

سحر خیزی و شب زنده داری



محمد تقی صرفی پور



الحمد لله رب العالمين والصلوة والسلام على سيد الانبياء والمرسلين محمد(ص) و اهل بيته الطاهرين
يكي از بهترين راههاى رسيدن به درجات بالاى كمال معنوى، شب زنده دارى و سحر خيزى است.
شب مردان خدا روز جهان افروز است...

پيامبران و امامان عليهم السلام و علمائى ربانى و رزمندگان اسلام اكثر ساعات شب را به بيدارى و
عبادت و علم و دانش مى گذرانند و از بركات سحر بهره مند ميشدند زيرا خداوند براى سحر خيزان
جوايز فراوان اختصاص داده است.

حافظ مى گويد:

هر گنج سعادت كه خدا داد به حافظ
از يمن دعاى شب و ورد سحرى بود
براى اينكه بتوانيم سحر خيز باشيم بايد بر خواب غلبه كنيم. و خواب را شكست دهيم. تا بانشاط و
سرحالى، شب را به عبادت و بندگى بگذرانيم.
در اين كتاب به نمونه هاى از شب زنده دارى اولياء خدا و علمائى ربانى و شهدائى عزيزمان اشاره
شده است. اميد است مورد استفاده خوانندگان محترم قرار گيرد.

سحرخیزی و شب زنده داری

اینکه علماء ما معمولاً عمر طولانی دارند یک علتش سحرخیزی آنان است. سحرخیزی بر کافراوانی برای انسان دارد از جمله باعث نشاط روحی و سلامت جسمانی میشود. لذا علمای ما سحرخیز بوده اند.

شهید حاج سید مصطفی خمینی (رض)

یکی از علماء درباره شهید آیت الله مصطفی خمینی رضی الله عنه چنین می گوید : حاج آقا مصطفی در ایران که بودند ، تقریباً همه روزه به زیارت حرم حضرت معصومه علیها السلام می رفتند و شبها به خواندن دعائقیید داشتند .

حالت عرفانی و نزدیکی با خدا ، به وضوح در ایشان نمایان بود و تمامی حالات و افکارش ، تحت تاثیر مستقیم این نیرو قرار داشت .

در عراق به غیر از کارهای معمول همه روزه سفرهائی به صورت پیاده به کربلا داشتند که با چند نفر براه می افتادند و تمام این مسیر را که هفده فرسخ است ، پیاده می پیمودند تا به زیارت قبر سالار شهیدان نائل شود .

در بین راه هنگام شب که همه می خوابیدند ، ایشان یک کاسه آب کنار خود می گذاشتند و وضو می گرفتند و تا نماز صبح ، مشغول عبادت می شدند و بعد از آن مقداری استراحت می کردند^۱

دعای کمیل

^۱سیره صالحان .

یکی از یاران ایشان می گوید : از خاطره های خوبی که دارم ، دعای کمیل شبهای جمعه مرحوم شاه آبادی بود که واقعا برنامه فوق العاده ای بود . هر هفته شبهای

قلیان می کشیدند ، مراسم دعای کمیل را شروع می کردند و در حالی که تمام چراغهای مسجد خاموش بود ، دعای کمیل را از حفظ می خواندند و من به خاطر دارم که یک دفعه برای اینکه در این مراسم شرکت کنم ، شب را در همان شبستان مسجد جامع با چند تن از دوستان خوابیدیم و دو ساعت به اذان صبح بیدار شدیم . زمستان بسیار سردی هم بود و برف سنگینی هم آمده بود وضو گرفتیم و در برنامه دعای کمیل شرکت کردیم .

خوب به خاطر هست وقتی ایشان در اواخر این دعا ، آیات عذاب را می خواندند ، تمام مردم با صدای بلند گریه می کردند و ضجه می زدند و صدای آنها تا « چهارسویزرگ »^۲ می آمد

درباره شهید ایه الله دستغیب

نیمه های شب بود که پیش از موعد مقرر که آقا برای تهجد از خواب برمی خواست ناگهان سراسیمه در بستر نشست و دستها را بر پیشانیش نهاده و مرتبا « لاحول ولا قوه الا بالله » می گفت و حالتش از یک خواب هولناک خبر می داد و سخن مرا (همسرایشان) که پرسیدم شما را چه می شود ، آیا آب می خواهید یا چیز دیگری می خواهید؟ پاسخ نمی داد . اصرارم زیاد شد فرمود امروز دیگر جز با اشاره به شما سخن نمی گویم .

هنگامی که برای بیرون رفتن از منزل از پلکان پائین می آمد ، با دست چپ به سینه اشاره کرد و سپس رو به آسمان بلند نمود . من آنوقت نفهمیدم چه گفت اما لحظاتی بیش نگذشت که صدای انفجار از این اشاره پرده برداشت یعنی من هم بملکوت اعلی پرواز می نمایم .

همچنین همسر ایشان نقل می کند که : در برخی از شبها ناله های پرسوز و گداز آقا خواب را از من می ربود و نمی توانستم بخوابم..^۳

ایه الله سید محمد باقر شفتی

یکی از نزدیکان او می گوید : با آن مرحوم به یکی از روستاها رفتم . شب را در راه گذرانیدیم . سید بمن فرمود : نمی خوابی؟ من رفتم تا بخوابم . سید وقتی خیال کرد که من خواب هستم ، برخاست و مشغول نماز شد . به خدا قسم دیدم که بندهای شانه و اعضایش می لرزید به طوری که کلمات را از شدت حرکت فکین و اعضا ، تکرار می نمود تا آن راصحیح ادا کند .^۴

سید محمد باقر میرداماد

درباره او آمده است که : مدت چهل سال پای خود را در هنگام خواب دراز نکرد و می گفت : چگونه در حضور خدا پایم را دراز نمایم؟

شیخ علی کاشانی

«شیخ علی کاشانی معروف به فریده الاسلام از اساتید شهید هاشمی نژاد بسیار اهل عبادت بود و در منزلش اطاقی را برای عبادت قرار داده و شبها را به عبادت می گذراند .

رحلتش را در سن بیست و چهار سالگی از زبان میزبانانش این گونه نوشته اند : بعد از صرف شام به من گفت : خیلی مایلیم در حیاط منزل ، زیر درخت تا صبح در عبادت باشم . بعد برخاست دو رکعت نماز خواند . ذکر رکوعش را که شمردم ، هفتاد بار بود . بعد از نماز کمی از مواعظ و احادیث را برای ما بیان کرد و به سجده رفت ، دیگر سر از سجده بر نداشت و روح پاکش به ملکوت اعلی پر کشید^(۱) .

^۳ پای درس علماء
^۴ پای درس علماء

درباره حالات شیخ علی کاشانی معروف به فریده الاسلام که استاد شهید هاشمی نژاد بوده است ، آمده است : مرحوم آقا شیخ علی فریده الاسلام کاشانی دارای صفات نیک و کمالات بی نظیر بود . با نشاط نماز می خواند . به نافله شب ، سجده های طولانی ، خواندن زیارت آل یس مداومت داشت . او از کسانی بود که پیامبران و اولیاء الهی بخصوص چهارده معصوم را در رؤیا می دید و مکرر در بیداری به حضور حضرت ولی عصر علیه السلام مشرف می شد و با آن حضرت مکالمه می نمود . اگر به درد یا مرضی دچار می شد از ائمه معصومین کسب تکلیف می کرد . زمانی که ایشان در مشهد مقدس بود ، مجلس بحثی با آقا سید یونس اردبیلی داشت که در آن مجلس عده زیادی از اهل علم حاضر بودند و مباحثه بین آن دو ساعتها طول کشید . پس از آن آقا سید یونس از شیخ علی سؤال کرد : این علوم را در سنین جوانی چگونه یافته ای ؟ او در جواب گفت : غالب این علوم را از کسی نیاموخته ام و نزد استادی شاگردی نکرده ام بلکه آنچه یافته ام از توسلاتی است که به حضرت ثامن الحجج علیه السلام داشته ام^۵ .

سید احمد کربلائی نجفی

«آیت الله سید احمد کربلائی که استاد سید علی قاضی از اساتید علامه طباطبائی بوده است ، رحلتش در هنگام نماز بود و در هنگام نماز عصر ، بسوی ملکوت پرواز کرد^(۱) . سید در جاهای خلوت نماز می خواند و از اقتدای مردم دوری می جست و کثیر البکاء بود ، بطوریکه حتی در نماز نمی توانست از گریه ، خودداری کند و بی اختیار می گریست . بخصوص در نافله های شب .

سید علی قاضی شاگرد آن مرحوم می گوید : شبی از شبها را تنهایی در مسجد سهله می گذرانیدم . نیمه شب ، شخصی آمد و در مقام ابراهیم علیه السلام ایستاد و بعد از نماز صبح تا طلوع آفتاب ، در سجده بود . آنگاه رفتم و دیدم که او آقا سید احمد کربلائی بگاء است . (قدّس الله سرّه القدّوسی) از

^۵مجله کوثر شماره ۷ .

شدّت گریه خاک سجده گاه ، گِل شده بود . صبح که شد ، او رفت و در حجره مدرسه نشست و چنان می خندید که صدای او به بیرون مسجد می رسید!^۶

علامه سید محمد حسین طباطبایی

علامه درباره خود فرموده بودند که :

در اوایل تحصیل ، که به صرف و نحو اشتغال داشتم ، علاقه زیادی به ادامه تحصیل نداشتم . از این روی هر چه می خواندم ، نمی فهمیدم و چهارسال به همین نحو گذرانیدم .

