

نماز شب

مؤلف:

بسام عطية فرج

مترجم:

عبدالغنى براهوى

این کتاب از سایت کتابخانه عقیده دانلود شده است.

www.aqeedeh.com

book@aqeedeh.com

آدرس ایمیل:

سایت‌های مفید

www.aqeedeh.com

www.islamtxt.com

www.ahlesonnat.com

www.isl.org.uk

www.islamtape.com

www.blestfamily.com

www.islamworldnews.com

www.islamage.com

www.islamwebpedia.com

www.islampp.com

www.videofarda.com

www.nourtv.net

www.sadaislam.com

www.islamhouse.com

www.bidary.net

www.tabesh.net

www.farsi.sunnionline.us

www.sunni-news.net

www.mohtadeen.com

www.ijtehadat.com

www.islam411.com

www.videofarsi.com

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

فهرست مطالب

پیشگفتار	۵
قرآن و شبزندهداری	۱۱
تشویق و تأکید رسول اکرم ﷺ بر شبزندهداری	۱۳
شبزندهداری و شیطان	۱۶
حکم کسی که برنامه‌ای برای عبادت نداشته باشد	۱۸
شروع شبزندهداری با تلاوت قرآن و دعاهای مأثور	۲۰
استفاده از مسواک	۲۵
بهترین وقت قیام	۲۷
تعداد رکعات و کیفیت آن‌ها	۲۹
نماز وتر و چگونگی گزاردن آن	۳۱
تلاوت قرآن در نماز شب	۳۳
پیامبر ﷺ و طولدادن نماز	۳۴
همکاری زن و شوهر و نزدیکان در نماز شب	۳۶
اجازه گرفتن زن از شوهر برای قیام	۳۸
شبزندهداری و جلوگیری انسان از ارتکاب گناه	۴۰
تأثیر نماز تهجد و شبزندهداری در صحت و سلامتی	۴۱
تخفیف برای سالمندان، بیماران و خستگان	۴۴
حکم کسی که از نمازهای تهجد غفلت ورزیده و خوابیده است	۴۷

۴۹.....	حکم شب‌زنده‌داری.....
۵۰.....	عوامل یاریگر بر قیام شب.....
۵۲.....	گلچینی از حالات و سخنان گهربار دانشمندان اسلامی.....
۵۵.....	سخن آخر.....
۵۹.....	منابع.....

پیشگفتار

إن الحمد لله نحمده ونستعينه ونستغفره ونؤمن به ونتوكل عليه و نعوذ بالله من شرور أنفسنا و من سيئات أعمالنا من يهده الله فلا مضل له و من يضلل فلا هادي له و أشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، و أشهد أن محمداً عبده ورسوله. اما بعد:

باری، خداوند متعال می فرماید: ﴿وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا ﴿٣١﴾ وَالَّذِينَ يَبِيتُونَ لِرَبِّهِمْ سُجَّدًا وَقِيَمًا ﴿٣٢﴾﴾ [الفرقان: ٦٣-٦٤]^(١).

کسانی که وظیفه‌ی دعوت را بر عهده دارند، بیش از دیگران به شب‌زنده‌داری نیازمندند. شب‌زنده‌داری پیکاری است در راه تقویت اراده، غلبه بر شیطان و فرمانبردار کردن نفس از خداوند. کسی که به خاطر نماز، خواب و راحتی و بستر گرم و نرم خویش را ترک می‌کند، و با تمایلات نفسانی‌اش به مبارزه برمی‌خیزد، با آب سرد وضو می‌گیرد، و آماده‌ی نماز و عبادت و تقرب به خدا می‌شود، بی‌شک شایستگی و آمادگی دعوت و تبلیغ را نیز به خوبی می‌یابد، رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می فرماید:

«إذا أراد العبد الصلاة من الليل أتاه الملك، فقال له: قم، قد أصبحت فصل، واذكر ربك، فيأتيه الشيطان، فيقول: عليك بليل طويل وسوف تقوم، فإن قام فصلي أصبح خفيف الجسم، قرير العين، وإن هو أطاق الشيطان حتى يصبح بال الشيطان في أذنه»^(٢).

(١) - «بندگان [خدای] رحمان کسانی هستند که بر زمین، فروتنانه راه می‌روند، و چون جهالت پیشگان خطاب‌شان کنند، با آنها با سلام پاسخ می‌گویند * و کسانی که به پاس پروردگارشان شب را به سجده و قیام به سر می‌برند...».

(٢) - طبرانی.

«هرگاه بنده در شب قصد نماز کند، فرشته‌ای از سوی پروردگار نزد وی می‌آید و به وی چنین خطاب می‌کند: برخیز که صبح شده است، برخیز و نماز برپا دار و به ذکر و یاد پروردگارت پرداز. از طرف دیگر شیطان می‌آید و به او می‌گوید: شب دراز است، بخواب، بعداً بیدار خواهی شد. اگر برخیزد و نماز را به جای آورد، سبک و با نشاط و شادمان خواهد شد، و اگر از شیطان فرمان برد، تا این که بامداد شود [و نماز نگذارد] بی‌گمان در گوشش ادرار خواهد کرد».

قیام شب، دلیل اخلاص و تجرد انسان و نشان دوری وی از ریا و تظاهر است، اخلاص که از بایسته‌ترین صفات دعوت‌نگران است، شرط پذیرش عمل به درگاه خدا نیز هست. در این مورد ولید الاعظمی چه زیبا سروده است:^(۱)

«ای شب! بی‌گمان قیام و بیدار نگه‌داشتن تو، مدرسه‌ای است که در آن قرآن به من معانی اخلاص را می‌آموزد. لذا آن را به عنوان یگانه برنامه و راه زندگی برمی‌گزینم، چرا که مرا در بهشت جای می‌دهد و همواره نشانم می‌دهد که دنیا چگونه با زرق و برق فریبنده و دروغینش می‌خواهد من را در خود فرو برد، همانند آفتاب‌پرست در هر لحظه برای فرییم با رنگی فریبنده جلوه می‌کند. سعی دارد که مرا با آلوده کردن به گناه نابود و محو کند، پس از آن دور می‌شوم، عداوت به دل می‌گیرم، و همواره زیر نظرش می‌گیرم که چگونه مرا وسوسه می‌کند، لذا قلب را به پروردگارش وصل می‌کنم، تا راه غفلت و انحراف نروم و یاد و ذکر مداوم پروردگار هم از من حراست و حفاظت می‌کند».

همه‌ی ما گنه‌کار و مقصریم. چه زیباست که وقت سحر درگاه خداوند را بگوییم، و از او آمرزش و رحمت بخواهیم. سحرگاه هم بهترین موقع اجابت دعاست. خداوند آنان را که سحرگاهان آمرزش می‌خواهند، چنین توصیف می‌کند:

﴿لِّلَّذِينَ اتَّقَوْا عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَأَزْوَاجٌ مُّطَهَّرَةٌ وَرِضْوَانٌ مِّنَ اللَّهِ وَاللَّهُ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ ﴿١٥﴾ الَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا إِنَّنَا ءَامِنَا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَقِنَا

(۱) - الرقائق، محمد احمد الراشد.

عَذَابِ النَّارِ ﴿١٦﴾ الصَّادِرِينَ وَالصَّادِقِينَ وَالْقَانِتِينَ وَالْمُنْفِقِينَ وَالْمُسْتَغْفِرِينَ بِالْأَسْحَارِ ﴿١٧﴾
[آل عمران: ۱۵ - ۱۷] ^(۱).

دعای شبانه بهترین و آرام‌ترین عبادت‌هاست، انسان در تاریکی شب بهتر می‌تواند خود را به درگاه خدا خاشع و فروتن کند. از ابوامامه روایت است که از حضرت پیامبر ﷺ پرسیدند: «کدام دعا به اجابت نزدیک‌تر است؟» فرمود: دعایی که در آخر شب و بعد از نمازهای واجب درخواست شود. از حضرت جابر روایت است که گفت: شنیدم رسول الله ﷺ می‌گفت: «ساعتی در شب است که اگر دعای شخص با آن ساعت هم‌زمان شود، هر چه بخواهد، دنیوی باشد یا اخروی، خدا از او می‌پذیرد. و این ساعت در تمام شب‌ها وجود دارد» ^(۲). دعا کردن در سجده بسیار خوب است؛ زیرا در آن لحظه انسان به خدا نزدیک‌تر است. پس باید در آن حال بیشتر دعا کند. از ابوهریره رضی الله عنه روایت است که رسول الله ﷺ فرمود:

«أَقْرَبُ مَا يَكُونُ الْعَبْدُ مِنْ رَبِّهِ وَهُوَ سَاجِدٌ فَأَكْثَرُوا الدُّعَاءَ» ^(۳).

«نزدیکترین حالت بنده به خدا سجده است، پس در آن بسیار دعا کنید».

«يَنْزِلُ رَبُّنَا كُلَّ لَيْلَةٍ إِلَى سَمَاءِ الدُّنْيَا حِينَ يَبْقَى ثُلُثُ اللَّيْلِ الْآخِرِ فَيَقُولُ مَنْ يَدْعُونِي فَأَسْتَجِيبَ لَهُ مَنْ يَسْأَلُنِي فَأُعْطِيَهُ مَنْ يَسْتَغْفِرُنِي فَأَغْفِرَ لَهُ» ^(۴).

«پروردگار ما هر شب پس از سپری شدن ثلث آخر شب به آسمان فرودین نازل می‌شود،

(۱) - «برای کسانی که پرهیزگار بوده اند، نزد پروردگارشان باغ‌هایی است که جویبارها در آن روانست و در آن جاویدان با همسران پاکیزه و خشنودی خدا، و خدا به احوال بندگان بیناست * و کسانی که گویند: پروردگارا! ما ایمان آوردیم، پس گناهانمان را بیامرز و از عذاب جهنم مصونمان دار * و [از آن جمله‌اند] صابران و راستگویان و فرمانبرداران و انفاق‌کنندگان و آمرزش طلبان سحرگاهان...».

(۲) - به روایت مسلم، شماره ۷۵۷، صلاة المسافرين، فی اللیل ساعة مستجاب فیها الدعاء.

(۳) - به روایت مسلم.

(۴) - بخاری و مسلم.

و می پرسد: کیست که مرا بخواند تا دعایش را اجابت کنم؟، کیست که از من چیزی بخواهد تا هرچه بخواهد بدو عطا کنم و چه کسی طالب آمرزش است، تا ببخشایم؟».

آیا با این همه بازهم غفلت و تنبلی کنیم؟ در صورتی که می دانیم، اگر به مردم گفته شود، همان وقت شب در فلان جا پول و گوشت و کالایی توزیع می کنند، همگی به سرعت بدان سمت می شتابند، پس بهتر است قدری به خود آییم و از این فرصت ها استفاده کنیم، فرشتگان فضل و رحمت خداوند را فرود می آورند، و در خانه ای که شب زنده داری می شود، نازل می گردند و سعادت حقیقی همه جای آن را فرا می گیرد.

چه خوب است که در خانه زن و شوهر هردو باهم برای تحقق این امر سعی و تلاش کنند.

حسن البناء در رساله ای «المناجاة» چنین می گوید: «ای برادر، بهترین وقت مناجات و راز و نیاز زمان خلوت تو با خداست، آن هم در موقعی که شب پرده های سیاه خود را بر زمین می کشد، و ستارگان ظاهر می شوند و مردم در خواب فرو می روند، ولی خلوت گزینان بیدارند و با حضور قلب پروردگارشان را یاد می کنند. پس در آن لحظات عجز و ناتوانی خود را ببین، پروردگارت را به بزرگی یاد کن و از ترس هیبتش گریه کن تا دلت آرام گیرد. به مراقبت او آگاه باش، در دعا اصرار کن، در استغفار بکوش و احتیاجاتت را به پیشگاه ذاتی عرضه کن که از هیچ چیز در نمی ماند، و وقتی اراده می کند که چیزی وجود پیدا کند به او می گوید باش پس می شود. تو هم خیر دنیا و آخرت و آمل خود را از او بخواه و برای سرزمین و خاندانت دعای خیر کن.

﴿وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ﴾ [آل عمران: ۱۲۶] (۱).

در شب زنده داری و مناجات پروردگار، چنان انس و الفتی نهفته است که ناراحتی و خستگی احساس نمی شود. پیامبر صلی الله علیه و آله در شب زنده داری ها و عبادات طولانی پاهایش ورم

(۱) - «... هیچ پیروزی و فتوحی نیست، مگر از جانب خداوند غالب و فرزانه».

می کرد، ولی چون در انس الهی غرق بود متوجه درد و رنج آن نمی شد. صالحان می گویند: هیچ لذتی در دنیا مانند لذت نعمت های آخرت نیست، مگر لذتی که از شیرینی مناجات در دل شب زنده داران پیدا می شود، پس شما نیز بکوشد که این لذت را بچشید.

در پایان به شما مسلمانان سفارش می کنم که شب زنده داری کنید و در تاریکی شب با حالت عجز و ناتوانی به درگاه مولای کریم بایستید و با تواضع و فروتنی و احساس تقصیر و اعتراف به گناه، بر آستانه اش سر تسلیم فرود آورید و به بخشایش او که بر مجرمان جاری است، امیدوار باشید تا از رحمت و احسانش بهره مند شوید و بهشت را پاداش خود گردانید. برادران! با ادای نماز در تاریکی شب، قیام خاشعانه و سجده ای متواضعانه، ذکر و تسبیح و ریختن اشک، درهای رحمت خدا را بکوبید و به قبولی دعای تان در محضر او ایمان داشته باشید، و یادتان باشد که در این حال برای پیروزی دین اسلام و سایر مسلمانان نیز دعا کنید.

يَا رَجَالَ اللَّيْلِ جِدُوا رَبَّ صَوْتِ لَا يُرَدُّ
مَا يَقُومُ اللَّيْلِ إِلَّا مِنْ لَهْ عَزْمٍ وَجِدٍّ^(۱)

عبدالغنی براهویی

۱۳۷۸ / ۶ / ۲۸

(۱) - ای مردان شب خیز! بکوشید، چه بسا صدا و فریاد شب بی پاسخ نمی ماند و به قیام شب تنها آن کس برمی خیزد که اراده قوی و جدی داشته باشد.

قرآن و شب‌زنده‌داری*

هر کس قرآن‌کریم را با اندیشه و تدبیر تلاوت کند، بدون شک در خواهد یافت، تا چه حد خداوند سبحان در باره‌ی شب‌زنده‌داری تأکید و تشویق فراوان کرده است. خداوند چنان از شب‌زنده‌داران تعریف و تمجید بزرگوارانه می‌کند که هر انسان مسلمانی آرزو می‌کند که از آن گروه باشد، به عنوان مثال از شب‌زنده‌داران به عنوان اهل تقوا و احسان یاد می‌کند و می‌فرماید: ﴿إِنَّ الْمُتَّقِينَ فِي جَنَّاتٍ وَعُيُونٍ ﴿١٥﴾ ؕ آخِذِينَ مَا آتَاهُمْ رَبُّهُمْ إِنَّهُمْ كَانُوا قَبْلَ ذَلِكَ مُحْسِنِينَ ﴿١٦﴾ كَانُوا قَلِيلًا مِّنَ اللَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ ﴿١٧﴾﴾ [الذاریات: ۱۵ - ۱۸]^(۱).

بدین ترتیب، قیام و شب‌زنده‌داران نشان پارسایی و نیکوکاری آنان است. گاهی هم از آنان به عنوان متفکران و اندیشه‌ورزان در باره‌ی حالات آخرت نام برده می‌شود؛ در جای دیگر به عنوان اهل دانش و علم یاد می‌شوند؛ گاهی هم به عنوان اهل رجا و خوف، زمانی نیز به عنوان خردمندان و صاحبان عقل یاد می‌شوند. خداوند متعال نیز در یک آیه تمامی این صفات ارزشمند را به این صورت فرموده است: ﴿أَمَّنْ هُوَ قَلْبٌ ؕ آتَاءَ اللَّيْلِ سَاجِدًا وَقَائِمًا

(*)- این کتاب ترجمه و اقتباسی است از: علیکم بقیام اللیل، فانه من دأب الصالحین قبلکم؛ تألیف بسام عطیة فرج از انتشارات دارالبشر.

(۱)- «پرهیزگاران در میان باغ‌های بهشت و چشمه‌ساران خواهند بود * در حالی که نعمت‌هایی را که پروردگارشان بدیشان مرحمت فرموده است دریافت می‌کنند، چرا که آنان پیش از آن نیز از زمهری نیکوکاران بوده اند * آنان اندکی از شب می‌خوابیدند و در سحرگاهان درخواست آمرزش می‌کردند...».

يَجْذَرُ الْآخِرَةَ وَيَرْجُوا رَحْمَةَ رَبِّهِ قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُو الْأَلْبَابِ ﴿٩﴾ [الزمر: ٩] ^(۱).

