

بسم الله الرحمن الرحيم

سلسله سخنرانی استاد پناهیان با موضوع:

تنها مسیر برای زندگی بهتر

پیامک‌ها (فشرده بحث)

مؤسسه عصر بیان معنوی

www.BayanManavi.ir



- ج ۱: باید انتظارمان از زندگی را بالا ببریم..... ۲
- ج ۲: بدون اصلاح «زندگی» نمی‌شود به خدا مقرب شد..... ۳
- ج ۳: اگر فقط زندگی بهتر در این دنیا را بخواهیم، چگونه باید زندگی کنیم؟..... ۳
- ج ۴: ترک کامل دنیا نوعی راحت طلبی است..... ۴
- ج ۵: ریشه فساد آشنا نکردن بچه با حقیقت زندگیست، نه ماهواره..... ۴
- ج ۶: بسیاری از مشکلات اخلاقی و روحی با درک صحیح «زندگی» حل می‌شود..... ۴
- ج ۷: زندگی فرایندی است برای «فهمیدن»..... ۵
- ج ۸: دلیل این همه احکام و دستورات اسلامی چیست؟..... ۵
- ج ۹: در اثر تبعیت از پیامبران، زندگی خوش مادی پدید می‌آید..... ۵
- ج ۱۰: آدم سطحی‌نگر و ساده، نمی‌تواند دین را بفهمد..... ۶
- ج ۱۱: کسی زندگی بهتری دارد که علاقه شدیدتری دارد..... ۶
- ج ۱۲: کسی که از زندگی لذت نبرد نمی‌تواند از گناه دوری کند..... ۷
- ج ۱۳: غربی‌ها دین‌داری صوفیانه را بین مسلمین رواج می‌دهند تا تحت سلطه غرب بمانند..... ۷
- ج ۱۴: مراقب باشیم یک وقت حسن بصری‌ها دین ما را نسازند!..... ۸
- ج ۱۵: نباید ثروت را چیز خطرناکی تلقی کنیم که به معنویت ما ضرر می‌زند..... ۸
- ج ۱۶: آمادگی پذیرش محدودیت، یعنی آمادگی برای زندگی خوب..... ۸
- ج ۱۷: دنیای بدون محدودیت شیرین نیست، همانطور که فوتبال بدون محدودیت شیرین نیست..... ۹
- ج ۱۸: توجه به مقدرات الهی به انسان آرامش می‌دهد..... ۹
- ج ۱۹: چرا مردم جوامع بشری، این قدر غیرسیاسی‌اند؟..... ۱۰
- ج ۲۰: چه کسی می‌تواند انتخاب همسر خوب داشته باشد؟..... ۱۰
- ج ۲۱: یک برنامه خوب برای «زندگی بهتر» باید ۷ ویژگی داشته باشد؟..... ۱۱
- ج ۲۲: متاسفانه برخی مدارس ما «برده باسواد» تحویل می‌دهند!..... ۱۱
- ج ۲۳: برخی که برداشت صحیحی از دین ندارند، وقتی متدین می‌شوند، منفی‌تر می‌شوند!..... ۱۲
- ج ۲۴: اگر «حساب‌شده» باشیم دیگر جایی برای ابلیس باقی نمی‌ماند..... ۱۲
- ج ۲۵: بدون صبر و مقاومت نمی‌شود به زندگی بهتر رسید..... ۱۳
- ج ۲۶: چرا ذکر خدا باید طبق «دستور» باشد و ذکر دل‌خواهی فایده زیادی ندارد؟..... ۱۳
- ج ۲۷: آموزش و پرورش باید بر این مبنا متحول شود..... ۱۴

ج ۱: باید انتظارمان از زندگی را بالا ببریم

- اغلب مردم از موضوع «زندگی» آغاز می‌کنند نه از مقدمات انسان‌شناسانه و خداشناسانه و اکثر سؤالات مردم به این برمی‌گردد که «چگونه بهتر زندگی کنیم؟»/ ما اول باید نگاه‌مان را به زندگی تغییر دهیم و انتظارمان را از زندگی بالا ببریم/دین را به برخی اخلاقیات، احکام و امور معنوی، محدود کرده‌ایم/ باید به زندگی برگردیم
- تقسیم مردم به دو گروه دنبال «بندگی» و دنبال «زندگی» یک تقسیم شوم و نابودکننده است/ کسانی که بیشتر به بندگی می‌پردازند، افتخار نکنند که جزء گروهی نیستند که بیشتر به زندگی می‌پردازند. اساساً این دو گروه کردن مردم، هم به بندگی لطمه می‌زند و هم به زندگی. زندگی و بندگی قسیم همدیگر نیستند./ در زندگی بهتر، بهتر می‌شود بندگی کرد

- تصور نکنید که سخت‌ترین قسمت دین‌داری نماز شب است. آن اوجی که هنوز دینداران به آن نرسیده‌اند این است که با دین زندگی خودشان را آباد کنند. دینداران وقتی می‌خواهند از خودشان ناراحت باشند و استغفار کنند، از اینکه دینداری‌شان در زندگی آنها نتیجه نداده باید استغفار کنند! اگر ما بهتر زندگی کنیم، هم نسل‌های بعد حقانیت کلام و راه ما را پی می‌برند، هم دیگران.

ج ۲: بدون اصلاح «زندگی» نمی‌شود به خدا مقرب شد

- اهداف این بحث: ۱. رفع سوءتفاهم/هم متدین‌ها و هم غیرمتدین‌ها درباره فاصله دین و زندگی دچار سوءتفاهم/این سوءتفاهم را در جامعه ما ایجاد کرده‌اند که عده‌ای طرفدار «زندگی»، و عده‌ای طرفدار «بندگی» اند، و این دو با هم درگیرند ۲. رسیدن به زندگی بهتر ۳. بندگی بهتر/بدون «اصلاح زندگی» نمی‌شود به خدا مقرب شد و به بهترین حیات اخروی رسید
- دین منهای زندگی خیلی ترویج شده و خیلی طرفدار دارد/«سامری»های امت پیامبر(ص) دنبال دین منهای زندگی بوده‌اند/هر انسان دینداری باید پاسخ دهد «دینش در زندگی‌اش چه تأثیری داشته؟»/دشمنی با انبیاء از آنجا آغاز می‌شود که برای آبادانی زندگی، در امور زندگی دخالت می‌کنند/در مقابل «تمدن غرب» باید نشان دهیم «دین» انسان را به زندگی و تمدن بهتری می‌رساند
- درست است که هدف نهایی دین تقرب است، ولی در یک زندگی درست است که می‌شود به خدا مقرب شد. قرآن: کسی که معیشتش سخت باشد، روز قیامت کور وارد صحرای محشر خواهد شد(طه/۱۲۴)/باید زندگی‌مان را درست کنیم تا بتوانیم عاشق خدا شویم، و الا درگیر زندگی باقی می‌مانیم. زندگی خوب، برای روح انسان درگیری ایجاد نمی‌کند، این روح می‌تواند عاشق بشود.