پس از آن ، یکباره عنایت خدائی ، دامنگیرم شده ، عوضم کرد و در خود یک نوع شیفتگی و بی تابی نسبت به تحصیل که تقریباً هیجده سال طول کشید ، احساس نموده و هرگز نسبت به تعلیم و تفکر و درک ، خستگی و دلسردی نداشتم و زشت و زیبای جهان را فراموش کردم .

بساط معاشرت با غیر اهل علم را به کلی برچیدم و در خور و خواب و لوازم دیگر زندگی ، به حداقل ضروری قناعت نموده ، باقی را به مطالعه می پرداختم .

بسیار می شد که (به ویژه در بهار و تابستان) شب را تا طلوع آفتاب با مطالعه می گذراندم و همیشه درس فردا را شب پیش مطالعه می کردم ، اگر اشکالی پیش می آمد با هر خودکشی بود حل می نمودم^۷ .

نیایش حاج سید هاشم حداد

سیمای فرزنانگان : ص 74 .

شبها که خواب پرستان خفته بودند ، حاج سیدهاشم حداد به نیایش می پرداخت . شبها تقریباً خواب نداشت . با صوتی دلربا قرآن می خواند و به قرائت قرآن با صدای حزین بسیار علاقه مند بود . اول شب کمی استراحت می کرد و سپس برای مناجات بر می خاست . چهار رکعت نماز می گذارد که مدتی طول می کشید . سپس روبه قبله در حالت تفکر و توجه مدتها می نشست . سپس قدری استراحت می نمود و دوباره نماز می خواند . و تا نزدیک اذان صبح این رویه ادامه داشت.^۸

سید مهدی بحر العلوم

عبادات و مناجات بحر العلوم را باید از مسجد و حرم نجف و مسجد کوفه پرسید . او می کوشید ، قدم در جای پای مولای متقیان بگذارد . علی وار در مسجد کوفه مناجات می کرد . صدای نجوای سینه سوز او برای دوستانش ، شنیدنی بود . در مناجاتها بر خود می پیچید ، گویا خطاب پیامبر صلی الله علیه و آله به ابوذر را می شنید که : ای اباذر! خدا را چنان عبادت کن که او را می بینی . اگر تو او را نبینی ، او تو را می بیند .

او کارها و ساعات کار را تقسیم نموده بود . وقتی سیاهی شب همه جا را فرا می گرفت ، مقداری از شب را صرف تحقیق و آماده کردن مقدمات درس و بحث می کرد . بعد از آنکه چشمها بخواب می رفتند ، این انسان کامل ، باخدای خود ، راز و نیاز می کرد . از تمام وابستگیهای مادی دست می کشید و بطرف مسجد کوفه می رفت . گاهی نصف شب و گاهی در وقت طلوع فجر ، به آنجا می رسید . و . . .^۹

مرحوم شهید ثالث می فرمود که : وقتی کاشف الغطاء وارد قزوین شد ، به منزل برادر من آمد . هنگام شب درباغ ، استراحت نمودند ، من هم در گوشه ای از باغ خوابیدم .

ناگفته های عارفان ، صادق حسن زاده : ص 225 .

چون پاسی از شب گذشت ، دیدم که کاشف الغطاء مرا صدا می زند و می گوید : بلند شو و نماز شب بخوان!

عرض کردم : آری برمی خیزم! ولی وقتی او دور شد ، دوباره خوابیدم . ناگاه دیدم که حالم بد شد! دردی مانند درد شکم در خود احساس کردم . از شدت درد بلند شدم و شنیدم که صدای ناله ای می آید . بدنبال آن صدا حرکت کردم . چون نزدیک شدم ، دیدم که کاشف الغطاء با نهایت تضرع و زاری و گریه ، به مناجات مشغول است . صدای آن جناب چنان در من اثر کرد که از آن شب تاکنون که بیست و پنج سال می گذرد ، هر شب بلند می شوم و به مناجات قاضی الحاجات مشغول می شوم¹⁰ .

شهید اول در ایام تحصیل ، ظرف مسی داشت که در هنگام شب آن را نزدیک آتش برای گرم شدن می گذاشت که هرگاه خواب او را گرفت ، آن را بر سر بگذارد تا خواب از سرش بیفتد! در نتیجه بر اثر این عمل سرش از مو صاف شده و دیگر مو در نیامد¹¹ .

روزی بهمنیار که از شاگردان و خواص مریدان او بود به ابوعلی سینا گفت چرا ادعای نبوت نمی کنی؟! اگر این ادعا را بکنی ، دانشمندان با تو مخالفت نمی کنند . زیرا قدرت مناظره با تورا ندارند! ابوعلی سینا گفت بعداً جواب این را می دهم .

شبی در همدان ابوعلی سینا و بهمنیار در یک اطاق در ایام زمستان و برف و سرما خوابیده بودند . وقتی موقع سحر شد ، مؤذن بر بالای گلدسته رفت و مناجات می خواند . ابوعلی سینا د این موقع بهمنیار را بیدار کرده و ازو خواست تا از بیرون برایش آب خنک بیاورد . بهمنیار گفت حالا که موقع خوردن آب نیست زیرا تازه از خواب بلند شده اید و آب سرد در این موقع به اعصاب و رگها ضرر

¹⁰ قصص العلماء : ص 193 .

¹¹ قصص العلماء .

می‌زند! ابوعلی سینا گفت من در این زمان در پزشکی یکه تاز هستم . آنوقت تو مرا از خوردن آب منع می‌کنی . در حالی که ضرورت اقتضای آن را دارد . بهمنیار گفت الان من عرق

کرده‌ام و اگر بیرون روم مریض می‌شوم . ابوعلی سینا گفت الان جواب سؤالت را در باره نبوت می‌دهم . بدان که پیامبر کسی است که چهارصد سال از بعثت او می‌گذرد و نفس او چنان تأثیر دارد که در این موقع سرما و درهنگام سحر ، این شخص در بالای گلدسته حمد خدا را می‌کند و تشهد بر رسالت پیامبر ص می‌دهد . اما من در حالی که هنوز نزد تو هستم و تو از یاران مخصوص من هستی ، بتو امر می‌کنم که مقداری آب به من بدهی ، نفس من آنقدر تأثیر ندارد تا حرف من را بپذیری ، پس چگونه ادعای پیامبری بکنم؟^{۱۲}

گویند : ابوعلی سینا ، شبها کم می‌خوابید و همیشه قوانین منطق را در تحصیل مطالبی که بدست می‌آورد ، رعایت می‌کرد و هرگاه از حل مسأله‌ای ناتوان می‌شد ، به مسجد جامع می‌رفت و دور کعبت نماز در کمال نیازمندی می‌خواند و دعا و استغاثه می‌نمود ، و از این راه مشکلات را بر خود آسان می‌کرد .

بو علی سینا در زمان تحصیل خود حتی یک شب را به طور کامل نخوابید و روزها هم به غیر از مطالعه به هیچ کاری نمی‌پرداخت و هرگاه برای فهمیدن موضوعی با سختی رو به رو می‌شد ، وضو می‌گرفت و به مسجد جامع می‌رفت و نماز می‌خواند و سپس از خداوند درخواست می‌کرد آن گره و مشکل علمی گشوده گردد^{۱۳} .

علامه حلی

^{۱۲}قصص العلماء

^{۱۳}داستانهای کودک کی مردان بزرگ .

گویند یکی از مخالفین شیعه کتابی در ردّ شیعه نوشت و آن را در مجالس می خواند و به انحراف افراد می پرداخت . او این کتاب را به کسی نمی داد تا مبدا به دست علمای شیعه برسد و تناقضات آن را ظاهر کنند .

علامه در صدد برآمد که هر طور شده این کتاب را به دست آورد و در ردّ آن با دلایل قاطع کتابی بنویسد . ناچار تنها راه رسیدن به این امر را در این دید که خود را بصورت شاگردی درآورد و از آن شخص درخواست کند که او را به شاگردی بپذیرد . آن مرد علامه را به شاگردی قبول نمود . بعد از چند روز علامه از او خواست تا کتاب را برای مدتی در اختیارش بگذارد . او هم حاضر شد فقط یک شب کتاب در اختیار شاگردش باشد . علامه کتاب را به خانه اش آورد و تصمیم گرفت که یک نسخه از آن رونویسی کند . او مشغول نوشتن شد ولی نیمه شب به خواب رفت . وقتی که از خواب بیدار شد متوجه شد که کل کتاب به خط مبارک امام زمان (عج) تمام شده و در پایان به نام مبارکشان اشاره نموده اند^{۱۴}.

درباره محدث کبیر شیخ عباس قمی آمده است که :

مرحوم حاج شیخ عباس قمی رحمه الله صاحب کتاب مفاتیح الجنان باجماعتی از تجار به سوی سوریه مسافرت نمود ، آنان می گفتند : هر وقت ما به سیاحت و تفریح می رفتیم ایشان می نشست و مشغول مطالعه و تالیف می شد و هر چه اصرار می کردیم که با ما بیرون بیاید قبول نمی کرد و شبها هم که ما به خواب می رفتیم او مشغول مطالعه و تالیف می شد^{۱۵}.

جواب سوال را در خواب می دادند!

^{۱۴}روضات الجنات .

^{۱۵}نور علم دوره دوم شماره دوم .