به همین سبب خداوند سبحان در این آیه و آیات دیگر، بر شب‌زنده‌داری تشویق و تأکید فراوان کرده است. چون این عمل پربرکت دارای چنان فواید بی‌شمار و آثار پایدار و عمیقی است که پیشوای پیامبران و امام پارسایان، رسول اکرم صلی الله علیه و آله، آن را درک کرده و جهت تحصیل خیرات و برکات آن کمر همت بسته و آستین‌های جدیت را بالا زده و آن چنان بر آن مداومت و مواظبت کرده است که پاهای مبارکش در اثر طول قیام، متورم می‌شده است. از این روی است که خداوند منان در بدو دعوت اسلامی، رسول الله صلی الله علیه و آله و صحابه‌ی کرام رضی الله عنهم را به احیا و شب‌زنده‌داری امر می‌کند، تا هسته‌های اولیه‌ی دعوت اسلام قوی و سرشار از معنویت شود، چنانچه می‌فرماید: ﴿يَتَأْتِيهَا الْمُرْمَلُ ﴿١﴾ فَمِ اللَّيْلِ إِلَّا قَلِيلًا ﴿٢﴾ نِصْفَهُ وَ أَوْ أَنْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا ﴿٣﴾ أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا ﴿٤﴾﴾ [المزمل: ١ - ٤] ^(۲).

با نزول این آیات، دوران آسایش و خواب سپری می‌شود و فصل جدیدی از تلاش و فعالیت، در حیات رسول الله و یارانش گشوده می‌شود که در حقیقت مرحله‌ی حساس‌ تغییر و تحول و جهاد و سازندگی است؛ مرحله‌ای که مردانی نیرومند و بلند همت، با ایمانی قوی و پیوندی مستحکم با خداوند متعال را می‌طلبد، تا در مسیر دعوت الهی توان حمل مشکلات و ناملایمات را داشته باشند و راسخ و استوار در راه دعوت گام بردارند. با نازل شدن این آیات،

(۱) - «[آیا چنین شخص مشرکی که حالاتش را بیان کردیم بهتر است] یا کسی که در لحظات شب سجده‌کنان و ایستاده به اطاعت و عبادت مشغول است و خویشتن را از عذاب آخرت به دور می‌دارد و رحمت پروردگارش را خواستار می‌شود. بگو: آیا کسانی که [وظیفه‌ی خود را در قبال خدا] می‌دانند با کسانی که نمی‌دانند برابر و یکسانند؟! هرگز، تنها خردمندان [فرق اینان را با آنان تشخیص می‌دهند و از آنان] پند و اندرز می‌گیرند...».

(۲) - «ای جامه به خود پیچیده! * شب را به جز اندکی بیدار بمان * نیمی از شب یا کمی بیشتر را * در حالی که قرآن را با ترتیل می‌خوانی قیام کن و بیدار باش...».

خداوند خواست مومنان را جهت فرماندهی و رهبری انسان‌ها و برای تغییر مسیر تاریخ مهیا و آماده کند، و زمانی که اصحاب دستورات خداوند را گردن نهادند، این مسئله عملاً صورت پذیرفت، و خداوند هم به ایشان تمکین و عزت و کرامت عنایت فرمود.

پس دعوت‌گران امروزی هم اگر حقیقتاً با جدیت قدم در راه تغییر و تحول نهاده‌اند، باید به مدرسه‌ی انسان ساز شب زنده‌داری بازگردند و خود و همراهان‌شان را همانند نسل اول اسلام تربیت و پرورش کنند.

«چرا که سرانجام این امت، اصلاح نخواهد شد، مگر با همان چیزهایی که نسل اول با آن‌ها اصلاح شد»^(۱).

تشویق و تأکید رسول اکرم ﷺ بر شب‌زنده‌داری

رسول ﷺ در مورد شب‌زنده‌داری تأکید و تشویق فراوانی کرده و تبیین کرده است که فضیلت آن بسیار بزرگ و عظیم است، و هرکس آن را رعایت و اجرا کند، دارای مقامی عالی و مرتبه‌ای بلند خواهد بود. چنانکه در حدیثی بسیار پرمحتوا که **ابو امامه** از آن حضرت روایت می‌کند، می‌فرماید: «عَلَيْكُمْ بِقِيَامِ اللَّيْلِ فَإِنَّهُ دَأْبُ الصَّالِحِينَ قَبْلَكُمْ»^(۲) «شب‌زنده‌داری را بر خود لازم گیرید، چون شیوه‌ی نیکان پیش از شما بوده است».

در این حدیث رسول اکرم ﷺ بیان می‌دارد که شب‌زنده‌داری عادت و علامت نیکان و صالحان است که با آن شناخته و از دیگران متمایز می‌شوند و از جماعت و گروه صالحان به حساب می‌آیند.

به همین سبب است که قیام شب، برنامه‌ی نیک‌ترین نیکان و پیشوای پارسایان، رسول الله ﷺ حتی در آخرین لحظات زندگی‌اش بوده است. همچنین خلفای راشدین، علما و

(۱) - این سخن منسوب به امام مالک رحمته الله است.

(۲) - به روایت ترمذی و حاکم؛ ر.ک: جمع الفوائد. ۱ / ۳۱۱ ح ۲۳۳۶؛ الفیض ۴ / ۳۵۱.

دانشمندان بعد از آن حضرت ﷺ نیز، با اقتدا به آن اسوده‌ی حسنه، همین راه و روش را ادامه داده‌اند.

زمانی بر اهمیت این امر افزوده می‌شود که می‌بینیم چون از آن حضرت ﷺ در باره‌ی بهترین اعمال پرسیده می‌شود، ایشان پاسخ می‌دهند: بهترین اعمال، طول دادن قیام است^(۱). همچنین بهترین نماز، بعد از نمازهای فرض، نماز شب است^(۲).

پس در این دو حدیث، حضرت رسول ﷺ طول دادن قیام را از بهترین اعمال، برشمرده است. در ضمن ما را تشویق و راهنمایی کرده است که نماز شب را برپا داریم، برای آن از تمام لحظات استفاده کنیم، و هیچگاه از آن غفلت نورزیم. ولی متأسفانه امروزه نسبت به این امر عظیم از سوی مسلمانان کوتاهی و غفلت می‌شود.

رسول اکرم ﷺ برای کسی که شب جهت قیام بیدار شود، و زنش را نیز بیدار کند، دعای رحمت و مغفرت کرده است، همچنین برای زنی که شب بیدار شود و شوهر خود را نیز جهت قیام بیدار کند، دعای رحمت و مغفرت کرده است. حضرت ابوهریره رضی الله عنه این حدیث را از رسول الله ﷺ چنین روایت می‌کند: «رَحِمَ اللَّهُ رَجُلًا قَامَ مِنَ اللَّيْلِ فَصَلَّى وَأَيَقَظَ امْرَأَتَهُ رَحِمَ اللَّهُ امْرَأَةً قَامَتْ مِنَ اللَّيْلِ فَصَلَّتْ وَأَيَقَظَتْ زَوْجَهَا»^(۳) «خداوند آن مرد را مورد رحم و مغفرت قرار دهد که پاسی از شب بیدار و به نماز خواندن مشغول می‌شود و همسرش را نیز جهت ادای نمازش شب بیدار می‌کند و خداوند زنی را مورد رحمت و مغفرت قرار دهد که در شب برای نماز شب بیدار می‌شود و شوهرش را نیز برای ادای نماز بیدار می‌کند». دعای خیر رسول الله ﷺ برای صاحب این عمل، دلالت بر عظمت و اهمیت و محبوبیت این امر در پیشگاه خداوند دارد، دستور پیامبر نیز بر همین اساس است.

همچنین فرمان پیامبر اکرم ﷺ به سبب علاقه و محبت شدید آن حضرت نسبت به این

(۱)- به روایت ابوداؤد؛ ر.ک: جمع الفوائد ۱ / ۳۱۲ ح ۲۲۳۸.

(۲)- به روایت مسلم.

(۳)- به روایت ابوداؤد.

عبادت است، تا جایی که پاهای مبارکش به علت طول و کثرت قیام متورم می‌شد^(۱). پس بیاید به سوی خلوتکده‌ی شب بشتابیم، تا مشمول این دعای پرفیض و برکت رسول الله ﷺ شویم و به سعادت دنیا و آخرت نایل آییم.

عبدالله بن سلام ﷺ می‌گوید: ^(۲) در اوایل که رسول اکرم ﷺ تازه به مدینه تشریف آوردند و مردم جهت استقبال آن حضرت شتافتند، من از جمله کسانی بودم که به استقبال پیامبر آمده بودند. به محض دیدن سیمای مبارک آن حضرت دریافتم که این سیما، سیمای دروغین نیست، و اولین سخنی که از ایشان شنیدم این بود: «أَفْشُوا السَّلَامَ بَيْنَكُمْ وَأَطْعِمُوا الطَّعَامَ وَصَلُّوا الْأَرْحَامَ وَصَلُّوا وَالنَّاسُ نِيَامًا تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ بِسَلَامٍ»^(۳) «سلام کردن را بین خودتان گسترش دهید، و عمومی کنید؛ به مستمندان غذا دهید؛ بین خودتان پیوند خویشاوندی برقرار کنید، و در شب هنگامی که مردم خوابند، به نماز خواندن پردازید، آنگاه است که با سلامتی وارد بهشت خواهید شد».

سلمان فارسی می‌گوید: «نماز شب را بر خود لازم گیرید، زیرا شب‌زنده‌داری شیوه و عادت نیکان قبل از شما بوده است؛ شما را به پروردگارتان نزدیک می‌کند؛ موجب بخشوده‌شدن گناهانتان می‌شود، از ارتکاب گناه باز می‌دارد و بیماری را از جسم می‌زداید».

فضیل بن عیاض می‌گوید: «هرگاه خورشید غروب کند، با فرارسیدن تاریکی خوشحال و خرسند می‌شوم، چرا که در تاریکی با پروردگارم خلوت می‌کنم و چون خورشید طلوع می‌کند، غمگین می‌شوم، چون وقت اختلاط و رفت و آمد مردم است».

ابوسلیمان می‌گوید: «اهل شب و شب‌زنده‌داران در لحظات شب، از کسانی که در لُهو و لعب سرگرم اند بیشتر لذت می‌برند، و اگر شب نمی‌بود، ماندن در این دنیا را نمی‌پسندیدم».

(۱)- به روایت بخاری در تفسیر سوره‌ی فتح.

(۲)- به نقل از «قیام اللیل» محمد عبدالله الخطیب. (مترجم)

(۳)- به روایت حاکم، ابن ماجه و ترمذی درجه‌ی حدیث را «حسن صحیح» ذکر کرده است.

محمد ابن المنکدر می گوید: «از لذت‌های دنیا جز سه لذت چیزی دیگر باقی نمانده است؛ قیام و شب‌زنده‌داری، دیدار برادران ایمانی و نماز جماعت». شب، لحظه‌ی صفا و شفافیت درون و بیداری قلب است و عبادت در آن لحظه، استوارتر، ژرف‌تر و پایدارتر است.

شب‌زنده‌داری و شیطان

بدون تردید شیطان بی‌نهایت دوست دارد که انسان در هنگام شب بخوابد و هرگز دوست ندارد، کسی از خواب بیدار شود و با خدای خویش خلوت کند. چون می‌داند شب زمان صفا و پاکی و هنگام اخلاص و وقت اجابت دعاها و نیازها و خواسته‌هاست؛ در آن لحظات خداوند با نور و رحمت خود بر بندگان خویش، تجلی می‌کند. این تنها چیزی است که شیطان را پریشان و مضطرب می‌کند؛ پس می‌کوشد تا انسان از خواب بیدار نشود، و فرصت عبادت و نیایش برای او فراهم نشود.

رسول اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «هنگامی که انسان می‌خوابد، شیطان سه گره بر سر او می‌زند و بر هر گره‌ی این چنین می‌گوید که بخواب، شب خیلی دراز است»^(۱) علاوه بر آن، در گوش انسان ادرار می‌کند تا هرگز از خواب بیدار نشود، و با این عمل پلید خود آخرین ضربه را به انسان وارد می‌کند و به کار خود استحکام می‌بخشد، این مطلب در حدیثی چنین آمده است: در محضر رسول اکرم صلی الله علیه و آله از فردی سخن به میان آمد و گفته شد که او همیشه تا طلوع خورشید می‌خوابد، آن حضرت فرمود: «آن مرد کسی است که شیطان در گوش او ادرار کرده است»^(۲). ملاحظه می‌شود که صحابه‌ی کرام رضی الله عنهم چگونه تکرار این عمل را ناپسند می‌دانستند، و این خود نشانه‌ی اهتمام آن بزرگواران نسبت به شب‌زنده‌داری و قیام اللیل

(۱)- جمع الفوائد ۱ / ۳۱۲ - ح ۲۲۴۴.

(۲)- به روایت بخاری، و مسلم و نسایی؛ جمع الفوائد ۱ / ۳۱۳ - ح ۲۲۴۵.

است. به همین دلیل عمل آن مرد را به رسول الله ﷺ گفتند تا بدینسان او را نسبت به سستی و بی توجهی اش آگاه کنند و پیامبر هم او را برای قیام و شب‌زنده‌داری تشویق و ترغیب کند. این است شیوه‌ی یاران رسول الله ﷺ که مسیر تاریخ را تغییر دادند. ای کسانی که خواهان استقرار حکومت اسلامی و خواهان بازگشت مجدد و عظمت خلافت اسلامی هستید، لازم است مانند اصحاب ﷺ بزرگوار باشید، و خود را به درجه‌ی بزرگی و عظمت آنان برسانید؛ به آن چه آنان پایبند بودند، پایبند باشید و فقط راه و مسیر آنان را بپیمایید که فلاح و رستگاری تنها در پیمودن راه آنان است و بس. با این روش است که باران رحمت الهی بر شما فرو خواهد ریخت، و ابر رستگاری و پیروزی بر سر شما سایه خواهد افکند. نیز از شیطان و ایادی اش شدیداً باید دور باشید؛ چرا که او هرگز از ایجاد سستی و رخوت در اراده‌ی شما کوتاهی نمی‌کند و لحظه‌ای غفلت نمی‌ورزد. بنابراین، لازم است راه‌های نفوذ او را با نماز شب و یاد و ذکر خدا و انجام تکالیف دینی مسدود کنید، چون هر نوع سستی و تأخیر در انجام تکالیف شرعی مایه‌ی شادمانی اهریمن خواهد بود و موجب تأخیر در پیروزی حکومت و استقرار خلافت اسلامی خواهد شد.

اکنون که مسلمان زیرک و هوشمند، جدیت و پشتکار شیطان را از احادیث گذشته در مبارزه با حق و اهل آن مشاهده کرد، از دو حالت خارج نیست؛ یا دست روی دست می‌گذارد؛ از میدان پیکار عقب‌نشینی می‌کند و زمین‌گیر می‌شود و در مقابل توطئه‌ها و دسیسه‌های اهریمن سر تسلیم فرود می‌آورد. یا این که آستین‌ها را بالا می‌زند و با تمام قدرت و نیرو، جهت انجام عبادت و فرمانبری خداوند از هیچگونه تلاش و کوششی دریغ نمی‌ورزد، تا زمانی که خود را به چنان مقام و موقعیتی برساند که پروردگار از او خشنود و راضی باشد. آن هنگام است که -ان شاء الله- رحمت و پیروزی پروردگار به استقبالش خواهد آمد. ﴿إِنْ تَنْصُرُوا اللَّهَ يَنْصُرْكُمْ وَيُثَبِّتْ أَقْدَامَكُمْ﴾

حکم کسی که برنامه‌ای برای عبادت نداشته باشد

همانگونه که قبلاً بیان شد، آن حضرت ﷺ به قیام و شب‌زنده‌داری، ترغیب و تشویق فراوان کرده است و گاهی از ستودن کسی که شب‌زنده‌داری نمی‌کرد، خودداری می‌ورزید، و بدین شکل صحابه کرام رضی الله عنهم را بر قیام و شب‌زنده‌داری تشویق می‌کرد، در مورد عبدالله بن عمر رضی الله عنهما می‌فرماید: «نِعْمَ الرَّجُلُ عَبْدُ اللَّهِ لَوْ كَانَ يُصَلِّي مِنَ اللَّيْلِ»، قال الراوي: فكان لا ينام من الليل إلا قليلاً^(۱) «عبدالله مرد خوبی است، اگر به قیام و شب‌زنده‌داری می‌پرداخت. راوی این حدیث می‌گوید: وی پس از شنیدن این سخن در شب بسیار اندک می‌خوابید». دیدید که آن حضرت ﷺ از ستایش **عبدالله بن عمر** به سبب عدم قیام و یا سستی در آن امتناع ورزید. و ستایش او را مشروط به شب‌زنده‌داری کرد.

از برخی احادیث چنین برمی‌آید که ترک قیام شب، در شخصیت انسان مسلمان نقص و کمبود محسوب می‌شود. از اینروست که آن حضرت کسی را که به شب‌زنده‌داری اهمیت نمی‌دهد و یا آن را پس از مدتی ترک می‌کند، مورد سرزنش و مذمت قرار می‌دهد، همانطور که در جریان **عبدالله بن عمر** مشاهده شد که آن حضرت ﷺ عبدالله را چنین مورد خطاب قرار داد: «يَا عَبْدَ اللَّهِ لَا تَكُنْ بِمِثْلِ فُلَانٍ كَانَ يَقُومُ اللَّيْلَ فَتَرَكَ قِيَامَ اللَّيْلِ» «ای عبدالله، مثل فلان شخص مباش که شب‌زنده‌داری می‌کرد، ولی پس از مدتی آن را رها کرد».