ج ۳: اگر فقط زندگی بهتر در این دنیا را بخواهیم، چگونه باید زندگی کنیم؟

- شروع دینداری از «اثبات صانع»، فشار روانی‌اش بر آدم‌ها بالاست؛ اکثر مردم فکرشان مشغول زندگی است؛ بیایید از همین زندگی شروع کنیم. بگوییم: شما چه می‌خواهی؟ می‌گویی: زندگی‌ام را. بعد بگو: می‌خواهی زندگی بهتر شود؟ یقیناً می‌گویی: بله. بعد بگو: بیا فکر کنیم چگونه می‌توان زندگی را بهتر کرد؟ حالا چه با دین چه بدون دین.
- متدینین بیش از دیگران باید دنبال زندگی بهتر باشند/«بهره‌مندی فراوان از دنیا» جایزه دین‌داری است؛ قرآن: اگر مردم کتاب آسمانی خود را اقامه می‌کردند، از زمین و آسمان می‌خوردند(مائده/۶۶)/اگر یک مذهبی «زندگی درست» نداشته باشد، در ادعای دینداری‌اش صادق نیست/زندگی سرشار از گرفتاری، نشانه ایثار، زهد و خداپرستی نیست
- آخرالزمان دوران بزرگ‌ترین امتحان‌ها و غربال‌هاست/یک اقدام مهم در آخرین مراحل انتظار، رفع سوءتفاهم‌های تاریخی است/هرکسی در اثر سوءتفاهم غیرمذهبی است، باید بیاید در خط اسلام ناب؛ این وظیفه تاریخی ماست/و هرکس قلبی دینداری می‌کند باید برود آنطرف/منتظران باید به غربال آخرالزمان کمک کنند/امروز رفع سوءتفاهم‌های تاریخی خیلی آسان شده
- دینداری بدون رسیدگی به زندگی خودفریبی است/کسی که در اثر زندگی غلط دچار گرفتاری شود، حال مناجات هم پیدا نمی‌کند/می‌خواهیم با «عقل» راه زندگی بهتر را بیابیم، نه با مباحث «دینی»/همان عقلی که بناست دنیای ما را تأمین کند، بناست آخرت ما را هم تأمین کند/می‌خواهیم با یک ملاک عقلانی به سراغ زندگی بهتر برویم

ج ۴: ترک کامل دنیا نوعی راحت طلبی است

- اگر خدا فقط دستور بندگی، زهد و پرهیز از دنیا داده بود، و هیچ توصیه‌ای برای بهبود زندگی نکرده بود و ما را به فعالیت‌هایی که ما را درگیر مسائل دنیا می‌کند وادار نکرده بود، کار ما بسیار آسان تر بود. / دینداری یعنی هوشمندی برای بهبود زندگی / اگر طبق وظیفه، وارد تجارت شدی و دنیا طلب نشدی؛ این درست است
- زیبایی و هنر دینداری اینست که درگیر دنیا باشیم و زندگی‌مان را به نحو احسن اداره کنیم و در ضمنش بندگی کنیم و گرنه معلومست که بندگی بدون درگیری با دنیا راحت تر است / هم باید دنبال زندگی باشیم، هم بندگی، و الا اینکه انسان کلاً دنیا را ترک کند، هنر نیست، بلکه نوعی راحت طلبی است / فاصله گرفتن برخی متدینین از زندگی، از سر راحت طلبی است نه عشق به بندگی!
- منفعت طلبی در زندگی نه تنها بد نیست بلکه خیلی هم زیبا و معنوی است / کسی که در عرصه حیات، نتواند منافعتش را تشخیص دهد، آدم بدبخت و مهجور از جانب پروردگار است (سوره حشر / آیه ۱۹) // اگر دین داری به نفع خودمان است، پس ثواب و اجر الهی به خاطر چیست؟ استاد پناهیان ۵ دلیل ذکر کرده‌اند که در مشروح سخنان آمده

ج ۵: ریشه فساد آشنا نکردن بچه با حقیقت زندگیست، نه ماهواره

- موضوع این جلسه: «تعریف زندگی در ۷ مرحله» / زندگی دو عنصر کلیدی دارد: حرکت و تمایلات / موتور محرکه حرکت ما تمایلات ما هستند / زندگی یک «حرکت» توأم با «تلاش» است، و کسانی که «زندگی بدون تلاش» را تبلیغ می‌کنند، به انسان‌ها دروغ می‌گویند / آموزش بندگی، بدون تعلیم زندگی خطرناک است / ریشه فساد آشنا نکردن بچه با حقیقت زندگیست، نه ماهواره
- تعریف نهایی زندگی توسط حجت الاسلام پناهیان پس از هفت مرحله: «زندگی یعنی مدیریت علاقه‌ها و تلاش و مبارزه برای رسیدن به علاقه‌های برتر و پذیرش محدودیت‌ها در بستر حیات مقدر» / در متن کامل سخنرانی، این تعریف به طور کامل تبیین شده است / انسان مجبور است برخی تمایلاتش را تغییر دهد تا بهتر زندگی کند / چالش جدی زندگی انسان «مدیریت و تغییر علاقه‌ها»
- غفلت از هر یک از عناصر مهم در تعریف زندگی، ما را دچار خطای فاحش می‌کند / شیطان ما را نسبت به «متن زندگی» دچار اشتباه می‌کند، نه «هدف زندگی» / مثلاً اگر فکر کنیم می‌توانیم طوری زندگی کنیم که در آن تلاش و مبارزه نباشد؛ فریب خورده‌ایم و شیطان ما را دچار خیال پردازی نابودکننده‌ای کرده.

ج ۶: بسیاری از مشکلات اخلاقی و روحی با درک صحیح «زندگی» حل می‌شود

- بدون تعریف صحیح از زندگی، نمی‌توانیم تعریف درستی از بندگی داشته باشیم / یکی از کارهای ابلیس مخدوش کردن تصور ما نسبت به زندگی است / بسیاری از مشکلات اخلاقی و روحی با درک صحیح «زندگی» حل می‌شود / مشکلات جامعه از ضعف درس عقاید و اخلاق نیست، مشکل مهم اینست که زندگی را قبل از بندگی نشناخته‌ایم
- بنده یک پیشنهاد جدی و اساسی دارم؛ اینکه بیابید مشکلات معنوی، اخلاقی و روحی و روانی خودمان را بررسی کنیم، و همه این مشکلات را با درک حقیقت حیات، با درک معنای زندگی و با درک تعریف دقیق زندگی حل کنیم. بنده تصور می‌کنم اگر آدم بخواهد مشکلات خودش را با معاد حل کند، ولی قبل از آن مشکلاتش را با درک همین حیات دنیایی حل نکرده باشد، کارش دشوار است.

- اینکه بخواهید از بین امیال خودتان برخی امیال را انتخاب کنید و برخی را رد کنید، همین به معنای رنج است/ در اثر خیال‌پردازی یا فریب شیطان، تصور می‌کنیم «در دنیا می‌شود یک زندگی راحت و بی‌زحمت داشت!»/ در زندگی مادی و معنوی همیشه درگیری وجود دارد/ امام علی(ع): هر کس در سن کم خود را به رنج نیندازد، در بزرگسالی آسایش نمی‌یابد

ج ۷: زندگی فرایندی است برای «فهمیدن»

