

## اسرار و برکات نماز شب

## راضیه السادات عترتی

نماز شب در قرآن:

﴿ان نأشئة الیل هی اشد وطئا و اقوم قیلا﴾ (سوره مزمل، آیه ۶)

مسلمان نماز و عبادت شبانه پایرجاتر و با استقامت تر است.

﴿و الذین یتبتون لرهبهم سجدا و قیاما﴾ (سوره فرقان، آیه ۶۴)

(بندگان خاص خدا) کسانی اند که شبانگاه برای پروردگارشان سجده و قیام می کنند.

﴿ان ربک یعلم انک تقوم ادنی من ثلثی الیل و نصفه و ثلثه و طائفة من الذین معک﴾ (سوره مزمل، آیه ۲۰)

ای پیامبر پروردگارت می داند که تو و گروهی از آن ها که با تو هستند نزدیک دو سوم از شب یا نصف یا ثلث آن را به پا می خیزند.

فضیلت نماز شب:

امام صادق (ع) فرمود: هر کار نیکی که انسان با ایمان انجام می دهد پاداشش در قرآن ذکر شده است جز نماز شب که به خاطر اهمیت آن خداوند آن را با صراحت بیان نفرمود. همین قدر فرموده است:

﴿تتجانی جنوبهم عن المضاجع...﴾ (سوره سجده، آیه ۱۶ و ۱۷): پهلوهایشان از بسترها در دل شب دور

می شود (و به پا می خیزند و رو به درگاه خدا می آورند) و پروردگار خود را با بیم و امید می خوانند و از

آنچه به آنان روزی داده ایم انفاق می کنند! هیچکس نمی داند چه پاداش های مهمی که مایه روشنایی

چشم هاست برای آنان نهفته شده و این پاداش کارهایی است که انجام می دهند. (تفسیر نمونه، ج ۱۲، ص ۲۳)

خداوند متعال خطاب به رسول گرامی اسلام فرمود: ای محمد، اگر خشنودی ما را می خواهی در

روز به وظایف رسالت عمل کن؛ و اگر مقام محمود را می خواهی شب بیدار باش و نماز شب بخوان.

جبرئیل و اهمیت نماز شب:

پیامبر اکرم (ص) فرمود: جبرئیل آنقدر مرا به نماز شب سفارش کرد تا اینکه گمان کردم نیکان امتم شب

را نمی خوابند. (بحار الانوار ج ۸۴، ۲۱۴)

اهمیت نماز شب از زبان خدا و پیامبر و ائمه:

رسول خدا (ص) فرمود: بر شما باد خواندن نماز شب اگرچه یک رکعت باشد. (کنز الاعمال، ج ۷، ص

۷۸۶، ش ۸، ۲۱۴) و همچنین فرمودند: خداوند با نمازهای نافله، نمازهای واجب شما را کامل می کند و

می پذیرد. (وسائل الشیعه، ج ۳، ص ۷۳)

امام صادق می فرماید: کسی که نماز شب را ترک کند از شیعیان ما نیست. (اسرار الصلوة ص ۲۶۹) و امام صادق (ع) به سلیمان دیلمی فرمود: ای سلیمان نماز شب را ترک نکن همانا زیان کار کسی است که از نماز شب محروم بماند. (علل الشرایع، ص ۳۶۳) و همچنین فرمودند: جان ایمان سه چیز است: نماز شب خواندن، روزه را افطار دادن و به ملاقات برادران رفتن. (رسالة لقاء الله، ۶۸)

#### فضیلت و ثواب نماز شب:

فضیلت نماز شب بر نماز مستحب در هنگام روز مانند فضیلت انفاق پنهانی بر انفاق آشکار است. (کنز الاعمال، ج ۷، ص ۷۸۸)

پیامبر اکرم (ص) می فرماید: بر شما باد نماز شب که آن روش صالحان پیش از شما و وسیله نزدیک شدن به خداوند و مانع گناهان آینده و کفاره گناهان گذشته و دورکننده دردها از بدن می باشد. (کنز الاعمال ص ۷۹۰)