در اینجا دوست دارم اندکی با **عبدالله بن عمر** همدم شوم. شگفتا! واکنش او در برابر فرمایش پیامبر ﷺ چه بود؟ چنان واکنش مثبت و به جایی نشان داد که تاریخ برای همیشه آن را در سینه‌ی خود حفظ کرد؛ هنگامی که **ابن عمر** سخنان پیامبر را شنید، شب‌زنده‌داری را آغاز کرد، و تا جایی که اوضاع و احوال اجازه می‌داد، آن را تا پایان عمر ترک نکرد.

(۱)- به روایت بخاری، باب قیام اللیل ۶ / ۸ ح ۱۱۲۲.

این است برخورد صحابه‌ی کرام رضی الله عنهم با سنت پیشوایشان؛ چرا که می‌دانستند آنچه رسول الله صلی الله علیه و آله بدان امر می‌کند، بدون شک عین سعادت و مایه نجات و رستگاری در دنیا و آخرت خواهد بود، از این رو با طیب خاطر به آن عمل می‌کردند و هرگاه از انجام کاری منع می‌شدند، بدون هیچگونه چون و چرایی از آن دست می‌کشیدند، اما اکنون وضع ما در مورد سنت‌ها و دستورات آن حضرت صلی الله علیه و آله چگونه است؟!

متأسفانه اکنون یکی از عوامل مهمی که انسان را داغدار و ناراحت می‌کند، این است که اکثر مسلمانان ارکان اسلام و حتی اصول ایمان را به دست فراموشی سپرده‌اند و با کمال تأسف به اصول و مبادی غیر اسلامی نظیر **کمونیستیم، ناسیونالیسم** و.. گرایش پیدا کرده‌اند، عده‌ای نیز از این فراتر رفته‌اند و -العیاذ بالله- ذات مقدس باری تعالی را مورد سب و شتم قرار می‌دهند، گروهی دیگر به دین، پیامبر و اسلام اهانت روا می‌دارند، گذشته از این، حتی هنگامی که به برخی از ملت‌زمان و دینداران گفته می‌شود که رسول الله صلی الله علیه و آله فلان چیز را واجب و ضروری قرار داده است، دنبال کسی می‌گردند که به آنان بگوید: این کار واجب نیست، بلکه سنت و یا مستحب است. آنگاه که پاسخ خود را یافتند، راحت می‌شوند و می‌گویند: سنت است. به گمان ایشان سنت یعنی این که مهم نیست؛ فراموشش کن! وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ!

خداوندا! دستاورد زحمات پیامبر صلی الله علیه و آله و اصحاب رضی الله عنهم چه بود که چنین افرادی با این وضع و حال، وارثان اسلام شدند؟! دولت و خلافت اسلامی را از دست دادند و آن را تکه پاره کردند، تا آن که به صورت دولت‌های کوچک و ناتوان تقسیم شد، و اکنون در نگاه دشمنان، اسلام و مسلمانان هیچگونه ارزش و ابهتی ندارند. از آن بدتر این که بسیاری از سرزمین‌های اسلامی را از دست دادند؛ **فلسطین** به دست یهود، **اسپانیا** به دست مسیحیان و **افغانستان** به دست کمونیست‌ها افتاد و..، به مقلدان ذلیل تبدیل شدیم و با آن که قبلاً به آدمیان آموخته بودیم که تمدن و پیشرفت چیست، خود از کاروان مدنیت و ترقی بازماندیم.

چه زیبا و دلنشین است کلام الهی که می‌فرماید: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾ [الرعد: ۱۱]^(۱).

شروع شب‌زنده‌داری با تلاوت قرآن و دعاهای مأثور

(۱) امام مسلم از ابن عباس نقل می‌کند که «آن حضرت رضی الله عنه تا نصف شب می‌خوابید. سپس اندکی قبل از نیمه شب یا بعد از آن از خواب بیدار می‌شد و آثار خواب را با دستان مبارک از چهره‌اش می‌زدود و ده آیه‌ای آخر سوره‌ی آل عمران را تلاوت می‌کرد»^(۲). شیوه‌ی آن حضرت رضی الله عنه چنین بود که در اثنای قیام و قبل از آن خیلی دعا می‌کردند.

(۲) امام بخاری رحمته الله از ابن عباس رضی الله عنه روایت می‌کند: «آن حضرت رضی الله عنه هرگاه جهت نماز شب از خواب بیدار می‌شد، چنین دعا می‌فرمود: «اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ قَيِّمُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ وَلَكَ الْحَمْدُ، لَكَ مُلْكُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ، وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ نُورُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ، وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ الْحَقُّ، وَوَعْدُكَ الْحَقُّ، وَلِقَاؤُكَ حَقٌّ، وَقَوْلُكَ حَقٌّ، وَالْجَنَّةُ حَقٌّ، وَالنَّارُ حَقٌّ، وَالنَّبِيُّونَ حَقٌّ، وَمُحَمَّدٌ -صلى الله عليه وسلم- حَقٌّ، وَالسَّاعَةُ حَقٌّ، اللَّهُمَّ لَكَ أَسْلَمْتُ، وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ، وَإِلَيْكَ أَنْبَتُ، وَبِكَ خَاصَمْتُ، وَإِلَيْكَ حَاكَمْتُ، فَاعْفُرْ لِي مَا قَدَّمْتُ وَمَا أَخَّرْتُ، وَمَا أَسْرَرْتُ وَمَا أَعْلَنْتُ، أَنْتَ الْمُقَدِّمُ وَأَنْتَ الْمُؤَخِّرُ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ وَلَا إِلَهَ غَيْرُكَ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ»^(۳).

(۱) - «خداوند حالت [و وضعیت و سرنوشت] هیچ ملتی را تغییر نمی‌دهد، تا آن زمان که خودشان در خود تغییر و تحول ایجاد نکنند...».

(۲) - به روایت مسلم، باب صلاة النبي ص و دعائه، ۶ / ۴۵ - ۴۶.

(۳) - به روایت بخاری؛ باب التهجد بالليل ۶ / ۳، ح ۱۱۲۰؛ نیز مسلم؛ باب صلاة النبي ودعائه ۶ / ۵۴ -

«بار الها! ستایش و تعریف، زینده و ویژه‌ی ذات مقدس توست؛ تو مالک و دارنده‌ی آسمان‌ها و زمین و هر آنچه در آنهاست می‌باشی. ستایش و تعریف ویژه‌ی ذات توست، نور آسمان‌ها و زمین تویی. حمد و ستایش مخصوص توست و تو پادشاه آسمان‌ها و زمینی؛ حمد و ستایش ویژه‌ی توست. تو حقی و وعده‌ی تو برحق است و دیدار تو برحق است، و گفتار و کلام تو برحق است و بهشت حق است و جهنم حق است. پیامبران هم برحق‌اند، و محمد ﷺ برحق است و قیامت حق است. خدایا! تسلیم فرمان تو شدم و به تو ایمان آوردم و بر توکل کردم و به سوی تو بازگشتم و به خاطر تو دشمنی ورزیدم و تو را حکم قرار دادم. پس گناهان گذشته و آینده، پنهان و آشکارم را بیامرز. تو مقدم و مؤخر هستی. جز ذات تو اله دیگری وجود ندارد، و غیر از تو معبودی [راستین] نیست و هیچ نیرو و توانی جز نیرو و توان تو وجود ندارد».

(۳) سنت است نماز را با دعایی که عایشه رضی الله عنها روایت کرده است، آغاز کنید. ایشان می‌فرماید: «هرگاه رسول الله ﷺ برای قیام و نماز شب از خواب برمی‌خاست نماز خویش را این چنین آغاز می‌کرد: «اللَّهُمَّ رَبَّ جِبْرَائِيلَ وَمِيكَائِيلَ وَإِسْرَافِيلَ فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ أَنْتَ تَحْكُمُ بَيْنَ عِبَادِكَ فِيمَا كَانُوا فِيهِ يَخْتَلِفُونَ اهْدِنِي لِمَا اخْتَلَفَ فِيهِ مِنَ الْحَقِّ بِإِذْنِكَ إِنَّكَ لَتَهْدِي إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ»^(۱) «بار الها! ای پروردگار جبرئیل و میکائیل و اسرافیل! ای آفریدگار آسمان‌ها و زمین! ای داننده‌ی نمان و آشکارا! تو بین بندگان خود، در آنچه اختلاف می‌ورزند حکم و قضاوت می‌کنی، مرا به آنچه که از حق در آن اختلاف شده است، به فضل خویش راهنمایی کن؛ چرا که تو هر کسی را که بخواهی به راه راست رهنمون می‌شوی».

(۴) همچنین سنت است که در اثنای قیام این دعا را بخوانید: «اللَّهُمَّ اجْعَلْ لِي فِي قَلْبِي نُورًا وَفِي سَمْعِي نُورًا وَفِي بَصَرِي نُورًا وَمِنْ قَوْفِي نُورًا وَمِنْ تَحْتِي نُورًا وَعَنْ يَمِينِي نُورًا وَعَنْ شِمَالِي

(۱) - به روایت مسلم، باب صلاة النبي ﷺ و دعائه، ۶ / ۵۶ - ۵۷.

نُورًا وَمِنْ بَيْنِ يَدَيْ نُورًا وَمِنْ خَلْفِي نُورًا وَاجْعَلْ فِي نَفْسِي نُورًا وَأَعْظِمْ لِي نُورًا».

«پروردگارا! تو را در قلب و گوش و چشم و بالا و پایین و راست و چپ و مقابل و پشت و درون من قرار ده و نور را برای من عظیم کن!».

(۵) مستحب است که هرگاه نماز گزار با آیه‌ای مواجه شد که در آن تسبیح است، تسبیح گوید و اگر تقاضا باشد، طلب کند. اگر یاری طلبی و استعانت باشد، کمک و استعانت بطلبد و اگر تعوذ و پناه جویی باشد، از خدا پناه بجوید. **امام مسلم** از **حذیفه** نقل می‌کند که «شبی بار سول الله ﷺ به نماز ایستادم؛ تلاوت سوره‌ی بقره را آغاز کرد؛ تصور کردم که در آیه‌ی صدم رکوع می‌کند، ولی ادامه داد؛ فکر کردم که آن را در یک رکعت می‌خواند. سپس سوره‌ی نساء را آغاز کرد، آن را هم به اتمام رساند، بعد از آن آل عمران را آغاز نمود و آهسته آهسته تلاوت می‌نمود و هرگاه به آیه‌ای که در آن تسبیح بود می‌رسید، تسبیح می‌گفت و اگر درخواستی بود درخواست می‌کرد، و اگر جایگاه پناه‌خواستن بود از خدا پناه می‌خواست»^(۱).

(۶) همچنین نقل شده است که در نماز شب به هنگام رکوع «سُبُّوحٌ قُدُّوسٌ رَبُّ الْمَلَائِكَةِ وَالرُّوحِ» را می‌خواند، دعا‌های دیگری نیز هست که خواندن آن‌ها در همه‌ی نمازها درست و بایسته است و به قیام شب اختصاص ندارد. **امام مسلم** از **حضرت علی بن ابی طالب** روایت می‌کند: «هرگاه آن حضرت برای نماز برمی‌خواست، چنین دعا می‌خواند:

«وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ حَنِيفًا وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ»^(۲)، إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي، وَمَحْيَايَ، وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَبَدَلِكُ أُمِرْتُ، وَأَنَا أَوْلُ الْمُسْلِمِينَ»^(۳)، اللَّهُمَّ أَنْتَ الْمَلِكُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ رَبِّي وَأَنَا عَبْدُكَ ظَلَمْتُ نَفْسِي وَاعْتَرَفْتُ

(۱)- به روایت مسلم؛ باب استحباب تطویل القراءة فی صلاة اللیل، ۶ / ۶۱ - ۶۲.

(۲)- بخشی از سوره انعام، آیه ۷۹. (مترجم)

(۳)- بخشی از سوره انعام، آیه ۱۶۲ - ۱۶۳. (مترجم)

بِدَنِّي فَاعْفِرْ لِي ذُنُوبِي جَمِيعًا إِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ وَاهْدِنِي لأَحْسَنِ الأَخْلَاقِ لَا يَهْدِي لأَحْسَنَهَا إِلَّا أَنْتَ وَاصْرِفْ عَنِّي سَيِّئَهَا لَا يَصْرِفُ عَنِّي سَيِّئَهَا إِلَّا أَنْتَ لَتَبِيكَ وَسَعْدِيكَ وَالحَيُّرُ كُلُّهُ فِي يَدَيْكَ وَالثَّرُّ لَيْسَ إِلَيْكَ أَنَا بِكَ وَإِلَيْكَ تَبَارَكْتَ وَتَعَالَيْتَ أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ»^(۱).

«رو به سوی کسی می‌کنم که آسمان‌ها و زمین را آفریده است و من [از هر راهی جز راه او] دورم و از زمره‌ی مشرکان نیستم... نماز و عبادت و زندگی و مرگ من از آن خداست که پروردگار جهانیان است. خدا هیچ شریکی ندارد و به همین دستور داده شدم ام و من اولین مسلمانم [در میان امت خود، و برای خدا مخلص‌ترین فرد در میان همه‌ی انسان‌ها]. پروردگارا! تو فرمانروا و حاکم همه چیز، هیچ اله و معبودی [راستین] جز تو نیست. تو پروردگار منی و من بنده‌ی ناچیز تو هستم. بر خود ستم کردم و [اکنون در پیشگاه تو] به گناهان خود اعتراف می‌کنم. پس تمامی گناهانم را بیامرز! چون کسی غیر از تو نمی‌تواند این کار را بکند. مرا به اخلاق نیک و پسندیده راهنمایی کن، چون احدی جز تو نمی‌تواند چنین کند و اخلاق زشت و ناپسند را از من دور گردان، زیرا کسی جز تو یارای چنین کاری را ندارد. مشتاقانه گوش به فرمان تو ام. همه خیر و خوبی‌ها در دست توست، ولی شر و بدی را به تو راهی نیست. من بنده‌ی تو هستم و پیش تو برمی‌گردم، پاک و بزرگوار و بلندمرتبه‌ای، از تو تقاضای آمرزش گناهانم را دارم و به سوی تو باز می‌گردم و توبه می‌کنم.»

(۲) و چون به رکوع می‌رفت، می‌فرمود: «اللَّهُمَّ لَكَ رَكَعْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَلَكَ أَسَلَمْتُ خَشَعَ لَكَ سَمْعِي وَبَصَرِي وَمُنِّي وَعَظْمِي وَعَصَبِي.»

«پروردگارا! برای تو رکوع کردم، به تو ایمان دارم و با تمام وجود تسلیم اوامر تو شدم، گوش و چشم و مخ و استخوان و تمام رگ‌هایم در برابر تو خاشع و فرمانبردارند.»

(۳) و هرگاه از رکوع برمی‌خاست می‌خواند: «اللَّهُمَّ رَبَّنَا لَكَ الْحَمْدُ مِلْءَ السَّمَوَاتِ وَمِلْءَ

(۱)- به روایت مسلم، ۶ / ۵۶ - ۶۰.

الْأَرْضِ وَمِائَةٍ مَّا بَيْنَهُمَا وَمِائَةٍ مَّا شِئْتَ مِنْ شَيْءٍ بَعْدُ».

«پروردگارا! به اندازه‌ی پُری آسمان‌ها و زمین و پُری هر آنچه میان آن‌هاست، و هر آنچه جز این‌ها می‌خواهی، سپس و ستایش باد تو را!».

(۴) و هر گاه به سجده می‌رفت، این چنین می‌خواند: «اللَّهُمَّ لَكَ سَجَدْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَلَكَ أَسَلْتُ سَجَدَ وَجْهِي لِلَّذِي خَلَقَهُ وَصَوَّرَهُ وَشَقَّ سَمْعَهُ وَبَصَرَهُ تَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ».

«پروردگارا! برای تو سجده کردم، به تو ایمان دارم و در برابر او امر تو تسلیم و فرمانبردارم، چهره‌ام در برابر کسی به سجده افتاده که آن را خلق کرده، مصور کرده و گوش و چشم را در آن پدید آورده است. خداوند، آن بهترین آفریدگار، بابرکت است».

(۵) سپس در پایان، بین تشهد و سلام این دعا را می‌خواند: «اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي مَا قَدَّمْتُ وَمَا أَخَّرْتُ وَمَا أَسْرَرْتُ وَمَا أَعْلَنْتُ وَمَا أَسْرَفْتُ وَمَا أَنْتَ أَعْلَمُ بِهِ مِنِّي أَنْتَ الْمُقَدِّمُ وَأَنْتَ الْمُؤَخِّرُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ».