- بساط زندگی، نعمتی است که اکثر آدم‌ها به‌خاطرش شکر نمی‌کنند/ باید به زندگی عشق بورزیم چون خدا ما را در این فضا قرار داده/ دین علی‌رغم مذمت حب‌الدنیا، به علاقه ما به زندگی بها داده/ زندگی آن قدر عزیز است که توصیه شده «با وضو زندگی کنید»/ دائم‌الوضو بودن یعنی «من می‌خواهم با وضو زندگی کنم»/ عروسی آن قدر در دین محترم است که دعای عروس و داماد در شب زفاف مستجاب است
- تصور کنید کسی برای کنکور درس می‌خواند. به هر حال درس خواندن سختی‌هایی دارد و او را از تفریح باز می‌دارد. حالا او با اکراه مشغول درس شود و هر از گاهی مُشتی روی کتاب‌هایش بکوبد و با ناراحتی بگوید: «این درس هم که تمام نمی‌شود؟!» چنین کسی دانشمند می‌شود؟ بعضی‌ها با زندگی خودشان همین‌طور برخورد می‌کنند. انگار ناراحتند که خدا آنها را در بستر این زندگی آفریده!
- مرور تعریف زندگی/ زندگی ترکیب سه فرآیند است: ۱. حرکت به سوی علاقه‌ها ۲. تغییر و کنترل علاقه‌ها ۳. پذیرش محدودیت‌ها/ اگر علاقه‌هایت را مدیریت نکنی، دیگران اینقدر علاقه‌هایت را مدیریت می‌کنند که خودت را گم کنی/ در غرب علاقه توسط هنر و رسانه‌ها به مردم تحمیل می‌شود/ تعریف زندگی از زاویه‌ای دیگر: زندگی فرایندی است برای «فهمیدن» معارف عالی و حقایق ناب

ج ۸: دلیل این همه احکام و دستورات اسلامی چیست؟

- زندگی فرایندی برای «مدیریت علاقه‌ها در درون» و «مبارزه با موانع در بیرون»/ زندگی ابزار و وسیله فهمیدن است؛ عین کلاس درس/ گرچه برای زندگی خوب نیازمند معرفتیم، ولی خود زندگی فرآیند رسیدن به معرفت است/ تا زندگی نکنید برخی چیزها را متوجه نمی‌شوید/ یکی از دلایل این همه احکام و دستورات اسلامی این است که رفتار، سبک و نوع زندگی کردن ما خیلی چیزها را به ما می‌فهماند
- تعریف دیگر/ زندگی فرایندی برای «شکفته» شدن است/ زندگی یعنی فرایندی برای زنده‌تر شدن تا بتوانیم بهتر زندگی کنیم/ اولین شرط «زندگی بهتر» زنده‌تر بودن است/ ما برای زندگی بهتر امکانات اضافه می‌کنیم در حالی که قدرت‌ها در درون خودمان است!/ قرار نیست از بیرون چیزی به زندگی اضافه کنیم، بلکه باید استعدادهای درونی‌مان را شکوفا کنیم تا زنده‌تر شویم و بهتر زندگی کنیم
- زندگی یعنی فرایندی که موجب شکوفا شدن استعدادهای انسان می‌شود. هر کسی تو را به کشف قدرت‌های درونی خودت وادار نکرد و مدام تو را به بیرون ارجاع داد، در واقع به تو خیانت کرده و فریبت داده است. باید بروی و آن قدرت‌های درونی خودت را پیدا کنی؛ آن وقت زنده‌تر خواهی شد.

ج ۹: در اثر تبعیت از پیامبران، زندگی خوش مادی پدید می‌آید

- دو گروه با «زندگی بهتر» مخالفت می‌کنند/ برخی غیرمذهبی‌ها متدینین را تمسخر می‌کنند که شما هم مثل ما دنبال زندگی بهتر هستید؟! زهد به این معنا نیست که زندگیتان چنان خراب باشد که نتوانید نیازهایتان را تأمین کنید و ثروتمندان بر جامعه شما مسلط

شوند! در هیچ جلسه مذهبی نبوده که درباره زندگی بهتر از نظر مادی - در محدوده دین - سخن بگوییم، و با اعتراض‌های از سر جهالت مواجه نشود

- دین راه رفاه را به انسان یاد می‌دهد/علی(ع): در اثر تبعیت از پیامبران، زندگی خوش مادی پدید می‌آید/دنیاگریزی ابلهانه‌ای که مستکبران را بر دنیای ما مسلط کند، زهد نیست/در دنیای امروز، مجبوریم در «رقابت زندگی بهتر» شرکت کنیم و الا تحت سلطه ابلسیان قرار می‌گیریم/امام باقر(ع) به دستگاه حاکم برای رسیدن به تکنولوژی ضرب سکه در مقابل دشمن کشور اسلامی کمک کرد
- معنای روایات احترام به فقرا این نیست که خودمان را فقیر کنیم، همچنان که معنای روایات اجر مریض این نیست که دنبال سلامتی نباشیم/انسان باید برای تأمین ثروت تلاش کند/فقر در اثر تنبلی و بی‌تقوایی، با فقری که خدا برای مؤمن پرتلاش مقدر کرده، متفاوت است/ فرهنگ کار در ما خیلی پایین است/برخی می‌خواهند بدون زحمت، زندگی‌شان بهتر شود

ج ۱۰: آدم سطحی‌نگر و ساده، نمی‌تواند دین را بفهمد

- دین پیچیدگی دارد/آدم سطحی‌نگر و ساده، نمی‌تواند دین را بفهمد/دین هم دستور به زهد داده، هم جمع مال/«دنیا زندان مؤمن است» ولی باید از خدا بخواهیم دنیا را برای ما زندان قرار ندهد؛ هر کدام از زاویه‌ای/ می‌شود آدم در دنیا خوش بگذراند و جدا شدن از این دنیا هم برایش مهم نباشد/کسی که دنیایش خوب باشد، دنبال بهتر از آن یعنی «بهشت» خواهد بود
- دعایی از امام هادی(ع) برای دنیای بهتر/مگر می‌شود کسی زندگی را دوست نداشته باشد ولی از خدا طول عمر بخواهد؟! غیرت مؤمن فقط نسبت به بندگی نیست، نسبت به زندگی هم هست/انقلابی بودن یعنی اینقدر علاقمند به زندگی بهتر به معنای صحیح آن باشیم، که اگر کسی خواست مانع زندگی بهتر ما شود، در مقابلش بایستیم
- رسول خدا(ص): اگر تعداد مظلومین بیش از ظالمین باشد، خدا دعایشان را مستجاب نمی‌کند بلکه می‌گوید: بلند شوید و حقتان را از ظالمین بگیرید./ باید همت خودمان را در زندگی بالا بگیریم/ نقطه مقابل بلنهدمتی، شهوت و هرزگی است/شهوتران اسیر زندگی قدرت‌پرستان می‌شود/ غربی‌ها ما را به شهوت دعوت می‌کنند تا همیشه فقیر باقی بمانیم

ج ۱۱: کسی زندگی بهتری دارد که علاقه شدیدتری دارد

- تعریف «زندگی» چهار رکن اصلی داشت: ۱. مدیریت علاقه‌ها ۲. حرکت، تلاش و مبارزه ۳. پذیرش محدودیت‌ها ۴. در بستر مقدرات/بر این اساس، چهار رکن «زندگی بهتر» عبارتست از: ۱. علاقه بهتر و بیشتر ۲. تلاش و مبارزه بهتر ۳. پذیرش محدودیت به‌جا و حساب‌شده ۴. رقم خوردن مقدرات به بهترین شکل/در صورت تأمین ۳ رکن اول، رکن چهارم هم تأمین می‌شود
- علاقه؛ رکن اول زندگی بهتر/ هرچه علاقه بیشتر باشد، زندگی بهتر خواهد بود/ علاقه شدید سرچشمه لذت است/هیچ لذت مادی به اندازه لذت رسیدن به علاقه نیست و هیچ لذت مادی مانند لذت علاقه شدید داشتن نیست؛ حالا چه اینکه انسان به این علاقه شدید برسد و چه نرسد/زندگی بهتر امکانات بیشتر نیست؛ کسی زندگی بهتری دارد که علاقه شدیدتری دارد
- ویژگی‌های علاقه مطلوب برای زندگی بهتر: شدید باشد، ادامه دار باشد، افزایش یابنده باشد/علاقه‌ای که بعد از وصال از چشم‌ت بیفتد، مطلوب نیست/کسی زندگی بهتری دارد که علاقه شدیدتری دارد/علاقه شدید فقط به خدا و اولیائش امکان دارد/محبت فقط برای لذت بردن نیست، محبت سازنده شاکله روح آدم هم هست