رسول خدا فرمود: آیا چهره نماز شب خوان ها را نمی بینی که از همه چهره ها زیباتر است؟ این برای آن است که آنان هنگام شب با خدای سبحان خلوت کرده اند و خدای تعالی جامه ای از نور خود بر چهره ایشان پوشانید. (رسالة لقاء الله، ص ۱۳۱)

نماز شب چراغ خانه و حجابی در میان آنان و آتش دوزخ و گذرنامه صراط و کلید بهشت است. حضرت علی (ع) می فرماید: نماز شب مایه سلامتی جسم و متوسل شدن به اخلاق پیامبران و موجب رضایت پروردگار عالمیان است. (میزان الحکمة، ج ۵، ص ۴۱۷)

#### پیامبران و نماز شب:

در روایت از امام باقر (ع) آمده است که فرمود: «آگاه باشید که هیچ پیامبری نیامده مگر با نماز شب و هیچ پیامبری هم نماز شب را سر شب نمی خوانده است».

بر همین اساس روایت شده است بهترین موقع نماز شب پس از نصف شب تا هنگام نماز صبح است که هرچه به آخرهای شب نزدیک شود فضیلتش بیشتر است ولی برای کسی که انجام آن پس از نصفه شب میسر نیست، خواندن آن سرشب اشکالی ندارد. (سیره انبیاء (چهل حدیث)، ص ۳۱-۳۲)

حضرت داود (ع) گاهی تمام شب را بایک رکعت اشک می ریخت و از گریه او همه چیز می گریست و اگر شخص غمگین و بیمار صدای مناجات و گریه او را می شنید آرامش می یافت. (نماز معراج خاکیان، ص ۲۴۲) روایت شده است که خدای متعال به حضرت موسی (ع) وحی کرد که: ای موسی! در تاریکی شب از خواب برخیز (و مناجات و راز و نیاز کن) تا قبرت را باغی از باغ های بهشت قرار دهم.

در تفسیر نور می خوانیم: سه چیز بر پیامبر اکرم (ص) واجب بود و بر دیگران مستحب: نماز شب،

مسواک و سحرخیزی . (تفسیر نور، ج ۷، ص ۱۰۵)

در کیفیت نماز شب رسول اکرم (ص) آمده است که آن حضرت آب وضو و مسواک خود را از قبل مهیا می فرمود و مانند یک رزمنده سنگر نشین خواب طولانی نداشت و همواره پاسدار حرم دل بود که مبادا غفلت به آن راه پیدا کند و پس از خوابی کوتاه بیدار می شد و چهار رکعت نماز می خواند و دوباره بر می خاست و به همین ترتیب عمل می کرد . و هر بار که بیدار می شدند به آسمان نگاه می کردند و این آیات را تلاوت می کردند: ﴿ان فی خلق السموات و الارض و اختلاف الیل و النهار لآیات لاولی الالباب...﴾ (سوره آل عمران آیه ۱۹۰).

از خود امیرالمؤمنین ، امام علی (ع) نیز روایت شده است که فرمودند: از وقتی که از رسول خدا شنیدم که فرمود: «نماز شب نور است» هرگز نماز شب را ترک نکردم حتی در یکی از سخت ترین شب های نبرد که به نام لیلۃ الہریر معروف است . ایشان در آن شرایط سخت فرشی را پهن کردند و بر روی آن مشغول خواندن نماز شب شدند در حالی که تیرهای زیادی از طرف راست و چپ ایشان می گذشت و هرگز تزلزلی در ایشان ایجاد نکرد و ایشان از جایشان تکان نخوردند تا اینکه نماز شبشان تمام شد . (متھی الامال، ج ۱، ص ۱۵۰، شرح نهج البلاغه)