آیت الله سید محمد حسین طهرانی در کتاب انوارالملکوت می نویسد: آیت الله حاج شیخ عباس قوچانی، وصی سید علی آقای قاضی می فرمودند: آیت الله العظمی حاج شیخ محمد تقی بهجت در فقه و اصول به درس مرحوم آیت الله العظمی حاج شیخ محمد حسین غروی اصفهانی معروف به کمپانی حاضر می شدند و چون به حجره خود در مدرسه مرحوم سید باز می گشتند بعضی از طلابی که در درس برای آنها اشکالاتی باقی مانده بود به حجره ایشان می رفتند و اشکالشان را رفع می نمودند. و چه بسا ایشان در حجره خواب بودند و در حال خواب از ایشان می پرسیدند و ایشان هم مانند بیداری جواب می دادند جواب کافی و شافی، و چون از خواب برمی خاستند و از قضایا و پرسشهای در حال خواب با ایشان سخن به میان می آمد ابدأ اطلاع نداشتند و می گفتند: هیچ به نظرم نمی رسد و از آنچه می گوئید در خاطر من چیزی نیست.

ایه الله بروجر دی فرمودند:

من در دو موقع، از شدت ناراحتی خوابم نمی برد. یکی وقتی که طلبه نیازمند باشد و من پول برای رفع حاجت او نداشته باشم و دیگر، موقعی که پول در دستم باشد و نتوانسته باشم به مصرفش برسانم

۱۶.

خواب ایه الله العظمی شیخ عبدالکریم درباره مرگ خودش

یکی از ویژگیهای آیت الله حائری، توسل شدید به امام حسین علیه السلام بود. علاوه بر روضه که هر شب جمعه و دهه محرم داشتند هر روز قبل از شروع درس، بطور مختصر، ذکر توسلی به امام حسین علیه السلام توسط یکی از شاگردان انجام می گرفت.

یکی از یاران خاص ایشان، علت این مسأله را سؤال می کند. ایشان در پاسخ می فرماید: من، ادامه زندگیم را مرهون توسل به امام حسین علیه السلام هستم. هنگامی که در عراق بودم. در عالم خواب بمن گفته شد: سه روز دیگر از عمرت، بیشتر باقی نیست! با معیارهای فقهی گفتم: خواب حجیت

ندارد . روز سوم که پنج شنبه بود و با برخی از شاگردان برای تفریح به کنار دجله رفته بودیم . پس از نماز ظهر و صرف نهار ، ناگهان تب شدیدی بر من عارض شد . متوجه آن خواب شدم . گفتم ، مرا به منزل ببرید هر لحظه بر تب افزون می شد . یکدفعه متوجه شدم دونفر برای قبض روح روح آمده اند . در همان حال ، متوسل شدم به آقا ابا عبدالله الحسین علیه السلام عرضه داشتم : یا بن رسول الله! من از مرگ هراسی ندارم ، ولی کاری برای آخرتم انجام نداده ام . خواهش می کنم ، به من فرصتی بدهید ، تا خدمتی برای دینم انجام

دهم . ناگاه شخص سومی آمد و به آن دو گفت : ایشان را آقا ابا عبدالله شفاعت کرده ، شما برگردید . من دیدم ، آن سه با هم به طرف آسمان حرکت کردند ، حالم خوب شد و تا به الان به برکت آن شفاعت زنده ام .^{۱۷}

آخوند ملا کاظم خراسانی می گوید:

خواب من از شش ساعت بیشتر نبود و چون با شکم خالی؛ خواب آدم عمیق نمی شود؛ بیشتر شب ها را بیدار بودم و با ستارگان آسمان مصاحبت و شب زنده داری داشتم در این احوال به خاطر می گذشت که امیرالمؤمنین علی علیه السلام نیز بیشتر شب ها را بدین سان می گذرانید...^{۱۸}

شهید ایه الله مدنی

آقای بهاء الدین داماد ایشان در خاطراتش می گوید : ما حالات نورانی و با صفای ایشان را در مناجاتهای نیمه شبشان نظاره گر بودیم . در نیمه شب یکروز تابستانی در محلی نزدیک همدان ، من دیدم از میان درختان باغ صدای ناله می آید . از رختخواب که بلند شدم دیدم آقا (آیت ا... مدنی) نیست وقتی دقت کردم دیدم در میان درختان گریه می کند و می گوید : خدایا! من آمدم اگر تو به من جواب ندهی و رهایم سازی ، کیست که مرا دریابد؟ این ها را می گفت و اشک می ریخت^(۱) .

^{۱۷} پای درس علماء

^{۱۸} هزار و یک حکایت تاریخی .

شهید مدنی می گفت : من در دو موضوع نسبت به خودم شک کردم . یکی اینکه به من می گویند (سید اسدالله) آیا واقعا من سید هستم؟ از اولاد پیغمبر هستم! و دیگر اینکه آیا من لیاقت آن را دارم که در راه خدا شهید بشوم یا نه؟!

روزی به حرم امام حسین علیه السلام رفتم در آن جا با ناله و زاری از امام خواستم که جوابم را بدهد . پس از مدتی یک شب امام حسین علیه السلام را در خواب دیدم که بالای سرم آمد و دستی به سرم کشید و این جمله را فرمود : یا بُنّی اَنْتَ مَقْتُولٌ؛ ای فرزندم تو کشته می شوی!

که جواب دو سؤال من در آن بود . اما فرمود : فرزندم! یعنی من سید هستم و دیگر اینکه به من بشارت داد که من شهید می شوم.^{۱۹}

شیخ هادی نجم آبادی

گویند : شیخ هادی نجم آبادی به شیوه همیشگی نیمه شبی از خواب برخاست و به کنار حوض رفت تا وضو بگیرد و نماز به درگاه یگانه بجا آورد ناگاه مردی را بر لب بام خانه دید که می خواست به پایین برود ، وی از دیدن شیخ خود را باخت و از روی بام به حیاط افتاد .

شیخ به سویی رفت ، دید بینوایی به امید دستبرد به خانه وی آمده؛ خانه اغیار را گذاشته و به کاهدان زده است . شیخ از او پرسید : پایت که شکست . بیا نان و چایی بخور و آنگاه برو .

و سپس به مالیدن پای او سرگرم شد تا آن مرد از رنج افتادن آسوده شد . از قضا آن بیچاره فلک زده همکاری داشت که در کوچه انتظارش را می کشید . دید خبری از رفیق ناشی او نشد بر بام رفت و به درون خانه نگریست ، دید شیخ مشغول مالیدن پای رفیق و اندرز دادن اوست .

^{۱۹} دیدار با ابرار 66 .

شیخ متوجه او شد صدایش زد که : تو هم بیا با رفیقت نان و چای بخور و بعد برو . آن که بینوا ترسان و لرزان و شرمسار از کرده خویش؛ زیر چشمی شیخ را می نگرستند؛ شیخ هم به میهمانان ناخوانده ، پند و اندرز می داد که : آدمی اشتباه می کند شما باید روی زمین هموار و صاف بروید؛ اما اشتباهاً روی دیوار رفتید و افتادید . کوشش کنید از این پس اشتباه را تکرار نکنید . آنان هم سرافکنده شده و از خانه شیخ توبه کنان رفتند.^{۲۰}

سید عبدالکریم کشمیری

یکی از یاران ایشان می گوید : بعضی وقت ها به مسجد کوفه می رفتیم و ایشان تا صبح آنجا می ماندند و نماز می خواندند و عبادت می کردند . ما که با ایشان بودیم خسته می شدیم و می خوابیدیم . ایشان به ما می گفتند شما بخوابید من فردا ظهر می خوابم و مرتب در مسجد کوفه به ذکر و عبادت مشغول بودند.^{۲۱}

پدر شهید مطهری

شهید مطهری درباره پدرش عالم ربانی شیخ محمدحسین مطهری ، می نویسد : از وقتی که یادم می آید حداقل از چهل سال پیش ، می دیدم این مرد بزرگ و شریف هیچ وقت نمی گذاشت و نمی گذارد که وقت خوابش از سه ساعت بیشتر از شب گذشته ، تأخیر بیافتد . شام را سر شب می خورد و سه ساعت از شب گذشته می خوابد و حداقل دو ساعت به طلوع صبح مانده و در شبهای جمعه از سه ساعت به طلوع صبح بیدار می شود . و حداقل قرآنی که تلاوت می کند یک جزء است و چه با فراغت و آرامشی نماز شب می خواند ، تقریباً صد سال از عمرش می گذرد و هیچ وقت من نمی بینم که یک خواب ناآرام داشته باشد . همان لذت معنوی است که این چنین نگهش داشته است .

^{۲۰} پای درس علماء

یک شب نیست که پدر و و مادرش را دعا نکند . یک نامادری داشت که به او خیلی ارادتمند است و می گوید که او خیلی به من صحبت کرده است شبی نیست که او را دعا نکند . یک شب نیست که تمام خویشاوندان و ذی حقان ، و بستگان دور و نزدیکش را یاد نکند^{۲۲} .