ج ۱۲: کسی که از زندگی لذت نبرد نمی‌تواند از گناه دوری کند

- «محبت شدید» در زندگی، اولین مشخصه زندگی بهتر؛ و «تلاش» دومین/زندگی خوب باید با عشق و احساسات همراه باشد/زندگی بهتر، با علاقه شدید است نه با این علاقه‌های معمولی و جزئی! شما اگر همسر یا فرزندان را خیلی دوست داشته باشید، مگر این علاقه چقدر است؟ آیا این محبت روح بزرگ انسان را سیراب می‌کند؟
- کسی که اسیر محبت‌های کوچک باشد، ممکن است به محبتش برسد، ولی بعد از مدتی دل زده می‌شود، چون این محبت‌ها اساساً نمی‌توانند انسان را سیراب کنند/خدا انسان را طوری آفریده که جز با محبت خودش سیراب نمی‌شود/اهمیت بیش از حد به محبت‌های اندک، باعث فلج شدن زندگی‌ها شده/محبت شدید باعث می‌شود انسان اسیر محبت‌های اندک نشود/کسی که به محبت شدید نرسیده باشد، هیچ‌وقت طعم زندگی را نمی‌چشد/محبت‌ها و نفرت‌های جزئی، نباید زیاد در زندگی انسان مؤثر باشند
- عنصر دوم زندگی بهتر: «تلاش و مبارزه، به خاطر محبت شدید»/زندگی بهتر آن است که با تلاش به آن برسی/تا وقتی برای رسیدن به چیزی سختی نکشی، لذت زندگی را نخواهی برد/جامعه‌ای که دنبال پول بی‌زحمت باشد، گرفتاری‌های زیادی دارد/فقط با سختی می‌شود از زندگی لذت برد/کسی که از زندگی لذت نبرد نمی‌تواند از گناه دوری کند/با فرار از تلاش و مبارزه، زندگی بهتری بدست نمی‌آید

ج ۱۳: غربی‌ها دین‌داری صوفیانه را بین مسلمین رواج می‌دهند تا تحت سلطه غرب بمانند

- پاسخ حجت الاسلام پناهیان به انتقادهای از طرح بحث «زندگی بهتر»/برخی افراد مذهبی طرح بحث «زندگی بهتر» را اشرافی‌گری می‌دانند!/تأمین معاش، دنیاطلبی نیست، عبادت است/تحریف و افراط در هر کاری وجود دارد، حتی نماز/دومین ویژگی زندگی بهتر: پرتلاشی/نفس پُراکاری یک ارزش برای زندگی بهتر است /امام صادق(ع): حتی وسط جنگ هم اگر فرصت کسب درآمد شد، فرصت را دست نده
- کار، ناموس حیات بشر است/جامعه‌ای که بیکاری در آن ننگ نباشد، به هرزگی کشیده می‌شود/آدم تنبل نمی‌تواند دیندار باشد/تفسیر آیه قرآن: زبان‌کارترین افراد، عابدانی هستند که دنیا را کنار گذاشته‌اند/دین و دنیا درهم هستند؛ نه در کنار هم! / برای بندگی باید از مسیر زندگی عبور کرد/باید دین‌داری خود را در درست زندگی کردن ببینیم
- سامری یک‌تنه، تمام زحمات بنی اسرائیل را به باد داد/در روایات، کسانی به «سامری امت پیغمبر(ص)» مشهور شده‌اند؛ یکی از آنها حسن بصری است/برجسته‌ترین فقهاء معاصر، «حسن بصری» را آدم صالحی نمی‌دانند/خلاصه حسن بصری: به دنیا کاری نداشته باشید!/در مجلس حسن بصری بیان اخبار سیاسی مذموم بود؛ می‌گفت: از دنیا حرف نزنید!/حسن بصری: فرزند نیاورید، فرزند موجب گرفتاری است!
- امیرالمؤمنین(ع): هر قومی یک سامری دارد و حسن بصری سامری این امت/جریان سامری مسلکی که نوعی دنیاگریزی است، در همه اقوام و ملل هست/حسن بصری‌ها که دین را از دنیا جدا می‌کنند، همکاران حجاج‌ها و داعشی‌ها هستند/دین‌داری دنیاگريزانه باعث تسلط ظالمان بر جامعه می‌شود/کلمات حسن بصری، منشأ نگاه صوفیانه به دین ما/غربی‌ها دین‌داری صوفیانه را بین مسلمین رواج می‌دهند تا تحت سلطه غرب بمانند

ج ۱۴: مراقب باشیم یکوقت حسن بصری‌ها دین ما را نسازند!

- زندگی بهتر یعنی زندگی سرشار از تلاش و مبارزه/ آدم گاهی باید برای «زندگی» بجنگد! اگر امروز برای زندگی خودت تلاش نکنی، فردا مجاهد فی سبیل‌الله نخواهی شد/ باید برای زندگی بجنگیم و اجازه ندهیم دشمنان به زندگی ما دستبرد بزنند/ پیامبر(ص): اگر کسی مبارزه و جهاد را ترک کند دچار ذلت و فقر خواهد شد/ انقلابی‌گری یعنی دفاع از زندگی
- آدم باید نسبت به زندگی تعصب و غیرت داشته باشد/ بر اساس فرمایش امیرالمؤمنین سامری‌های امت کسانی هستند که وجهه معنوی دارند و شما را از درگیری باز می‌دارند/ مراقب باشیم یکوقت حسن بصری‌ها دین ما را نسازند! ثروت‌گریزی و دنیاگریزی غیرمنطقی در دین نیست
- ثروتمند شدن بد نیست؛ برخورد بد با ثروت بد است/ دولت اسلامی باید مقدمات نه تنها رفاه، بلکه ثروتمند شدن مردم را فراهم کند/ پاسخ امام صادق(ع) به کسی که به شیک‌پوشی حضرت اعتراض کرد: شایسته‌ترین افراد برای بهره‌مندی از دنیا، خوبان هستند نه فجار/ امام حسن(ع): دنیای بهتر زندان مؤمن است، چون آخرت خیلی خیلی بهتر است
- برخی می‌گویند: با این سخنان ممکن است مردم، دنیاطلب بشوند! چه اشکالی دارد جوان‌های ما با کار و تلاش، ثروتمند شوند؟! مگر ثروتمند شدن گناه است؟! امیرالمؤمنین ثروتمند بود/ البته به هر امری - حتی نماز - توصیه کنیم، ممکن است کسانی انحرافی و افراطی با آن برخورد کنند/ این سبک اعتراض‌ها به این مباحث، سخیف و «حسن بصری‌مآبانه» است.

