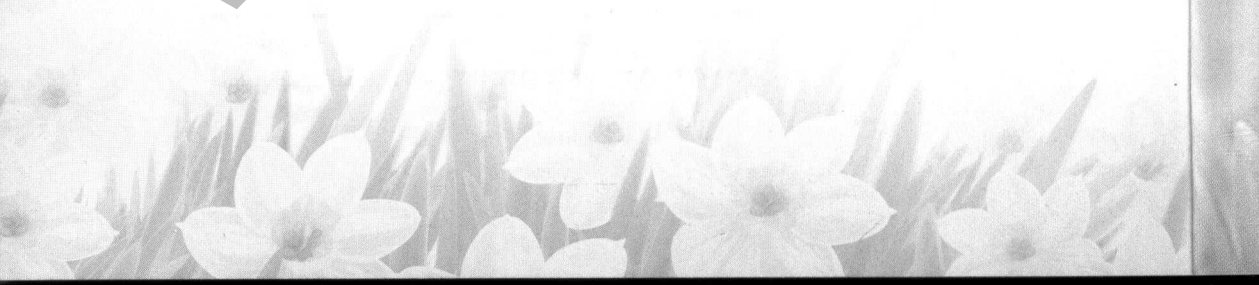
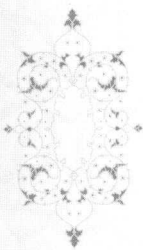


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله رب العالمين

وَصَلَّى اللَّهُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَآلِهِ أَجْمَعِينَ

شَهِدَ الْأَمَامُ الْمُسَيَّرُ بِالْحَقِّ أَنَّ الْمُنْتَظَرَ الْمَهْدِيَّ



عنوان و نام پدیدآور	:	بهبانه خلقت [کتاب] / نویسنده مهناز ستوده‌نیا.
مشخصات نشر	:	قم : خورشید هدایت، ۱۳۹۴ - شابک دوره: ۷-۶۶-۵۳۱۶-۶۰۰-۹۷۸
شابک	:	ج ۱: ۳-۶۴-۵۳۱۶-۶۰۰-۹۷۸ ج ۲: ۸-۹۸-۷۶۶۴-۶۰۰-۹۷۸
یادداشت	:	ج ۲ (چاپ اول: ۱۳۹۸) (فیفا)
یادداشت	:	ناشر جلد دوم، انتشارات عصر رهایی
یادداشت	:	کتابنامه.
موضوع	:	خودسازی - جنبه‌های مذهبی - اسلام
موضوع	:	اخلاق اسلامی
موضوع	:	انسان - آفرینش - جنبه‌های مذهبی - اسلام
رده بندی کنگره	:	۱۳۹۴ ب ۹ س ۲۷ / BP ۲۵۰
رده بندی دیویی	:	۲۹۷/۶۳
شماره کتابشناسی ملی	:	۳۹۶۷۹۹۹

شناسنامه کتاب	:	بهبانه خلقت ج ۲
عنوان کتاب	:	نام مؤلف
نام مؤلف	:	جانباژ مهناز ستوده‌نیا
صفحه آرا و امور فنی:	:	علی اکبر احسانی
نوبت و سال نشر	:	اول / ۱۳۹۸
ناشر	:	عصر رهایی
همراه ناشر	:	۰۹۱۲۲۵۱۰۸۲۹
چاپخانه	:	شریعت
تعداد صفحات	:	۳۸۴
شمارگان	:	۱۰۰۰
شابک دوره	:	۷-۶۶-۵۳۱۶-۶۰۰-۹۷۸
شابک ج ۲	:	۸-۹۸-۷۶۶۴-۶۰۰-۹۷۸
قیمت	:	۶۰۰۰ تومان

حقوق چاپ برای مؤلف محفوظ می‌باشد.
مرکز بخش: اصفهان، تلفن ۰۹۱۳۱۱۳۵۹۷۳ - ۰۹۹۱۷۷۲۰۰۷۴

﴿بهانه خلقت﴾

جلد ۲

م. ستوده‌نیا



باسلام

بر قلب نازنین هستی

مهدی موعود علیه السلام

هزاران هزار سلام

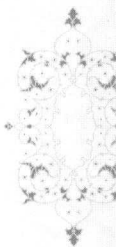
به عظمت آسمانها

به بیکران دریاها

به وسعت صحراها

هر روز و هر ساعت

و هر لحظه.



