

# هل من الأفضل المحافظة على صيام يوم وإفطار يوم أم الاثنين والخميس ؟

أحمد النقيب

هل من افضل المحافظة على صيام يوم وفطر يوم؟ ام صيام الاثنين والخميس؟ صراحة انا احب لك اذا اردت ان تبتدا الطاعة فخذ نفسك بالاخف يا اخواني قلت لكم اكثرا من مرة بان حالي وحالكم كحال المؤلفة قلوبهم. والله حاجة - [00:00:00](#)

حالي قبل حالي قبل المؤلفة قلوبهم. لابد ان نؤلف قلوبنا على طاعة الله لا ان ننصر انفسنا على طاعة الله. والنبي عليه الصلاة والسلام قال اقرأوا القرآن ما اختلفت عليه قلوبكم - [00:00:23](#)

ما اختلفت عليه قلوبكم. والنبي عليه الصلاة والسلام ذكر لمن قام الليل فوجد في نفسه ضعفا ان يرقد ان يرقد فلا تأخذ نفسك بالاشد ولكن عليك بالاقل الذي تقدر عليه حتى تنتظم. فهذا هديه - [00:00:43](#)

صلى الله عليه وعلى الله وصحبه وسلم. فكان عمله ديمة كما ثبت عنه صلى الله عليه وسلم - [00:01:03](#)