شیخ آقا بزرگ تهرانی

از سید محسن امیر عاملی ، نویسنده «اعیان الشیعه» نقل می کنند که گفت :

«برای تهیه اسناد اعیان الشیعه که به شهرها سفر می کردم ، در کربلا به کتابخانه شیخ العراقین وارد شدم و از متصدی آن خواستم که یک هفته کتابخانه را در اختیار من بگذارد . پذیرفت مشروط بر اینکه در این هفته میهمان او باشم . شبی به من اطلاع داد امشب میهمان دیگری هم داریم و آن شیخ آقا بزرگ بود که اسمش را شنیده بودم . هنگامی که او را زیارت کردم و بحثی میان ما در گرفت فهمیدم که او تنها یک فهرست نگار نیست بلکه اطلاعات فقهی و اصولی و فلسفی وسیعی نیز دارد . از این رو مسرور شدم . ساعت چهار و نیم شب بود که خستگی بر من غالب شد و خوابیدم . از خواب که برخاستم دیدم شیخ آقا بزرگ نخوابیده و همچنان مشغول یادداشت برداری است . از او پرسیدم نمی خوابید؟ فرمود : من هنوز نشاط دارم و نخوابید . ما هفت روز و شب در آنجا بودیم . ایشان استراحت منظمی نداشت و می فرمود ما برای استراحت اینجا نیامده ایم و من با وجود اینکه پر کار بودم به ایشان غبطه می خوردم .

محقق تهرانی با وجود آن همه کار طاقت فرسا ، هیچ وقت از محراب مسجد و سنگر سجاده غافل نبود . تا زمانی که پا به آستانه هشتاد سالگی نگذاشته بود و خارهای پیری هنوز در کویر کهنسالی پاهای خسته اش را به سختی نمی آزد سیر و سلوک هفتگی خود را که سالها بود در چهارشنبه شبها ادامه داشت ترک نگفت . او هر شب چهارشنبه از نجف تا «مسجد سهله» را پیاده می پیمود تا در آن مسجد مقدس (واقع در 10 کیلومتری نجف) آینه جان را با گلاب دیدگان صیقل دهد . گذشته از

اینکه او با نماز و دعا در مسجد سهله انس و الفتی دیرینه و دل انگیز داشت ، روزی سه بار جماعتی از خداخواهان و دلدادگان را در معراج نماز رهبری می کرد و در آن پروازهای عاشقانه ، پیشنماز پرستوهای عشق و عرفان بود .^{۲۳}

نکاتی جالب برای سحرخیز بودن

تمامی حالات و رفتار انسانها از درون آنها نشأت میگیرد به طوری که بارها و بارها این امر توسط دانشمندان و پژوهشگران با انجام تحقیقات علمی اثبات شده است.

، مشخص شده است andMe به تازگی نیز بر اساس تحقیقات تازه ی شرکت تحلیل ژنتیک 23 آنها داشته باشد. نتایج این DNA سحرخیز بودن یا شب زنده دار بودن افراد می تواند ریشه در پژوهش تازه که اخیراً در نیچر کامیونیکیشنز منتشر شده است، به 15 نقطه ی متفاوت از مولکول اشاره دارند که گفته می شود با این موضوع ارتباط دارند. محققان این پژوهش، داده های خود DNA را از نمونه ی بسیار بزرگی مشتمل بر بیش از 89000 مشتری این شرکت در سرتاسر جهان دستچین کردند که موافقت خود را با مشارکت در این تحقیق اعلام کرده بودند. همه ی این هشتاد و نه هزار خود، نمونه ی بزاق شان را با استفاده از کیت های DNA نفر، در ازای گزارشی آنلاین در مورد قرار دادند andMe نمونه برداری خانگی در اختیار 23

سحرخیز

مشارکت کنندگان سحرخیز بودن یا نبودن خود را نیز به شرکت مذکور اطلاع می دادند. آنگونه که مشخص شده است، اغلب مشارکت کنندگان در این تحقیق به هیچ وجه سحرخیز نبوده اند و 56 درصد از افراد مورد بررسی گفته اند کاملاً شبانه به امور زندگی خود می پردازند. اما محتمل ترین های سحرخیز را زنان و افراد بالای 60 سال تشکیل می داده اند. احتمال گزارش DNA کاندیدا های افسردگی، بیخوابی، و یا نیاز به بیش از 8 ساعت خواب نیز در میان سحرخیز ها پایین تر بوده است.

شب زنده دار بودن بهتر است یا سحرخیزی؟

با توجه به نتایج پژوهش بالا و احتمال ارتباط بین عادات خواب و ژنتیک افراد، به نظر می رسد سحرخیزی باز هم گزینه ی بهتری محسوب می شود. سحرخیز ها حدود ساعت 9 صبح به اوج فعالیت مغزی خود می رسند. این در حالی است که زمان اوج فعالیت شب زنده دار ها 9 شب است و این ارتباط آنها با دنیای اطرافشان را دچار مشکل می کند. از طرف دیگر تحقیقات نشان داده اند ماده ی سفید مغز شب زنده دار ها ارتباط پذیری کمتری دارد. نکته ی مهم اینجاست که این ویژگی فیزیولوژیک یکی از نشانه های مرتبط با افسردگی نیز محسوب می شود. با این تفاسیر به نظر می رسد. معایب شب زنده داری از مزایایش بیشتر باشد

اما به یاد داشته باشید می توانید با کمی استمرار و پشتکار، هر عادت مضری را از بین ببرید؛ هر چند که ریشه در پیشینه ی ژنتیکی شما داشته باشد. توصیه های زیر می توانند شما را در این مسیر یاری دهند:

سحرخیز

برنامه ی خود را به صورت مستمر برای روز تنظیم کنید
داشتن برنامه ی منظمی برای به خواب رفتن و بیدار شدن به بدن شما کمک می کند عادت شب زنده داری را تغییر و آن را با شرایط جدید وفق دهد

از ساعت های زنگدار با دکه ی اسنوز استفاده نکنید

دکمه ی اسنوز برای این طراحی شده است که بتوانید بدون اینکه به چرخه ی خواب عمیق وارد شوید چند دقیقه بیشتر بخوابید. اما این می تواند تحول عادات خواب و تبدیل شدن شما به یک فرد سحرخیز را با مشکل مواجه کند.

روز ها خود را در معرض نور قرار دهید

نور به مغز شما پیام می دهد ترشح ملاتونین را متوقف کند و به این ترتیب نقش مؤثری در بالا رفتن هشیاری شما بازی می کند؛ حتی نور مصنوعی

سحرخیز

کمی ورزش کنید

ورزش کردن در ساعات آغازین صبح به بیدار شدن بدن شما کمک می کند. ورزش صبحگاهی فشار خون شما را پایین می آورد، استرس و تنش هایتان را کاهش می دهد و کمک می کند شب ها بهتر بخوابید.

غذای پر پروتئین مصرف کنید

پروتئین بر خلاف کربوهیدرات ها به بالا رفتن هشیاری بدن شما کمک می کند و سطح دوپامین را در بدن شما بالا می برد.

تسلیم وسوسه ی چرت زدن نشوید

شما با چرت زدن در طول روز، محرک طبیعی خود برای خواب شبانه را از بین خواهید برد. بنابراین بهتر است در طول روز از چرت زدن پرهیز کنید تا زود خوابیدن به هنگام شب برایتان آسانتر باشد^{۲۴}

²⁴ <https://namnak.com/>

سحر خیزی از منظر قرآن ، احادیث و علم پزشکی

امام حسین (ع): سه چیز موجب حماقت می شود: 1- پر خوابی 2- پر خوری 3- پر حرفی

دین مقدس و مترقی و متعالی اسلام برای «انسان» در تمام زمینه ها برنامه بس دقیق و ظریفی دارد. برای این منظور در جهت مصالح اجتماعی، تعلیم و تربیت، عبادت، رشد مادی و معنوی، خوردن و خوابیدن و همه و همه اینها ضروریاتی را قائل است تا انسان را از نظر جسمی و روحی در یک مسیر تعالی و ترقی قرار دهد استعداد خلیفه الله ای انسان از قوه به فعل برسد و اگر انسان به دستورات خالق بی همتای خود عارف و عامل باشد قطعاً در مسیر ارتقاء روحی و معنوی برتر از فرشتگان قرار خواهد شد لکن اگر مسیر حرکت انسان در خلاف مسیر دستورات و قوانین الهی باشد از نظر جایگاه و منزلت . فروتر از حیوانات قرار خواهد گرفت

آیات واحادیث بسیار متعدد مبنی بر سحر خیزی و اقامه نماز شب و صبح وجود دارد که به چند مورد بطور گذرا اشاره می نمایم

يَا أَيُّهَا الْمُدَّثِّرُ ﴿١﴾ قُمْ فَأَنْذِرْ ﴿٢﴾ وَرَبِّكَ فَكَبِّرْ ﴿٣﴾ وَتَيَّابِكَ فَطَهِّرْ ﴿٤﴾ وَالرُّجْزَ فَاهْجُرْ ﴿٥﴾

(قران الفجر انّ قران الفجر کان مشهوداً) اسرا 78

(كانوا قليلاً من الليل ما يهجون و بالاسحارهم يستغفرون (سورة ذاريات آيات 17 و 18)

آنان (پرهیز گاران و محسنین) کمی از شب را می خوابیدند و در سحرگاهان استغفار میکردند

. پیامبر اکرم (ص): بورک لامتی فی بکورها1: آفرین بر امت من بر سحر خیزی آنان

رکعتا الفجر خیرٌ من الدنیا و ما علیها: دو رکعت نماز صبح بیش از تمام دنیا و هرچه روی آن است ارزش دارد

:زمین از سه چیز به سوی خدا ناله و فریاد می کند

خون حرامی که بر روی آن ریخته می شود غسلی که از زنا در روی آن انجام دهند

خوابیدن بر آن پیش از طلوع آفتاب (یک الی دو ساعت قبل از طلوع آفتاب بستگی به فصول سال دارد)

هر که از طلوع صبح تا طلوع آفتاب در جای نماز خود بنشیند خدا او را از آتش جهنم مستور گرداند و ... گناهانش آمرزیده شود