«پروردگارا! گناهان گذشته و آینده و آنچه در نهان و آشکار کرده‌ام و تمام زیاده‌روی‌ها و آنچه را که تو بهتر از خود من به آن‌ها علم داری بیامرز، چرا که تو مقدم و مؤخری و هیچ اله و معبودی [راستین] جز تو نیست».

این مجموعه‌ای از دعا‌های عمومی و مختلف است که شخص مسلمان می‌تواند هر کدام از آن‌ها را که می‌خواهد، بخواند. البته مجبور به خواندن تمام آن‌ها نیست و نیز هر دعای دیگری را که می‌پسندد و مناسب حال خود می‌داند، بخواند؛ اما بهتر آن است که از دعا‌های مأثور باشد. این دعاها هم مخصوص و منحصر به قیام و نماز شب نیستند.

رسول اکرم ﷺ در باره‌ی دعا کردن تشویق و ترغیب فراوان کرده و چنین بیان فرموده است که در هر شب لحظه‌ای است که در آن دعا مقبول و مستجاب می‌شود، همچنین فرموده است: «در شب لحظه‌ای است که اگر انسان مسلمان آن را دریابد و در آن از خدا خیر دنیا و آخرت را بطلبد، بدون شک خدا خواسته‌اش را برآورده می‌کند. و این فضل در هر شب

وجود دارد»^(۱). همچنین فرموده است: «پروردگار ما در ثلث آخر هر شب به آسمان فرودین نازل می‌شود، و اعلام می‌کند که کیست بخواند مرا تا اجابتش کنم، و کیست از من چیزی بخواهد تا به او ببخشم و کیست که از من آمرزش بخواهد تا او را بیامرز»^(۲).

مسلمانان! این‌ها هدایا و موهبت‌های بی‌شمار و بزرگی است که از سوی پروردگار - که صاحب و مالک آن‌هاست - به سوی انسان سرازیر است. این نعمت بزرگ را هر کس از دست بدهد، بدون شک بهره‌ی بزرگی را از دست داده و خود را از نعمت‌های فراوانی محروم کرده است.

به سبب عظمت و بزرگی این موهبت الهی است که برخی از نیکان در مورد آن چنین فرموده‌اند: لحظات شب بی‌نهایت گرانبها است، مواظب باشید آن را به غفلت و به بهای ارزان از دست ندهید.

حقیقتاً آن انسان غافل و ضعیف‌الایمان است که می‌داند، این نعمت‌ها و موهبت‌ها در شب، از جانب پروردگاری که هرگز نعمت‌های او تمام‌شدنی نیست، توزیع می‌شوند، ولی باز غفلت می‌کند، و تا صبح در بستر می‌آرامد.

استفاده از مسواک

استفاده از مسواک از جمله سنت‌هایی است که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله بر انجام آن تأکید فراوان کرده است. حضرت هیچگاه مسواک را از خود جدا نمی‌کرد. می‌فرماید: «لولا أن أشق علی أمتی لأمرتهم بالسواک عند کل صلاة»^(۳) «اگر سبب زحمت و دشواری امتم نمی‌شد، بدون تردید آنان را در وقت هر نماز، به استفاده از مسواک امر می‌کردم».

(۱) - به روایت مسلم، ۶ / ۳۶.

(۲) - همان.

(۳) - جمع الفوائد، حدیث شماره ۵۷۹، ۵۸۰ و ۹۰۱.

در حدیثی دیگر می‌فرماید: «السَّوَاكُ مَطَهْرَةٌ لِلْفَمِ مَرْضَاءٌ لِلرَّبِّ»^(۱) «مسواک ابزار پاک‌ی دهان و جلب‌کننده‌ی خشنودی پروردگار است».

به همین سبب است که آن حضرت ﷺ در هر حال از مسواک استفاده می‌کرد، حتی در نماز شب آن را فراموش نمی‌کرد.

امام بخاری از حدیثی روایت می‌کند: «آن حضرت ﷺ هر گاه برای نماز تهجد بیدار می‌شد، دندان‌هایش را مسواک می‌زد»^(۲).

این که مسواک ابزار بهداشت و پاک‌ی دهان است، نزد پزشکان امری است مسلم؛ چون در مسواک موادی وجود دارد که سبب پاک‌ی دهان و مانع از پوسیدگی و عفونت دندان‌ها می‌شود، نیز موجب تقویت و استحکام لثه‌ها می‌گردد. حتی طب جدید از عصاره‌ی شاخه‌ی درخت مسواک، خمیر دندان ساخته است. اما این که مسواک موجب خشنودی پروردگار می‌شود، منظور این است که چون مسلمان با پروردگارش به مناجات و نیایش می‌پردازد، و کتاب ملکوتی او را تلاوت می‌کند، و خداوند ذاتی است پاک و مقدس و منزه و جز پاک‌ی چیز دیگری را نمی‌پسندد، همچنین فرشتگانی که در نماز حضور می‌یابند، از بو و رائحه‌ی بد اذیت می‌شوند و نیز از آنجایی که بوی بد دهان، باعث اذیت و آزار مسلمانی می‌شود که همراه آن شخص به نماز می‌ایستد، به همین سبب مسلمانان اکیداً ممنوع شده‌اند که بعد از خوردن پیاز، سیر و... به مسجد بیایند؛ بلکه لازم است بعد از تمیز کردن دهان به مسجد بروند، این از جمله زیبایی‌های اسلام است؛ زیرا اسلام هر آنچه را که موجب اصلاح انسان می‌شود به انجام و اجرای آن دستور می‌دهد و همواره انسان را بر جاده و راه راست قرار می‌دهد. مثلاً در امور مربوط به عقیده انسان را به تخلیه از شرک و خرافات و باورهای نادرست امر می‌کند و به التزام و آراسته‌شدن به توحید، یگانه‌پرستی و باور خالص و پاک از هر گونه شائبه‌ای

(۱)- به روایت ابن خزیمه، ابن حبان، بیهقی، نسایی و... جمع الفوائد، حدیث شماره ۵۸۵. نیز رک: الحاشیه، ۹۰ / ۱.

(۲)- به روایت بخاری، باب طول القیام فی صلاة اللیل، ح ۱۱۳۶؛ مسلم، ۶ / ۲۳ - ۲۴.

دستور می‌دهد، نیز به پاکی و سلامتی قلب از حقه‌بازی و کینه‌توزی و خودخواهی و خودپسندی و خودنمایی و ریا و... امر می‌کند، در باره‌ی عبادت خداوند به اموری فرمان می‌دهد که هم نزد خداوند دوست‌داشتنی‌تر است و هم برای سلامتی انسان مفیدتر است. در معاملات نیز به امانت‌داری و دقت و درستکاری و در گفتار به صداقت و راستی و نیک‌گفتاری امر کرده و از دروغ و بدگویی منع فرموده است، در باره‌ی جسم انسان به نظافت و پاکی و زیبایی و توانمندی امر کرده، و از هر آنچه باعث ضرر و زیان جسم می‌شود و در بهداشت انسان خللی وارد می‌کند، برای همیشه از آن نهی کرده است. این خود از زیبایی‌ها و حسنات اسلام است که تمام جوانب حیات بشر را در نظر گرفته و آنان را به رعایت مقررات و موازینی که موجب اصلاح جسم و روان می‌شود، رهنمون کرده است.

بهترین وقت قیام

از عشا تا طلوع فجر به طور کلی زمان نماز شب است، ولی اوقات دیگری نیز هست که احیای آن‌ها در شریعت اسلامی پسندیده است؛ مثلاً:

(۱) ثلث آخر شب؛ **ابوهریره** رضی الله عنه روایت می‌کند که صلى الله عليه وآله فرموده است: «خداوند سبحان در ثلث آخر هر شب به آسمان فرودین نازل می‌شود و می‌فرماید: آیا کسی هست که مرا بخواند تا دعایش را بپذیرم؟ آیا کسی هست که از من بخواهد تا به او بدهم؟ آیا کسی هست که از من برای گناهایش آمرزش بطلبد، تا گناهایش را بیامرزم؟»^(۱).

مؤمن نیز نیازمندترین مردم و سعادتمندترین انسان‌ها به این تجلی پروردگار است، بدین جهت، لازم است برای قیام و استقبال از اجابت و رحمت و غفران خداوند، با آمادگی کامل در لحظات شیرین و دلچسب آخر شب، با اصرار فراوان به دعا و نیایش پردازد، و مصرانه بر آوردن نیازهایش را از خدا بخواهد و برای گناهایش طلب آمرزش کند؛ چرا که خداوند اصرار و الحاح در دعا را بسیار می‌پسندد و علاوه بر آن، فوریت اجابت آن نیز از سوی

(۱) - به روایت بخاری، باب الدعاء والصلاة من آخر الليل، ۶ / ۳۵ - ۳۸ ح ۱۱۴۵.

پروردگار تضمین شده است. چرا که «فاء» در فاستجیب و فأعطیه، در زبان عربی به معنای عطف و فوریت آمده است^(۱).

(۲) خواب نصف شب و قیام ثلث آن و خوابیدن در بخش ششم:

(الف) پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم در این مورد فرموده است: «پسندیده‌ترین نماز نزد پروردگار نماز داود و محبوبترین روزه، روزهی داود است، با این کیفیت که نصف شب را می‌خوابید و ثلث دیگر را قیام می‌کرد و حصه‌ی ششم را نیز به استراحت می‌پرداخت»^(۲).

(ب) روزی از حضرت **عایشه** رضی الله عنها در مورد این که چه عملی نزد رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم دوست‌داشتنی‌تر بود، سؤال شد، در پاسخ فرمود: «عملی که تداوم داشته باشد». سؤال‌کننده می‌افزاید که گفتیم: «پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم در چه وقتی قیام می‌فرمود؟» گفت: «وقتی که صدای خروس را می‌شنید». **ابن حجر از محمد بن ناصر** نقل می‌کند: «به تجربه ثابت شده است که خروس وقتی که شب به نیمه برسد، بانگ برمی‌آورد».

(ج) دلیل صحت خواب حصه‌ی ششم [آخر] شب، حدیث **عایشه** رضی الله عنها است که می‌فرماید: «رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم هنگام سحری در حالت خواب بود»^(۳) این وضعیت جز در ماه رمضان بوده است، زیرا در رمضان هنگام سحر، سحری می‌خورد و بعد از آن به ادای نماز می‌پرداخت.

(۳) قیام به اندازه‌ی توان جسمی و روحی فرد؛ **ام سلمه** رضی الله عنها روایت می‌کند: «رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم به نماز می‌ایستاد، سپس به همان اندازه به استراحت می‌پرداخت، و مجدداً به

(۱) - متن عربی به این صورت است: «ینزل ربنا تبارک وتعالی کل لیلۃ إلى السماء الدنيا حین یقی ثلث اللیل

الآخر یقول: من یدعونی فاستجیب له؛ من یسألنی فأعطیه؛ من یتغفرنی فأغفر له».

(۲) - به روایت بخاری، باب من عند السحر، ۶ / ۱۹ - ۲۰ ح ۱۱۳۱.

(۳) - به روایت بخاری، باب من عند السحر، ۶ / ۲۱ / ۲۲ ح ۱۱۲۳.

اندازه‌ای که استراحت کرده بود، به نماز گزاردن مشغول می‌شد. پس از آن به اندازه‌ای که نماز خوانده بود، می‌خوابید. این وضع تا وقتی که سپیده می‌دمید ادامه پیدا می‌کرد»^(۱).

این خود تبیین‌کننده‌ی دوستی و محبت آن حضرت با شب‌زنده‌داری است؛ حضرت قدری به استراحت می‌پرداخت، سپس جهت مناجات و نیایش با پروردگار و ارتباط با ملکوت اعلی از خواب برمی‌خاست. زیرا در شب لحظاتی بسیار شیرین و لذت‌بخش وجود دارد که انسان را با خدایش نزدیکتر می‌کند.

بله، این شیوه و حالت رهبر بشریت، جناب رسول اکرم ﷺ است که از روحی بزرگ و همتی والا برخوردار بود، ما هم از خداوند مسألت داریم که به ما توفیق پیروی از آن انسان بزرگ و اسوه‌ی حسنه را عنایت فرماید!

تعداد رکعات و کیفیت آن‌ها

(۱) چنانچه ثابت شده است آن حضرت ﷺ به سؤال‌کننده‌ای در مورد کیفیت نماز شب، این چنین پاسخ داد که نماز شب دو رکعت گزارده می‌شود؛^(۲) یعنی در پایان هر دو رکعت سلام دهد و دو رکعت دیگر را آغاز نماید.

(۲) از **عایشه** رضی الله عنها روایت شده است: «آن حضرت ﷺ هر گاه برای قیام شب بیدار می‌شد، نماز شب را با دو رکعت کوتاه و مختصر آغاز می‌کرد»^(۳).

امام نووی رحمته الله می‌گوید: «امر به دو رکعت کوتاه و مختصر در حدیث **ابوهریره** دلیل استحباب آن است، تا انسان برای ادای رکعت‌های بعدی، نیرو و انرژی کافی به دست آورد و با نشاط بیشتری به نماز مشغول شود»^(۴).

(۱)- به روایت اصحاب سنن؛ ترمذی آن را صحیح دانسته است.

(۲)- به روایت بخاری، باب کیفیت صلاة النبی، ۴ / ۲۴ ح ۱۱۳۷.

(۳)- به روایت مسلم به نقل از **عایشه** رضی الله عنها و ابوهریره، ر.ک: شرح نووی، ۶ / ۵۴.

(۴)- همان.

همچنین **عایشه** رضی الله عنها روایت می کند: «آن صلی الله علیه و آله و سلم چهار رکعت نماز می گزارد که خوبی و زیبایی و طولانی بودن آن بی نظیر بود، سپس چهار رکعت دیگر به همان صورت می گزارد و بعد از آن سه رکعت می گزارد»^(۱).

روش های دیگری هم هست که -ان شاء الله- در بحث نماز وتر بدان اشاره خواهیم کرد. از **عبدالله بن عباس** رضی الله عنه روایت شده است: «نماز شب پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم سیزده رکعت بود»^(۲).

از **عایشه** رضی الله عنها هم روایت شده است: «پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم در شب سیزده رکعت می گزارد، همچنین فرموده است که نماز وتر و دو رکعت سنت فجر هم، از جمله ی آنها بود»^(۳).

امام بخاری این حدیث را بعد از حدیث دیگری که **عایشه** رضی الله عنها در آن بیان می دارد که اکثراً نماز شب آن یازده رکعت بود، ذکر می کند. از این عمل ایشان چنین برداشت می شود که وی یازده رکعت را بر سیزده رکعت ترجیح می دهد و دو رکعت دیگر را همانطور که **عایشه** رضی الله عنها در گفتارش تبیین می کند، دو رکعت سنت فجر به حساب می آورد، با وجود آن که در روایت **ابن عباس** رضی الله عنهما به تفصیل آمده است که نماز آن حضرت صلی الله علیه و آله و سلم بدون دو رکعت فجر، سیزده رکعت بوده است. چیزی که تأکیدکننده ی این دیدگاه است که نماز شب آن حضرت صلی الله علیه و آله و سلم یازده رکعت بوده، حدیث دیگری است که **عایشه** رضی الله عنها در آن چنین تبیین می کند: «زمانی که در مورد کیفیت نماز پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم در ماه رمضان از ایشان سؤال شد، فرمود: «چه در ماه رمضان و چه در غیر آن، از یازده رکعت بیشتر نمی خواند»^(۴). تنها موردی که مرا وادار بر ترجیح این گفتار بر غیر آن می کند، این است که **عایشه** رضی الله عنها

(۱)- به روایت بخاری، باب قیام النبی ص فی رمضان و غیره، ۶ / ۴۹ ح ۱۱۴۷. نیز به روایت مسلم،

باب صلاة اللیل وعدد رکعات النبی ص، ۶ / ۱۷.

(۲)- به روایت بخاری، حدیث شماره ۶ / ۲۴ ح ۱۱۳۸.

(۳)- به روایت بخاری، حدیث شماره ۱۱۴۰. مسلم هم این حدیث را روایت کرده است.

(۴)- به روایت بخاری، حدیث شماره ۱۱۴۷.

داناترین فرد به احوال حضرت عليه السلام در خانه می‌باشد، به خصوص در مورد نمازهای شب که در خانه صورت گرفته است.

به همین سبب روایت **عایشه** رضی الله عنها از روایت کسانی دیگر، امثال ابن عباس رضی الله عنهما، از صحت و قوت بیشتری برخوردار است؛ چرا که ابن عباس رضی الله عنهما توانسته حد اکثر چند بار نمازهای شب ایشان را مشاهده کند، ولی **عایشه** رضی الله عنها همیشه در خانه بوده و از حالت آن حضرت آگاهی و شناخت بیشتری داشته است.

گذشته از این، **امام بخاری** رضی الله عنه می‌فرماید: «آن حضرت عليه السلام جهت بیدار کردن **ابن عباس** رضی الله عنهما گوش او را ماساژ می‌داد، تا از خواب بیدار شود». لذا روایت **عایشه** رضی الله عنها در مورد نماز شب، بر روایات **ابن عباس** رضی الله عنهما و دیگران اولویت بیشتری دارد.

