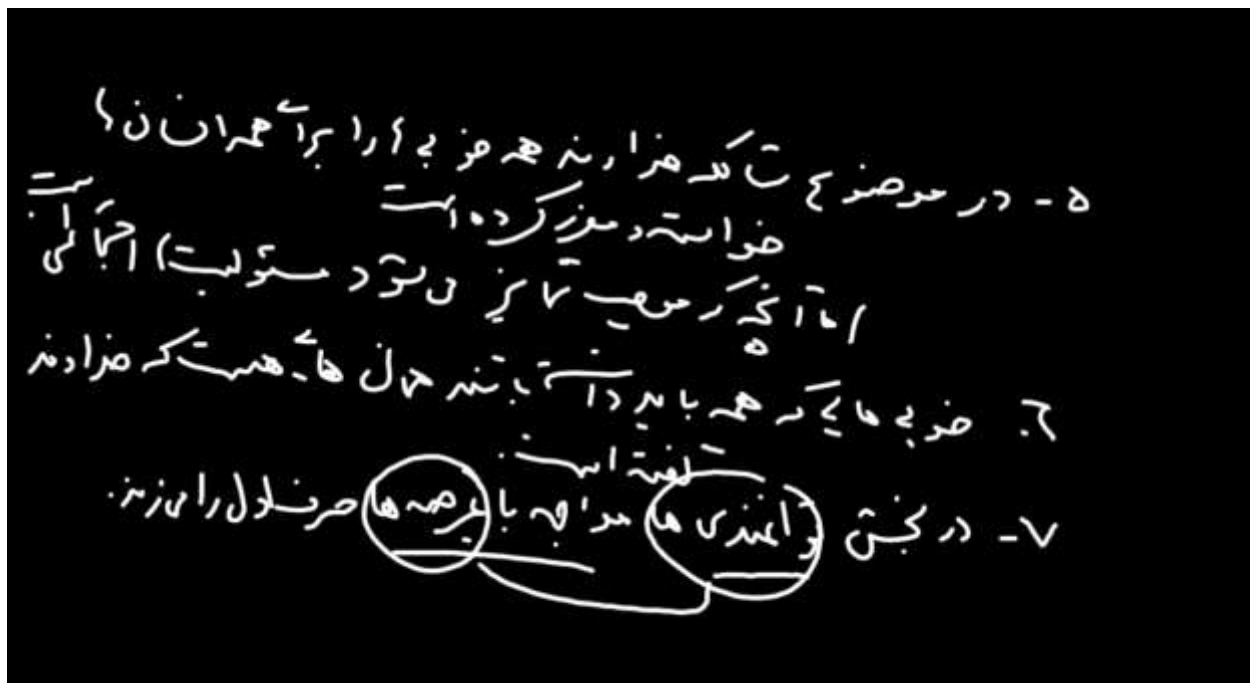
۱- از مقایسه کردن خود با دیگران اجتناب کنید
 البته باید زندگی را مختلف درس بگیرد

۲- به مقام خود بر نماند و بزرگی ناشی نشود

۳- توجه و اعتماد - توان ها حاصل و افتادن در ریویز آ

علم به عمل می آید





خلاصه‌ای از مباحث شب اول قدر

از اتفاقات مهم در ساختار انسان این است که انسان می‌تواند به مقام وحی نزدیک شود و حقایق را به صورت مستقیم یا غیر مستقیم دریافت کند