در سحر گاهان جویای دانش باشید زیرا من از پروردگار خویش درخواست نمودم که برای امت و پیروان من لحظات خیر و برکت را هنگام سحر تعیین فرماید

.حضرت علی (ع): خوابیدن قبل از طلوع آفتاب و قبل از نماز خفتن پریشانی و فقر می آورد

حضرت امام حسین (ع) به ابی حمزه ثمالی فرمود: پیش از طلوع آفتاب خواب مکن که من از برای تو دوست نمی دارم، زیرا که حق تعالی روزی بندگان را در این وقت قسمت می نماید و هر که در این وقت در خواب است از روزی محروم می شود

حضرت امام محمد باقر (ع) در باره وقت نماز شب از قول حضرت پیامبر (ص) فرمود: آن همان وقت است که یعقوب فرزندان را وعده داد که برای آنان آمرزش بخواهد و آن همان وقت است که استغفارکنندگان در سحرها در قرآن ستایش شده و همانا نماز شب در آخر وقت افضل از اول وقت . شب است

حضرت امام جعفر صادق (ع) فرمود: خواب بامداد روزی را منع، رنگ را زرد، و رو را قبیح می کند و این خواب شومی است . به درستی که حق تعالی روزی را ما بین طلوع صبح تا طلوع آفتاب قسمت می نماید پس زینهار که در وقت نخوابید و فرمود که مرغ بریان و ترنجبین در این وقت بر بنی اسرائیل نازل می شد و هر که در این وقت در خواب بود محروم می شد

سخنی چند از حکما و علما

- لقمان به پسرش می گوید: «فرزندم! مبادا خروس از تو عاقل تر باشد و توجّه اش به نماز بیش از تو
«باشد، آیا نمی بینی که در مواقع نماز و در سحر ها بانگ می زند و حال آنکه تو خواب هستی

هنگام سپیده دم، خروس سحری دانی که چرا همی کند نوحه گری

یعنی که نمودند در آینه صبح کز عمر شبی گذشت و توبی خبری

.. علامه بزرگوار حسن زاده آملی نیز می فرماید: الهی! خروس را سحر باشد و حسن را نباشد

. الهی ! خروس را در شب خروش باشد و حسن خاموش باشد

در کتاب ارشاد القلوب آمده است : یکی از عبّاد می گوید ، به خواب دیدم برکنار نهر مشک کنیزانی
آراسته به حریر و سندس بهشتی و صورت آن ها چون ماه می درخشد (گفتند) این کنیزان از آن
سحر خیزانی هستند که قرآن می خوانند ، خدا را آشکارا و نهان بسیار یاد می کنند و از مال خود
. انفاق می کنند و سحر گاهان استغفار می کنند

در قرآن کریم سحر خیزی و تهجد و شب زنده داری همراه با اقامه نماز بیان شده است بسیار واضح
است همه خیر اعم از طلب علم و دانش و روزی حلال و طیب هنگام سحر سهل و میسر و ممکن تر
. می باشد

بزرگمهر وزیر انوشیروان بطور فطری اهمیت و فواید سحر خیزی را دریافته بود و گویا که سحر خیزی یکی از ویژگی او بود حتی بزرگمهر از انوشیروان تقاضا می کند که او هم به سحر خیزی رو بیاورد و به سحر خیزی عادت نماید ولی انوشیروان به جهت عدم برنامه مطلوب برای خواب و بیداری خود . بویژه به خاطر شب نشینی ها این امر (سحر خیزی) برایش سخت و دشوار می آید

آری شب نشینی های بی مورد مانع سحر خیزی می شود که انسان را از فعالیت های مفید و ارزشمند : باز می دارد شاید به همین خاطر است که پیامبر اکرم (ص) می فرمایند

شب زنده داری جز برای سه چیز روا نیست 1- تلاوت قرآن (عبادت و نماز) 2- تحصیل علم و (دانش 3- فرستادن عروس به خانه شوهرش (کار واجب و ضروری دیگر مثل مسافرت

فواید علمی سحر خیزی

برای سحر خیزی فواید زیادی از نظر علم پزشکی و طبابت بیان شده است که یکی از مهم ترین آنها طولانی شدن عمر انسان می باشد . همچنین سحر خیزی موجب ازدیاد طراوت روحی، جسمی و . فکری انسان می گردد

سحر خیزی عامل آرامش اعصاب انسان و مانع افسردگی و بی حوصلگی و باعث افزونی روزی های .مادی و معنوی اومی باشد

).

اما آنچه بسیار مهم و قابل توجه است تاثیر فوق العاده شگرف و عمیق عقاید مذهبی از جمله اعتقاد و اتکاء به خدای متعال و یاد مرگ ((به این معنی که زندگی این دنیا گذرا و بسیار اندک و ناچیز است حتی شایستگی وابستگی و غم خوردن ندارد ولی حیات آخرت جاودانه و همیشگی است)) در درمان . اضطراب و استرس و پریشان احوالی و افسردگی دارد

در راستای اعتقاد و اتکاء به خداوند منان عزم جدی بر اقامه بموقع نماز صبح یک روش درمانی جدید بسیار موثر برای بیماران افسرده می باشد زیرا که نماز صبح بهترین شکل و دلیل برای بیدار نگه . است، داشتن بیماران افسردگی برای کاهش میزان

زمان اقامه نماز صبح که مورد تاکید قرآن کریم آن کتاب عظیم و دقیق انسان سازی و احادیث ارزنده و نورانی ائمه اطهار (ع) می باشد، عامل کاهش قابل توجه میزان خواب . در اشخاص می شود

زیرا شخص نماز گزار که خود را ملزم به اقامه نماز صبح می داند و لازم است که سحر خیزی را عادت و پیشه خود سازد در نتیجه با این کار (سحر خیزی و اقامه نماز) در حقیقت جلوی ورود به را می گیرد . بنابراین بیداری سحر گاهی برای نماز صبح خود به تنهایی REM مرحله قابل توجهی از می تواند عامل موثر و مهم بدون عارضه در پیشگیری از افسردگی مطرح باشد البته بسیار محرز است که این روش بدون هر گونه عارضه شیمیایی و روانی بر تمامی روش های درمانی دارویی و غیر . دارویی ارجحیت دارد چرا که پیشگیری بر درمان مقدم است و علاج واقعه را قبل وقوع باید کرد

اقم الصلوة لدلوك الشمس الى غسق الليل قران الفجر ان قران الفجر كان مشهودا (3) ؛ نماز را از " زوال آفتاب تا نهايت تاريخى شب برپا دار و (نيز) نماز صبح را، زيرا نماز صبح همواره (مقرون با) «. حضور (فرشتگان) است»²⁵

²⁵ <http://www.tadabbor.org/default.aspx?page=article&AID=598>

تهجد در سیره انبیا و اولیا

بر این اساس، همه انبیا و اولیای الهی، اهتمام ویژه ای به عبادت شبانگاهی و شب زنده داری داشته اند. در روایتی آمده که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

صَلَاةُ اللَّيْلِ مَرْضَاةُ الرَّبِّ، وَحُبُّ الْمَلَائِكَةِ، وَسُنَّةُ الْأَنْبِيَاءِ، وَنُورُ الْمَعْرِفَةِ، وَأَصْلُ الْإِيمَانِ، وَرَاحَةُ الْأَبْدَانِ، وَكَرَاهِيَّةُ الشَّيْطَانِ، وَسِلَاحٌ عَلَى الْأَعْدَاءِ، وَإِجَابَةٌ لِلدُّعَاءِ، وَقَبُولٌ لِلْأَعْمَالِ، وَبَرَكَةٌ فِي الرِّزْقِ، وَشَفِيعٌ بَيْنَ صَاحِبِهَا وَبَيْنَ مَلَكِ الْمَوْتِ، وَسِرَاجٌ فِي قَبْرِهِ، وَفِرَاشٌ تَحْتَ جَنِّيهِ، وَجَوَابٌ مُنْكَرٍ وَنَكِيرٍ، وَمُونِسٌ وَزَائِرٌ فِي قَبْرِهِ، فَإِذَا كَانَ يَوْمُ الْقِيَامَةِ كَانَتْ الصَّلَاةُ ظِلًّا عَلَيْهِ، وَتَاجًا عَلَى رَأْسِهِ، وَلِبَاسًا عَلَى بَدَنِهِ، وَنُورًا يَسْعَى بَيْنَ يَدَيْهِ، وَسِتْرًا بَيْنَهُ وَبَيْنَ النَّارِ. [۹]

نماز شب، [مایه] خشنودی خداوند و محبت فرشتگان می شود و سنت پیامبران، نور معرفت، ریشه ایمان و [موجب] آسودگی بدن ها و نفرت شیطان و سلاحی در برابر دشمنان است و موجب اجابت دعا و پذیرش اعمال، برکت در روزی و شفیع میان نماز شب خوان و ملک الموت است، و چراغی در گور او، بستری در زیر پهلویش، پاسخی برای منکر و نکیر، و مونس و بازدیدکننده ای در گور اوست. پس چون روز قیامت شود، نماز [شب]، سایه ای بر فراز او و تاجی بر سرش، جامه ای بر تنش، نوری پیشاپیش او، و پرده ای میان او و آتش می شود.