ابن قیّم رضی الله عنه در این باره می‌گوید: «هر چند **ابن عباس** رضی الله عنهما و حضرت **عایشه** رضی الله عنها در مورد قیام آن حضرت اختلاف نظر داشته‌اند، ولی قول حضرت **عایشه** در این باره ارجح و پسندیده‌تر است»^(۱).

آنچه گفته آمد، در مورد بیشترین تعداد رکعات نماز شب پیامبر بود و حداقل آن هم هفت رکعت است. **امام بخاری** رضی الله عنه از **عایشه** رضی الله عنها روایت می‌کند: «وی در پاسخ سؤال کننده‌ای فرمود: نماز آن حضرت در شب، هفت و یا نه و یا یازده رکعت بود»^(۲). به هر حال در این مسئله وسعت و گنجایش است و رحمت بی‌کران خداوند هم پاداش احدی را ضایع نمی‌کند، و تنها چیزی که اهمیت دارد، همین والاست.

نماز وتر و چگونگی گزاردن آن

(۱) یک رکعتی؛ آن حضرت عليه السلام می‌فرماید: «نماز شب دو دو رکعت است، اگر بیم

(۱) - زاد المعاد، ۱ / ۳۲۹.

(۲) - به روایت بخاری، حدیث شماره ۱۱۳۹؛ مسلم هم این حدیث را روایت کرده است.

- فرارسیدن صبح را داشتی یک رکعت وتر بخوان»^(۱).
- (۲) سه رکعتی؛ همچنان که **عایشه** رضی الله عنها می فرماید: «سپس سه رکعت می گزارد».
- (۳) همچنین ثابت شده است که آن حضرت رضی الله عنها پنج رکعت می گزارد و در آخر آن برای تشهد می نشست.
- (۴) هفت رکعت می گزارد و در رکعت ششم برای تشهد اول و در رکعت هفتم برای تشهد دوم می نشست و سپس سلام می داد.
- (۵) همچنین ثابت شده که نه رکعت می گزارد و در رکعت هشتم برای تشهد اول و در رکعت نهم برای تشهد دوم می نشست و با صدای نسبتاً بلند سلام می گفت، به گونه ای که اهل خانه صدای مبارک ایشان را می شنیدند، عادت حضرت رضی الله عنها بر این منوال بود که بعد از هفت رکعت و یا نه رکعت، دو رکعت دیگر هم می گزارد. **ابن حجر** می گوید: «نمی دانم که این دو رکعت سنت فجر است یا چیزی دیگر».
- کلیه صورت های یادشده جایز و درست اند، چون از افعال آن حضرت رضی الله عنها ثابت شده اند، البته قول را بر فعل ترجیح می دهند. یعنی دو رکعت را ترجیح می دهند.
- بنابراین، هر کس هر کدام از این شیوه ها و روش ها را برگزیند، جایز است. چون در این مورد گنجایش و وسعت هست. وظیفه ی ما هم این است که همانطور که آن حضرت رضی الله عنها نماز خوانده است، نماز بخوانیم. البته برای افراد پیر و مسن و ناتوان، صورت اخیر بهتر است، چرا که آن حضرت از این روش در آخر عمرشان استفاده می کرد، لذا برای هر طبقه و گروه سنی، در احادیث مجال و گنجایش وجود دارد و هر کدام از احادیث با وضعیت نماز گزار تناسب دارد.
- انسان مسلمان به گزاردن نماز وتر باید حساس باشد. همچنان که آن حضرت می فرماید: «هر کس از شما بیم دارد که نتواند برای نماز شب بیدار شود، بایسته است که قبل از خواب،

(۱) - متفق علیه.

نماز وتر را بگزارد، اما کسی که مطمئن است بیدار می‌شود، تأخیر وتر در حق او اولی و افضل است، تا پایان شب او با نماز و قیام باشد»^(۱).

از **جابر** رضی الله عنه روایت شده است: «از آن حضرت شنیدم که فرمود: «هر کس بیم آن دارد که نتواند در آخر شب بیدار شود، قبل از خواب نماز وتر را بخواند، و هر کس اطمینان دارد که برای نماز شب بیدار می‌شود، نماز وتر را در آخر شب بخواند، چرا که قرائت در آن زمان دارای فضیلت و رحمت است». آن حضرت رضی الله عنه به قضای نماز وتر امر فرموده است. **ابوسعید خدری** رضی الله عنه روایت می‌کند: «آن حضرت رضی الله عنه فرمود: هر کس در ادای وتر موفق نشد و خواب رفت و یا فراموش کرد، هر گاه صبح شد، یا یادش آمد آن را باید بخواند»^(۲).
ملاحظه کردیم که آن حضرت رضی الله عنه چقدر بر اهمیت نماز وتر تأکید می‌کند! در مورد قضای نماز وتر نیز جمع کثیری از صحابه رضی الله عنهم، تابعین رحمهم الله و ائمه‌ی اربعه‌ی^(۳) اهل سنت و جماعت اتفاق نظر دارند.

تلاوت قرآن در نماز شب

رسول الله صلی الله علیه و آله به تلاوت قرآن توجه ویژه‌ای داشت و به آن اهمیت خاصی می‌داد. تلاوت آن حضرت روشن و واضح و همراه با تدبر و تفکر بود. **ام سلمه** رضی الله عنها کیفیت تلاوت آن حضرت را چنین بیان می‌کند: «تلاوت رسول الله صلی الله علیه و آله روشن، واضح و همراه با تدبر و تفکر بود». اما در این عصر تلاوت برخی از مسلمانان مایه‌ی تأسف است، زیرا هدف آنان به پایان رساندن سوره و یا ختم قرآن مجید در آخر ماه مبارک رمضان است که این خود

(۱) - به روایت مسلم، باب صلاة اللیل مثنی مثنی والوتر رکعة من آخر اللیل، ۶ / ۳۵.

(۲) - به روایت ابوداؤد، باب فی الدعاء بعد الوتر، با سند صحیح؛ حاکم و ذهبی نیز آن را به عنوان حدیث روایت کرده‌اند. ر. ک: بذل المجهود، ۷ / ۲۵۴.

(۳) - همان، ۷ / ۲۵۶ - ۲۵۷، با دخل و تصرف. منظور از ائمه‌ی اربعه، امام مالک، امام ابوحنیفه، امام شافعی و امام احمد بن حنبل رضی الله عنهم می‌باشند. (مترجم).

مخالف سنتِ مطهرِ رسول الله ﷺ است. لذا کسانی که این وضعیت را مشاهده می‌کنند، باید با احتیاط و دقت فراوان مردم را از آن بازدارند، تا سنت مطهر رسول الله ﷺ زنده شود.

غالباً این مخالفت با سنت پیامبر اسلام، در ماه مبارک رمضان تجلی می‌یابد. چون هدف بسیاری از مسلمانان ختم قرآن، آن هم با سرعتی برق‌آسا و شگفت‌آور است. به طوری که هیچیک از مقتدیان به خوبی نمی‌فهمند که امام چه تلاوت می‌کند. این عمل خود، دوری از هدف تلاوت است که باید همراه با تدبیر و تفکر باشد، چون سنت آن حضرت ﷺ ترتیل قرآن کریم است تا بدین وسیله به آیهی ﴿وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلاً﴾ [المزمل: ۴]^(۱) عمل شود.

منظور از ترتیل، ادای صحیح حروف و اجرای احکام مد وقف و احکام دیگری است که مربوط به تلاوت قرآن امر کرده است، می‌فرماید: «رَيِّتُوا الْقُرْآنَ بِأَصْوَاتِكُمْ»^(۲) «با صدای خویش قرآن را آراسته و مزین کنید». نیز فرموده است: «هرکسی قرآن را با صوت [و صدای آهنگین] نخواند از ما نیست»^(۳). البته تمام تأکید و تشویق آن حضرت ﷺ بر ترتیل قرآن به سبب آن است که هدف از تلاوت، ایجاد خشوع و فروتنی و تفکر و تدبیر و فراگیری است. در تلاوت آهسته و آرام و همراه با زیبایی صوت، احساسات تحریک و قلب بیدار می‌شود و انسان در عالم معنوی و روحانی فرو می‌رود.

پیامبر ﷺ و طول دادن نماز

حضرت **حدیفه** رضی الله عنه می‌فرماید: شبی با پیامبر به نماز ایستادم، ایشان سوره‌ی بقره را آغاز کردند، فکر کردم که در پایان سوره رکوع می‌کنند، اما پس از اتمام آن سوره‌ی نساء را

(۱) - «... و قرآن را [همراه با دقت و تأمل و در ضمن شمرده و روشن] بخوان...».

(۲) - به روایت ابوداود، نسایی و ابن ماجه، جمع الفوائد ۷۳۵۴.

(۳) - به روایت بخاری، مسلم، ابوداود و نسایی، جمع الفوائد، ۱ / ۲۸۸ ح ۷۳۵۸.

آغاز کردند و سپس آل عمران را نیز بدان افزودند، تلاوت آن حضرت آهسته و آرام بود^(۱). تلاوت کوتاه و مختصر رسول الله ﷺ بدینگونه است که ابن عباس رضی الله عنهما می گوید: «قیام آن حضرت را تخمین زدم؛ در هر رکعتی به اندازه‌ی سوره‌ی ﴿يَتَأْتِيهَا الْمَزْمِلُ﴾ [المزمل: ۱]^(۲) تلاوت می کردند»^(۳). گاهی هم با یک آیه قیام می کرد، چنان که عایشه رضی الله عنها روایت می کند: «شبی رسول الله ﷺ با تلاوت یک آیه قیام کرد»^(۴). ابوذر رضی الله عنه می فرماید: «آن یک آیه این است: ﴿إِنْ تُعَذِّبُهُمْ فَإِنَّهُمْ عَبْدُكَ وَإِنْ تَعْفِرَ لَهُمْ فَإِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ﴾ [المائدة: ۱۱۸]^(۵).

همچنین رسول الله ﷺ به کسی که به صورت انفرادی نماز می گزارد، اجازه داده که هر اندازه می تواند نماز خودش را طولانی کند، در این باره فرموده است: «چنانچه کسی از شما امام جماعت بود، لازم است نماز را کوتاه و سبک بگزارد، ولی اگر تنها بود تا جایی که می خواهد نماز را طولانی کند».

طولانی کردن نماز هم به نشاط و توان فرد بستگی دارد، یعنی اگر خسته است به استراحت پردازد و بعد از استراحت نماز را با هوشیاری و نشاط کامل ادا کند، و هرگاه خسته شد به استراحت پردازد، چنانکه در حدیث آمده است: «هر کدام از شما تا وقتی که سرحال و شاداب است، نماز بگزارد و چون کسل و خسته شد، بنشیند و به استراحت پردازد»^(۶).

(۱)- به روایت مسلم و نسائی، جمع الفوائد، ۱ / ۳۱۳ ح ۲۲۵۱، برخی از این حدیث چنین استنباط می کنند که تقدیم و تأخیر سوره‌ها، در قرائت قرآن، در نماز و سایر مواضع، جایز و درست است.

(۲)- هفتاد و سومین سوره‌ی قرآن مجید و دارای بیست آیه است. (مترجم)

(۳)- به روایت صاحبان صحاح سته، جمع الفوائد، ۱ / ۳۱۴ ح ۲۲۵۹.

(۴)- به روایت ترمذی، او این حدیث را حسن غریب می داند جمع الفوائد ۱ / ۳۱۶، ۲۲۷۱.

(۵)- «اگر آنان را مجازات کنی، پس بندگان تو هستند [و هرگونه که بخواهی در باره‌ی آنان می توانی عمل کنی] و اگر از آنان گذشت کنی بازهم [تو خود دانی و توانی چرا که] تو چیره و فرزانه‌ای».

(۶)- به روایت بخاری، باب مایکره من التشدید فی العبادة، ۶ / ۴۳ - ۴۴، ح ۱۱۵۰.

همچنین سفارش آن حضرت به صحابه‌ی کرام رضی الله عنهم میانه‌روی و اعتدال در عبادت است و همواره آنان را از افراط و زیاده‌روی در عبادت برحذر داشته است. چنانکه از **عبدالله بن عمرو بن العاص** رضی الله عنه سؤال می‌فرماید: «آیا این درست است که شما شب را قیام می‌کنید و روز را روزه می‌گیرید؟ [عبدالله می‌گوید:] گفتم: آری، فرمود: اگر این وضع را ادامه دهی چشمانت ضعیف و جسمت خسته و ناتوان می‌شود، و بدان که نفس و اهل و خانواده‌ات نیز بر تو حقی دارند و باید چنان عمل کنی که [گاهی] روزه بگیر و [گاهی] افطار کن و [گاهی] قیام کن و [گاهی] هم بخواب و به استراحت پرداز»^(۱).

در این کلام رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم که می‌فرماید: روزه بگیر و افطار کن و... به وضوح میانه‌روی و اعتدال در عبادت و تمام کارها مشاهده می‌شود، این است اخلاق و شیوه‌ی رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم که نباید در عبادت زیاده‌روی و افراط صورت پذیرد؛ چون باعث کوتاهی در حقوق و تکالیفی می‌شود که از قیام و شب زنده‌داری مهم‌تراند. نیز نباید در آن تفریط و سهل‌انگاری صورت گیرد؛ چون موجب قساوت قلب و دوری از خدا و محروم‌ماندن از غذایی می‌شود که در بردارنده‌ی حیات معنوی، روحی و ایمانی انسان است، بلکه در تمام کارها باید اعتدال و میانه‌روی رعایت شود.

همکاری زن و شوهر و نزدیکان در نماز شب

اسلام به ایجاد خانه‌ی مسلمان، قبل از تأسیس و پایه‌گذاری آن توجه خاصی کرده و دستور داده است که خانواده بر پایه‌ی ایمان و تقوا استوار شود. باری پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم به کسی که خواهان ازدواج بود، چنین توصیه کرد: زنی را به همسری انتخاب کند که اهل ایمان باشد. «فَاظْفَرْ بِذَاتِ الدِّينِ تَرِبَّتْ يَدَاكَ»^(۲) «اهل دین را به چنگ آر، تا مایه‌ی سعادت‌مندی‌ات شود». این است توجیه و سفارش پیامبر اسلام جهت پایه‌گذاری خانواده‌ی

(۱)- به روایت بخاری، همان باب، ۶ / ۴۶ - ۴۷، ح ۱۱۵۳.

(۲)- به روایت بخاری، مسلم، ابوداود و نسایی، جمع الفوائد ۱ / ۵۷۰.

اسلامی براساس ایمان و تقوا، تا زن و مرد در فضای آن یکدیگر را بر طاعت و بندگی پروردگار کمک کنند و بدین ترتیب مصداق این آیه قرار گیرند: ﴿وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ﴾ [التوبة: ۷۱]^(۱). این صفات برازنده و زیبا، بین عموم مسلمانان مشترک‌اند، ولی بین زن و شوهر اشتراک ویژه‌ای دارند، آنچه در اینجا برای ما اهمیت دارد، همکاری و همیاری زن و شوهر در شب‌زنده‌داری است، چرا که آن حضرت ﷺ زن و شوهر را به همراهی و همیاری در قیام و نماز شب ترغیب و تشویق کرده است. چنانکه می‌فرماید: «هرکسی پاسی از شب بیدار شود و همسرش خویش را نیز جهت شب‌زنده‌داری بیدار کند از زمره‌ی کسانی محسوب خواهد شد که خدا را فراوان ذکر می‌کنند»^(۲).

در حدیثی دیگر، چنین آمده است: «خدا مردی را مورد لطف و رحمت خویش قرار دهد که شب برای نماز بیدار شود، همسرش را نیز برای نماز گزاردن بیدار کند و اگر بیدار نشد مقداری آب بر چهره‌ی او پاشد. نیز خداوند زنی را مورد لطف و رحمت خویش قرار دهد که شب بیدار شود و به نماز گزاردن پردازد و شوهر خویش را نیز برای نماز گزاردن بیدار کند و اگر بیدار نشد، بر چهره‌ی او آب پاشد»^(۳).

(۱) - «مردان و زنان مؤمن دوستان یکدیگرند، همدیگر را به کار نیک می‌خوانند و از کار بد باز می‌دارند، و نماز را چنانکه باید می‌گزارند و زکات را می‌پردازند و از خدا و پیغمبرش فرمانبرداری می‌کنند. اینان کسانی هستند که خداوند به زودی ایشان را مشمول رحمت خود می‌گرداند. [این وعده‌ی خداست و خداوند به گزاف وعده نمی‌دهد، و از وفای بدان هم ناتوان نیست، چرا که] خداوند توانا و حکیم است...».

(۲) - به روایت ابوداود و نسائی با سند صحیح، الاحیاء ۱ / ۳۴۵.

(۳) - به روایت ابوداود، نسائی، ابن ماجه، ابن خزیمه، ابن حبان و حاکم (به شرط مسلم)، الترغیب ۱ / ۴۲۸. به نقل از جمع الفوائد ۱ / ۳۱۲.

