

نگاهی به:

# توانایی های انسان

حسمانی - عقلانی

تألیف:

علی غفوریان لازاره



انتشارات پیام طوبی

پائیز ۱۳۹۴

|                     |                                                                          |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| سرشناسه             | غفوریان ملازاده، علی، ۱۳۲۳ -                                             |
| عنوان و نام پدیدآور | نگاهی به توانایی‌های انسان : جسمانی - عقلانی/ تالیف علی غفوریان ملازاده. |
| مشخصات نشر          | مشهد: پیام طوبی، ۱۳۹۴.                                                   |
| مشخصات ظاهری        | ۱۷۹ص. ۱۴/۵×۲۱/۵ م.م.                                                     |
| شابک                | 978-600-92646-6-7                                                        |
| وضعیت فهرست نویسی   | فیا:                                                                     |
| یادداشت             | کتابنامه: ص. [۱۷۵] - ۱۷۹؛ همچنین به صورت زیرنویس.                        |
| موضوع               | انسان (اسلام)                                                            |
| موضوع               | استعداد:                                                                 |
| رده بندی کنگره      | ۱۳۹۴ ن ۷۸/۲/۲۶۲۶ BP                                                      |
| رده بندی دیویی      | ۲۹۷/۴۶۶:                                                                 |
| شماره ثبت           | ۴۰۴۱۵۱۹:                                                                 |

## انتشارات پیام طوبی



|                        |                                     |
|------------------------|-------------------------------------|
| نام کتاب:              | نگاهی به توانایی‌های انسان          |
| مولف:                  | علی غفوریان ملازاده                 |
| ناشر:                  | نشر پیام طوبی                       |
| طراحی جلد:             | مین طباطبائی                        |
| حروفچینی و صفحه آرایی: | صفیه - حسن - ن                      |
| نوبت چاپ اول:          | پائیز ۱۳۹۴                          |
| چاپ و صحافی:           | موسسه چاپ و انتشارات آستان قدس رضوی |
| شمارگان:               | ۱۰۰۰ نسخه                           |
| بهاء:                  | ۷۰۰۰ تومان                          |
| شابک:                  | ۹۷۸ - ۶۰۰ - ۹۲۶۴۶ - ۶ - ۷           |

مرکز پخش: مشهد، بلوار سید رضی، سید رضی ۴۰، جنب پلاک ۳۰۰  
 تلفن و دورنگار ۳۶۰۲۲۹۸۶ - ۵۱ - تلفن همراه ۰۹۱۵۵۰۸۴۲۹۰  
 کلیه حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است

## فهرست مطالب

| صفحه |                                       |
|------|---------------------------------------|
| ۱۳   | پیشگفتار .....                        |
|      | <b>فصل ۱- آفرینش جهان و انسان</b>     |
| ۱۹   | آفرینش جهان.....                      |
| ۲۱   | معلق بودن آسمانها و زمین در هوا.....  |
| ۲۳   | هدف آفرینش جهان.....                  |
| ۲۵   | آفرینش انسان.....                     |
| ۲۷   | موهبت آفرینش آدم .....                |
| ۲۸   | آدم و حوا در بهشت .....               |
| ۲۹   | نافرمانی آدم از امر خدا .....         |
| ۳۱   | ارزش وجودی انسان .....                |
| ۳۴   | ابعاد وجودی انسان.....                |
| ۳۵   | سازمان حیاتی انسان.....               |
| ۳۶   | جسم .....                             |
| ۳۸   | روح .....                             |
| ۳۹   | نفس .....                             |
|      | <b>فصل ۲- توانایی های آشکار انسان</b> |
| ۴۳   | توانایی های انسان.....                |
| ۴۷   | توانایی های جسمانی.....               |
| ۴۹   | توانایی های حرکتی.....                |
| ۵۱   | توانایی کار کردن.....                 |