مثل خدا کسی نمی‌تواند بشود ولی مثل خدا میتوان شد و کار خدایی انجام داد

وحی پدیده‌ای مرموز و عجیب است و ماهیتی متفاوت از آنچه ما فکر می‌کنیم دارد

آنقدر که می‌تواند یک شب را خیر من الف فی الشهر کند

یکسری قواعدی وجود دارد تا انسان ظرفیت پذیرش وحی را داشته باشد

چه کنیم تا ظرفیتمان برای پذیرش وحی افزایش پیدا کند؟

اگر انسان فقط یک شب قدر را درک کند خیلی پیش می‌افتد

چگونه می‌شود که انسان اقتضای دریافت شب قدر را پیدا می‌کند

در سوره‌های نحل و اسراء و فرقان پاسخ این سوال آمده است

سوره مبارکه اسراء در این خصوص از همه مهمتر است

اینکه انسان چگونه ظرفیتش بالا برود برای تکلم با خدا و راز و نیاز با خدا

این سوره از سوره‌های عجیبی است که ثواب قرائت آن درك حضرت حجت است

این سوره سوره معراج پیامبر است

مضامین سوره چند و چون معراج را به گونه‌ای توضیح می‌دهد

اینکه چگونه انسان قدرت پیدا می‌کند معراجی شود

این سوره چشم و گوش ملکوتی انسان را باز می‌کند

اگر کسی بخواهد چشم و گوشش نسبت به شب قدر باز شود لازم است در این سوره بیشتر تأمل کند

سوره‌های نحل و اسراء و فرقان سه تایی خاصی هستند که تدبر ویژه‌ای ایجاد می‌کنند

این سه تا سوره پای انسان را به عرش باز می‌کند و انسان را معراجی می‌کنند

توجه به برخی از ارکان این سوره خیلی اهمیت دارد و از مواردی است که لازم است همه به آن توجه ویژه کنند

در این سوره به صورت ویژه توجه به قران به عنوان کتاب قرائت کردنی شده است

سوره اسراء توصیفات زیادی در مورد قران دارد

در مورد بحث قرائت و قرآن مطالب زیادی آمده است

نکاتی در مورد سوره اسراء

ما در مورد ارتقای درجات معنوی خودمان نوعا چیزی نمی‌دانیم

اینکه چه کنیم تا درجات معنوی ما ارتقاء پیدا کند را نمی‌دانیم

نوعا ارتقاء را تصادفی می‌دانیم

ظرفیت وحی پذیری را در خود چگونه تقویت کنیم؟

وحی انواع دارد و منظور از وحی برای ما القائنات ربانی است از جانب خدا

ظرفیت وحی پذیری انسان بالا بردن قدرت تکلم با خداست

دریافت فیوضات از جانب خدا

ارتباط معناداری که در آن صفات تغییر می کند یا صفتی ایجاد می شود

ماموریتی به او داده می شود

چندین مدل وحی وجود دارد

چون وحی را مربوط به پیامبران می دانیم از آن می گذریم

در صورتی که انسان اگر وحی نداشته باشد نمی تواند درجات خود را بالا ببرد

انسان ها بوسیله وحی ماهیتشان دگرگون می شوند

حتی جنس جسمشان با وحی تغییر می کند

سوره اسراء چند محور مهم در خصوص بهره مند شدن از وحی دارد

قرآن و قرائت

قرآن به معنای مجموعه ای از متن های قابل قرائت است

قرائت ارتقای درجه است بوسیله روبرو شدن با حقیقت که با دیدن و شنیدن است

این دیدن و شنیدن با خواندن اتفاق می افتد

حتما باید در قرائت ارتقاء اتفاق بیفتد

در قرائت حتما باید فرایندی طی شود

اهل قرآن و قرائت بودن لازمه ارتقای وحی پذیری است

قاعده دوم از سوره مبارکه اسراء

خدا به هر انسانی ظرفیت وجودی داده است که این ظرفیت وجودی را از ابتدای خلقتش این ظرفیت را دارد و سیل خود را

طی می کند

انسان موجود ایستایی نیست و مرتب در حال تکامل است

اسم قاعده دوم به صورت عام فضل است

فضل توان ممتاز درونی است که او را از سایرین هم متمایز می کند

و نیز به تفکیک به هر کسی متناسب با شأن و ظرفیتش مسئولیت می دهد

اگر کسی فضل خود را نشناسد یعنی نه توان ممتازش را شناخته است و نه مسئولیت خاص خودش را