ج ۱۵: نباید ثروت را چیز خطرناکی تلقی کنیم که به معنویت ما ضرر می‌زند

- نباید ثروت را چیز خطرناکی تلقی کنیم که به معنویت ما ضرر می‌زند/ امام صادق(ع): برای بقای مسلمانان، باید ثروت دست خوبان جامعه باشد/ یکی از نتایج مهم دینداری، بهبود وضع زندگی است/ اگر زندگی ما خوب نیست، به‌خاطر اینست که در دین کم گذاشته‌ایم/ ابلیس آدم را با وعده «زندگی بهتر» فریب داد، مراقب باشید بی‌دین‌ها مردم را با دعوت به «زندگی بهتر» دروغین فریب ندهند
- رکن سوم زندگی بهتر: تسلیم به‌جا در مقابل محدودیت‌ها/ جوانی که حاضر نیست محدودیت‌های زندگی را بپذیرد، جوان آماده‌ای برای زندگی نیست/ برخی از محدودیت‌ها «تقدیری» هستند و برخی «تکلیفی»/ حتی بی‌دین‌ها هم محدودیت تکلیفی دارند. محدودیت‌های «تکلیفی» بی‌دین‌ها، قوانین و فرهنگ جامعه‌شان است/ متأسفانه در مدارس فرزندانمان را برای برخورد صحیح با محدودیت تربیت نمی‌کنیم
- پذیرش محدودیت‌ها، مهم‌ترین رکن «زندگی بهتر»/ هنر زندگی در تسلیم صحیح است و اسلام یعنی تسلیم صحیح/ کسی که می‌خواهد از هر محدودیتی فرار کند، آماده زندگی خوب نیست/ علی(ع): هر محدودیتی که دین ایجاد کرده، به آن نیاز نداری/ اگر محدودیت‌های خدا را نپذیری، محدودیت‌های دیگران را می‌پذیری/ کسی که محدودیت‌های علی(ع) را نپذیرد، محدودیت‌های حجاج را می‌پذیرد

ج ۱۶: آمادگی پذیرش محدودیت، یعنی آمادگی برای زندگی خوب

- اگر کسی به‌خاطر محدودیت‌ها عصبانی شد و قهر کرد و محدودیت‌ها را نپذیرفت، معلوم می‌شود خوب تربیت نشده و با زندگی آشنا نیست. بیاید «زندگی» را به خود و فرزندانمان آموزش دهیم/ یکی از بخش‌های زیبای زندگی بهتر، تسلیم به‌جا مقابل محدودیت‌هاست/ تسلیم شدن با غر و نق زیبا نیست، باید به زیبایی تسلیم امر خدا شویم نه با اکراه و نارضایتی

- آموزش و پرورش باید برای بچه‌ها جایبندازد که در زندگی باید برخی محدودیت‌ها را پذیرفت/آمادگی پذیرش محدودیت، یعنی آمادگی برای زندگی خوب/ جزع نقطهٔ مقابل تسلیم و به معنای نپذیرفتن محدودیت‌های به‌جاست/ جزع در مقابل محدودیت‌ها ناشی از تربیت‌نیافتگی انسان است/ علی(ع): اگر جزع کنید مشکلات‌تان بیشتر می‌شود/ بسیاری از مشکلات خانوادگی ناشی از جزع است/ ریشهٔ جزع را باید با «معرفت به زندگی» از بین برد
- اگر محدودیت‌های به‌جا را بپذیریم زندگی‌مان پُر رونق‌تر می‌شود/علی(ع): اگر کسی با دزدی به زندگی خوب رسید، برایش مقدر بوده، ولی اگر صبر می‌کرد از راه حلال به همان زندگی می‌رسید!+داستان/صدافت در تسلیم خدا بودن با تسلیم امر ولی خدا شدن معلوم می‌شود/ یکی از نادرترین قسم‌های قرآن دربارهٔ لزوم تسلیم به امر ولی خداست

ج ۱۷: دنیای بدون محدودیت شیرین نیست، همانطور که فوتبال بدون محدودیت شیرین نیست

- همهٔ اهل عالم قبول دارند که زندگی بی‌محبت و بی‌تلاش زندگی بهتر نیست/ دنیای بدون محدودیت شیرین نیست، همانطور که فوتبال بدون محدودیت شیرین نیست/ کسی که زندگی را نمی‌شناسد، به اشتباه تصور می‌کند که محدودیت‌ها باعث تلخی زندگی شده. مثل کسی که با بازی فوتبال آشنا نبود و ۲۱ توپ خرید تا بازکنان سر یک توپ دعوا نکنند
- رکن چهارم زندگی بهتر «همراهی مقدرات الهی» است/ اگر خدا نخواهد، زندگی بهتر به‌دست نمی‌آید؛ چه انسان متدین باشد و چه نباشد. همه می‌دانند که هیچ‌وقت همهٔ اتفاقات زندگی انسان، در اختیار خودش قرار نمی‌گیرد؛ حتی اگر کسی به شانس و تصادف معتقد باشد، در اینجا باید بگوید: زندگی بهتر، زندگی‌ای است که «شانس» هم همراه انسان باشد.
- توجه به اینکه «زندگی ما تحت مقدرات خداست» زندگی ما را بهتر می‌کند / آمار خداوند در قرآن: «اکثر مردم نمی‌دانند من روزی‌ها را تعیین می‌کنم»/رسول خدا(ص): همان همسری که خدا برایت مقدر کرده، نصیبت می‌شود حتی اگر من و جبرئیل برایت دعا کنیم/ما توسط مقدرات الهی احاطه شده‌ایم؛ و در عین حال اراده و اختیار هم داریم

ج ۱۸: توجه به مقدرات الهی به انسان آرامش می‌دهد

- اگر این تعریف زندگی بهتر را به زبان بین‌المللی بیان کنیم، اکثر آدم‌ها می‌توانند بر روی آن توافق کنند/رکن چهارم زندگی بهتر: همراهی مقدرات الهی/ ما در متن یک‌سری اتفاقات تصادفی زندگی نمی‌کنیم/ توجه به مقدرات الهی به انسان آرامش می‌دهد/خدا اجازه نمی‌دهد بندگان هر اشتباهی را مرتکب شوند
- آزادی ما مثل انتخاب گزینه‌های یک تست چهارجوابی است/ آزادی ما برای انتخاب چند گزینهٔ محدود است، نه هزار گزینه/ پیامبر اکرم(ص): گاهی خدا عقل انسان را می‌گیرد تا قضا و قدر الهی را توسط او محقق کند/وقتی به مقدرات الهی نگاه می‌کنیم، یک نقطهٔ اتکایی در زندگی‌مان پیدا می‌کنیم که به ما آرامش می‌دهد/اگر مقدرات‌مان دست خودمان باشد، زندگی را خراب می‌کنیم
- بخش عمده‌ای از زندگی بهتر درونی است/ علی(ع): کسی که به قضاء الهی راضی باشد، زندگی خوشی خواهد داشت/ما می‌توانیم مقدرات‌مان را تغییر دهیم/ حضرت زهرا(س): کسی که خالصانه عبادت کند، خدا بهترین مصلحت را برایش رقم می‌زند/عبادت خالصانه خیلی سخت به‌دست می‌آید/ ذکر علی(ع) یکی از عبادت‌های خالص که خدا برای ما آسانش کرده/خدا به انسان باتقوا زندگی خوش می‌دهد

