

# توصیه های آیت الله بهجت به سحرخیزی و راه رفع کسالت در نماز شب

آیت الله بهجت: بزرگان وقتی میخواستند مطلبی و فیضی را از خداوند بگیرند، از شب و سحر استفاده میکردند، زیرا در سحر با خدا خلوت کردن و با خدا ارتباط پیدا کردن، اثر خاصی دارد.

به گزارش پایگاه تحلیلی کلینیک روح درمانی (تهذیب آنلاین)، آیت الله بهجت: اصلاً پیغمبر اکرم(ص) با همین شبزنده داری و سحرخیزی و انس با شب، معارف الهی را گرفتند. این که ائمه (علیه السلام) فرموده اند: «صبر می کنیم شب جمعه شود تا درهای رحمت الهی باز شود و علم ما آل محمد در شبهای جمعه و شبهای قدر و غیره نورانیت بیشتری پیدا می کند.» بله! آن لحظه های خاص و آن رحمت الهی در سحر (است).

بزرگان وقتی میخواستند مطلبی و فیضی را از خداوند بگیرند، از شب و سحر استفاده میکردند، زیرا در سحر با خدا خلوت کردن و با خدا ارتباط پیدا کردن، اثر خاصی دارد.

## راه رفع کسالت در نماز شب

کسالت در نماز شب به این رفع میشود که بنا بگذارید هر شبی که موفق به خواندن آن نشدید، قضای آن را به جا آورید. در تعبّدیات کوه کردن و کار طاقت فرسایی از ما نخواستند؛ سخت ترینش نماز شب خواندن است که در حقیقت تعیین وقت خواب است نه اصل بی خوابی. بلکه نیم ساعت زودتر بخواب تا نیم ساعت زودتر بیدار شوی. در اوقات توفیق مسامحه نکنید؛ در سایر اوقات موفق می شوید.

\*[افق حوزه](#)

منبع: پرسشهای شما، پاسخهای آیه الله بهجت و صدای سخن عشق