روز قیامت بر اساس این فضل حساب و کتاب می شود

این فضل به شاکله وابسته است

هر انسانی شاکله مخصوص خودش را دارد

برای اینکه انسان خاصیت وحی پذیری داشته باشد باید فضل و شاکله را بشناسد

فضل و شاکله هر دو در اثر مواجهه با دیگران فعال می شود

هویت اجتماعی انسان از این منطقه روشن می شود

فضل و شاکله در اثر ارتباط با دیگران فعال می شود

این دو در انسان تولید را ایجاد می کند و او را مولد می کند

انسان در اثر داشتن فضل و شاکله و در مواجهه با دیگران مولد می شود و تولید خواهد داشت

انسان بواسطه قرائت و فضل، وحی پذیر می شود

و می تواند قواعد وحی پذیر شدن را داشته باشد

هر کسی باید بتواند تشخیص دهد خداوند او را چگونه موجودی خلق کرده است و خروجی متناسب با او چیست

فهم این موضوع از واجبات است تا بتواند استعداد و شاکله و توان هایش را بشناسد

بایستی از مقایسه خود با دیگران اجتناب کند البته باید از زندگی های مختلف درس بگیرد

انسان در سازه قرائتش اگر بهم ریخته باشد نمی تواند به صورت تحولی پیش برود

وحی پذیر می شود ولی از جانب شیطان

همه چیز را می‌دانیم قاعده دارد بجز هدایت
اولین کار این است که فرد خودش را با دیگران مقایسه نکند
دومین کار این است که فرد به مقام خود برنامه‌ریزی قائل بشود
کسی که به مقام خود برنامه‌ریزی نرسیده باشد طفل است
و تا کسی طفل است اساساً استقامت فکری و ذهنی و خلاقیت ندارد
آدم‌ها وقتی خود برنامه‌ریزی می‌شوند می‌توانند فضل خود را کشف کنند
غیرممکن است کسی خود برنامه‌ریزی نباشد و بتواند فضل خود را بشناسد
برخی از اشکالات که در زندگی ما رسوب کرده است مانع وحی‌پذیری ما می‌شود
پیوسته و همیشه محیط نمی‌تواند استعداد فرد را به او بشناساند
هر کسی خودش باید استعدادش را بشناسد
نکته سوم: توجه و اعتنا به توان‌های خاص و افتادن در معرکه‌ها
تا علم به عمل تبدیل نشود ساختار فضل خودش را نشان نمی‌دهد
انسان باید ذی‌الایده باشد و توان مند باشد و بدرد بخور باشد
روی آدم بدردبخور وحی سوار می‌شود
تا انسان فرایندش را طی نکند نمی‌تواند کاری بکند
فضل: ظرفیت + شاکله با دو بعد استعداد و شخصیت + هویت اجتماعی + سیر تحول
برای هر کسی فضل خاص است
در بخش شاکله انسان مانع پیدا می‌کند و این منجر می‌شود فضل خشک شود
موانع شاکله رذائل هستند
همه بهره‌عام از شب قدر دارند

ولی ليله القدر يك بهره خاص برای افراد دارد

داشتن رذائل منجر می‌شود که فضل به مانع بخورد و هویت اجتماعی به سمت خودخواهی برود

هرچه در نظام انسانی چپه شود در نظام طاغوت قرار می‌گیرد

رفع موانع مربوط به شاکله برای وحی‌پذیری ضروری است

مولفه‌های دین داری را با مولفه‌های عرفی گرایانه ادغام و تبدیل به بسته اعتقادی شده است و در همه زندگی ما هست

