

# 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 تبتدأ الطاعة فخذ نفسك بالاخف يا اخواني قلت لكم اكثر من مرة بان حالي وحالكم كحال المؤلفه قلوبهم. والله حاجة - [00:00:00](#) حالي قبل حالكم والله. كحال المؤلفه قلوبهم. لابد ان نؤلف قلوبنا على طاعة الله لا ان نقصر انفسنا على طاعة الله. والنبي عليه الصلاة والسلام قال اقرأوا القرآن ما ائتلفت عليه قلوبكم - [00:00:23](#) ما ائتلفت عليه قلوبكم. والنبي عليه الصلاة والسلام ذكر لمن قام الليل فوجد في نفسه ضعفا ان يرقد ان يرقد فلا تأخذ نفسك بالاشد ولكن عليك بالاكل الذي تقدر عليه حتى تنتظم. فهذا هديه - [00:00:43](#) صلى الله عليه وعلى اله وصحبه وسلم. فكان عمله ديمة كما ثبت عنه صلى الله عليه وسلم - [00:01:03](#)