|    |                                             |
|----|---------------------------------------------|
| ۵۲ | ..... حکمت آفرینش اعضای بدن                 |
| ۵۳ | ..... نقش اعضای بدن در مشاغل                |
| ۵۵ | ..... کاربرد توانایی ها در رفع نیازهای فردی |
| ۵۶ | ..... توانایی های روانی                     |
| ۵۷ | ..... <b>انرژی انسانی</b>                   |
| ۵۷ | ..... اثر غذا در افزایش انرژی               |
| ۵۸ | ..... گرسنگی و سیری از غذا                  |
| ۵۹ | ..... مقدار انرژی مورد نیاز بدن             |
| ۶۰ | ..... انرژی جسمانی                          |
| ۶۱ | ..... انرژی روانی                           |
|    | <b>فصل ۳- توانایی های پنهان انسان</b>       |
| ۶۷ | ..... <b>توانایی های فکرواندیشه</b>         |
| ۶۸ | ..... تفکر                                  |
| ۷۰ | ..... انسان متفکر                           |
| ۷۱ | ..... مهارت تفکر                            |
| ۷۱ | ..... آینه فکر                              |
| ۷۲ | ..... اندیشیدن ویژگی انسان                  |
| ۷۴ | ..... <b>توانایی های عقلانی</b>             |
| ۷۴ | ..... <b>عقل</b>                            |
| ۷۶ | ..... انسان عاقل                            |
| ۷۶ | ..... جدال بین نفس و عقل و اراده            |
| ۷۷ | ..... استقلال فکری                          |

|    |                               |
|----|-------------------------------|
| ۷۷ | ..... عقل و احساس در روح آدمی |
| ۷۹ | ..... عقل گرایی               |
| ۸۰ | ..... توانایی های هوشی        |
| ۸۰ | ..... هوش                     |
| ۸۱ | ..... هوش عقلی                |
| ۸۱ | ..... هوش و باور              |
| ۸۲ | ..... تعریف روش هیجان         |
| ۸۴ | ..... توانایی هوش و جانی      |
| ۸۴ | ..... هوش عاطفی               |
| ۸۵ | ..... هوش ارتباطی             |
| ۸۶ | ..... هشیاری                  |
| ۸۶ | ..... تعریف هوشیاری           |
| ۸۷ | ..... انسان هوشیار            |
| ۸۷ | ..... کارکردهای هشیاری        |
| ۸۹ | ..... استعداد                 |
| ۹۰ | ..... تعریف استعداد           |
| ۹۱ | ..... خصایص استعداد           |
| ۹۲ | ..... نبوغ                    |
| ۹۲ | ..... نابغه                   |
| ۹۳ | ..... خلاقیت                  |
| ۹۴ | ..... تعریف خلاقیت            |
| ۹۴ | ..... اهمیت خلاقیت            |

|     |                            |
|-----|----------------------------|
| ۹۵  | تخیل.....                  |
| ۹۶  | قدرت تخیل.....             |
| ۹۷  | اقتصاد خلاقیت.....         |
| ۹۷  | انگیزه های انسان خلاق..... |
| ۹۸  | نخبگی.....                 |
| ۹۹  | توانایی یادگیری.....       |
| ۱۰۰ | عوامل مؤثر در یادگیری..... |
| ۱۰۳ | توانایی های حافظه.....     |
| ۱۰۳ | حافظه.....                 |
| ۱۰۴ | تعریف حافظه.....           |
| ۱۰۴ | انواع حافظه.....           |
| ۱۰۵ | یادآوری.....               |
| ۱۰۶ | توانایی های حسی.....       |
| ۱۰۶ | حواس انسان.....            |
| ۱۰۶ | حس کردن.....               |
| ۱۰۸ | حس بینایی.....             |
| ۱۰۸ | بینایی نعمتی ارزشمند.....  |
| ۱۱۰ | حس شنوایی.....             |
| ۱۱۲ | حس بویایی.....             |
| ۱۱۳ | حس چشایی.....              |
| ۱۱۴ | حس پساوایی (لامسه).....    |
| ۱۱۵ | حس فشار.....               |