هر چه می‌رویم جلو به نتیجه نمی‌رسیم

سبک زندگی ما فضل مدارانه و هدایت‌پذیر نیست

در این سبک زندگی آرزوی هدایت دارید ولی مقصد ایجاد نشده است

خداوند همه صفات خوب را برای همه انسان‌ها خواسته است

در موضوع شاکله خداوند همه خوبی‌ها را برای همه انسان‌ها خواسته و مقرر کرده است

اما آنچه موجب تمایز شاکله‌ها می‌شود مسئولیت‌های اجتماعی است

این با روحیه ما خیلی تناسب دارد که کمال‌گرا هستیم

خوبی‌هایی که همه باید داشته باشند همان‌هایی هست که خداوند گفته است

آنچه خداوند خوب می‌داند، تفکر، تعقل، ایمان و... است

خوبی‌هایی که خداوند مطرح می‌کند عام است

خدا خوبی‌ها را طوری طراحی کرده است که برای همه قابل دسترس است

در این ساختار همه باید همه خوبی‌هایی که خداوند گفته است را داشته باشند

در نظام‌های اجتماعی برتری‌ها ظاهر می‌شود و در نزد خدا خوبی‌ها بالا می‌رود

در حوزه شاکله انسان باید مترصد این باشد که همه خوبی‌ها را داشته باشد

در بخش توان‌مندی‌ها مواجه با عرصه‌ها حرف اول را می‌زند

منطق فضل در مواجهه با عرصه‌ها خلاقیت است

مسیر همان‌هایی است که عالمان بزرگ رفته‌اند و سیر تحولی ایجاد کردند

کتاب ابن سینا هنوز هم به عنوان مرجع تدریس می‌شود

همین که عرصه‌ات را انتخاب می‌کنی و وارد میدان عمل می‌شوی نقاط قوت و ضعف تو مشخص می‌شود

هر انسان مسلمانی کم کم باید یک بوعلی سینا باشد

اولین دعا و حاجت ما این باشد که در شب قدر به این موضوع فکر کنیم که آیا طبق نقشه‌ای که باید برویم رفته ایم یا خیر

استغفار کنیم که مسیرهایمان درست شود

توان‌مندی‌ها باید شناخته شود

اینکه انسان بتواند به تفصیل بگوید که چه عیبی دارد خدا عنایت می‌کند

استغفار با شناخت نقطه ضعف شناخته می‌شود

نتیجه این جلسه دو استغفار است

استغفار در فرایند فضل‌شناسی ماست و استغفار بعدی فرایند ارتقاء مسیر و قدرت قرائت ماست

نشانه‌ای عینی برای قبول استغفار خود بگذارید

نشانه‌تان را در تولید بگذارید که موفق به تولیدی شوید

نشانه قبولی استغفار مولد شدن است

شب قدر باید انسان‌ها را به سمت تولید ببرد

وقتی کسی فضل ندارد ماموریت معنا ندارد

ارتباط با امام زمان همین فضل‌داری است

ارتباط ما با امام زمان ارتباط معنا داری نیست

اگر سطح غصه بالا آمد برای رفع این غصه اول باید ایرادهای جزئی خود را کنار بگذارد

چه بسا علت داشتن این همه مانع که نگذاشته است فضل ما فعال شود همین ایرادهای جزئی باشد
وقتی مطلب بزرگی را شنیدید و متوجه نشدید بگردید و با انگیزه بالا ایرادهای جزئی خودتان را برطرف کنید
تصمیم بگیریم که چیز دیگری شوم و جور دیگری بشویم و در ابعاد مختلف پیشرفت کنیم

نکاتی از جلسه شب قدر سوم

یکی از چیزهایی که در شب قدر لازم است ارزیابی از خود و برنامه‌های سال قبل است

و هر کسی برنامه‌اش را تفصیلی‌تر بررسی کند

این چند محور را بررسی کنید:

یک. محور نیازها

نیاز خلاءهایی است که در زندگی انسان احساس می‌کند که اگر نباشد زندگی نمی‌چرخد

نیاز به علم، معرفت و معنویت سطح دیگری از نیازهاست

اگر غلبه نیازها به سمت دنیا باشد انسان دنیایی می‌شود

از محورهایی که امشب همه باید در نظر بگیریم بررسی سطح نیازهایمان است

دسته بندی نیازها

یک نیازهای واقعی: نیازهایی که مربوط به دنیا هستند و گریزی از آنها نیست

گاهها در این نیازها هم کم می‌گذاریم

نیاز به تغذیه سالم در این دسته از نیازهاست و نوعا افراد نسبت به آن بی‌توجه هستند

نیاز به ورزش، آفتاب، درست نشستن و... نیازهای واقعی هستند

وقتی این نیازها تأمین نشود فرد استعداد بیماری‌هایش زیاد می‌شود

هر کسی تصمیم بگیرد روی این نیازهای واقعی بررسی جدی داشته باشد

خوب نیست انسان‌های مومن نشاط لازم را نداشته باشند

این بدن باید سالم باشد به عنوان مرکبی برای خداخواهی مان

نشاط داشتن نیاز به برنامه دارد

در نیازهای واقعی ارتباطهای در خانه و گسست فAMILIARY نداشتن را هم شامل می شود
اگر اخبار سیاسی حالتان را بد می کند دنبال نکنید
وب گردی و کار با گوشی و ... بایستی با برنامه باشد و حواشی و زوائد آن گرفته شود
علم تغذیه علم مفید است
یکسری نیازها هم نیازهای حقیقی هستند
این نیازها مربوط به آخرت انسان هستند و برای عاقبت بخیری گریزی از آن نیست
انسان حتما بایستی اهل خیر باشد
نیازهای حقیقی می توانند مقصد زندگی هم باشند
در قیامت هم تجلی دارند
و برای انسان به عنوان درجه محسوب می شود
مثل علم های حقیقی
مثلا خوش اخلاقی خودش مقصد است
انسان واسع الحال باشد
اسم ها مقصد است
اسماء نوعا روی مقاصد می روند
اینکه انسان طیب و طاهر شود و گناه نکند و قدیسه شود اینها مقصد هستند
تقوا، کنترل درونی و جوشش اراده و قدرت یافتن مقصد هستند
مقاصدی که شاکله ایجاد می کند مقاصد اصلی هستند
نماز گزار شدن، مومن شدن و ... جزء مقاصد است
آنچه باید امشب دید که نسبت ما با نیازهای حقیقی چگونه است

آیا میل ما به نیازهای حقیقی کم شده یا زیاد شده است؟
کسانی که در نیازهای حقیقی برنامه نداشته باشند در جایی می‌برند
خیلی بد است که مومن برای خواندن قرآن و روایات برنامه نداشته باشد
انس با قرآن و قاری قرآن شدن و با رسول الله بودن از نیازهای حقیقی است
اگر نیازها واقعی بدون برنامه رشد کن موجب کم شدن توجه به نیازهای حقیقی می‌شود
نیازهای کاذب هم نیازهایی است که بود و نبود آن تفاوتی ندارد و پرداختن به آن خیلی موضوعیت ندارد
هر چیزی که در مدل ریخت و پاش است و می‌تواند نباشد از نیازهای کاذب است
از همه مهمتر صرف وقت در کارهای بیهوده است
وجود نیازهای کاذب مثل سم است در زندگی انسان
ممکن است در هفته دو ساعت وقت صرف نیازهای کاذب بکنید ولی صرف سم کرده‌اید
نیازهای کاذب انسان را از نیازهای حقیقی دور می‌کنند
این نیازها گاهی رنگ عوض می‌کنند و خود را به شکل واقعی یا حتی حقیقی خود را نشان می‌دهند
تقریباً از باب تحقیقات میدانی از هر ده نفر هشت نفر بالای بیست ساعتشان صرف نیازهای کاذب می‌شود
این خیلی سم بالایی است
وقتهای یک هفته که ۱۶۸ ساعت را بررسی کنید ببینید صرف چه کارهایی می‌شود
اگر انسان در زندگی‌اش نتواند جلوی وقتش را بگیرد به سرعت وقت‌ها می‌گذرد
اگر کسی نیازهای کاذب داشته باشد شاکله‌اش به سمت منفی می‌رود
انسان محکوم به کار بد می‌شود با شاکله‌های منفی