فهرست مطالب

- ۱۵ پیشگفتار
- ۱۷ کلامی از مقام معظم رهبری (مد ظله العالی) در مورد تزکیه نفس:
- ۱۹ بخش اول: عوالم خلقت
- ۲۰ عوالم خلقت
- ۲۳ هدف از خلقت بشر
- ۲۵ انسان‌ها سه دسته‌اند
- ۳۲ فصل اول: عالم ارواح و عالم ذر
- ۳۲ عالم ارواح
- ۳۶ عالم ذر
- ۳۷ موارد تعهدنامه
- ۳۸ بند اول: پذیرفتن وحدانیت پروردگار
- ۳۹ بند دوم: پذیرش رسالت
- ۴۰ بند سوم: پذیرش ولایت آقا امیرالمؤمنین و ائمه معصومین علیهم‌السلام
- ۴۲ بند چهارم: نداشتن حب دنیا
- ۴۳ بند پنجم: ظلم نکردن

بند ششم: پیروی نکردن از شیطان ۴۴

بند هفتم: اهل غفلت نبودن ۴۶

بند هشتم: یاری کردن امیرالمؤمنین و اولادشان علیهم السلام ۴۹

بند نهم: پیروی کردن از عقل ۵۱

بند دهم: پیروی نکردن از طاغوت، حاکمان جور و کفر ۵۴

فصل دوم: عالم جنینی ۵۷

فصل سوم: عالم دنیا ۶۰

خلقت آدم (حدیث قدسی) ۶۲

علوم عقلی و استدلالی ۶۶

علوم قراردادی ۶۶

عقل و دین ۶۷

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله افضل بر تمام انبیاء ۶۸

حقیقت روح و جسم ۷۰

فصل چهارم: عالم برزخ ۷۲

عالم برزخ / قبر ۷۲

دورنمایی از عالم برزخ ۷۶

زندگی برزخی ۷۷



۷۹ علت خوف از مرگ

۸۵ تجسم اعمال

۸۸ باید برای سكرات مرگ آماده بود

۹۱ مراحل سفر آخرت

۹۷ سؤال قبر

۹۹ فشار قبر

۱۰۱ مرگ برای اهل تزكیه

۱۰۳ اهل لا اله الا الله

۱۰۹ حال مردگان

۱۰۹ سخن آخر

۱۱۲ فصل پنجم: عالم قیامت

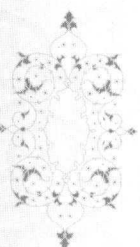
۱۱۲ سفر آخرت

۱۱۷ بیرون آمدن از قبر

۱۱۹ نحوه بیرون آمدن برخی اشخاص از قبر

۱۲۱ شاهدان و گواهان انسان در روز قیامت

۱۲۱ زمان قیامت



بخش دوم: جهاد با نفس ۱۲۳

فصل اول: شناخت نفس ۱۲۴

شئونات نفس ۱۲۵

نفس نباتی: ۱۲۵

نفس حیوانی: ۱۲۵

نفس انسانی: ۱۲۵

ابعاد نفس ۱۲۷