وجوب تهجد بر پیامبر خاتم صلی الله علیه و آله

نقش شب زنده داری در نزدیک سازی جان به ساحت قرب ربوبی، و ضرورت بهره گیری پیشوایان بزرگ از این عنصر معنوی، تا آنجاست که خداوند سبحان، بارها، و با تعبیرهای گوناگون [۱۰] پیامبر خاتم صلی الله علیه و آله را به تهجد، امر فرموده است، از جمله خطاب به ایشان می فرماید:

(وَمِنْ أَلْيَلٍ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا. [۱۱])

و پاسی از شب را [از خواب برخیز، و] قرآن [و نماز] بخوان! این یک وظیفه اضافی برای توست. امید است پروردگارت تو را به مقامی در خور ستایش برانگیزد!

شیخ صدوق در تبیین این آیه آورده است:

فصارت صلاة الليل فريضة على رسول الله صلى الله عليه و آله، لقول الله عزوجل: «فتهجد» و هي لغيره سنة و نافلة. [۱۲]

در روایتی از امام صادق علیه السلام نیز نقل شده که نافله شب بر پیامبر صلی الله علیه و آله واجب بوده است. [۱۳] از این رو برخی از فقها، این حکم را ضمن خصائص پیامبر صلی الله علیه و آله ذکر کرده اند. [۱۴]

حکمت لزوم شب زنده داری بر پیامبر صلی الله علیه و آله در آیه دیگری خطاب به ایشان چنین بیان شده است:

(قُمْ أَتَيْلًا إِلَّا قَلِيلًا * نِصْفَهُ أَوْ أَنْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا * أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَ رَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا * إِنَّا سَنُلْقِي عَلَيْكَ قَوْلًا ثَقِيلًا. [۱۵])

شب را جز اندکی [برای نماز و عبادت] برخیز، نیمی از شب یا اندکی از آن بکاه، نیمی از آن یا اندکی از نیمه بکاه، یا بر آن [نیمه] بیفزای و قرآن را شمرده شمرده بخوان، همانا ما به زودی سخنی سنگین به تو القا خواهیم کرد).

این سخن، بدین معناست که شب زنده داری به قدری در افزایش ظرفیت روحی و تقویت بنیه معنوی انسان مؤثر است که در بالاترین مراتب می تواند سنگین ترین پیام های الهی را در خصوص هدایت انسان از منبع وحی دریافت نماید، البته این مرتبه، به پیامبر خاتم اختصاص دارد.

باری، شب زنده داری، یکی از ویژگی های برجسته پیامبر صلی الله علیه و آله و خاندان ایشان است [۱۶]، امام باقر علیه السلام در این باره می فرماید:

كَانَ عَلَيَّ عَلَيْهِ السَّلَامُ يَقُولُ: إِنَّا أَهْلُ بَيْتِ أَمْرِنَا أَنْ نُطْعِمَ الطَّعَامَ، وَنُؤَدِّيَ فِي النَّاسِ الْبَائِئِنَةَ، وَنُصَلِّيَ إِذَا نَامَ النَّاسُ. [۱۷]

علی علیه السلام پیوسته می فرمود: «ما خاندانی هستیم که فرمان یافته ایم خوراک اطعام کنیم و به دیگران صله دهیم و هنگامی که مردم خفته اند، نماز بگزاریم».

همه انسان های شایسته در امت های پیشین نیز اهل تهجد و شب زنده داری بوده اند، چنان که از امام صادق علیه السلام روایت شده:

عَلَيْكُمْ بِصَلَاةِ اللَّيْلِ؛ فَإِنَّهَا سُنَّةُ نَبِيِّكُمْ، وَدَأْبُ الصَّالِحِينَ قَبْلَكُمْ، وَمَطْرَدَةُ الدَّاءِ عَنْ أَجْسَادِكُمْ. [۱۸]

در پی نماز شب باشید که آن، سنت پیامبر شماسست و شیوه صالحان پیش از شما و دورکننده درد و بیماری از بدنتان.

همچنین شب زنده داری، از ویژگی های یاران امام عصر علیه السلام نیز شمرده شده است. [۱۹]

سخنی از آیه الله ملکی تبریزی قدس سره

آیه الله میرزا جواد تبریزی - که خود یکی از بزرگان علم و معرفت است - در باره نقش شب زنده داری در سازندگی معنوی انسان می گوید:

- شیخ و تکیه گاهم در علوم حقیقی، برایم نقل کرد که: بی گمان، هیچ کس از جویندگان آخرت به هیچ مقامی از مقامات دینی نرسید، مگر از شب زنده داری، و گمان می کنم پس از آن که این مطلب را از ایشان شنیدم، آن را در روایتی یافتیم. [۲۰]

شیخ و استاد این عالم ربّانی، آیت حق، و استاد بسیاری از بزرگان علم و معرفت مرحوم حاج ملا حسینقلی همدانی [۲۱] است. احتمالاً روایتی که ایشان با آن برخورد کرده و فراموش نموده، همان روایتی باشد که پیش از این، از امام عسکری علیه السلام نقل کردیم. [۲۲]

آری، بزرگان دینی و علمای ربّانی، شب زنده داری را توفیقی بزرگ می دانستند و محرومیت از این توفیق را مصیبتی عظیم و دردناک تلقّی می کردند. اشعار زیر - که سروده یکی از فقهای بزرگ شیعه در قرن هشتم، شیخ شمس الدین محمد بن مکی [۲۳] است - در واقع ذکر مصیبت محرومیت تنها یک بار از شب زنده داری به دلیل خواب ماندن است:

عَظُمَتْ مَصِيبُهُ عَبْدِكَ الْمُسْكِينِ

فِي نَوْمِهِ عَنْ مَهْرٍ حُورِ الْعَيْنِ

الْأَوْلِيَاءُ تَمَتَّعُوا بِكَ فِي الدُّجَى

مُتَهَجِّدًا بَتَخَشُّعٍ وَ حَنِينِ

فَطَرَدْتَنِي عَنْ قَرَعِ بَابِكَ دُونَهُمْ

أَتَرَى لِعَظْمِ جِرَائِمِي سَبْقُونِي

أَوْ جَدَّتَهُمْ لَمْ يَذْنِبُوا فَرَحِمَتَهُمْ

أَمْ أَذْنَبُوا فَعَفَوْتَ عَنْهُمْ دُونِي

إِنْ لَمْ يَكُنْ لِلْعَفْوِ عِنْدَكَ مَوْضِعٌ

لِلْمُذْنِبِينَ فَأَيْنَ حُسْنُ ظُنُونِي؟! [۲۴]

به مصیبتی بزرگ دچار است بنده بیچاره ات

به خاطر در خواب ماندن (و ناتوانی) از تأمین مهریه حورالعین

دوستان در دل شب های تار از تو برخوردارند

با شب زنده داری خاشعانه و همراه با ناله شان

اما از آن میان، تنها مرا از در خانه ات راندی، آیا آنان به خاطر سنگینی گناهانم از من پیش افتادند؟

یا چون دیدی آنان خود را به گناه نمی‌آلایند مورد رحمت خود قرارشان دادی؟

یا گناه کردند لیکن فقط آنها را آمرزیدی و از گناه من در نگذشتی

اگر به در گاهت برای گنهکاران جای عفو نیست

پس این خوش گمانی‌های من در باره تو چه می شود؟!

موجبات محرومیت از شب زنده داری

بر پایه آنچه از روایات اهل بیت علیهم السلام برداشت می شود، عوامل محرومیت از تهجد، عبارت اند از: گناه، پُرخوری، و وسوسه شیطان. [۲۵] گناه و پُرخوری، موجب قساوت قلب می شوند و قساوت قلب، زمینه ساز تأثیر وسوسه های شیطان و سرانجام، محرومیت از سحرخیزی و شب زنده داری است. البته تردیدی نیست که گناه، بیشترین نقش را در این زمینه ایفا می کند. از این رو امام علی علیه السلام در پاسخ به شخصی که به ایشان گفت: «من شب گذشته، از خواندن نماز شب محروم شدم»، می فرماید:

أَنْتَ رَجُلٌ قَدْ قَيَّدَتْكَ ذُنُوبُكَ. [۲۶]

تو مردی هستی که گناهانت تو را به بند کشیده اند.

آیه الله ملکی تبریزی در باره عوامل محرومیت از سحرخیزی می فرماید:

- اکنون تو ای برادر من و ای نور چشم من! اگر در آنچه در باره شب زنده داری و نماز شب و گریه نوشتم، نیکو تأمل کردی، ولی این همه نتوانست تو را برای نماز شب به پا دارد و راضی شدی که شیعه بودن را از خودت نفی کرده و از زمره ائمه دین علیهم السلام نباشی که امام حسن عسکری علیه السلام فرمود: «لیس منا من استخفَّ بصلاة اللیل؛ [۲۷] کسی که نماز شب را سبک بشمارد از ما نیست» و راحتی نفس و لذت خواب را بر خلوت کردن با خدای - جلّ جلاله - آن دوست نزدیک و بر مناجات با او و هم نشینی با او و انس با او و بر کرامت های والا و گران قدر او برگزیدی و از مطالعه این اوراق، حالت دگرگون نشد، پس بدان که یکی از دو خطر، تو را تهدید می کند: یا این که به این آیات و اخبار ایمان نداری و آنها را باور نکرده ای و یا این که در اثر حُب دنیا و کثافت گناهان و ظلمت و معصیت ها و کدورت شهوت ها دل تو آن چنان بیمار شده که جوهر و ذات آن را فاسد نموده است، همان گونه که زنگارهای روی هم انباشته شده، آینه را به کلی از حیّز انتفاع ساقط می کند و دیگر امید