ناگفته نماند که نباید بیدار کردن با سر و صدا و خشونت صورت پذیرد، بلکه باید با کمال عطوفت و نرمی و بدون ناسزاگفتن، انجام شود. چرا که خشونت و هیاهو باعث نفرت، ناراحتی و کدورت می‌شود. آب پاشیدن هم باید با نرمی و محبت صورت پذیرد. یک لحظه به خانه‌ای که در آن دو زوج مسلمان همکار و هماهنگ در طاعت و فرمانبری خداوند سبحان به زندگی مشترک ادامه می‌دهند، بیندیشید. در این خانه پرتو ایمان می‌درخشد، چون نهال آن پاک و میوه‌ی آن نیز لذیذ و گواراست و پاداش آن نیز بدون تردید، بهشت جاویدان خداوند خواهد بود که به پارسایان و متقیان وعده داده شده است. لذا بایسته است به جانب غفران و بخشش و بهشت خداوندی بشتاییم تا وعده‌ی الهی تحقق پذیرد. اگر خواهان بازگشت و تجدید حیات اسلامی هستیم، بایستی از این نوع خانه‌ها که جوانان پاک و پارسا در آن به زندگی مشترک ادامه دهند، بیشتر ایجاد کنیم.

اجازه گرفتن زن از شوهر برای قیام

سنت است که زن برای قیام و شب‌زنده‌داری از شوهر خویش اجازه بگیرد. این مطلب از **ابن عباس** از آن حضرت چنین روایت می‌کند: «زن نباید بدون اجازه‌ی شوهر کسی را به خانه راه دهد، نیز نباید بدون اجازه‌ی او شب برای انجام مستحبات و احیای شب قیام کند»^(۱). این است روش و رهنمود متعالی اسلام که به زن می‌آموزد، حال شوهر خود را هم مد نظر داشته باشد. علاوه بر آن، این حدیث مرد را تشویق می‌کند تا به نماز شب روی بیاورد، و بر این اساس زمان خواب خود را تنظیم کند؛ همسرش را نیز به شب‌زنده‌داری و نماز شب تشویق کند و مراقب عبادت‌هایش باشد، تا مبادا هم خود او از این عمل بسیار پسندیده غفلت ورزد و هم مانع شب‌زنده‌داری همسرش شود.

اگر شوهر انسانی نیک و صالح باشد، از این خواسته‌ی زن خوشحال خواهد شد، و بدون چون و چرا با آن موافقت خواهد کرد، و این امر را برای خود مایه‌ی سعادت و افتخار خواهد

(۱) - مجمع الزوائد ۲ / ۲۶۴.

دانست. چرا که برای مردان صالح چنین امری طبیعی است، حتی به زن خواهد گفت که او را هم برای نماز بیدار کند و اگر سستی به خرج داد بر صورت او آب پاشد. بدین صورت تعارض ظاهری بین دو حدیث مرتفع می‌شود، به طوری که زن هم با اجازه‌ی شوهر بیدار شده و هم او را بیدار کرده است و بدین وسیله مطابق سنت پیامبر ﷺ عمل کرده است. همچنین برای فرد مسلمان سنت است که هر کسی از خویشاوندان و برادران نزد او بود، به خاطر فضیلت نماز شب و شب‌زنده‌داری او را بیدار کند. **عبدالله بن عباس** رضی الله عنهما می‌فرماید: «شبی نزد پیامبر بودم که مرا برای نماز بیدار کرد. پیامبر مرا تکان داد من هم بیدار شدم»^(۱).

شبی آن حضرت صلی الله علیه و آله به خانه‌ی **علی** و **فاطمه** رضی الله عنهما تشریف برد و به آنان چنین خطاب نمود: آیا نماز نمی‌خوانید؟ **علی** رضی الله عنه در ادامه می‌گوید: در پاسخ آن حضرت گفتم: جان ما در دست خداوند است، هر گاه بخواهد ما را برمی‌انگیزد. چون این را گفتم، آن حضرت برگشت و چیزی نگفت، ولی اندکی بعد شنیدم در حالی که با دست بر ران خود می‌زد، چنین می‌فرمود: ﴿وَكَانَ الْإِنْسَانُ أَكْثَرَ شَيْءٍ جَدَلًا﴾ [الکهف: ۵۴]^(۲).

البته ایرادی ندارد که در یک شب بیش از یک بار افراد را برای نماز بیدار کند. **علی** رضی الله عنه می‌فرماید: «آن حضرت صلی الله علیه و آله شب هنگام نزد من و **فاطمه** آمد و ما را برای نماز بیدار کرد و سپس به خانه برگشت و مدتی به نماز مشغول شد و چون احساس کرد که بیدار نشده‌ایم دوباره آمد و ما را بیدار کرد»^(۳).

(۱) - به روایت مسلم، باب صلاة النبي ﷺ و دعائه باللیل.

(۲) - «... ولی انسان [طبیعتاً دوست‌دار جر و بحث و مشاجره است و] بیش از هر چیز به مجادله می‌پردازد [و با حقایق می‌ستیزد]...». به روایت بخاری، باب تحریض النبی ص علی قیام اللیل، ۶ /

۱۱ - ۱۳ ح ۱۱۲۷.

(۳) - همان.

البته کسی که خواب است، باید این اقدام را با آغوش باز بپذیرد و برای کسی که او را جهت قیام بیدار کرده، دعای خیر کند. نباید ناراحت شود و سر و صدا و هیاهو به راه اندازد و او را مورد ضرب و شتم قرار دهد. ولی متأسفانه امروزه تا حدی مسئله برعکس شده است، به عبارت دیگر نوافل به جای خود، اگر شخصی را برای ادای نمازهای فرض بیدار کنند، ناراحت می‌شود و احیاناً الفاظ رکیکی هم به کار می‌برد. حال اگر کسی او را برای انجام نوافل از خواب بیدار کند، خدا می‌داند که برخورد وی چگونه خواهد بود؟! بار الها! رحمت و لطف تو را مسألت داریم!

شب‌زنده‌داری و جلوگیری انسان از ارتکاب گناه

در زمانی زندگی می‌کنیم که فساد همه جا را دربر گرفته است، حتی آثارش در فضا پدیدار و گسترده شده است. البته این بلا هم از دستاوردهای خود بشر است. انتشار و کثرت فساد به مراتب بیشتر از حالت‌های عادی انسان را به معصیت و لجن می‌کشاند، چرا که هرگاه فساد فراگیر شود انسان را در محاصره‌ی گناهان قرار می‌دهد و او را وادار می‌کند که دنبال راه چاره و روزانه‌ای برای نجات خود از معاصی بگردد، تا بتواند او را در این موقعیت خطرناک کمک کند. رسول اکرم صلی الله علیه و آله این مطلب را تبیین کرده است: «نماز شب و شب‌زنده‌داری بهترین کمک و یاور انسان برای ترک گناه است». لذا اگر انسان خواهان آزادی خود از قید گناهان است باید به مدرسه‌ی انسان‌ساز شب پناه برد و جهت پاکی و صیقل خویش دمی در خلوت، با یار همدم و هم مجلس شود. **ابوهریره** رضی الله عنه از آن حضرت صلی الله علیه و آله روایت می‌کند: «در محضر ایشان از کسی چنین یاد شد که در شب به نماز می‌پردازد، ولی در روز دست به سرقت و دزدی می‌زند، در پاسخ فرمود: به زودی این عمل خوب او را از آنچه مرتکب می‌شود باز خواهد داشت»^(۱). و این هم تفسیر این آیه است که

(۱) - به روایت احمد و بزار؛ مجمع الزوائد ۲ / ۲۵۸.

خداوند در کلام ملکوتی خویش بیان می‌دارد: ﴿إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ﴾ [العنکبوت: ۴۵]^(۱).

واقعاً عبادت و شب‌زنده‌داری عملی شگفت‌آور است که انسان در دل شب و در خلوت به نماز خواندن و تلاوت مشغول می‌شود. خدایا! چگونه این نماز و ذکر و تلاوت و دعا صاحبش را از ارتکاب گناه و بدی باز می‌دارد و او را از آلودگی‌ها پیراسته و پاک می‌کند؟ پرواضح است، کسی که در تاریکی‌های شب از بستر خویش برمی‌خیزد و متوجه ذات باری تعالی می‌شود و خالصانه به پیشگاه آن ذات مقدس به دعا و نیایش می‌پردازد، خود نشان‌دهنده‌ی صداقت و اخلاص آن انسان است که در آن لحظه، به جز خداوند - که عالم الغیب است - کسی از این کار او، اطلاعی ندارد.

گذشته از این، استمرار و مداومت بر شب‌زنده‌داری حسن مراقبت را در انسان کم‌کم تقویت می‌کند. این امر نیز انسان را بر تفکر و اندیشه در مورد کم‌کاری‌هایش یاری می‌کند و او را به محاسبه‌ی نفس وامی‌دارد تا از خواب غفلت بیدار شود و خود را از آلودگی‌ها و مواعی که موجب ناخشنودی پروردگار می‌شود، نجات دهد، و چنان احساس و انگیزه‌ای در او به وجود می‌آورد که از ارتکاب گناه و معصیت دست می‌کشد و با خود می‌گوید: چگونه دزدی کنم، حال آن که خدایی که با او خلوت می‌کنم از این کارم آگاه است، لذا از خداوند پوزش می‌خواهم و به سوی او بازمی‌گردم و از این پس هرگز دنبال عمل خلاف نمی‌روم، و بدین صورت با همه‌ی گناهان خداحافظی خواهد کرد.

تأثیر نماز تهجد و شب‌زنده‌داری در صحت و سلامتی

ابوهریره رضی الله عنه از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله روایت می‌کند: «وقتی که می‌خواهید، شیطان بالای سر شما می‌ایستد و بر آن سه گره می‌زند و هر گره‌ی که می‌زند چنین می‌گوید: بخواب که شب

(۱) - «... مسلماً نماز [انسان را] از گناهان بزرگ و از کارهای ناپسند [از نظر شرع] باز می‌دارد...».

دراز است. اگر شخص بیدار شود و به یاد و ذکر خدا مشغول شود، آن گره باز خواهد شد و اگر وضو بگیرد و به نماز خواندن مشغول شود، بقیه‌ی گره‌ها نیز باز خواهد شد. در نتیجه با حالتی شاد و سر حال شب را به صبح می‌رساند و اگر به سخن شیطان گوش فرا دهد و بخوابد با سستی و کسالت مواجه خواهد شد»^(۱). برخی از اندیشمندان اسلامی این حدیث را بر فضیلت نماز فرض حمل کرده‌اند، ولی اکثریت آن را بر قیام و نماز شب اطلاق کرده‌اند. در حدیث دیگر آمده است: «عَلَيْكُمْ بِقِيَامِ اللَّيْلِ فَإِنَّهُ دَأْبُ الصَّالِحِينَ قَبْلَكُمْ وَمَظْرَدَةٌ لِلدَّاءِ عَنِ الْجَسَدِ»^(۲) «نماز شب را بر خود لازم گیرید، زیرا نماز شب شیوه‌ی نیکان پیش از شما است، و نیز بیماری را از جسم تان می‌زداید».

در این حدیث دو نکته‌ی مهم نهفته است. نخست این که شب‌زنده‌داری بیشتر می‌تواند حسن رابطه با خدا را بیفزاید و حیات معنوی را تقویت کند. نکته‌ی دیگری که در آن نهفته است، این که در روح و روان نشاط و شادابی می‌آفریند، به طوری که هر گاه به انجام کاری اقدام کند آن را با نشاط و شادابی، خوب و محکم انجام خواهد داد. ولی کسانی که به قیام و شب‌زنده‌داری توجه نمی‌کنند، بدون شک در انجام کارهای‌شان کسل و سست هستند و هرگز نمی‌توانند کارهای‌شان را با جدیت و استحکام انجام دهند. این نکته نیز به تجربه ثابت شده است، اگر باور ندارید امتحان کنید تا تأثیر آن را عملاً و عیناً ببینید. من خودم شخصاً آن را تجربه کرده‌ام، شاید کسانی به تجربه‌ی من قانع نشوند، و بگویند: کسی که شب‌زنده‌داری می‌کند بدون تردید در آن روز بیشتر خسته و بی‌حال و در انجام کارهای‌ش ناتوان خواهد بود. در پاسخ می‌گویم، این سخن از من نیست، بلکه سخن جناب رسول اکرم صلی الله علیه و آله است؛ کسی که کلام وی هرگز بیهوده نبوده و نیست، چرا که ﴿وَمَا يَنْطِقُ عَنِ الْهَوَىٰ ۗ إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ

(۱) - این حدیث را صاحبان صحاح سته به جز ترمذی روایت کرده‌اند، جمع الفوائد، ۱ / ۳۱۲ - ۳۱۳.

(۲) - به روایت ابوامامه، حاکم نیز آن را به شر بخاری صحیح دانسته است. بیهقی و ذهبی هم آن را نقل کرده‌اند. الفیض ۴ / ۳۵۱ به نقل از حاشیه‌ی جمع الفوائد، ۳۱۱.

يُوحَى ﴿٤﴾ [النجم: ۳ - ۴]^(۱) کلام آن حضرت از وحی نشأت گرفته است و هرگز از هوای نفس سخن نمی گوید. آفریدگار انسان خداوند است، و آن ذات مقدس بهتر می داند که چه چیزی به صلاح انسان است، همچنین جناب رسول اکرم ﷺ کم می خوابید و در عوض بیشتر فعالیت می کرد و همواره تندرست و سر حال و نیرومند بود. چنانکه **علی** رضی الله عنه می فرماید: «إِذَا أَحْمَرَّ الْوَطِيسُ إِحْتَمَيْنَا بِرَسُولِ اللَّهِ ﷺ»^(۲) «هرگاه آتش جنگ به اوج خود می رسید، ما به رسول الله پناه می بردیم». آن هم در دشوارترین موقعیت و در قلب معرکه. صحت این کلام زمانی روشن خواهد شد که مروری بر زندگی پیشوایان دینی داشته باشیم. نزدیکترین نمونه در عصر ما، بنیانگذار بزرگترین جنبش اسلامی، **حسن البنا** رحمته الله است. آنگونه که شاگردان او نقل می کنند در شبانه روز بیشتر از چهار ساعت نمی خوابید، با این حال شعله ای از جنبش و تحرک و نشاط بود.

همچنین پزشکان ثابت کرده اند که خواب اندک انسان را کفایت می کند، چرا که خواب زیاد، خواب بیشتری به دنبال خواهد داشت، و در انسان ایجاد کسالت و سستی خواهد کرد. و این امر از نظر علمی و عملی ثابت و تجربه شده است.

نکته ی دوم این که شب زنده داری بیماری را از تن انسان می زداید. این خود از اسباب پیشگیری است، زیرا پزشکان بر این باورند که خواب زیاد باعث سکتی قلبی می شود. نظر برخی از پزشکان را در مورد این که انسان چند ساعت به خواب نیاز دارد، جویا شدم، در پاسخ گفتند: خواب مدت زمان مشخصی ندارد، هرگاه انسان احساس خستگی کرد، استراحت کند، چه بسا دو ساعت و یا چهار ساعت کافی باشد، مگر زمانی که خستگی ناشی از انجام کارهای سخت و طاقت فرسا و یا به دلیل بیماری باشد که در آن صورت تا زمانی

(۱) - «... از روی هوا و هوس سخن نمی گوید ۸ آن [چیزی که با خود آورده است و با شما در میان نهاده است] جز وحی [و پیامی] نیست که [از سوی خدا بدو] وحی می شود».

(۲) - شرح السنة. ر.ک: قطوف من الشمائل المحمدية (اثر ترمذی) ص ۷۷.

که خستگی برطرف نشده و بیماری از جسم بیرون نرفته، استراحت و خواب زیاد اشکال ندارد.

تخفیف برای سالمندان، بیماران و خستگان

جناب رسول اکرم ﷺ به تلاوت قرآن در شب و شب‌زنده‌داری بسیار تأکید می‌کرد و هیچگاه خودش این عمل پسندیده را ترک نمی‌کرد، و اگر بنا بر عذری نمی‌توانست آن را انجام دهد، بعداً قضای آن را به جای می‌آورد،^(۱) به طوری که تا آخر عمر این عمل پسندیده را ادامه داد. **عایشه** رضی الله عنها می‌گوید: «رَأَيْتُ النَّبِيَّ -صلى الله عليه وسلم- يَقْرَأُ فِي شَيْءٍ مِنْ صَلَاةِ اللَّيْلِ جَالِسًا، حَتَّى إِذَا كَبِرَ قَرَأَ جَالِسًا، فَإِذَا بَقِيَ عَلَيْهِ مِنَ السُّورَةِ ثَلَاثُونَ أَوْ أَرْبَعُونَ آيَةً قَامَ فَقَرَأَهُنَّ ثُمَّ رَكَعَ»^(۲) «آنحضرت را هیچ وقت ندیدم که مقداری از نماز شب را نشسته بخواند، مگر زمانی که به سن کهولت رسید. آن وقت نشسته می‌خواند، و چون سی یا چهل آیه باقی می‌ماند بلند می‌شد و آن‌ها را در حال ایستاده می‌خواند و بعد از آن رکوع می‌کرد». همچنین در مورد نماز شب آن حضرت ﷺ از حضرت **عایشه** سؤال شد، وی در پاسخ گفت: «هفت رکعت، نه رکعت و یازده رکعت، جز از دو رکعت سنت صبح، می‌خواند»^(۳). نیز می‌افزاید: «آن حضرت ﷺ در حالی از دنیا رحمت نمود که نه رکعت نماز شب می‌گزارد». بنابراین، برای شخص خسته و پیر و بیمار جایز است که از تعداد رکعات نمازهای مستحب خود بکاهد؛ همچنین جایز است که نماز را نشسته بگزارد، و سپس بلند شود و قبل از رکوع هر مقدار از قرآن را که برایش میسر بود تلاوت کند. هر چند می‌تواند نمازش را در حال نشسته با رکوع و سجده بدون آن که بایستد به اتمام برساند.