|     |                                      |
|-----|--------------------------------------|
| ۱۱۶ | ..... حس دما                         |
| ۱۱۶ | ..... حس درد                         |
| ۱۱۶ | ..... ویژگی های مشترک دستگاه های حسی |
| ۱۱۶ | ..... حساسیت                         |
| ۱۱۷ | ..... رمز برگردانی                   |
| ۱۱۹ | ..... اهمیت راس                      |
| ۱۱۹ | ..... توانایی های احساسی             |
| ۱۱۹ | ..... نقش احساسات در زندگی           |
| ۱۱۹ | ..... احساس یا هیجان                 |
| ۱۲۰ | ..... ابزارهای حسی                   |
| ۱۲۱ | ..... احساسات خوشایند و ناخوشایند    |
| ۱۲۱ | ..... احساسات هدفمند                 |
| ۱۲۲ | ..... احساس موفقیت                   |
| ۱۲۳ | ..... رمز موفقیت                     |
| ۱۲۳ | ..... نیاز به موفقیت                 |
| ۱۲۴ | ..... مدیریت بر احساسات              |
| ۱۲۴ | ..... کنترل احساسات                  |
| ۱۲۵ | ..... شناخت احساسات دیگران           |
| ۱۲۵ | ..... نقش احساس در روح آدمی          |
| ۱۲۷ | ..... توانایی های ادراکی             |
| ۱۲۷ | ..... ادراک                          |
| ۱۲۸ | ..... تأثیر نیاز بر ادراک            |

|     |                                        |
|-----|----------------------------------------|
| ۱۲۸ | گزینشی بودن ادراک.....                 |
| ۱۲۹ | ارزش گزار بودن ادراک.....              |
| ۱۲۹ | ادراک محرک را احساس می کند.....        |
| ۱۳۰ | آموختنی بودن ادراک.....                |
| ۱۳۱ | <b>توانایی های اراده.....</b>          |
| ۱۳۱ | اراده.....                             |
| ۱۳۱ | اراده قوی.....                         |
| ۱۳۲ | تصمیم.....                             |
| ۱۳۴ | <b>توانایی های ارتباطی.....</b>        |
| ۱۳۴ | ارتباط اجتماعی.....                    |
| ۱۳۵ | تعریف ارتباط.....                      |
| ۱۳۶ | ارتباط نوشتاری ( کتبی).....            |
| ۱۳۷ | ارتباط گفتاری ( شفاهی).....            |
| ۱۳۷ | ارتباط با دیگران.....                  |
| ۱۴۱ | اهمیت خواندن و نوشتن.....              |
| ۱۴۲ | خودباوری.....                          |
| ۱۴۳ | باورهای فردی.....                      |
| ۱۴۴ | عناصر بنیادی خودباوری.....             |
| ۱۴۴ | تعریف خودباوری.....                    |
|     | <b>فصل ۴- دانایی توانایی</b>           |
| ۱۴۷ | <b>دانایی.....</b>                     |
| ۱۵۱ | انسان در راه تکامل گام بر می دارد..... |

|     |                              |
|-----|------------------------------|
| ۱۵۴ | ..... اهمیت علم و دانش       |
| ۱۵۷ | ..... نقش علم و دین در زندگی |
|     | <b>فصل ۵ - مراحل زندگی</b>   |
| ۱۶۳ | ..... دوره کودکی             |
| ۱۶۵ | ..... دوره جوانی             |
| ۱۶۷ | ..... دوره میانسالی          |
| ۱۶۸ | ..... دوره پیری              |
| ۱۷۱ | ..... حاصل زندگی             |
| ۱۷۲ | ..... سفر دنیا               |
| ۱۷۲ | ..... وفایی دنیا             |
| ۱۷۴ | ..... کشتی نجات              |
| ۱۷۵ | ..... منابع کتاب             |

## خلاصه‌ای در باره مؤلف

آقای علی غفوریان ملازاده در سال ۱۳۲۳ در روستای مظفرآباد از توابع شهرستان بردسکن متولد شده است. او تحصیلات ابتدایی، متوسطه و دانشگاهی خرد را در شهر مشهد به پایان رسانده، و در سال ۱۳۵۳ از دانشکده الهیات و معارف اسلامی دانشگاه فردوسی مشهد در رشته فقه و مبانی حقوق اسلامی فارغ التحصیل گردیده است.

