a. Khái niệm “chất”, “lượng”:

-Chất là phạm trù triết học dùng để chỉ tính quy định khách quan vốn có của SVHT, là sự thống nhất hữu cơ các thuộc tính của SVHT làm cho SVHT là chính nó mà không phải cái khác

-Lượng là phạm trù triết học dùng để chỉ tính quy định khách quan vốn có của SVHT về các phương diện: quy mô, số lượng, trình độ vận động phát triển và nhịp điệu vận động phát triển của SVHT

b. Nội dung quy luật : Mọi sự vật hiện tượng đều có chất & lượng có mối quan hệ biện chứng với nhau

-Quy luật chuyển hóa từ sự thay đổi về lượng thành những thay đổi về chất và ngược lại chỉ ra cách thức chung nhất của sự vận động và phát triển, sự thay đổi về chất CHỈ XẢY RA khi SV,HT đã TÍCH LŨY những thay đổi về lượng đạt đến ngưỡng nhất định

-Sự thay đổi về lượng đến 1 giới hạn nhất định sẽ tạo ra sự thay đổi căn bản về chất

-Tuy nhiên không phải mọi sự thay đổi về lượng đều ngay lập tức tạo ra sự thay đổi về chất

-Chất mới ra đời lại tọa ra sự thay đổi về lượng với việc thiết lập sự thống nhất với 1 lượng mới của sự vật

-Như vậy, trong quá trình vận động không ngừng của svht, chất & lượng tác động và chuyển hóa lẫn nhau tạo nên quy luật phổ biến giải thích cách thức vận động, phát triển của mọi SVHT

c. Ý nghĩa phương pháp luận

-Từ quy luật chuyển hóa từ những thay đổi về lượng dẫn đến những thay đổi về chất và ngược lại, phép biện chứng duy vật yêu cầu trong nhận thức và hoạt động thực tiễn cần phải coi trong 2 phương diện: chất và lượng. Đồng thời tránh 2 khuynh hướng nhận thức sai lầm: tư tưởng nôn nóng, tả khuynh và tư tưởng bảo thủ hữu khuynh

-Là cơ sở giúp ta nhận thức đúng đắn phương thức vận động phát triển nói chung của SVHT

-Để có 1 chất mới, 1 sự vật mới xuất hiện đòi hỏi phải bắt đầu tọa ra sự tích lũy của lượng, thúc đẩy cho lượng biến đổi dẫn đến giới hạn của độ và tạo điều kiện cho bước nhảy được thực hiện. Khi chất mới xuất hiện cần phải điều chỉnh về lượng để có một lượng mới tương ứng đáp ứng được yêu cầu của chất mới

-Cần phân biệt các hình thức của bước nhảy để nhận thức và vận dụng linh hoạt để có hiệu quả

-Cần phân tích tình hình để kịp thời phát hiện, chớp thời cơ nhằm chuyển từ những thay đổi dần dần về lượng