۱- نفس اماره ۱۲۷

تعریف و شناخت نفس اماره به سوء ۱۲۷

فرعون درون ۱۳۰

۲- نفس لوّامه ۱۳۷

برخورد افراد در برابر نفس لوّامه ۱۳۹

حرّ در محکمه نفس لوّامه ۱۴۱

۳- نفس مطمئنّه ۱۴۲

اعتصام در آیات قرآن ۱۴۳

نفس از دیدگاه پیامبر ۱۴۳

عبد نفس نباش ۱۴۶

سنخیت با اولیاء خدا با تقویت نفس و روح ۱۴۸



۱۴۹..... در نظر گرفتن رضایت خدا در همه چیز

۱۵۰..... تمثیل نفس به مار خزنده

۱۵۱..... مقام تجلیه

۱۵۳..... هرروز به کوله‌پشتی نگاه کنیم

۱۵۵..... **فصل دوم: یقظه**

۱۵۶..... معنای یقظه (بیداری)

۱۶۴..... هم نامی عرفان و یقظه

۱۶۵..... عرفان عملی چیست؟

۱۶۵..... باز شدن چشم برزخی

۱۶۶..... سالک باید خدامحور باشد

۱۶۹..... نامه‌ای از خدا برای بیداری

۱۶۹..... مسیر تزکیه نفس، عمل یا چابلوسی

۱۷۲..... آثار و نتایج یقظه

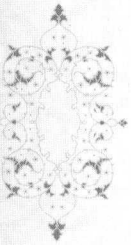
۱۷۵..... عوامل ایجاد یقظه:

۱۷۶..... ملائکه بر آن‌ها که دائم الیقظه هستند سجده می‌کنند

۱۷۸..... حفظ یقظه و بیداری با توسلات

۱۷۸..... تفاوت خواب و بیدار

۱۸۴..... نور حق یا بیداری



- در قوطی هیچ عطاری نیست ۱۸۶
- هسته پرتقال ۱۸۸
- همه چیز تسبیح خدا می کنند ۱۹۳
- فرستی برای مرگ رذایل ۱۹۴
- شناخت و معرفت در یقظه ۱۹۶
- بیداری ابوذر ۲۰۱
- آینه ها را کثیف نکنیم ۲۰۳
- باید از نو کامل شویم ۲۰۴
- شب قدر هر کس، شب بیداری اوست ۲۰۸
- رستگاری با بیداری ۲۰۸
- کلام خالق با بنده برای بیداری ۲۱۷
- تزکیه** ۲۱۹
- معنای تزکیه ۲۱۹
- مراحل تزکیه ۲۲۰
- اهمیت فکر در تزکیه ۲۲۲
- محبت پیامبر به مرد یهودی الگوی اهل تزکیه ۲۲۵
- خصوصیات سالک الی الله ۲۲۶
- سیر الی الله قلب سلیم می خواهد ۲۲۸



۲۲۹..... سفارشات اخلاقی به سالک

۲۲۹..... توصیه‌های حاج ملاآقا جان:

۲۳۲..... سیر و سلوک

۲۳۷..... سالک باید خود را بین جلال و جمال خدا ببیند

۲۳۸..... ریاضت شرعی و آثار آن

۲۴۰..... نحوه تزکیه انسان

۲۴۱..... عدم نفوذ شیطان با تزکیه

۲۴۵..... مراقبت و درک حضور

۲۴۸..... اهل تزکیه دنبال بهشت نیست، دنبال صاحب بهشت است

۲۴۹..... خانه‌ها را قبله کنید

۲۵۰..... تشبیه دنیا به چادر

۲۵۴..... با تزکیه می‌توان به معراج رفت

۲۵۵..... تشبیه تزکیه به تولد دوباره عقاب

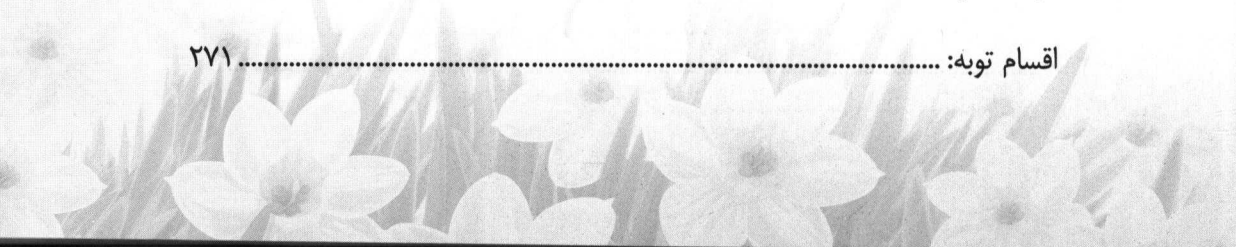
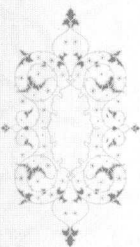
۲۵۶..... مراحل طهارت (ظاهری و باطنی)

۲۶۳..... فصل سوم: توبه

۲۶۵..... فضیلت توبه

۲۷۰..... درجات توبه

۲۷۱..... اقسام توبه:



زمینه سازی برای توبه..... ۲۷۵

بخشنده باشیم تا بخشیده شویم..... ۲۷۶

توبه نصوح..... ۲۸۹

علائم قبولی توبه..... ۲۹۱

در توبه..... ۲۹۴

دو مرکب سالک برای توبه..... ۲۹۸

استغفار راه را صاف می کند..... ۳۰۰

ندای فرشتگان در هر طلوع و دعوت به توبه..... ۳۰۲

استغفار یعنی تسویه حساب دائمی..... ۳۰۳

آثار ذکر استغفار..... ۳۰۴

تفاوت توبه با استغفار..... ۳۰۵

ثبات قدم در توبه..... ۳۰۷

عنایت های خاص و دستورات خاص در توبه..... ۳۱۰

هم نشینی با حکما..... ۳۱۳

فصل چهارم: استقامت و صبر..... ۳۱۵

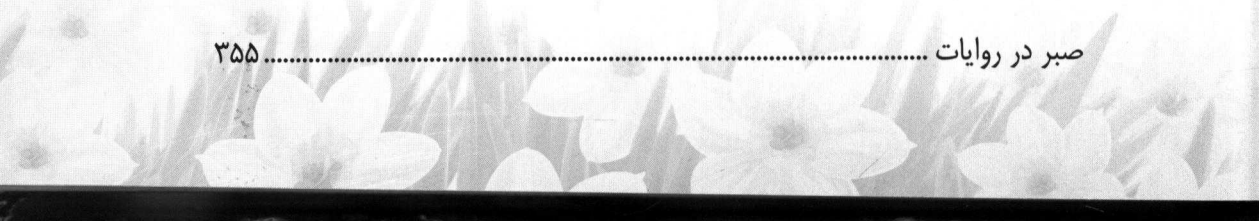
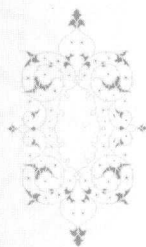
استقامت..... ۳۱۵

استقامت در آیات قرآن..... ۳۱۵

استقامت در روایات..... ۳۱۶



- تشبیه استقامت به هواپیما ۳۱۸
- همانند نخل باشید ۳۱۹
- شرح صدر و آثار آن ۳۲۱
- روش بالا بردن شرح صدر ۳۲۳
- شرح صدر پیامبر ۳۳۱
- اعتماد نکردن به غیر از خدا ۳۳۳
- نترسیدن از غیر خدا ۳۳۷
- تفاوت آیهی ﴿اسْتَقِمْ کَمَا أُمِرْتَ﴾ در دو سوره هود و شوری ۳۴۱
- حفظ تقوا با استقامت ممکن است ۳۴۲
- تأمل در آیات سوره کهف ۳۴۴
- قضیه اول: اصحاب کهف ۳۴۴
- قضیه دوم: ذوالقرنین ۳۴۵
- قضیه سوم: حضرت موسی و خضر ۳۴۵
- قضیه چهارم: دو دوست باغدار ۳۴۶
- صبر** ۳۴۷
- صبر در ثبات نفس ۳۴۷
- صبر در آیات قرآن ۳۵۴
- صبر در روایات ۳۵۵



