mroftalp htehaB ni knil muideM

فتاوى عامة

ماهو علاج الأرق؟ 1341/6/71 هـ)عبدالرحمن البراك(

عبدالرحمن البراك

احسن الله اليكم همام يقول شيخنا الفاضل ما هو علاج من يتعار ويتقلب على فراشه في الليل ويكثر التفكير وبالتالي لا يأتيه النوم. هل هناك يا شيخنا من طريقة يذهب عنه ما يجد ارشدوني بارك الله فيكم. ادعو ربك ادعو ربك - 00:00:00

ادعوا ربكم نسأل الله ان وعافية هذا يقال الارق والارق عارظ من عوارض الحياة يعرض لبعض الناس الارق بحزمه ما يجيه النوم كل الليل او كثير من الليل ما ينام - 00:00:18

لكنه ينام في النهار وايلي على ان يجيك النوم يعني وكذا اشغل نفسك اشغل نفسك بذكر الله الحمد لله نعم - 00:00:38