থামো! তোমরা সাধ্যমত আমল কর। আল্লাহর কসম! আল্লাহ ক্লান্ত হন না, যতক্ষণ না তোমরা ক্লান্ত হয়ে পড়।” আর সেই আমলই তাঁর নিকট প্রিয়তম, যেটা ব্যক্তি লাগাতার করে।

আয়েশা রাদিয়াল্লাহু আনহা থেকে বর্ণিত, একদা নবী সাল্লাল্লাহ আলাইহি ওয়াসাল্লাম
তাঁর নিকট গেলেন, তখন এক মহিলা তাঁর কাছে (বসে) ছিল। তিনি বললেন, “এটি কে?” আয়েশা (রাদিয়াল্লাহু আনহা) বললেন, ‘অমুক মহিলা, যে প্রচুর সালাত আদায় করে।’ তিনি বললেন,
“থামো! তোমরা সাধ্যমত আমল কর। আল্লাহর কসম! আল্লাহ ক্লান্ত হন না, যতক্ষণ না তোমরা ক্লান্ত হয়ে পড়।” আর সেই আমল তাঁর নিকট প্রিয়তম, যেটা তার আমলকারী লাগাতার করে।
[সহীহ] [মুত্তাফাকুন ‘আলাইহি (বুখারী ও মুসলিম)।]

একজন মহিলা আয়েশা রাদিয়াল্লাহু ‘আনহাকে দেখতে এসে তার নিকট তার অধিক ইবাদত ও সালাত আদায় করার বিষয়টি আলোচনা করেন। আয়েশা রাদিয়াল্লাহু ‘আনহা বিষয়টি রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়সাল্লামের নিকট আলোচনা করলে তিনি তাকে ইবাদতে বাড়াবাড়ি এবং নফসকে সাধ্যাতীত কষ্ট দেওয়া থেকে নিষেধ করেন। আর তিনি জানিয়ে দেন যে, আল্লাহ তা‘আলা তোমাদের সাথে ক্লান্তির আচরণ করেন না, যেন তোমরা ক্লান্ত হয়ে আমল ছেড়ে দাও। তাই তোমাদের উচিত হলো যা তোমরা সব সময় করতে পারবে এমন কর্ম করা। যাতে তোমাদের জন্য কর্মের সাওয়াব এবং তোমাদের ওপর তার অনুগ্রহ অব্যাহত থাকে।

http://www.sunnah.global/hadeeth/bn/show/5845