۳۵۵..... فوائد صبر

۳۵۹..... اجر صبر کردن را می دهند

۳۵۹..... اقسام صبر

۳۶۰..... صبر در مقابل معصیت

۳۶۱..... صبر در مصیبت

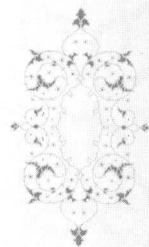
۳۶۲..... صبر در عبادت

۳۷۲..... رشد و کمال ثمره صبر

۳۷۴..... خدا به اندازه‌ی صبر بنده آغوش باز می کند

۳۷۵..... صبر، صفت خداست باید در خود ایجاد کنیم

۳۷۸..... انواع امتحانات و زمینه‌های رشد بشر



www.ketab.ir

پیشگفتار

از آشفتگی و قلیان روح به تنگ آمده بودم به دنبال راه نجات به هر ریسمان چنگ می‌زدم خود را در دره‌ای رو به سقوط می‌دیدم، می‌دانستم این راه زندگی نیست. این روح، طالب ارزشی غیر از خوردن و خوابیدن بود؛ هیچ یک از آمال و آرزوهایم در نوجوانی و جوانی شکوفا نمی‌شد. می‌دانستم چیز غریبی وجود دارد که باید به دنبالش بگردم، مرا طلب دنیا و نفس حیوانی ارضا نمی‌کرد، می‌دانستم گوهری دیگر در صدف خلقت است که خداوند با آن قیاس بندگی و عبودیت را بنا کرده. دنبال راهی برای خلاصی از منجلا ب غفلت بودم؛ وقتی به رفتار غافلانه‌ی اطرافیان خود نگاه می‌کردم می‌دانستم این رفتارها آن نیست که فطرت بشر برای آن بنا شده و رنج و ملالت ۱۲۴ هزار پیامبر و ۱۴ معصوم برای این زندگی در خواب و غفلت باشد. تا این که با بیانات و سخنان پیر مرشدی آشنا شدم که هم جان مرا از طاغوت زمان نجات داد و هم روح مرا از تاریکی ظلمت به روشنایی آورد، همه در خواب بودیم تا اینکه صدای تکبیر بزرگ مرد تاریخ در دوران سیاه سکوت و بی‌خبری در همه جا پیچید. صدای شکسته شدن بتهای باقیمانده از عصر جاهلیت با تبر تقوای آن مرد الهی شنیده می‌شد. مردم بیدار با گوش جان می‌شنیدند صدای فریادی که می‌گفت: ای خفتگان در تاریکی، بپاخیزید که وقت خواب و استراحت نیست؛ برخیزید که دزدان در دل شب به خفتگان دستبرد می‌زنند؛ برخیزید که به هستی آدمی زاده دستبرد زنند.

چه زشت است ذلیل نفس و هوای نفسانی بودن و در خواب ماندن تا راهزنان ایمان، به انسان شیخون بزنند. در آن زمان دست‌های مهربان و نوازشگر امام خمینی (ره) را بر روی سرم حس کردم. صدای گرمش را شنیدم که از پدر برایم مهربان‌تر بود. سخنان مهربانش قلبم را زیر و رو کرد و با قیام خود تکان روحی و جسمی‌شدیدی به من داد؛ نه فقط به من بلکه به همه‌ی بیداردلان که تشنه‌ی حقیقت بودند. ایشان در بیاناتی می‌فرمودند: همه ما مکلفیم که تزکیه بشویم تا بتوانیم از نور الهی و قرآن استفاده کنیم.

تعدادی با جهاد اصغر به ملکوت اعلا پیوستند؛ مانند شهیدان و تعدادی پرچم جهاد اکبر در دست گرفتند، همان‌طور که پیامبر (ص) فرمودند: جهاد اکبر سخت‌تر از جهاد اصغر است و آن جهاد با نفس است^۱. پدر مهربانم مکرر تکرار می‌فرمود، تهذیب نفس یعنی جهاد با نفس که بهانه‌ی خلقت است تا اشرف مخلوقات به مقام خلیفه الهی رسد.