ج ۱۹: چرا مردم جوامع بشری، این قدر غیرسیاسی اند؟

- مقدرات جامعه خیلی مهم است/ اگر برای جامعه ما مقدرات سختگیرانه‌ای تعیین شود، همه اسیر آن سختگیری‌ها خواهیم شد/ برای رسیدن به زندگی بهتر، مسئولان جامعه نقش زیادی دارند/ پیامبر(ص) و سه امام اول ما قبل از کار تعلیم و تربیتی، دنبال سامان‌دهی وضع قدرت بودند/ تا وضع قدرت اصلاح نشود بسیاری از نصایح اخلاقی در جامعه فایده ندارد
- وقتی از «زندگی بهتر» صحبت می‌کنیم همه باید متوجه شوند که سیاسی صحبت می‌کنیم؛ چون تا وضع قدرت و افراد قدرت اصلاح نشود کسی به زندگی بهتر نخواهد رسید/ چرا امام زمان(ع) منتظر ۳۱۳ نفرند؟ آیا این ۳۱۳ نفر عابدان دعاگو یا قلچماقان محافظند؟ نه، اینها مدیران جامعه هستند. یعنی حضرت به ۳۱۳ مدیر نیاز دارد/ بدون مدیر خوب، نه زندگی بهتر و نه بندگی بهتر میسر نمی‌شود
- بحث زندگی بهتر یک بحث کاملاً سیاسی است/ مهمترین مقدرات ما مقدرات «جامعه» ماست/ مگر می‌شود زندگی انسان‌ها بدون اینکه تحت تأثیر مدیریت‌های کلان و خرد اجتماعی قرار بگیرد، سامان پیدا کند؟!/ دعا برای فرج، یک دعای سیاسی است/ منکرهای بزرگ در عرصه سیاست است/ نهی از منکر، اول خطاب به مدیران مملکت است نه بی‌حجاب‌های خیابان!
- چرا مردم جوامع بشری، این قدر غیرسیاسی‌اند؟/ چون خطا و صواب در عرصه سیاست بسیار پیچیده است و تشخیص آن هم بسیار دشوار. مثلاً تشخیص اینکه سیاست‌گذاری‌های کلان سیاسی، چه اثری در معیشت و اقتصاد مردم می‌گذارد، سخت است و عموم مردم قدرت درک این پیچیدگی‌ها را ندارند/ رسول خدا(ص): وقتی خدا برای قومی خیر بخواند، «ریاست‌ها» را به بردباران و «مال» را به سخاوتمندان می‌دهد
- بدون اصلاح در عرصه سیاست نمی‌شود به مقدرات خوب رسید/ ما اسیر همدیگریم و باید به پای دیگران بسوزیم. مگر می‌شود در یک شهر، یک نفر به تنهایی خوشبخت شود؟! حتی به عنوان یک مملکت هم نمی‌توانیم در جهان به تنهایی خوشبخت شویم. ما تا وقتی تمام جهان را از ظلم آزاد نکنیم نمی‌توانیم راحت زندگی کنیم.
- مستکبران می‌دانند ما حتی یک روستا از کشورهای دیگر را هم غصب نخواهیم کرد. پس چرا این قدر برای ما محدودیت ایجاد می‌کنند؟ چون همین که ما «باشیم» آنها خود به خود نابودند. چون همه دنیا می‌فهمند که می‌شود با حفظ استقلال و آزادی و بدون اطاعت از مستکبران به زندگی بهتر رسید، و وقتی فهمیدند، آنها هم راه ما را طی می‌کنند و از بردگی مستکبران درمی‌آیند.

ج ۲۰: چه کسی می‌تواند انتخاب همسر خوب داشته باشد؟

- شرایط لازم برای ورود به زندگی بهتر چیست؟ آیا هر کسی می‌تواند برنامه زندگی بهتر را اجرا کند و موفق شود؟ خیر. ورود به زندگی بهتر، دو شرط اساسی دارد: فردی و اجتماعی. / شرط فردی: «از بالا نگاه کردن به زندگی» / چه کسی می‌تواند انتخاب همسر خوب داشته باشد؟ / کسی که به جریان انتخاب همسر و به علایقش، از بالا نگاه کند
- لازمه موفقیت در اجرای «برنامه زندگی بهتر»، نگاه از بالا به زندگی / «کلان‌نگری» ریشه بدبختی‌های انسان را می‌سوزاند / کسی که از بالا به زندگی نگاه نکند و غرق جزئیات شود، نمی‌تواند مشکلاتش را حل کند/ در خانه، مهد کودک و مدرسه باید به بچه‌ها یاد بدهیم از بالا به زندگی نگاه کنند/ امام صادق(ع): بهترین جوانان، جوانانی هستند که مثل پیرمردها از بالا به زندگی نگاه کنند
- ولایت، شرط اجتماعی رسیدن به زندگی بهتر است / تا ولایت حاکم نباشد، بستر زندگی بهتر برای جامعه فراهم نمی‌شود / ولایت مثل بهارست که سعی می‌کند از دورن شکفته شویم / ولایت به انسان‌ها میدان می‌دهد استعدادهای‌شان را شکوفا کنند و رقابت کنند /

غرب اجازه رقابت آزاد نمی‌دهد/ولایت یعنی «از بالا تعادل را در جامعه ایجاد کردن»/ روزی که همه مردم بفهمند ولایت شرط زندگی بهتر است، روز ظهور خواهد بود

ج ۲۱: یک برنامه خوب برای «زندگی بهتر» باید ۷ ویژگی داشته باشد؟

- ویژگی‌های یک برنامه خوب برای زندگی بهتر چیست؟/ ۱. مطابق فطرت باشد، نه تحمیلی/ برنامه نباید چیزی را به روح انسان تحمیل کند/ می‌شود یک علاقه را به روح انسان تحمیل کرد/ ۲. مطابق طبیعت جسم و توان جسمی ما باشد/ ۳. «جامعیت» داشته باشد و همه ابعاد وجود ما را در بر بگیرد، نه اینکه فقط بخشی از وجود ما را تقویت کند و بخشی دیگر از وجود ما را تعطیل کند.
- با آباد کردن زندگی من، زندگی دیگران را خراب نکند/ غربی‌ها با ظلم و غارت به ثروت رسیدند/ ۵. فراگیر باشد و بتواند همه فرهنگ‌ها را تحت پوشش قرار دهد؛ دهکده جهانی را قبول داریم، اختلاف بر سر کدخدا است/ ۶. دستوری باشد، نه پیشنهادی، وگرنه فراگیر نمی‌شود، چون اجرا نمی‌شود/ برنامه‌ای که دستوری باشد «منبت» انسان را از بین می‌برد و زمینه لذت‌های عالی را فراهم می‌کند

ج ۲۲: متاسفانه برخی مدارس ما «برده باسواد» تحویل می‌دهند!

- چرا برنامه زندگی بهتر باید دستوری باشد؟/ چون زندگی بهتر با حفظ انانیت ممکن نیست/ اگر نتوانی از من طغیان‌گر خودت بگذری، این من طغیانگر، مدام علیه تو و علیه جامعه تو ویروس تولید می‌کند و ضربه می‌زند./ برای اینکه بتوانی از من طغیان‌گر خودت بگذری «دستور» لازم است.
- تفاوت نسخه لیبرالی و اسلامی برای کنترل انسان‌های طغیان‌گر/ نسخه لیبرالی با تحقیر کنترل می‌کند، و نسخه اسلامی با تکریم/ طواغیت دوست دارند آدم‌های بره‌وار و ظلم‌پذیر تربیت کنند/ بشر غربی این قدر کنترل شده است که ظلم فاحش را می‌بیند ولی جرأت اعتراض ندارد/ کسی که ذلیل نباشد نمی‌تواند ظلم را تحمل کند/ اسلام اجازه نمی‌دهد حتی با فشار روانی، انسان‌ها را وادار به خوب شدن کنیم
- غربی‌ها برای کنترل آدم‌ها، شخصیت آنها را ضعیف بار می‌آورند و سپس با ترس از پلیس، آنها را کنترل می‌کنند، ولی دین می‌گوید انسان با خوف خدا، من طغیان‌گرش را کنترل کند/ خوف خدا، نسخه بسیار بزرگوارانه و کریمانه‌ای است، چون خدا زود نمی‌زند، بلکه فرصت می‌دهد تا خودت بفهمی. حتی اجازه تظاهر هم می‌دهد و آبرویت را نمی‌برد و می‌گوید: «می‌خواهم خودت بفهمی و عقلمت به کار بیفتد و آینده‌ات را ببینی! نمی‌خواهم با فشار روانی، درستت کنم.»
- متاسفانه برخی مدارس ما «برده باسواد» تحویل می‌دهند!! استعداد ذهنی بچه را پرورش می‌دهند ولی انسانیتش و روح عصیان‌گر و بی‌نهایت‌طلبش را از بین می‌برند و یک «برده با سواد» تحویل می‌دهند. در واقع کسی را تربیت می‌کنند که حاضر است علمش را حتی در خدمت صیہونیست‌های جنایتکار هم قرار دهد و به جنایت‌هایشان اعتراض نکند. یعنی فقط کار خودش را انجام دهد و اهمیتی ندهد به اینکه چه جنایتکارانی از علم و دانشش بهره می‌برند
- ویژگی هفتم: برنامه خوب برای «زندگی بهتر» باید با «مدیریت ولی خدا» اجرا شود/ ولی خدا، اولاً ضامن اجرای برنامه و ثانیاً عامل عینی کنترل‌کننده طغیان است/ انسان با پذیرش برتری ولی خدا، به اوج پاکی و رهایی از آلودگی انانیت می‌رسد

