

[702-7174] أفضل وقت لقيام الليل - الشيخ صالح الفوزان

صالح الفوزان

الله عليكم سماحة الوالد يقول السائل في قول الله جل وعلا كانوا قليلا من الليل ما يهجعون والسؤال بعض الاطباء يوصي بان ينام الشخص ثماني ساعات. هل هذا مضر بالصحة - [00:00:00](#)

ينام الانسان قدر ما يستريح جسمه ويستجد نشاطه ثم يقوم والافضل ان يقوم ثلث الليل الاخر هذا هو الافضل. ثلث الليل الاخر بانه وقت النزول الالهي وقت النزول الالهي ثلث الليل الاخر. وهذا قيام داوود عليه السلام - [00:00:14](#)

نعم - [00:00:41](#)