خیری - که نجات بخش تو باشد - در تو باقی نمانده است. مبدا و مبدا که از چنین بیماری گُشونده ای غفلت ورزی و به معالجه خود نپردازی؛ که به شقاوت عظمای ختم گردیده و خُسران دنیا و آخرت برای تو خواهد داشت و مبدا و مبدا که درمان و توبه را به امروز و فردا بگذرانی که در روایت وارد شده است که: «إِنَّ أَكْثَرَ صِيَاحِ أَهْلِ النَّارِ مِنَ التَّسْوِيفِ» [۲۸] همانا بیشتر فریاد اهل دوزخ، از امروز و فردا کردنشان است» [۲۹]

افزون بر سه عامل یاد شده که می توان از آنها با عنوان «عوامل منفی محرومیت از تهجد» یاد کرد، گاهی عامل بازدارنده از شب زنده داری، جنبه اثباتی پیدا می کند. به تعبیر روشن تر، گاه لطف و عنایت خدا سبب می شود که بنده ای را از نماز شب محروم نماید؛ زیرا تداوم شب زنده داری برای انسان های کم ظرفیت و ناآگاه، موجب خودپسندی و غرور می گردد، و این خصلت خطرناک، چه بسا موجب هلاکت آنها گردد. در این گونه موارد، گاه لطف خداوند سبحان موجب می شود که انسان از شب زنده داری محروم شود. در حدیث قدسی آمده که خداوند سبحان فرمود:

از میان بندگان مؤمن من، کسی هست که در عبادت من می کوشد و از بستر خود برمی خیزد و بالین خوش را رها می سازد و شب ها به عبادت من می پردازد و خود را در راه بندگی من، به رنج می افکند؛ اما من از روی لطف به او و برای حفظ او، یکی دو شب، چُرت را بر وی مسلط می کنم و او می خوابد و صبح برمی خیزد و نمازش را می خواند، در حالی که از خود در خشم است و خویش را سرزنش می کند. اگر رهایش کنم تا همچنان به عبادت من ادامه دهد، دچار خودپسندی می شود و خودپسندی، موجب می شود تا به کارهایش مغرور گردد و بدین سان، آنچه مایه هلاکت اوست، به وی در می رسد؛ زیرا به اعمال خویش مغرور می گردد و چندان از خود راضی می شود که گمان می بُرد از همه عبادت پیشگان، برتر است، و در عبادتش مرز تقصیر (کوتاهی) را پشت سر گذاشته است. در این هنگام، از من دور می گردد، در حالی که خیال می کند در حال نزدیک شدن به من است. پس آنها که برای رسیدن به ثواب (پاداش) من عمل می کنند، نباید به اعمالی که انجام می دهند، تکیه (اعتماد) کنند؛ زیرا اگر بسیار بکوشند و خود را به زحمت بیندازند و همه عمر خویش را در

عبادت من سپری سازند، باز حقّ آن را ادا نمی کنند و به گُنه بندگی من - که بدان، کرامت من و نعمت های بهشتی ام و برترین درجات در کنار مرا می جویند - نخواهند رسید. [۳۰]

برای این که شب زنده داران به آفت خودپسندی گرفتار نشوند، توجّه به دو نکته سودمند است:

۱. شناخت کاستی های عبادت: معمولاً عبادات ما خالی از نقص و کاستی نیست، بویژه از حضور قلب - که روح عبادت است - خالی است. از این رو شب زنده دار، نه تنها نباید به عبادت خود ببالد، بلکه باید از آن استغفار کند و به فرموده آیه الله ملکی تبریزی قدس سره:

اگر حقیقت بیداری شبت را و بلکه حقیقت شریف ترین حالات بیداری ات را - که همان حال نماز است - بشکافی و به حقیقت عمل خوشتن ملتفت باشی، از نمازت بیش از گناهانت استغفار می کنی! [۳۱]

۲. شناخت حقّ عبادت: به فرض این که کسی بتواند عبادت خود را همراه با همه آداب و شرایط انجام دهد - همان طور که در روایت مذکور اشاره شده - اگر حقّ عبادت خدا را بشناسد و بداند که خداوند سبحان، شایسته چگونه بندگی ای است، به تقصیر خود در عبادت الهی اعتراف می کند، چنان که فرشتگان مقرب الهی - که لحظه ای از عبادت خدا غفلت نمی کنند - اعتراف می نمایند که: «ما عبدناك حقّ عبادتك». [۳۲]

به هر حال، گاه لطف الهی سبب محرومیت انسان از شب زنده داری است؛ اما اگر آلودگی های گناه به قدری فراوان باشد که انسان نتواند از لطف و عنایت خداوند سبحان بهره مند شود، خدا او را رها می کند، و در مقابل، شیطان دست به کار می شود و چه بسا از شب زنده داری و عبادت برای تشدید شقاوت و هلاکت او، سوء استفاده می کند. در حدیثی از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله آمده است:

مَنْ عَمِلَ فِي بِدْعَةِ خَلَاءِ الشَّيْطَانِ وَالْعِبَادَةِ، وَالْقَىٰ عَلَيْهِ الْخُشُوعَ وَالْبُكَاءَ. [۳۳]

هر کس به بدعتی عمل کند (/ بدعتی بگذارد)، شیطان، او را با عبادت، تنها می گذارد و خشوع و گریه را [هم] بر او مسلط می کند.

نمونه این شقاوت‌مندان در صدر اسلام، خوارج نهروان، و در عصر حاضر، تکفیری ها هستند.

[۱] راغب اصفهانی (مفردات الفاظ القرآن: ج ۱ ص ۵۳۶) و طبرسی (مجمع البیان: ج ۶ ص ۲۸۱)، «هَجُود» را به معنای «خوابیدن» و «تَهَجُّد» را به معنای «بیدار شدن در شب» دانسته اند؛ اما به گفته جوهری (الصحاح: ج ۲ ص ۵۵۵) این واژه، از اضداد است.

[۲] ر.ک: ح ۲۶، ۳۴، ۶۳، ۶۸ و

[۳] مزمل، آیه ۶.

[۴] ر.ک: ح ۲ و ۳.

[۵] معنای دیگری برای «ناشئة الليل» نیز ذکر شده، مانند این که منظور از آن، ساعات شب است که یکی پس از دیگری، حادث می گردد یا خصوص آخر شب و سحرگاه. یا این که منظور آن «حالات معنوی و روحانی و نشاط و جذبه ملکوتی است که در دل و جان انسان در این ساعات مخصوص شب به وجود می آید». ر.ک: تفسیر نمونه، ج ۲۵ ص ۱۷۵. روشن است که این تفاسیر، نه تنها منافاتی با آنچه در روایات آمده ندارند، بلکه مکمل یکدیگرند.

[۶] ر.ک: مجمع البیان: ج ۱۰ ص ۵۷۰، المیزان فی تفسیر القرآن: ج ۲۰ ص ۶۴، تفسیر نمونه: ج ۲۵ ص ۶۷۶.

[۷] ر.ک: ح ۲۳.

[۸] ر.ک: دانش نامه عقاید اسلامی، ج ۴ ص ۱۳۲ «بحثی در باره دیدار خدا به وسیله دل».

[۹] إرشاد القلوب: ص ۱۹۱ (به نقل از امام صادق علیه السلام از اجدادش علیهم السلام)، بحار الأنوار: ج ۸۷ ص ۱۶۱ ح ۵۲. نیز، ر.ک: جامع الأخبار: ص ۱۸۳ ح ۴۴۴.

[۱۰] ر.ک: ص ۶۷ (اهتمام پیامبر صلی الله علیه و آله به شب زنده داری).

[۱۱] اسرا: آیه ۷۹.

[۱۲] کتاب من لا یحضره الفقیه: ج ۱ ص ۴۸۴.

[۱۳] ر.ک: ح ۸۴.

[۱۴] ر.ک: الحدائق الناضرة: ج ۲۳ ص ۱۰۶.

[۱۵] مزمل: آیه ۲ - ۵.

[۱۶] ر.ک: ص ۶۷ (اهتمام پیامبر صلی الله علیه و آله به شب زنده داری) و ص ۷۹ (اهتمام اهل بیت علیهم السلام به شب زنده داری).

[۱۷] ر.ک: ح ۹۹.

[۱۸] ر.ک: ح ۱۸۰.

[۱۹] ر.ک: ص ۹۷ (اهتمام یاران امام مهدی علیه السلام به شب زنده داری).

[۲۰] أسرار الصلاة: ص ۲۹۲.

[۲۱] مرحوم ملا حسینقلی همدانی که در دویست سال اخیر کمتر شخصیتی را در مقامات عرفانی می توان با وی مقایسه کرد، حکمت را نزد حاج ملا هادی سبزواری، فقه و اصول را نزد شیخ مرتضی انصاری و اخلاق و سیر و سلوک را نزد سید علی شوشتری فرا گرفت. وی که پس از ارتحال شیخ انصاری در صدد بود به تدریس دروس عالی فقه و اصول بپردازد به پیشنهاد استاد اخلاق خود به تربیت شاگردان مستعد، در حوزه عرفان و سیر و سلوک همت گماشت و چهره های شاخصی را در این عرصه پرورش داد. میرزا جواد آقا ملکی تبریزی از نام آشناترین شاگردان اوست.

[۲۲] ر.ک: ص ۱۱.

[۲۳] شیخ شمس الدین محمد بن مکی معروف به شهید اول (۷۳۴ - ۷۸۶ ق) از فقهای مشهور شیعه است. مهم ترین کتاب وی در فقه، لمعه دمشقیه نام دارد که شروح متعددی بر آن نوشته شده است.