ج ۲۳: برخی که برداشت صحیحی از دین ندارند، وقتی متدین می‌شوند، منفی‌تر می‌شوند!

- هفت اصل کلیدی برای رسیدن به یک زندگی بهتر: ۱. مثبت‌نگری / این هفت ویژگی را می‌توان به نوعی «هفت شاخص برجسته موفقیت یک انسان در زندگی» یا «هفت اصل کلیدی برای رسیدن به یک زندگی بهتر» به حساب آورد / اولین ویژگی مهم دستورات عمل‌های دین: مثبت بودن، مثبت‌گرا بودن / در نوع دستورات دینی، مثبت‌گرایی وجود دارد / انسان بعد از مدتی دینداری، مثبت‌نگر و مثبت‌گرا می‌شود
- الف و ب) با مثبت‌نگری، انسان دچار «حرص» و «ناشکری» نمی‌شود / آدم (ع) هم با فقدان یک مثبت‌نگری دچار فریب ابلیس شد / ج) کسی که درباره آینده‌اش مثبت‌نگر باشد به یک آرامشی می‌رسد / روحیه مثبت‌نگری در دعا خیلی لازم است. امام حسن (ع): « ضمانت می‌کنم اگر کسی غیر از رضایت به رضای الهی در قلبش خطور نکند، هر دعایی کند مستجاب شود / برخی که برداشت صحیحی از دین ندارند، وقتی متدین می‌شوند، منفی‌تر می‌شوند!
- سعی شیطان این است که انسان‌ها مثبت نباشند / شکر برجسته‌ترین مصداق مثبت بودن / مثبت نبودن، یک بیماری در فرهنگ ماست / متأسفانه مثبت نبودن، فرهنگ ما شده است / خیلی‌ها این‌گونه‌اند که به هر چیزی نگاه می‌کنند اول نکات منفی‌اش را می‌بینند! / دین، آدم را به یک موجود مثبت تبدیل می‌کند / مراقبت باشیم مثبت بودن را به عنوان اخلاق و عرفان لایک و غیردینی ترویج ندهند / فال بد نزدن، یکی از وجوه مثبت‌نگری در روایات
- انگیزه زندگی بهتر معطوف به گذشته است نه به آینده / زندگی بهتر زندگی‌ای است که کسی دنبال موفقیت نباشد، بلکه معتقد باشد همین که خلق شده موفق شده و به همه چیز رسیده چون دیگر معدوم نمی‌شود. و حالا به دنبال تشکر و پاسخ به محبت خداست. اگر هم نگران باشد، نگرانی‌اش از این است که «چطور پاسخ محبت‌های خدا را بدهم؟!» دین می‌خواهد ما را به اینجا برساند. / حسن ظن به خدا؛ عملی که در روز قیامت هم اثر دارد / بیا بید خود را در مثبت بودن غرق کنیم

ج ۲۴: اگر «حساب‌شده» باشیم دیگر جایی برای ابلیس باقی نمی‌ماند

- هفت ویژگی برجسته برنامه دین برای زندگی بهتر، راه تشخیص دین قلبی / دین‌های قلبی این ویژگی‌های برجسته را یکجا ندارند / مثبت‌نگری؛ اولین اثر مهمی است که دین در دینداران باقی می‌گذارد / «توکل» نوعی مثبت‌نگری به خداست / آدم‌های منفی، ترسو می‌شوند / مثبت بودن حتی در اوج رنج مایه نشاط انسان می‌شود
- دومین ویژگی برنامه دین برای زندگی بهتر «نظم و حساب‌شدگی» است / دین آدم را «منظم، حساب‌گر و قاعده‌مند در رفتار و گفتار» بار می‌آورد / بر اساس آیه قرآن، «تقوا در گفتار» یعنی حساب‌شده، درست و دقیق سخن بگویید / اگر «حساب‌شده» باشیم دیگر جایی برای ابلیس باقی نمی‌ماند / کسی که «حساب‌شده» نباشد، نمی‌تواند زندگی بهتر داشته باشد
- آموزش و پرورش اسلامی این نیست که اول به بچه‌ها نماز یاد دهد؛ اول باید پایه شخصیتی نماز را درست کند / بهتر از اینکه در مدرسه به بچه‌ها دعای فرج را یاد دهید، این است که او را حساب‌شده بار بیاورید و یک موجود نظم‌یافته تحویل بدهید، در این صورت خودش دنبال امام زمان (ع) خواهد رفت تا حضرت بیاید و یک نظم عالی در همه عالم برقرار کن

- تاکید فراوان دین بر روی ادب، برای ایجاد نظم و حساب‌شده‌گی است/ کسی که به خودش مشقت ادب را بدهد، همه اتفاقات خوب برایش می‌افتد/ مجموعه دستورات دینی آدم را به یک موجود منظم تبدیل می‌کند/ اثر وضعی بسیاری از احکام دقیق دین مانند حج و خمس، حسابگر شدن انسان است/ بی‌دینی یعنی شلختگی و ولنگاری/ آدم شلخته، یا دیندار نیست، یا خوب دیندار نیست
- آدم دین‌دار حتی نیت‌هایش را هم حساب‌شده کنترل می‌کند/ «مخلص باش» یعنی حساب «نیت» خودت را هم داشته باش/ زندگی حساب‌شده به معنای زندگی سختگیرانه نیست/ اگر می‌خواهی حساب‌شده عمل کنی، به اطرافیان سخت‌گیر/ امام حسین (ع) زهدش را به همسرش تحمیل نمی‌کرد