(۱)- در بحث آینده این مطلب را بیان خواهیم کرد.

(۲)- به روایت بخاری، الفتح، ۶ / ۴۰ ح ۱۱۴۸.

(۳)- به روایت بخاری، ۶ / ۳۵ ح ۱۱۳۹.

پدر و مادرم فدایت باید ای رحمة للعالمین! با وجود آن که پیر و ناتوان بودید هنوز بر شب‌زنده‌داری مواظبت می‌کردید، اما ما با وجود آن که هنوز در عنفوان جوانی و در اوج توانمندی هستیم، اگر برای سه رکعت بعد از عشا بلند شویم، بی‌نهایت احساس ضعف و سستی می‌کنیم و آن قدر سنگینی و کسالت از خود نشان می‌دهیم که نزدیک است مصداق آیه‌ی ذیل قرار گیریم که می‌فرماید: ﴿وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كُسَالَى﴾ [النساء: ۱۲۴]^(۱).

پناه بر خدا! آری، این وضعیت برای انجام فرایض است که متأسفانه در بسیاری از حالات در ما وجود دارد، به خصوص نماز صبح که غالباً یا آن را در وقت خودش همراه با جماعت نمی‌خوانیم، اگر هم بخوانیم، خضوع و فروتنی در آن وجود ندارد. مانند خروسی که با عجله و شتاب با نوکش از زمین دانه می‌چیند، چون تمام شد، انگار بار بسیار بزرگ و سنگینی را از دوش خود برداشته‌ایم.

برای گریز از شب‌زنده‌داری بسیار از مردم عذرهای گوناگون عرضه می‌کنند، از جمله این که به سبب انجام پاره‌ی از کارها و یا به سبب اشتغال به امر تدریس و غیره... خسته‌اند. و لیستی عریض و طویل از کارهایشان را ارائه می‌کنند، اینان در حقیقت با خودشان روراست نیستند، و خودشان را گول می‌زنند، چرا که همان فرد را چند لحظه‌ی دیگر مشاهده می‌کنید که مشغول تماشای تلویزیون و یا سرگرم شوخی و سخنان بیهوده و غیبت و تهمت و انواع و اقسام منکرات دیگر... است و با این کارها تا پاسی از شب بیدار می‌ماند، بدون آن که احساس خستگی کند. چون صبحت از نماز می‌شود به بهانه تراشی می‌پردازد و هنگام خواب یک رکعت می‌گزارد و سپس به سراغ رختخواب می‌رود، اگر تلویزیون فیلم خوب و دیدنی داشته باشد در آن صورت نماز را پیش از آن به جای می‌آورد، تا فکرش را مشغول نکند و بتواند فلم را خوب تماشا کند و از آن لذت ببرد. مسلمانان! شما را به خدا سوگند می‌دهم

(۱) - «... منافقان، هنگامی که برای نماز برخیزند، سست و بی‌حال به نماز می‌ایستند...».

مواظب اوقات و لحظه‌هایی عمرتان باشید و برای انجام کارهای خیر، امروز و فردا نکنید و آن‌ها را هدر ندهید و بدانید که شیطان همواره در صدد گمراه و منحرف کردن شماست و اگر به وسوسه‌های آن گوش فرا دهید، شما را مسخره و استهزا می‌گیرد. این سستی و تبلی به فضل و لطف الهی زایل خواهد شد، به شرطی که به نماز روی آوریم و به پیشگاه پروردگار بایستیم و آیات الهی را با تفکر و تدبر زمزمه کنیم، آن وقت است که باران رحمت الهی به سوی ما سرازیر می‌شود، و در درون احساس قرب و نزدیکی با خدا ایجاد می‌گردد، و غرق در عالم معنوی و روحانی خواهیم شد، و شب‌زنده‌داری برای ما بسیار محبوب و لذتبخش خواهد شد.

مسلمانان! باید غبار خواب و کسالت را از وجودتان بزداييد و از رسول الله ﷺ که حقاً بهترین اسوه و الگوی مؤمنان است، پیروی کنید و از هیچ چیزی نهراسید که -ان شاء الله- سستی و تبلی با اقدام به شب‌زنده‌داری و دعا و نیایش در شب، از بین خواهد رفت و در عوض تندرستی و شادابی نصیب شما خواهد شد. ای کاش فکر می‌کردیم که چه چیزی سبب شده بود که رسول الله ﷺ با وجود کهولت سن و بیماری، باز هم شب‌زنده‌داری کند. بی شک در آن راز بسیار بزرگی نهفته است که عبارت است از قرب و نزدیکی با پروردگار و انس گرفتن با محبوب و معبود خویش. آن لحظات خوشترین و سعادت‌آورترین لحظات انسان است و این همان سرّی است که **عمر بن الخطاب** رضی الله عنه آن را دریافته بود، چنانکه می‌فرماید: «سه چیز هستند که بدون آن‌ها ماندن در این دنیا را هرگز نمی‌پسندیدم؛ یکی از آن‌ها شکافتن دل شب و دست و پنجه نرم کردن با تاریکی‌های آن است». لذا سعادت‌مند کسی است که از این موهبت الهی و از این لذت، محروم نماند و از آن غفلت نرزد، منظور از این سخنان، ترویج سختگیری و فشار نیست، بلکه هدف این است که انسان وسوسه‌های شیطان را از خود دور کند و هراندازه که می‌تواند به شب‌زنده‌داری بپردازد. چنانکه پیامبر اسلام ﷺ می‌فرماید: «لِيُصَلَّ أَحَدُكُمْ دَسَاطَهُ، فَإِذَا فَتَرَ فَلْيَقْعُدْ»^(۱) «هر کدام از شما تا وقتی

(۱)- به روایت بخاری، ۶ / ۴۳ ح ۱۱۵۰.

که نشاط دارد نماز بگزارد، و چون احساس ضعف و خستگی کرد از نماز گزاردن دست بکشد و استراحت کند».

همچنین از طریق بعضی از روایات ثابت شده است که آن حضرت هنگام بیماری یک شب و یا دو شب قیام اللیل نفرموده^(۱). (والله أعلم)

حکم کسی که از نمازهای تهجد غفلت ورزیده و خوابیده است

در حدیث نبوی شریف چنین آمده است: «مَا مِنْ امْرِئٍ تَكُونُ لَهُ صَلَاةٌ بَلَيْلٍ فَغَلِبَ عَلَيْهِ نَوْمٌ إِلَّا كَتَبَ اللَّهُ لَهُ أَجْرَ صَلَاتِهِ، وَكَانَ نَوْمُهُ صَدَقَةً»^(۲) «هرکسی که به نماز شب پایبند باشد و [در شبی از شبها] خواب بر او چیره شد، پاداش و اجر آن نماز برای او نوشته می شود خوابش صدقه به شمار می رود».

این حدیث در حقیقت نشان دهنده‌ی عظمت و اهمیت نیت خالصانه است، نیز این بخش از حدیث که می فرماید: «تَكُونُ لَهُ صَلَاةٌ» بیانگر این است که این حکم در حق کسی است که در گزاردن نماز شب و انجام شب زنده داری همیشه مواظبت کند و اگر بنا به خستگی و یا بیماری از انجام آن ناتوان شد و خواب بر او چیره شد، ثواب و پاداش آن برای او منظور خواهد شد، نیز از سوی خداوند خواب او به عنوان صدقه ثبت خواهد شد.

البته با وجود این همه فضل، باز هم قضای آن مستحب است، آن حضرت صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ می فرماید: «مَنْ نَامَ عَنْ حِزْبِهِ أَوْ عَنْ شَيْءٍ مِنْهُ فَقَرَأَهُ فِيمَا بَيْنَ صَلَاةِ الْفَجْرِ وَصَلَاةِ الظُّهْرِ كُتِبَ لَهُ كَأَنَّمَا قَرَأَهُ مِنَ اللَّيْلِ»^(۳) «هرکسی از گزاردن تمام وظیفه یا بخشی از آن به خواب رود،

(۱)- به روایت بخاری، باب ترک القیام للمریض، ۶ / ۹ ح ۱۱۲۴. نیز باب مایکره من التشدد فی العبادة.

(۲)- به روایت نسایی و ابن ماجه از حدیث ابوالدرداء با سند صحیح، ر.ک: الفیض ۵ / ۴۲۷ به نقل از جمع الفوائد ۱ / ۳۱۳.

(۳)- به روایت مسلم ۶ / ۲۸ - ۲۹، نیز ابوداود، ر.ک: بذل المجهود ۷ / ۷۰.

قضای آن را بین نماز صبح و نماز ظهر به جای آورد؛ اگر چنین کند انگار که آن را در شب گزارده است».

در این حدیث پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله بر قضای نماز شب تشویق کرده است، نیز در آن اشاره‌ی زیبایی نهفته است که عبارت از اراده بر قیام و شب‌زنده‌داری است. چون انسان باید بداند که اگر نتوانست آن را بخواند، باید قضای آن را به جای آورد، پس یقیناً از انجام آن کوتاهی و غفلت نخواهد کرد و انجام آن برای او پسندیده و محبوب خواهد بود، همچنین با این اقدام خود شیطان را مغلوب خواهد کرد، چرا که او همیشه در کمین نشسته و علیه انسان توطئه چینی می‌کند و می‌کوشد تا انسان را از انجام کارهای خوب و پسندیده منصرف کند؛ چون می‌داند که اگر انسان به خواب رود و خداوند هم به محض نیت خالصانه و صادقانه به او پاداش و ثواب عنایت کند، و خواب نیز برای او به عنوان صدقه ثبت می‌شود، و گذشته از آن می‌توان قضای نماز شب را بین نماز فجر و نماز ظهر به جای آورد و پاداش و ثواب دیگری هم دریافت کند، در این صورت شیطان هم دوست دارد که انسان نماز را در وقت خودش بگذارد، تا پاداش و ثوابش مضاعف و دوچندان نشود.

کسانی که به نماز شب عادت دارند و به انجام آن پایبند می‌باشند، لازم است که اگر آن را در وقت خودش انجام ندادند، قضای آن را در روز بجای آورند و همانگونه که از این حدیث برمی‌آید، باید دوازده رکعت به عنوان نماز قضا بگذارند: «كَانَ نَبِيُّ اللَّهِ -صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ- إِذَا صَلَّى صَلَاةً أَحَبَّ أَنْ يُدَاوِمَ عَلَيْهَا وَكَانَ إِذَا غَلَبَهُ نَوْمٌ أَوْ وَجَعٌ عَنِ قِيَامِ اللَّيْلِ صَلَّى مِنَ النَّهَارِ ثِنْتَيْ عَشْرَةَ رُكْعَةً»^(۱) «عادت آن حضرت صلی الله علیه و آله بر این بود که هرگاه نمازی می‌گزارند دوست داشتند بر آن مداومت کنند و چون خواب برایشان چیره می‌شد و یا به علت بیماری می‌توانستند به قیام شب پردازند، در روز دوازده رکعت می‌گزارند».

مسلمانان! این است برخورد سرور دو جهان با نماز شب، چه الگوی زیبا و چه پیشوای با عظمتی! کسی که خداوند گناهان گذشته و آینده‌اش را بخشیده است، باز هم دوست ندارد از

(۱)- به روایات مسلم ۶ / ۲۸ - ۲۹ ابوداود و نسایی هم آن رار وایت کرده‌اند.

این فضیلت بزرگ بی‌بهره باشد، بلکه دوست دارد که از بندگان شاکر و سپاس‌گزار خدا باشد. شما هم ای رهبران دعوت اسلامی! از این نعمت بزرگ غفلت نورزید و آن را به عنوان بخشی از زندگی خویش قرار دهید تا بر شیوه و سنت پیشوای خود، پیامبر اسلام ﷺ قرار گیرید. همانگونه که خداوند سبحان بیان می‌دارد: ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا ۝﴾ [الأحزاب: ۲۱] (۱).

حکم شب‌زنده‌داری

قیام اللیل و شب‌زنده‌داری در ابتدای دعوت بر پیامبر اکرم ﷺ واجب شد، و تا یک سال حکم و جویی آن ادامه پیدا کرد. سپس از سوی خداوند تخفیف داده شد و از درجه‌ی وجوب به درجه‌ی استحباب تنزل یافت. و در این باب علما و ائمه‌ی اربعه اتفاق نظر دارند. **ابن حجر** در فتح الباری می‌گوید: «بیشتر علما اتفاق نظر دارند که نماز شب فرض نیست» (۲). **امام نووی** هم می‌گوید: «این مسئله کاملاً واضح است که نماز شب در حق جناب رسول اکرم ﷺ و امت ایشان مستحب است و در حق امت اسلام، به اجماع ثابت است که نقل محسوب می‌شود» (۳). این مسئله را **عایشه** رضی الله عنها چنین روشن می‌کند: «از ایشان در مورد قیام و شب‌زنده‌داری آن حضرت ﷺ سؤال شد، سؤال کننده می‌گوید: مرا از قیام رسول الله خبر بده. **عایشه** رضی الله عنها فرمود: مگر سوره‌ی **مُزَّمِّل** (۴) را نمی‌دانی؟ گفتم: چرا، فرمود: خداوند در ابتدای این سوره نماز شب را فرض کرد، و آن حضرت ﷺ تا یک سال بر آن

(۱) - «سرمشق و الگوی زیبایی در [شیوه‌ی پندار و گفتار و کردار] پیامبر خدا برای شماست. برای کسانی که [دارای سه ویژگی باشند]: امید به خدا داشته و جویای قیامت باشند و خداوند را بسیار یاد کنند...».

(۲) - فتح الباری ۳ / ۶.

(۳) - شرح النووی علی مسلم، ۶ / ۲۶ - ۲۷.

(۴) - هفتاد و سومین سوره‌ی مبارکه‌ی قرآن و دارای بیست آیه است. (مترجم)

مداومت کرد. خداوند خاتمه‌ی آن سوره را تا دوازده ماه در آسمان نگه داشت، بعد فرو فرستاد. و در آخر این سوره از سوی پروردگار تخفیف آمده است. لذا حکم قیام و شب‌زنده‌داری از درجه‌ی وجوب به درجه‌ی استحباب رسید^(۱).

عوامل یاریگر بر قیام شب

(۱) تعمق و تأمل در آیات و احادیثی که در مورد فضیلت شب‌زنده‌داری هستند، نیز شناخت درجات و ثوابی که خداوند برای شب‌زنده‌داران در نظر گرفته است، تا در قلب انسان علاقه و شوق ایجاد شود و محرکی برای نفس انسان جهت به دست آوردن فضیلت و ثواب بیشتر باشد.

(۲) تفکر در باره‌ی آخرت و صحنه‌های وحشتناک آن و تدبر در مورد آتش سوزان جهنم و گرفتاری‌های آن، بدون شک هرکسی این عمل را انجام دهد، خواب از چشمانش خواهد پرید و از خوف جهنم و گرفتاری‌های روز محشر هراسان خواهد شد. **طاووس** رضی الله عنه می‌گوید: بدون تردید یاد جهنم رباینده‌ی خواب از چشم عابدان است.

(۳) هرکسی که دیدار و ملاقات خدا را دوست داشته باشد، خداوند هم دیدار و ملاقات او را دوست خواهد داشت و هرکسی دیدار خدا را نپسندد خداوند هم دیدار او را نمی‌پسندد، چرا که مؤمن می‌داند هرگاه در پیشگاه خداوند بایستد و مشغول تلاوت قرآن و ترتیل آیات شود، در حقیقت با خواندن هر حرفی با خدایش گفت و گو و مناجات و نیایش می‌کند. بنابراین، قیام در تاریکی‌های شب برای او پسندیده و لذتبخش خواهد بود، و از این گفت و گو و مناجات لذت می‌برد و آرامش و طمأنینه در قلبش ایجاد می‌شود، چرا که تنها ذکر خدا آرام‌بخش دل‌هاست.

(۱)- به روایت مسلم، ابوداود و نسایی، جمع الفوائد ۱ / ۳۱۵ ح ۲۲۶۲.

