أن النبي صلى الله عليه وسلم كان يَنَام أول اللَّيل، ويقوم آخره فَيُصلِّي

عن عائشة رضي الله عنها أن النبي صلى الله عليه وسلم كان يَنَام أول اللَّيل، ويقوم آخره فَيُصلِّي.
[صحيح] [متفق عليه]

تُخبر عائشة رضي الله عنها أن النبي صلى الله عليه وسلم كان ينام أول الليل، وذلك بعد صلاة العشاء، ويقوم آخره، وهو: الثلث الثاني من الليل، فإذا فَرَغ من صلاته، رجع إلى فراشه ليَنَام، وذلك في السُدس الأخير من الليل؛ ليستريح بَدَنه من عَنَاء قيام الليل، وفيه من المصلحة أيضاً استقبال صلاة الصبح، وأذكار النهار بنشاط وإقبال، ولأنه أقرب إلى عدم الرياء؛ لأن من نام السدس الأخير أصبح ظاهر اللون سليم القوى، فهو أقرب إلى أن يخفي عمله الماضي عمن يراه. ولهذا جاء أن الأذان الأول؛ ليوقظ النائم ويرجع القائم، فالقائم يرجع إلى النوم؛ ليَكتَسِب بدنه قوة ونشاطاً، وأما النائم، فيستيقظ حتى يَستعد للصلاة، وحتى يصلي وتره إذا لم يوتر أول الليل.

http://www.sunnah.global/hadeeth/ar/show/4247