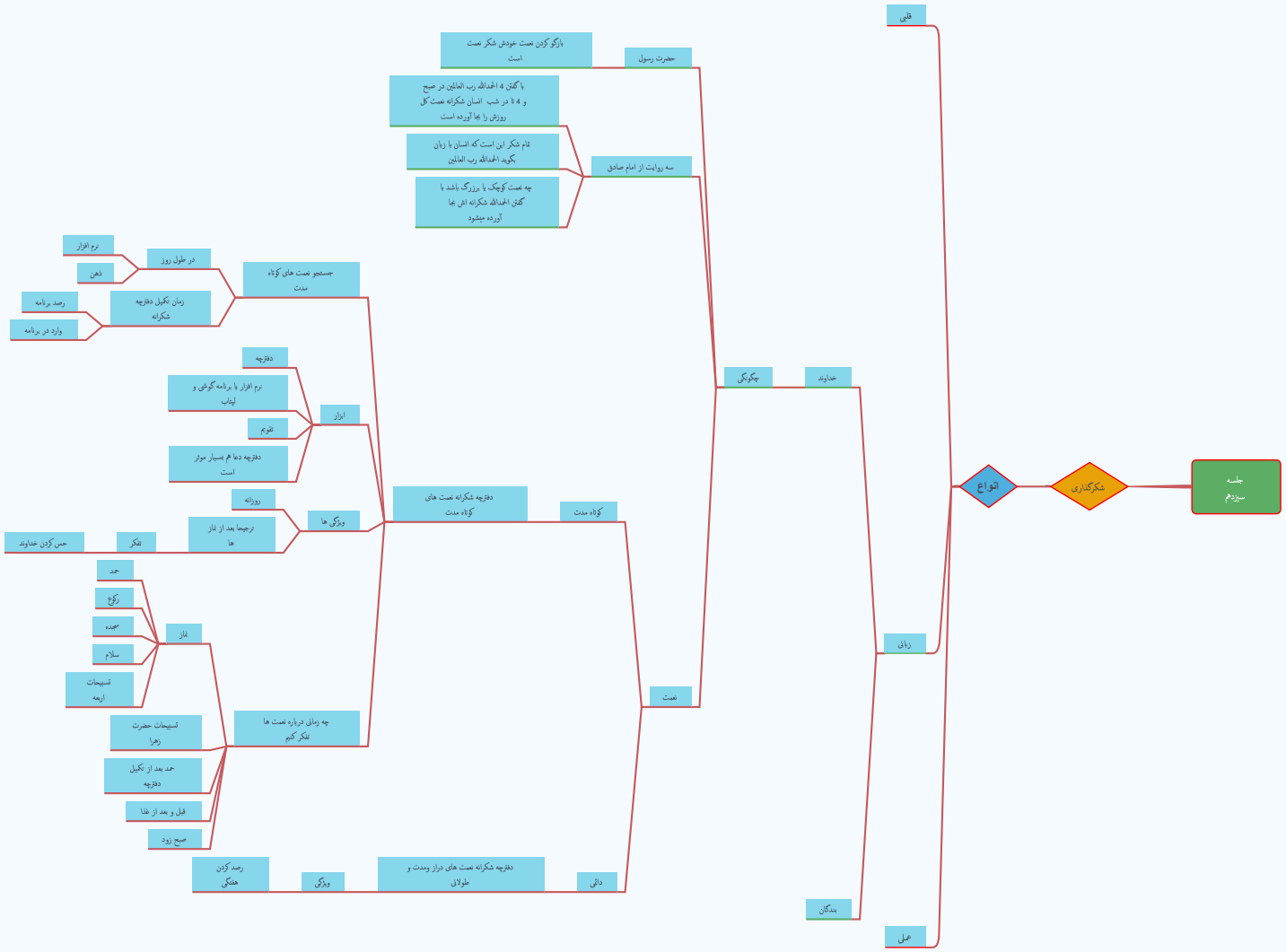
جلسه سیزدهم
شکرگذاری
انواع
قلبی
زبانی
عملی
خداوند
بندگان
چگونگی
حضرت رسول
بازگو کردن نعمت خودش شکر نعمت است
با گفتن 4 الحمدالله رب العالمین در صبح و 4 تا در شب انسان شکرانه نعمت کل روزش را بجا آورده است
سه روایت از امام صادق
تمام شکر این است که انسان با زبان بگوید الحمدالله رب العالمین
چه نعمت کوچک یا بزرگ باشد با گفتن الحمدالله شکرانه اش بجا آورده میشود
نعمت
کوتاه مدت
دقترچه شکرانه نعمت های کوتاه مدت
جستجو نعمت های کوتاه مدت
در طول روز
نرم افزار
ذهن
زمان تکمیل دفترچه شکرانه
رصد برنامه
وارد در برنامه
ابزار
دفترچه
نرم افزار با برنامه گوشی و لپتاپ
تقویم
دفترچه دعا هم بسیار موثر است
ویژگی ها
روزانه
ترجیحا بعد از نماز ها
تفکر
حس کردن خداوند
چه زمانی درباره نعمت ها تفکر کنیم
نماز
حمد
رکوع
سجده
سلام
تسبیحات اربعه
تسبیحات حضرت زهرا
حمد بعد از تکمیل دفترچه
قبل و بعد از غذا
صبح زود
دائمی
دفترچه شکرانه نعمت های دراز ومدت و طولانی
ویژگی
رصد کردن هفتگی