حال که از وجود این نازنین رهبر محروم هستیم جانشین او مقام رهبری سکان دار این کشتی پر تلاطم است. این، رهبر فرزانه و حکیم، آیت الله خامنه‌ای حفظه الله که به حق خود از پرچم داران مرتبه تزکیه است، مردی با اخلاص که خود نیز جانباز راه استقامت است و ان شاء الله این کشتی انقلاب را با فرامین خود به ساحل راه نجات می‌رساند و جلودار مردم زنده دل و بیدار می‌گردد.

^۱ معانی الاخبار، شیخ صدوق، ص ۱۶۰. وسائل الشیعه، حرعاملی، ج ۱۱، ص ۱۲۴

کلامی از مقام معظم رهبری (مد ظله العالی) در مورد تزکیه نفس:

«اولین و مهم‌ترین قدم، خودسازی است، که انسان به خود و به اخلاق و رفتار خود با نظر انتقادی نگاه کند عیوب خود را با روشنی و دقت ببیند و سعی در برطرف کردن آن‌ها داشته باشد».^۱

«ما باید سعی کنیم روح بندگی را در خودمان زنده نماییم. بندگی یعنی تسلیم در مقابل خدا، یعنی شکستن آن بتی که در درون ماست. اگر ما بتوانیم این من درونی، این هوای نفس، این فرعون باطنی، این شیطان را که در درون ماست مهار کنیم یا لااقل قدری مهار کنیم همه امور اصلاح خواهد شد».^۲

با امید به آنکه با پاک‌ی نفس، از طریق جهاد اکبر زمینه‌ساز ظهور و تکمیل کننده‌ی خط مشی پدر دلسوز و مهربان و جانشین ایشان مقام معظم رهبری باشیم. پس ای عزیزان، همگی بسیج شویم تا با تزکیه‌ی نفس عالم را آماده‌ی پذیرایی از قدوم مبارک منجی عالم بشریت حضرت ولی عصر عجل‌الله تعالی فرجه‌ه نماییم. آن‌هم با عمل نه با شعار. چه بسا که شخصی بیدار شده و با خودسازی سلمان زمان خود گردد و پای خود را جای پای امام خویش قرار دهد که اگر جلو افتد و با شتاب رود هلاک شود و اگر عقب افتد در تاریکی گم گردد.

پس از مطالعه و دیدن به دنبال این پدر دلسوز، تجربیات خود را جمع کرده و به روی کاغذ آوردم تا مصداق نمک خور نمکدان شکن نباشم. هم ذکات علم را در اختیار طالبان

۱. بیانات رهبر معظم انقلاب اسلامی در خطبه‌های نماز عید سعید فطر ۲۵ آذر ۱۳۸۰

(<http://farsi.khamenei.ir/speech-content?id=3097>)

۲. بیانات رهبر انقلاب در دیدار با اقشار مختلف مردم (۶ اردیبهشت ۱۳۶۹)

(<http://farsi.khamenei.ir/speech-content?id=2300>)

حقیقت نهم و هم داشته‌هایم را به نسل جدید برسانم. امید است این مجموعه با عنایت گمشده هستی باعث بیداری از خواب غفلت بسیاری از عزیزان و فرزندانم باشد.

این مجموعه هدیه‌ای است به ساحت مقدس حضرت بقیه الله عجل الله تعالی فرجه، ارواح طیبه‌ی چهارده معصوم، همه‌ی مبلّغین و منتظرین حضرتش، روح پر فتوح امام خمینی رحمته الله و فرزند مرحومم کربلایی محمد نصری پور مداح اهل بیت.

شادی روح پاکشان صلوات.

فدایی و دلسوخته مکتب حسینی

م. ستوده‌نیا