ارزیابی دوم : توان ها

هر انسانی توانی دارد

توان‌های عملکردی در رفتارها و عمل مشخص می‌شود

هر انسانی باید توان‌های عملکردی‌اش را بررسی کند تا ببیند آیا دستش به خیر هست

اسم این افراد را در قرآن ذی‌الایده می‌گویند

توان‌های عملکردی شما باید روز به روز افزایش پیدا کند

توان عملکردی = شجاعت / سرعت / شتاب

روز به روز باید توان عملکردی شما باید افزایش پیدا کند

با شاخصه‌هایی مثل شجاعت، سرعت، شتاب و چابکی بسنجید

اگر کسی توان عملکردی‌اش را در حوزه‌هایی بالا برد در سایر حوزه‌ها هم بالا می‌رود

انسان ساختار جامعی دارد که اگر بخشی از آن اصلاح شود بقیه ساختار هم درست می‌شود

بیشتر عمر انسان صرف اصلاح دیگران می‌شود در صورتیکه اگر خودش را اصلاح می‌کرد بقیه هم اصلاح می‌شوند

مقدرات که تغییر می‌کند وسعت اتفاق می‌افتد و رزقها تغییر می‌کند

بهترین تغییرها تغییر سطح توان است که مقدرات را تغییر می‌دهد

توان توجهی توان دیگری است که باید به آن دقت کرد

برخی تمرکز بسیار کمی دارند

توان‌های توجهی خیلی خاص هستند و چه بسا از توان‌های عملکردی قوی‌تر است

نوعاً آدم‌ها در توان‌های توجهی خیلی ضعیف هستند

توان توجهی، کل‌نگری در ضمن جزء‌نگری است

واقعاً کسانی که قدرت توجه دارند بعد از مدتی آدم‌های خاصی می‌شوند و می‌توانند گره باز کنند

نماز شب، سکوت، بیدار بودن در شب، با شب‌زندگی کردن می‌تواند به توان توجهی کمک کند

این توان به صورت مشخص با حرف اضافه نزدن ایجاد می‌شود

حرف‌هایی که به شما ربطی ندارد را نزنید

انسان تمرکز کند و کلامش را خالص کند

سکوت حکمت را بالا می‌برد

توان توجهی با تأمل، تمرکز و اتصال به غیب ایجاد می‌شود

اتصال به غیب ارتباط با لایه‌ای از هستی است که بقیه از آن خبر ندارند

هر کسی توان توجهی‌اش را ببیند و امتدادش را روی حل یک مسئله ببیند

نوعاً بهم ریختن برنامه به دلیل نداشتن توان توجهی است

صلوات خیلی می‌تواند در ارتقاء توجه اثر گذار باشد

تدبر در قرآن قدرت تمرکز را می‌تواند افزایش دهد

هیچ چیزی مثل قرآن نمی‌تواند ایجاد تمرکز کند

قرآن از جهت ایجاد توان توجهی برای انسان معجزه می‌کند

تدبر سازه مخصوص به خود را دارد که فرد را در توجه می‌تواند تثبیت کند

توان عاطفی: توان دوست داشتن و دوست داشته شدن است

ذخیره عاطفی چیز بسیار عجیبی است و طعم زندگی است

اگر کسی ذخیره عاطفی‌اش کم باشد حسی نسبت به زندگی ندارد

توان عاطفی همان چیزی است که تبدیل به ایمان می‌شود

توان عاطفی اگر جهت دار باشد به ایمان می‌رسد

قابل تکیه می‌شود برای دیگران

توان‌های عاطفی سرکوب شده تبدیل به عقده می‌شود

وقتی توان عاطفی تربیت نشود ایجاد تعلق می‌کند

توان عاطفی که تربیت می‌شود دوست داشتن را دارد ولی همراه با استقلال در انجام وظیفه است