[۲۴] الکنی والألقاب: ج ۲ ص ۳۷۸.

[۲۵] ر.ک: ص ۲۱۳ فصل ششم «عوامل محرومیت از نماز شب».

[۲۶] ر.ک: ح ۲۸۴.

[۲۷] ر.ک: ص ۹۸ ح ۱۲۶.

[۲۸] المحجّة البيضاء: ج ۷ ص ۲۲.

[۲۹] باده گلگون (چهارصد و چهل کلمه در سلوک إلى الله): ص ۸۸ - ۸۹.

[۳۰] ر.ک: ح ۲۹۵.

[۳۱] رساله لقاء الله، ص ۱۷۷.

[۳۲] الصحيفة السجّادیّة: ص ۳۸ دعای ۳.

[۳۳] دانش نامه قرآن و حدیث: ج ۱۴ ص ۹۰ ح ۴.

اهتمام ویژه شهیدان در زمان حیاتشان به نماز شب

ارادتی بنما تا سعادت بیبری طفیل هستی عشقند آدمی و پری
به عذر نیم شبی کوش و گریه سحری می صبح و شکر خواب صبحدم تا کی

حافظ

یکی از هم رزمان سردار نستوه جنگ، شهید حاج علی اکبر رحمانیان، می گوید
در پایگاه امیدیه بودیم. یک ساعت به اذان صبح مانده، از خواب بیدار شدم. شهید علی اکبر را دیدم «
که بعد از چهار شبانه روز عملیات، در حالی که آثار خستگی شدید در چهره اش آشکار بود، وارد
سنگر شد. فکر کردم با آن حال خسته اش دراز بکشد، چون خواب از چشمانش می بارید، ولی، دیدم
جانمازش را پهن کرد و آماده نماز شب و مناجات با خدا شد. به او گفتم: حاجی خسته هستی، کمی
استراحت کن! لبخندی زد و گفت: ما الان برای همین نماز و خدا داریم می جنگیم. سپس مشغول
«عبادت شد».

همسر شهید بزرگوار، مصطفی چمران درباره اهتمام وی به تهجد و راز و نیاز با خداوند می
گوید: «نیمه های شب که مصطفی برای نماز شب بیدار می شد، من طاقت نمی آوردم و به او اصرار
می کردم که کمی استراحت کند، و گرنه بیمار می شود؛ چون در طول روز فعالیتش زیاد بود و
فرصت استراحت کردن نداشت، ولی او در جواب من می گفت: تاجر اگر از سرمایه اش خرج کند،
بالاخره ورشکست می شود، باید سود دریاورد تا زندگی اش بگذرد. ما اگر قرار باشد نماز شب
«نخوانیم، ورشکست می شویم».

یکی از هم رزمان شهید علی شفیعی می گوید

ایشان (شهید علی شفیعی) ضمن اینکه خودش نماز شب را ترک نمی کرد، دیگران را نیز به این «
فریضه مهم تشویق می کرد. شبی مرا بیدار کرد و گفت: نمی خواهی نماز بخوانی؟ وقتی دیدم در آن
سرمای زمستان منطقه ژبیدات که سنگ هم در اثر شدت سرما می ترکید، یک فاصله طولانی رفته و

با آب تانکر یخ زده وضو گرفته است و می خواهد نماز شب بخواند، خجالت می کشیدم که بلند
«نشوم».

شهید حاج احمد امینی، عاشق خدا و راز و نیاز با او بود و دیگران را نیز به عبادت شبانه ترغیب می
کرد. یکی از هم رزمان وی چنین نقل می کند

با اینکه فرمانده گردان بود و از همه خسته تر، ولی اولین نفر بود که نیمه های شب به مسجد می آمد.
البته می توانست در بیابان سر به زمین بگذارد و نماز شب بخواند، ولی می آمد در مسجد گردان به
این انگیزه که دیگران را نیز به این امر تشویق کند و آنها را نماز شب خوان کند که اتفاقاً به این هدف
خود رسید. سوز و ناله مخلصانه حاج احمد کاری کرد که گردان او به گردان «مخلصان» مشهور
شد.

برادر طاهریان درباره مناجات های همیشگی و شبانه سپهبد شهید، علی صیاد شیرازی، می گوید
غروب یکی از روزهای سرد زمستان، شهید صیاد برای بازدید به قرارگاه بیرجند آمد تا صبح زود به «
اتفاق سردار شهید ابوالفتحی از مرز با بازدید کنند. بازدید که تمام شد، هر دو بسیار خسته بودند و نیاز
به استراحت داشتند و من آنها را به سمت اتاق محل استراحتشان راهنمایی کردم. ساعت حدود یک
نیمه شب بود که صوت حزینی مرا متوجه خود کرد. آری! در آن نیمه های شب، لذت مناجات با
«خدا، خواب را از چشم عشاق می گیرد و شهید علی صیاد شیرازی از جمله آن عشاق بود

یکی از هم رزمان سردار شهید، حاج علی اکبر رحمانیان می گوید

شناسایی در آن طرف اروند انجام شد و سردار شهید با چشم نافذ خود، منطقه را بررسی کرد. وقتی «
بازگشتند، بدن های یخ زده و کوفته آنها به گرما و خواب نیاز داشت. دو ساعت به اذان صبح مانده
بود. سردار کمی خوابید، ولی بی تاب تر از گذشته برخاست. بیرون سنگر وضو گرفت و بی سر و
«صدا به نماز شب ایستاد. برخی دوستان که آن شب او را دیدند، از اراده اش شگفت زده شدند

همسر فداکار سردار شهید اسلام، شهید حاج محمدابراهیم همت می گوید: «چند ساعتی از مراسم
عقد ما می گذشت. آمدیم خانه پدری حاجی و شروع به حرف زدن و نقل خاطره کردیم. بعد از تمام

شدن حرف هایمان، من خوابیدم. نیمه های شب، حاجی برخاست، وضو گرفت و پس از تلاوت سوره یس، به نماز شب ایستاد. تا نزدیکی های صبح نماز خواند و اشک ریخت. برای نخستین بار بود که خلوص و حضور او را در نماز می دیدم. دیدن آن صحنه مرا تکان داد و خدا را در زندگی ام.» احساس کردم

برادر شهید سید محسن حسنی درباره توجه این بزرگوار به مسئله نماز شب چنین می گوید
چند روزی بود که برای اولین بار در جبهه بودم. یک شب دیدم برادرم محسن مشغول نماز خواندن است. کمی در رخت خواب جابه جا شدم. پس از جایم بلند شدم و کنار محسن به نماز ایستادم و بعد برای استراحت به رخت خواب برگشتم. حسابی گرم خواب بودم که محسن دستش را روی شانه ام گذاشت و گفت: بلند شو، وقت نماز صبح شده. به پهلوی دیگر چرخیدم و پشت به محسن گفتم: برو بابا، خواندم. محسن گفت: بلند شو. الان تازه اذان گفتند. ملحفه را کنار زدم و در جایم نشستم و گفتم: جان محسن خواندم. تو داشتی نماز می خواندی، من هم کنارت ایستادم و خواندم، ولی محسن دست بردار نبود. بالاخره مرا مجبور کرد که نماز را بخوانم و محسن بدون عکس العمل به حرف های من.» فقط می خندید. بعدها فهمیدم محسن نماز شب می خوانده و من غافل از همه جا بودم

یکی از دوستان سردار شهید، مهدی زین الدین، می گوید: «شاگرد مغازه کتاب فروشی بودم. پدر شهید گفت: ما می خواهیم برویم مسافرت، تو بیا و منزل ما بخواب. آن سال، زمستان سردی بود. شب که رفتم منزل حاج آقا، زود خوابیدم. ساعت حدود دو بود که دیدم در می زنند اول فکر کردم خیالاتی شدم. رفتم در را باز کردم، دیدم آقا مهدی با چند نفر از دوستانش از جبهه آمده اند. آن قدر خسته بودند که به محض اینکه آمدند داخل، خوابشان برد. چند ساعتی بیشتر نگذشته بود که دوباره صدایی شنیدم. انگار کسی داشت ناله می کرد. از پنجره نگاه کردم، دیدم آقا مهدی در آن هوای سرد.» زمستان، سجاده را توی ایوان انداخته و دارد راز و نیاز می کند

برادر رضوی، از همراهان شهید محمد ناصر ناصری، درباره سوز و آتش عشق این شهید بزرگوار در نیمه های شب می گوید: «زمانی که شهید ناصری در مزار شریف (افغانستان) مأموریت داشت، چند شبی با او در یک اتاق خوابیدم. نیمه های شب از صدای ناله ها و گریه های شدیدش از خواب

بیدار شدم. صدا از بیرون می آمد. از پنجره نگاه کردم. دیدم روی تراس جلوی ساختمان، یک سجاده پهن کرده و مشغول نماز است. چنان از سر سوز گریه می کرد که شانه هایش می لرزید. چند روز بعد که خیلی خودمانی علت گریه هایش را در نماز شب سؤال کردم، گفت: فلانی، من تا شب چنین راز.» و نیازی با خدا نکنم، در روز هیچ کاری از دستم بر نمی آید

پیام متن

اهتمام ویژه شهیدان در زمان حیاتشان به نماز شب و اعتقاد آنان به آثار فراوان نماز شب و اینکه آنان حتی در شرایط دشوار و در حال خستگی زیاد نیز به اقامه آن می پرداختند