ایشان در شرکت پست جمهوری اسلامی ایران اشتغال داشته، و مسئولیت‌های متعددی عهده دار بوده که مهم‌ترین آنها، معاون امور پستی اداره کل پست خراسان در سال ۷۸ تا ۱۳۷۲ بوده است.

لازم به ذکر است وی مدت هجده سال از دوران خدمت خود را فقط در پست‌های مدیریتی سپری کرده، که مدت آن سال در شهرستان‌ها و بقیه را در مرکز استان گذرانده است. ایشان علاوه بر سرانجام‌های اجرایی مدیریتی، از سال ۱۳۵۴ به عنوان مربی آموزش پست، در کنار فعالیت‌های اداری خود، در آموزشگاه پست، دبیرستان فنی پست، و آموزشکده خدمت پستی، سابقه تدریس داشته است.

او در سال ۱۳۷۰ مأموریت کوتاهی جهت برقراری مبادلات پستی، به یکی از کشورهای همجوار رفته است. آثار مکتوب ایشان تا کنون تعداد هفت جلد کتاب و دو مقاله بوده که مقالات او علاوه بر سایت شرکت پست، در دو مجله مرکزی تهران به چاپ رسیده است.

## پیش گفتار

دلا! گر عاشقی می سوز و می ساز  
تنا! گر طالبی می پرس و می پوی  
در این ره جان بده یا ترک ما گیر  
در این ره سربنه یا غیر ما جوی

سعدی

سالها در این فکر بودم که روزی بتوانم قدرت و توانایی های انسان را که خداوند در وجود بنده اش قرار داده است، در پرتو موهبت الهی «عَلَّمَ بِالْقَلَمِ» به رشته تحریر در آورم. با وصف این که بخشی از تحصیلاتم در علوم طبیعی، و بخشی دیگر در الهیات و معارف اسلامی است، خیلی علاقمند بودم که دانستنی ها و تحقیق های خود را در زمینه توانمندی انسان در اختیار خوانندگان این کتاب قرار دهم.

از این جهت به دنبال فرصتی مناسب بودم، تا این که خدا خواست، این توفیق نصیب من شود، تا بتوانم جلوه ای از توانایی های انسان که از پرتو الطاف الهی در کالبد وجود آدمی دمیده شده است به نمود آورم. و با نشان دادن

توانایی‌های آشکار و پنهان و معنوی انسان)، که هر کدام از آنها نقش مهم و اساسی در زندگی ایفا می‌کنند، بتواند راهنمای شیفتگان زلال معرفت اسلامی و پویندگان دین و علم و دانش باشد. و هر طالبی و یا جوینده‌ای که بخواهد به اندازه ظرفیت و توانش از این منبع فیض خداوندی، توانایی‌هایی که در سرتا پای وجودش فرا گرفته است به قدر کافی از آنها بهره‌برد. انشاء الله

حق به معارف اسلامی و علاقه به فرهنگ و ادب ایرانی مرا واداشته است که سعی و تلاش خود را در این راه صرف نمایم و به قدر توان و بضاعت خود در خدمت به مشتریان علم اسلامی، انسانی و اجتماعی کوشا باشم.