یکی از نشانه‌های توان عاطفی محبت بی‌دریغ به کسی است بدون توقع از او

اگر توان عاطفی تربیت نشود تبدیل به داد و ستد می‌شود و به سمت کینه می‌رود

برخی خیلی استعداد کینه‌ای شدن دارند این افراد خیلی عاطفی هستند

حضرت علی می‌فرماید: کینه دیگران را با قلع کینه از درون خودت اصلاح کن

عواطف تو را کسی نمی‌تواند پاسخگویی کند

در توان عاطفی محبت‌ها و کینه‌ها شکل می‌گیرد

برای تربیت توان عاطفی تا می‌توانید دیگران را دوست داشته باشید

توان تفکری توان تحلیل تجزیه و ترکیب است

خلاقیت‌های انسان در توان‌های تفکری است

توان‌ها در انسان ترکیبی است

این توان‌ها، در ساختار اجتماعی به صورت فردی یا جمعی شکوفا می‌شود

تفکر اجتماعی یعنی قدرت دارد که برای رسیدن به یک مقصد اجتماعی تمام عناصر را تحلیل، تجزیه و ترکیب کند

اگر انسان خواست خدا را بشناسد که آنقدر این انسان قوی است که برای اثبات خدا باید بگویی از هر هزار کار یکی را

نتوانست

شاکله‌ها را در توان‌ها قرار می‌دهیم

شاخص توان عملکردی: سرعت

شاخص توان توجهی: تمرکز

شاخص توان عاطفی: محبت

شاخص توان تفکری: قدرت ترکیب یا همان تولید

شاخص توان اجتماعی: هم‌آهنگی / هم‌فکری / هر چیزی که با هم شکل می‌گیرد

ارتقای توان عملکردی با تجربه کردن است

ارتقای توان تفکری با قدرت خوب دیدن و شنیدن و خوب دانستن است

اگر فرد در همه توان‌ها ارتقاء پیدا کند خیلی خوب است

برخی قائل هستند که تخصص اینطور شکل نمی‌گیرد

انتخاب شغل باید بر اساس نیاز جامعه باشد نه بر اساس پر بود توانها

سمع و بصر و افنده‌ای که انسان دارد برای رسیدن به شکر است

شکر توان عملکردی است

سمع و بصر توان تفکری است و قلب توان عاطفی است

فواد وقتی است که عواطف در آن مهم باشد

در قلب تحول مهم است

فواد مربوط به عاطفه است و در خود قلب را هم دارد

در سوره نحل این موضوع مطرح می‌شود و توان اجتماعی را در بحث امت مطرح می‌کند

یکی از مقاصد حقیقی ارتقای توان‌هاست

ارتقای توان‌های انسان از مقاصد حقیقی است

جهت الهی توان‌ها تقویت و جهت غیرالهی توان‌ها را به شبه توان تبدیل می‌کند

اینها وقتی توان است که در صراط قرار گیرد

استغفار های قبل از قرآن سر گرفتن

هیچ چیزی در این عالم به شرافت علم نیست

با نگاه علمی به خودتان نگاه کنید و انشالله عنایتی به کل زمین بشود

استغفار اول : نیازها خیلی از نیازهای ما نیازهای کاذب است این نیازها ما را به شح نفس می‌کشاند

استغفار دوم : ...داشتن نیازهای حقیقی متناسب با سن

استغفار سوم :....از خدا بخواهیم که در نیازهای واقعی به خاطر برنامه نداشتن خود را به سختی و بیماری انداختیم

استغفار چهارم «....از اینکه توان‌هایمان را نشناخته‌ایم یا خلاف عمل کرده است استغفار می‌کنیم

از خدا بخواهیم توان اجتماعی ما را تقویت کند

تا انسان توان اجتماعی خود را تقویت نکند نمی‌تواند امام خواه باشد