নিশ্চয় দ্বীন হৈছে সহজ-সৰল। দ্বীনি বিষয়ত যিয়েই উগ্ৰতা প্ৰদৰ্শন কৰে সি পৰাজিত হয়। এতেকে তোমালোকে মধ্যম পন্থা অৱলম্বন কৰা, আৰু মধ্যম পন্থাৰ নিকটৱৰ্তী থাকিবা

আবু হুৰাইৰাহ ৰাদ্বিয়াল্লাহু আনহুৰ পৰা বৰ্ণিত, নবী চাল্লাল্লাহু আলাইহি অছাল্লামে কৈছেঃ "নিশ্চয় দ্বীন হৈছে সহজ-সৰল। দ্বীনি বিষয়ত যিয়েই উগ্ৰতা প্ৰদৰ্শন কৰে সি
পৰাজিত হয়। এতেকে তোমালোকে মধ্যম পন্থা অৱলম্বন কৰা, আৰু মধ্যম পন্থাৰ নিকটৱৰ্তী থাকিবা, লগতে ছোৱাবৰ আশা পোষণ কৰিবা, আৰু পুৱা-গধূলি তথা ৰাতিৰ কিছু অংশত (ইবাদতৰ জৰিয়তে) সহায় প্ৰাৰ্থনা কৰা।" [ছহীহ] [(বুখাৰী)]

হাদীছটোত নবী চাল্লাল্লাহু আলাইহি অছাল্লামে স্পষ্ট কৰিছে যে, দ্বিনে ইছলাম সকলো ক্ষেত্ৰতে সহজ-সৰল। অপাৰগতাৰ সময়ত তথা প্ৰয়োজনতো ইয়াৰ বিধানবোৰ অত্যন্ত সহজ-সৰল। কাৰণ নম্ৰতা বা সৰলতাক পৰিহাৰ কৰি ধৰ্মীয় কামৰ গভীৰতালৈ সোমাই গ'লে অপাৰগতাই দেখা দিয়ে, অথবা কামটো সম্পূৰ্ণৰূপে বা আংশিকৰূপে বন্ধ হৈ পৰে। ইয়াৰ পিছত নবী চাল্লাল্লাহু আলাইহি অছাল্লামে সীমালংঘনক পৰিহাৰ কৰি মধ্যম পন্থা অৱলম্বন কৰিবলৈ উৎসাহিত কৰিছে। গতিকে বান্দাক যিটো নিৰ্দেশ দিয়া হৈছে সেইক্ষেত্ৰত অৱহেলা কৰা উচিত নহয়। আনহাতে যিটো কৰিবলৈ সি সক্ষম নহয় তেনেকুৱা কাম জোৰজবৰদস্তি কৰাৰো প্ৰয়োজন নাই। এতেকে যদি সি কামটো পৰিপূৰ্ণৰূপে কৰিব নোৱাৰে তেন্তে যিমানখিনি সম্ভৱ সেইখিনি পালন কৰা উচিত। এইদৰে নবী চাল্লাল্লাহু আলাইহি অছাল্লামে ধাৰাবাহিক নিয়মিতভাৱে পালন কৰা আমলৰ ছোৱাবৰ সুসংবাদ দিছে, যদিও সেয়া পৰিমাণত কম হয় আৰু সম্পূৰ্ণৰূপে আদায় কৰিবলৈও অক্ষম হয়। কিয়নো অপাৰগতা যিহেতু নিজৰ ফালৰ পৰা নহয়, সেয়ে ছোৱাবো হ্ৰাস কৰা নহয়। যিহেতু পৃথিৱীৰ জীৱন হৈছে এটা ভ্ৰমণৰ দৰে, ইয়াৰ গন্তব্য স্থান হৈছে আখিৰাত। সেয়ে নবী চাল্লাল্লাহু আলাইহি অছাল্লামে ধাৰাবাহিক নিয়মিত ইবাদতৰ জৰিয়তে তিনিটা সক্ৰিয় সময়ত সহায় প্ৰাৰ্থনা কৰাৰ নিৰ্দেশ দিছে। ১- আল-গাদৱাহঃ অৰ্থাৎ দিনৰ প্ৰথম ভাগত। এইটো হৈছে ফজৰৰ পিছৰ পৰা সূৰ্য্য উদয় হোৱাৰ আগমূহুৰ্তলৈকে। ২- আৰ-ৰাওহাঃ অৰ্থাৎ দুপুৰীয়া সূৰ্য্য ঢাল খোৱাৰ পিছত। ৩- আদ-দুলজাহঃ গোটেই ৰাতি অথবা ৰাতিৰ কিছু অংশত। কাৰণ দিনৰ আমলতকৈ ৰাতিৰ আমল অধিক কষ্টকৰ, সেয়ে ৰাতিৰ কিছু অংশত ইবাদত কৰাৰ কথা কৈছে।

http://www.sunnah.global/hadeeth/as/show/5795