در شرح حال امام حسین (ع) و یارانش در شب عاشورا چنین می خوانیم: در شب عاشورا امام حسین و یارانشان تا بامداد در حال نماز شب خواندن و نیایش و ناله و زمزمه بودند که این صداها همچون آوای زنبور عسل به گوش می رسید که حتی دشمن تحت تأثیر قرار گرفته بود . (مقتل الشمس، ص ۱۸۸)

از یکی از کنیزهای امام سجاد (ع) پرسیدند: از حال آقای خود برای ما نقل کن ، او گفت: مختصر بگویم یا مفصل؟ گفتند: مختصر . گفت: هیچگاه در روز برای او غذا حاضر نکردم زیرا در حال روزه بود و هیچ شبی برای او رختخواب پهن نکردم زیرا برای خدا شب زنده دار بود و هرگاه به نماز شب می ایستادند در قنوت نماز وتر سیصد مرتبه می گفتند: «العفو، الہی العفو» پروردگارا مرا ببامرز . (نمونه معارف اسلامی، ج ۳، ص ۳۰۹)

امام صادق (ع) فرمودند: «پدرم حضرت امام باقر (ع)، رضوان خدا نثارش باد، چون شبانگاه از خواب برمی خاست در نماز شب قیامی طولانی و رکوع و سجده ای طولانی به جای می آورد به حدی که گفته می شد خوابش برده است؛ ناگاه می شنیدیم که می گوید «لا اله الا الله حقا حقا» (سیره باقری (ع) چهل حدیث، ص ۲۹)

امام موسی بن جعفر<sup>(ع)</sup> در وصف مهدی آل محمد<sup>(عج)</sup> فرمود: با آن چهره گندمگون که به زردی بی خوابی نیز آمیخته است فدای آن که شبش را در حال رکوع و سجود و ستاره شماری (کنایه از بیداری بسیار) و تماشای عجایب آسمان خواهد گذراند.

### بزرگان و نماز شب:

حضرت آیت الله العظمی مرعشی نجفی<sup>(ع)</sup> به فرزندش وصیت کرد: سجاده ای که هفتاد سال بر روی آن نماز شب به جا آورده ام و تسبیحی از تربت امام حسین<sup>(ع)</sup> که با آن در سحرها به عدد دانه هایش استغفار کرده ام با من دفن شود. (فرازهایی از وصیت نامه الهی و اخلاقی آیت الله مرعشی نجفی<sup>(ع)</sup> ص ۱۹)

علامه طباطبایی<sup>(ع)</sup> می گوید: مرحوم آیت الله میرزا آقای قاضی به من گفتند: ای فرزند، دنیا می خواهی نماز شب بخوان و آخرت می خواهی باز هم نماز شب بخوان. علامه طباطبایی نیز می فرمایند: از وقتی که ایشان این مطلب را فرمودند دیگر نماز شب را ترک نکردم. (اخلاق و عرفان در وضو و نماز، ص ۱۷۶)

حضرت امام خمینی<sup>(ع)</sup> تقیّد خاصی به نماز شب داشته اند. مرحوم حاج آقا مصطفی یک روز نقل کردند که امام فرموده است: اگر به مطالبی رسیده ام از سحر خیزی من بوده است و به شاگردانشان می فرمودند که نماز شب و سحر خیزی را از دست ندهند. (برداشت هایی از سیره امام خمینی<sup>(ع)</sup>، ج ۳، ص ۱۲۹)

### دستور خواندن نماز شب:

نماز شب یازده رکعت است شامل: چهار نماز دو رکعتی به نیت نماز شب و یک دو رکعتی به نیت نماز شفع که این پنج نماز مانند نماز صبح خوانده می شود و یک نماز یک رکعتی به نیت نماز وتر. نماز و ترکیب رکعت است، پس از خواندن حمد و سوره باید دست چپ و راست را بلند کرد و قنوت خواند. قنوت نماز وتر را می توان مانند نمازهای دیگر خواند و یا می توان آن را طولانی و مفصل خواند، مستحب است در قنوت نماز وتر از خوف خدا و ترس از عقوبت گناهان گریه کند و برای برادران و خواهران مؤمن خود دعا کند. مستحب است که در قنوت نماز وتر نام چهل مؤمن را ذکر کند و برای آن ها طلب آمرزش کند. شایسته است در قنوت نماز وتر هفتاد مرتبه بگوید: «استغفرالله ربی و اتوب الیه»: از خدای مهربان آمرزش می طلبم و به سوی او بازگشت می نمایم. و هفتاد مرتبه بگوید: «هذا مقام العابد بک من النار»:

پروردگارا این موقف کسی است که از آتش دوزخ به تو پناه آورده است و سیصد مرتبه یا کمتر بگوید العفو، پس از گفتن العفو در قنوت نماز وتر این دعا را بخواند: «رب اغفرلی و ارحمنی و تب علی انک انت التواب الغفور الرحیم». در قنوت نماز مستحبی می تواند حاجت های خود را به زبان فارسی یا غیره هم بیان کند، چنان که برخی از علما فتوا داده اند و یا خود در قنوت نماز مستحبی مطلبی را به زبان فارسی می خوانند. (هزار و

یک نکته درباره نماز، نکته ۵۲، ص ۲۱)

### چند نکته جالب

مردی به امیر مؤمنان علی (ع) عرض کرد:  
من از نماز شب محروم شده‌ام. حضرت  
فرمودند: تو را گناهانت به بند کشیده است.  
(نورالثقلین، ج ۳، ص ۲۰۴).

در حالات بعضی بزرگان نقل می‌کنند که  
فرمودند: شب‌ها ملائکه مرا برای نماز و  
نافله شب بیدار می‌کردند ولی گاهی صدا

می‌زدند آقا، آقا، پا شوید. بعضی سحرها دقت کردم دیدم اعمالی که در روز انجام می‌دهم در صدا زدن  
شبم تأثیر دارد، روزهایی که خیلی مراقبم شب‌ها آقایم می‌خوانند و روزهایی که کمی نقصان است مرا  
آشیخ صدایم می‌زنند و روزهایی که خطاهایی دارم با لفظ اُ صدایم می‌زنند. (نماز نیاز عاشقان، ص ۱۰۹)  
امام باقر (ع) فرمود: شب شیطانی دارد به نام «زهاء» به معنی فخر و تکبر (لسان العرب). وقتی بنده‌ای  
بیدار می‌شود و تصمیم دارد نماز شب بخواند به او می‌گوید: هنوز وقت نماز نشده، برای مرتبه دوم بیدار  
می‌شود، باز می‌گوید وقت باقی است و به همین صورت او را به خوابیدن تشویق می‌کند تا اذان شود. (نماز  
شب، تجهد (خسروی)، ص ۴۱)

امام صادق (ع) فرمود: خوشم نمی‌آید از بنده‌ای که قرآن خوانده و فضیلت نماز شب را دریافته و شب  
هم بیدار شده؛ ولی برای نماز شب برنمی‌خیزد تا اینکه بامداد فرا می‌رسد و او فقط نماز صبحش را  
می‌خواند. (معارف و معاریف، ج ۱۰، ص ۴۸)

### احکام نماز شب

۱. فضیلت نمازهای شفع و وتر از هشت رکعت نماز دیگر بیشتر است.
۲. اگر وقت برای ادای نماز شب تنگ باشد انسان می‌تواند فقط به نماز وتر اکتفا کند.
۳. وقت نماز شب از اول نیمه شب است تا طلوع صبح صادق.
۴. افضل آن است که نماز شب به هنگام سحر خوانده شود و هنگام سحر، عبارت است از یک سوم  
آخر شب و هر قدر به صبح نزدیک تر باشد افضل خواهد بود.
۵. مسافر می‌تواند نماز شب را پیش از نیمه شب بخواند.
۶. جوان و یا پیرمردان که می‌ترسند خواب بمانند می‌توانند نماز را پیش از نیمه شب بخوانند.
۷. مستحب است که نماز شب را بلند بخواند تا اگر از خانواده اش کسی می‌خواهد به نماز شب  
برخیزد.