ج ۲۵: بدون صبر و مقاومت نمی‌شود به زندگی بهتر رسید

- ویژگی اول و دوم دستورات دینی: مثبت بودن و منظم بودن/ حساب‌گر شدن لازمه یک زندگی بهتر است/ ویژگی سوم: مقاومت، صبر و استقامت / خدا دنیا را طوری طراحی کرده که انسان بدون مقاومت و صبر، به چیزی نمی‌رسد/ بدون صبر و مقاومت نمی‌شود به زندگی بهتر رسید/ امام صادق (ع) به زبان فارسی: «هر مال که از باد آید به دم شود»/ عنصر صبر و مقاومت در هر چهار رکن تعریف زندگی بهتر که قبلاً گفتیم، حضور دارد
- بی‌صبری ابتدا در دوران انسان و به شکل «ناراحتی» اثر می‌کند/ بعضی‌ها بعد از ناراحت شدن می‌خواهند ناراحتی خود را کنترل کنند، اینها اگر بتوانند خودشان را کنترل کنند، باز هم در واقع نیمی از صبر را انجام نداده‌اند و نصف تحمل را نداشته‌اند، چون بعد از اینکه در درون‌شان، ناراحت شدند، تازه می‌خواهند تحمل کنند و ناراحتی‌شان را بروز ندهند. صبر زیبا این است که اصلاً ناراحت نشوی.
- صبر زیبا این است که اصلاً ناراحت نشوید، نه اینکه ناراحتی خودت را کنترل کنی/ به جای فرار از رنج، مقاومت خود را افزایش دهیم/ غالباً درد دل کردن برای دیگران کار خوبی نیست، مقاومت انسان را کاهش می‌دهد و انسان را از زندگی بهتر دور می‌کند/ امام صادق (ع): هیچ چیزی مانند صبر ناراحتی‌ها را کم نمی‌کند/ علی (ع): شجاعت، صبر کردن در لحظه حساس است/ امیرالمؤمنین (ع): صبر بهترین کمک برای «زندگی بهتر» است
- «والعصر» سوره‌ای که در زمان پیامبر (ص) سرود جمعی مؤمنین بوده/ محور سوره «والعصر»، صبر است/ همان قدر که حق طلب هستی باید همان قدر هم صبر داشته باشی/ حق طلبان بی‌صبر هیچ‌گاه به حق نمی‌رسند و همه چیز را خراب می‌کنند/ صبر یک مقوله اجتماعی است و فقط صبر شخصی کفایت نمی‌کند / وقتی همه با هم صبر کنند، صبرشان زیاد می‌شود

ج ۲۶: چرا ذکر خدا باید طبق «دستور» باشد و ذکر دل‌خواهی فایده زیادی ندارد؟

- چهارمین ویژگی برنامه دین برای زندگی بهتر «آسمانی» است/ انسان برای زندگی بهتر باید به منبع نور و انرژی متصل باشد/ ذکر یعنی اتصال به خدا و انرژی گرفتن از او/ بدون ذکر، بهره ما از زندگی خیلی کم می‌شود/ شارژ باطری وجود انسان، خود خداست/ آدم از غذا کمتر انرژی می‌گیرد تا از ذکر/ خدا ما را طوری نیافریده که بتوانیم بدون او زندگی کنیم
- انسان برای رسیدن به زندگی بهتر قدرت، نشاط و نور می‌خواهد. اصلاً چه کسی می‌خواهد زندگی کند؟ یک زنده‌دل یا یک مرده‌دل؟ این کسی که می‌خواهد زندگی کند، چقدر از «حیات» برخوردار است؟ چقدر به انرژی حیات متصل است؟/ وقتی انسان به منبع نور و انرژی متصل نباشد، عقل و فکر و قلبش درست کار نمی‌کند و ناکارآمدیش برای «زنده بودن» قطعی است؛ چه رسد برای زندگی، و چه برسد برای زندگی بهتر!

- توجه ما به خدا موجب انرژی گرفتن ما از خداست/ آدم بدون دین هم می‌فهمد که به ذکر خدا نیاز دارد/ ذکر یعنی اتصال و توجه قلبی به خدا/ در علم تجربی هم فهمیده‌اند که انسان به ارتباط با خدا نیاز دارد/ اولین اثر ذکر: به یاد خدا باش تا خدا به یادت باشد/ برای زندگی بهتر از ذکر خدا استفاده کن/ خودت را با ذکر خدا قوی کن تا بتوانی مشکلات را حل کنی/ ذکر خدا ما را از صدمات بیرونی و از ضعف درونی نجات می‌دهد
- در حکومت امام زمان(ع) استاد دانشگاهی که اهل ذکر نباشد در هیچ دانشگاهی تدریس نخواهد کرد چون کسی که عقل نداشته باشد با علم هم خرابکاری خواهد کرد/ کسی که اهل ذکر نباشد، زندگی‌اش تلخ و تنگ می‌شود/ اگر از ذکر خدا روی‌گردان شویم، شیطان همنشین ما خواهد شد
- چرا باید طبق «دستور» خدا ذکر بگوییم؟/ چرا ذکر خدا به صورت‌های دلی و دل‌بخواهی فایده زیادی ندارد؟/ چون رابطهٔ عبد و مولاست، ذکر خداست! ذکر همسر یا همسایه یا افرادی مثل خودت نیست!/ ذکر مولا توسط عبد باید در نهایت تواضع باشد، و قدم اول تواضع و ادب این است که ذکر طبق دستور باشد/ باید به ذکر خدا بود؛ نه به ذکر خودخواهانه! خودخواه‌ها به خدا راه ندارند، چون خدای خیالی را می‌پرستند، نه خدای مولا را.

ج ۲۷: آموزش و پرورش باید بر این مبنا متحول شود

- سخن گفتن دربارهٔ زندگی بهتر، نه تنها با «امتحان با نعمت» مغایرتی ندارد، بلکه با «امتحان با بلا» هم مغایرت ندارد و قابل جمع است. چون زندگی ما باید خوش و خرم باشد که حتی اگر بلایی هم آمد، اذیت نشویم، بلکه با بلا هم شیرین برخورد کنیم. زندگی بهتر، آن زندگی‌ای است که انسان با مشکلاتش قشنگ برخورد می‌کند.
- استکبار با دینی مخالف است که زندگی انسان‌ها را نجات می‌دهد/ مخالفت دشمن با دین ما، به منظور چپاول زندگی ماست/ هر کسی دشمن دین ماست، در حقیقت دشمن زندگی ماست/ انقلابی اجازه نمی‌دهد کسی زندگی‌اش را چپاول کند/ انقلابیون کسانی هستند که حاضرند برای زندگی بهتر جان بدهند/ البته قبلاً گفتیم: ذکر خدا و مقدسات هم جزء زندگی بهتر است
- قبلاً گفتیم: برای زندگی بهتر، باید «مثبت»، «منظم»، «مقاوم» و «متصل به خدا» باشی/ برآیند همهٔ اعتقادات و دستورات دین که انسان انجام می‌دهد، باید این ویژگی‌های کلیدی باشد/ خیلی‌ها دستورات دین را اجرا می‌کنند اما مثبت، منظم، مقاوم و متصل نیستند!/ پنجمین ویژگی برجستهٔ برنامهٔ دین «مبارزه با نفس» است که نخ تسبیح ویژگی‌های قلبی است/ خدا در متن ذکر هم مخالفت با هوای نفس می‌خواهد/ سایر ویژگی‌های نیز همینطور
- کسی که بنای مخالفت با میلش را نداشته باشد به زندگی بهتر نمی‌رسد/ علی(ع): اگر با هوای نفس مخالفت کنی، زندگی‌ات خوش و خرم می‌شود/ هوای نفس مثل کیسه بوکس است؛ باید به آن ضربه بزنی تا قوی شوی و بتوانی بهتر زندگی کنی/ آنهایی که می‌خواهند خوب باشند و مخالفت با هوای نفس نکنند، در واقع می‌خواهند زرنگ‌بازی کنند ولی به زندگی بهتر نمی‌رسند
- آموزش و پرورش ما باید بر همین مبنا متحول شود؛ باید به بچه‌ها بگوید «خوب بودن فایده ندارد، مهم این است که چه کسی با هوای نفس مخالفت می‌کند؟ چه کسی این کار سخت را انجام می‌دهد؟»/ در علم روانشناسی همین مطلب را با تعبیر «هوش هیجانی» می‌گویند: کسی موفقست که بتواند خودداری کند، نه کسی که استعداد بیشتری دارد.