یکی از نکته‌های شگفتی که در زندگی مولوی توجه مرا به آن جلب کرد، نقش «طلب» است او می‌گفت:

تو به هر حال که باشی می‌طلب  
آب می‌جو دایماً ای خشک لب  
جهد کن تا این طلب افزون شود  
تادلت زین چاه بیرون شود

غور و تعمق در اعماق وجود انسان، سعی اخلاص سازمان حیاتی پر رمز و رازش که ساخته و پرداخته دست پروردگار است، می‌تواند برای افراد مؤمن و معتقد به لطف و موهبت و رحمت الهی مایه‌ی بسیرت باشد. بی‌شک معرفت به (آفاق و انفس) به خصوص اندیشیدن در باره افزایش انسان که بهترین خلقت بعد از خلقت جهان است، با آن همه نعمت توانایی‌های بی‌شماری که به او عطا کرده است جای شکر و سپاس دارد.

با این دیدگاه، اندیشه تدوین این کتاب در ذهنم گذشت. با خود گفتم:

تا می‌توانی کاری بکن قبل از آن که از تو نیاید هیچ کاری. از خداوند خواستم تا در راه گردآوری آنچه برای تهیه این مجموعه لازم باشد مرا یاری فرماید و از هر گونه لغزش و خطا نیز مصونم بدارد.

ای خدای پاک و بی‌انباز و یار  
یاد ده مرا سخن‌های رفیق  
گر خطا گنیم اصلاحش تو کن  
کیمیای داری که تبدیلش کنی  
این چنین میناگری ها را تراست  
چون به ما بویی رسانیدی از این

دستگیر و جرم ما را در گذار  
کان به رحم آرد ترا ای خوش رفیق  
مصلحی تو، ای تو سلطان سخن  
گر چه جوی خون بود نیلش کنی  
این همه اکسیرها ز اسرار تو است  
در مَبد این مشک را ای ربّ دین

مولوی

براساس این فکر، تصمیم گرفتم تا بجای آنکه توان و ظرفیت من اجازه می‌دهد، از توانمندی خود در تهیه این جزوه ناچیز استفاده کنم و در تدوین آن سعی و تلاش نمایم. شاید مفید فایده واقع گردد. بهر حال از پروردگار متعال می‌خواهم که این مجموعه کوچک را به لطف و عنایت خود در از من پذیرا شود و آنچه را که به شکرانه ایزد منان انجام داده‌ام قبول رحمت خود فرماید.

تَقَبَّلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

یا این امید که بنا به سروده سعدی:

ز ما هر ذره خاک افتاده جایی  
که هستی را نمی‌بینم بقایی  
کند در کار درویشان دعایی

هماند سالها این نظم و ترتیب  
غرض نقشی است کز ما باز ماند  
مگر صاحب دلی روزی به رحمت

**خدایا** این تویی که ما را در زیباترین وجه آفریده‌ای و به ما قدرتی عظیم بخشیده‌ای، و بر تواناترین مخلوقات خود سیطره داده‌ای، تویی که ابر و باد و مه و خورشید و فلک را از سر لطف و عنایت مسخر ما کرده‌ای، و از خزانه لایزال نیازهای پیدا و نهان ما را پاسخ داده‌ای، و در وجودمان ودایی نهاده‌ای که جریان سالم زندگی ما را ضمانت می‌کند.

فرازی از دعای امام سجاده (ع) صحیفه سجادیه، ترجمه جواد فاضل

\*\*\*\*\*

|                          |                                               |
|--------------------------|-----------------------------------------------|
| چشم دل باز کن که بان بی  | آنچه نادیدنی است آن بینی                      |
| گر به اقلیم عشق روی آری  | همه آفاق گلستان بینی                          |
| بر همه اهل زمین بمراد    | گردش دور آسمان بینی                           |
| آنچه بینی دلت همان خواهد | و آنچه خواهد دلت همان بینی                    |
|                          | برگزیده اشعار از استاد ترجیح بند هاتف اصفهانی |

\*\*\*\*\*

|                            |                                |
|----------------------------|--------------------------------|
| ای خدای قادر بی چند و چون  | واقفی بر حال بزم و درون        |
| این قدر ارشاد تو بخشیده‌ای | تا بدین سبب عیب ما پوشیده‌ای   |
| این چنین میناگری کار توست  | این چنین اکسیرها از اسرار توست |
|                            | مولانا جلال الدین محمد مولوی   |