(۴) لازم است از ارتکاب گناه در روز دوری جوید، زیرا نیکی به سوی نیکی فرا می‌خواند و بدی، بدی را فرا می‌خواند، و انجام اندی از خیر یا شر، منجر به بیشتر شدن آن‌ها می‌شود. ثوری می‌گوید: «مدت پنج ماه به سبب گناهی که مرتکب شده بودم از شب‌زنده‌داری محروم گشتم».

یک نفر به **حسن بصری** گفت: «ای ابوسعید، من با صحت و تندرستی کامل می‌خوابم و در ضمن دوست دارم که شب جهت قیام بیدار شوم و وسایل وضو را هم آماده می‌کنم، ولی بیدار نمی‌شوم، علت این امر چیست؟ فرمود: گناهانت تو را بسته اند».

(۵) در خوردن و آشامیدن زیاده‌روی نکند، چرا که زیاده‌روی در مصرف آن‌ها باعث کثرت خواب می‌شود و در نتیجه قیام و شب‌زنده‌داری بر او مشکل خواهد شد. از این جهت است که بعضی از بزرگان به مریدان خود چنین سفارش کرده اند که زیاد نخورید تا زیاد ننوشید و زیاد نخوابید، تا هنگام مرگ زیاد حسرت نخورید.

(۶) عدم انجام کارهای طاقت‌فرسا، زیرا این عمل خوب آور است.

(۷) عدم عشق‌ورزی به زرق و برق دنیوی، زیرا قلبی که به دنیا وابسته باشد، همیشه در فکر و اندیشه‌ی دنیا است، و از بهشت و نعمت‌های آن غافل می‌شود. چون انسانی که به دنیا دل بسته است، هر چند به نماز شب پردازد، باز هم نمی‌تواند به نحو احسن و مطلوب تدبر کند، بلکه تنها به چیزی می‌اندیشد که قلبش را مشغول کرده است.

(۸) مواضبت بر خواب روزانه [قیلوله]، چرا که این خواب سنت است، و انسان را برای شب‌زنده‌داری یاری می‌کند^(۱).

(۱) - رسول الله ﷺ می‌فرماید: «قِيلُوا فَإِنَّ الشَّيَاطِينَ لَا تَقِيلُ» «قیلوله کنید، زیرا که شیطان قیلوله نمی‌کند». این حدیث را طبرانی در «الاوسط» و ابونعیم در «الطلب» از طریق انس روایت کرده اند، آلبانی نیز در سلسله‌ی الاحادیث الحصیحة، شماره ۱۶۴۷ و صحیح الجامع الصغیر، شماره ۴۴۳۱ آن را حسن دانسته است. (مترجم)

گلچینی از حالات و سخنان گهربار دانشمندان اسلامی

حسن بصری رحمته الله علیه می فرماید: «هیچ عملی سخت تر و طاقت فرساتر از دست و پنجه نرم کردن با شب و انفاق این سرمایه سراغ نداریم». از وی سؤال شد که حکمت این که شب زنده داران از خوش سیماترین مردم هستند چیست؟ فرمود: حکمت آن این است که اینان با خداوند خلوت کرده اند و خداوند هم آنان را با نور خویش آراسته می گرداند».

یکی از نیکان از سفری باز گشته بود، برای وی رختخواب راحتی فراهم شد و بر آن به استراحت پرداخت، در نتیجه از انجام وظیفه‌ی شب خود غافل شد، لذا از این عمل سخت تکان خورد و سوگند یاد کرد که دیگر هرگز روی رختخواب نخوابد.

عبدالعزیز بن رواد رحمته الله علیه نیز وقتی که شب خیمه‌ی سیاهش را می گستراند به کنار بستر خویش می آمد، در حالی که بر آن دست می کشید، چنین می گفت: به خدا قسم، تو خیلی نرمی، ولی آنچه در بهشت است از تو نرم تر می باشد، و تا صبح به نماز می ایستاد.

فضیل رحمته الله علیه هم می گوید: «وقتی شب فرا می رسد از درازی آن وحشت زده می شوم، اما چون به تلاوت قرآن مشغول می شوم تا فرارسیدن سپیده‌ی صبح از آن سیر نمی شوم و به خواسته‌ام نمی رسم». از **وصله بن اشیم** رحمته الله علیه نقل شده است: «تمام شب را نماز می خواند، وقتی که سحر فرا می رسید، چنین می گفت: بار الها! هیچکس مثل من طالب و جوینده‌ی بهشت نیست، پس به فضل و رحمت خود از دوزخ نجاتم ده».

می گویند **حسن بن صالح** کنیزی داشت که آن را فروخت. آن کنیز نزد ارباب جدیدش رفت. وقتی که شب به نیمه رسید، از خواب برخاست و فریاد زد: ای اهل خانه! نماز، نماز، کسانی که در خانه بودند معترض شدند و گفتند مگر صبح فرا رسیده است؟

کنیز گفت: مگر شما به جز نماز فرض، نماز دیگری نمی خوانید؟ گفتند: نه. نزد **حسن** بازگشت و به وی چنین گفت: مرا به قومی فروخته‌ای که جز نماز فرض، نماز دیگری نمی گزارند، لذا مرا باز پس گیر. **حسن** هم پیشنهاد او را پذیرفت.

الربیع می گوید: «در منزل **امام شافعی** رحمته الله چند شبی به سر بردم، این بزرگوار در شب خیلی کم می خوابید».

ابوالجویریہ می گوید: «شش ماه با **امام ابوحنیفه** رحمته الله همراه بودم، در آن مدت لحظه‌ای راحت نخوابید. شیوه‌ی انسان چنین بود که شب را احیا می کرد، یک بار از جایی گذر کرد که اهالی آنجا با اشاره به او گفتند که این فرد تمام شب را احیا می کند، گفت: شرمم می آید که به چیزی توصیف شوم، ولی آن را عملاً انجام ندهم. لذا پس از آن همیشه تمام شب را احیا می کرد».

یکی از جویندگان حدیث نزد **امام احمد** رحمته الله حضور یافت و شب را نزد آن امام به سر برد؛ امام برای او آب وضو آماده کرد؛ ولی وقتی صبح فرا رسید، دید که آب همانطور سر جای خود قرار دارد، لذا خطاب به او گفت: تو طالب حدیث هستی و شب را احیا نمی کنی؟! **مالک بن دینار** می گوید: «شبی وظیفه‌ام را فراموش کردم و به خواب رفتم. در خواب دیدم که کنیزی فوق العاده زیبا با تکه کاغذی در دست می گوید: آیا می توانی بخوانی؟ گفتم: آری، سپس آن تکه کاغذ را به من داد؛ در آن کاغذ نوشته شده بود: آیا لذت‌ها و آرزوهای دنیا تو را از به دست آوردن همدم‌های زیبا و خوش سیمای بهشتی غافل کرده است که در آن به زندگی جاویدان همیشگی می پردازی؟ جایی که مرگ را در آن راهی نیست و با حوریان زیبا و خوبروی بهشتی همدم و مونس می شوی؟ لذا از خوابت بیدار شو، چرا که از خواب گذشتن و انس با قرآن برایت بهتر است».

ابوسهل الصلوکی در حالی که نفس خود را سرزنش می کند، چنین می سراید: همراه با غفلت می خوابیم در حالی که کبوتران گریانند، در صورتی که از آن‌ها هیچ گناهی سر نزده است، ولی من گناهان بی شماری مرتکب شده‌ام؛ به خدا سوگند! دروغ گفته‌ام، اگر عاقل بودم هیچگاه کبوتران بر گریه و ستایش پروردگار از من سبقت نمی گرفتند».

دیگری می گوید: ای مردان شب خیز! بکشید، چه بسا فریادهایی که در شب بی پاسخ نمی ماند. و به قیام شب بر نمی خیزد، مگر کسی که از اراده‌ی قوی و جدی برخوردار باشد».

سخن آخر

امام شهید حسن البناء رحمته طی سخنانی دعوتگران را به رازی بزرگ متوجه می‌کند، این راز استمرار آنان را در دعوت و قیام‌شان را به انجام وظیفه تقویت می‌کند. خطاب به آنان می‌گوید: «دقائق الليل غالبية فلا ترخصوها بالغفلة»^(۱) «لحظات شب گرانبها و پرارزش‌اند، سعی کنید آن‌ها را به بهای ارزان غفلت نفروشید».

برخی از اسرار و فواید شب‌زنده‌داری عبارتند از:

(۱) کسب تقرب و نزدیکی به خدا، زیرا در شب روابط و تعلقات دنیوی از دل بریده می‌شوند، چون شب آرامش‌بخش و سرشار از سکوت و خموشی است. هنگامی که مسلمانی به زمزمه و تلاوت کتاب ملکوتی خداوند می‌پردازد، با روحش به سوی درجات و مقامات بلند روحانی و معنوی به پرواز درمی‌آید و در قلبش چنان شفافیت و نورانیتی پدید می‌آید که تدبر و تفکر در معنای آیات قرآن را برایش سهل و آسان می‌کند: ﴿أَفَلَا يَتَذَكَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا﴾ [محمد: ۲۴]^(۲) آن وقت است که قفل‌های قلوب می‌شکند و در پیشگاه خداوند شفاف و پیراسته می‌شود.

(۲) قیام و شب‌زنده‌داری به مسلمان صبر و شکیبایی می‌آموزد، خداوند در قرآن می‌فرماید: ﴿وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ﴾ [البقرة: ۴۵]^(۳).

(۱) - مجله‌ی الدعوة، دوره‌ی پیشین، شماره ۶۳. به نقل از الرقائق.

(۲) - «آیا در باره‌ی قرآن نمی‌اندیشند [و مطالب و نکات آن را بررسی و واری نمی‌کنند؟] یا این که بر دل‌هایی قفل‌های [ویژه‌ای] آن را زده‌اند...».

(۳) - «و از شکیبایی و نماز [که دل را پاکیزه و انسان را از گناهان و پلیدی‌ها به دور می‌دارد] یاری جوید. و نماز سخت [دشوار و گران] است، مگر برای فروتنان [دوستدار طاعت و عبادت]... آن

در این آیه و آیات دیگر خداوند صبر را با نماز مقارن کرده است، آن هم بدین سبب که نماز بهترین یاور بر صبر و شکیبایی است به راستی که دعوتگر در مسیر دعوت نیازمند صبر و شکیبایی فراوانی است. چرا که راه و مسیر دعوت آکنده از مشکلات و ناهمواری‌هاست و در برابر این مشکلات و مصیبت‌ها هیچکس نمی‌تواند صبر کند، جز آن کسی که در مدرسه‌ی شبانه، عبادت و دعا و نیایش کرده و در تاریکی‌های شب به ناله و زاری پرداخته است و از نظر روحی و معنوی پرورش یافته باشد، چرا که انسان مؤمن آماده است تا در راه خدا تمام مشکلات و مصیبت‌ها را با عزم و اراده‌ی پولادین و با جدیت و شهامت تمام، پذیرا شود و هیچ وقت سستی و رخوت و یأس و ناامیدی را به قلب خود راه ندهد و در راه خدا قدم‌های استوار و محکم بردارد و جهت پیشبرد اهداف اسلامی و نیل به آن با شجاعت و عزت نفس و با این باور که نتیجه‌ی آن یا نصرت و پیروزی است و یا شهادت در راه خدا که عالی‌ترین آرزوی مسلمان است، پیش برود.

(۳) این آیه نشان می‌دهد که فرد نمازگزار، شکیبا، فروتن و متواضع است؛ در حالی که قلب او آکنده از امید به رحمت خداوندی است، به نماز روی می‌آورد، اما دیگران در حالی به نماز روی می‌آورند که انگار بار سنگینی بر دوش آنان نهاده می‌شود مثل خروس و ماکیان با عجله به زمین نوک می‌زنند؛ این هم بدان جهت است که چنین فردی از لذت و خشوع نهفته در نماز محروم و بی‌بهره بوده است. نماز در نظر این افراد حرکات و سکنات خشکی است که هیچگونه معنا و مفهومی ندارد.

(۴) فایده‌ی دیگری که در نماز شب نهفته است، این که روح تعاون و همیاری و امر به معروف و نهی از منکر را در انسان تحریک و تقویت می‌کند. چون کسی که در بیدار کردن همسر و نزدیکان خود حساس باشد و برای کسب این خصلت تمرین و

کسانی که به یقین می‌دانند خدای خویش را [پس از دوباره زنده‌شدن] ملاقات خواهند کرد. و این که ایشان به سوی او باز خواهند گشت [تا حساب و کتاب باز پس بدهند و پاداش خود را دریافت دارند]...».

ممارست کند، بدون شک این امر، خود به عنوان سرشت و خصلت در تمام شئون و کارهایش درمی آید، از این لحاظ است که فایده و سودش به دیگران هم منتقل و خود او هم در همه جا به عنوان یک مبلغ و دعوتگر اسلام مطرح می شود، زیرا خویشان و نزدیکان اولین کسانی بودند که خداوند رسول الله ﷺ را به دعوت آنان دستور داده است.

(۵) شب زنده داری انسان را از ارتکاب گناه حفظ می کند، چرا که: الف- دعوتگر نیازمندترین انسان به تقوا و اخلاص است و باید در نظر پروردگار پاک و پیراسته باشد، خداوند می فرماید: ﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ ۗ كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ ﴿۳﴾﴾ [الصف: ۲ - ۳] ^(۱).

ب- باید در دید دعوت شوندگان پاک و برای آنان الگو باشد تا به دعوتش بیشتر روی آورند و با کردار و افعال خود ترجمان گفته ها و نمایانگر حسن نیاتش باشد.

(۶) شب زنده داری صحت و تندرستی جسم را تقویت می کند: حق، پیروان و مردان نیرومند و تنومندی می طلبد، خداوند می فرماید: ﴿وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْحَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ﴾ [الأنفال: ۶۰].

پیامبر اسلام ﷺ هم می فرماید:

«الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ» ^(۲) «در نزد خدا، مؤمن توانمند

از مؤمن ضعیف و ناتوان بهتر و دوست داشتنی تر است».

(۱) - «ای مؤمنان! چرا سخنی [به دیگران] می گوئید که خود [برابر آن] عمل نمی کنید؟ * اگر سخنی را بگوئید و خود برابر آن عمل نکنید، موجب کینه و خشم عظیم خدا می شود...».

(۲) - به روایت مسلم، کتاب القدر، ۳۴. نیز ابن ماجه، المقدمه. ۱. احمد (بن حنبل) نیز این حدیث را روایت کرده است ۲ / ۳۶۶ - ۳۷۰.

منابع*

- ۱- حوى، سعيد، الأساس فى التفسير، دارالسلام للطباعة والنشر، القايره ۱۴۰۵ / ۱۹۸۵.
- ۲- قطب، سيد، فى ظلال القرآن، دارالشروق، بيروت ۱۴۰۰.
- ۳- صابونى، محمد على، مختصر تفسير ابن كثير، دارالقرآن، ۱۳۹۹.
- ۴- ناصف، منصور على، التاج الجامع للأصول فى أحاديث الرسول، مكتبه باموق، استانبول، ۱۳۸ / ۱۹۶۱.
- ۵- بذل المجهود فى حل ابى داود، دارالكتب العلمية، بيروت.
- ۶- صحيح مسلم، بشرح (إمام شرف الدين يحيى) نووى، دارإحياء التراث، بيروت، ۱۴۰۴ - ۱۹۸۴.
- ۷- محمد بن محمد بن سليمان، جمع الفوائد من جامع الأصول ومجمع الزوائد، وأعذب الموارد فى تخريج جمع الفوائد، المدينة المنورة، ۱۳۸۱ / ۱۹۶۱.
- ۸- ابن حجر، فتح البارى، شرح صحيح البخارى، مكتبة الكتاب الازهرية، القايره، ۱۳۹۸ / ۱۹۷۸.
- ۹- الهيثمى، حافظ ابوبكر، مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، دارالكتاب العربى، بيروت ۱۴۰۲ - ۱۹۸۲.
- ۱۰- غزالى، محمد بن محمد، إحياء علوم الدين، دارالمعرفة، بيروت.
- ۱۱- الراشد، محمد احمد، الرقائق، مؤسسة الرسالة، بيروت، ۱۴۰۳.
- ۱۲- ترمذى، الشمائل المحمدية.

(*)- این فهرست از روی چاپ دوم کتاب، برای استفادهی بیشتر علاقمندان، تهیه و تنظیم شده است.

١٣- الجوزيه، ابن القيم، زاد المعاد في هدى خير العباد، مؤسسة الرسالة، بيروت، ١٤٠٤ /
١٩٨٤.

١٤- زينو، محمد بن جميل، قطوف من الشمائل المحمدية، المدينة المنورة - القاهرة. و...

← «ای برادر! بهترین زمان مناجات و راز و نیاز، زمان خلوت تو با خداست، آن هم هنگامی که شب پرده‌های سیاهش را بر زمین می‌کشد، ستارگان ظاهر می‌شوند و مردم در خواب فرو می‌روند، ولی خلوت‌گزینان بیدارند و پروردگارشان را یاد می‌کنند، در آن لحظات ناتوانی خویش را ببین، پروردگارت را به بزرگی یاد کن و از ترس هیبتش گریه کن تا دلت آرام گیرد...».