El Mensajero de Al-lah, Él le bendiga y le dé paz, comía durante los días del mes hasta el punto que pensábamos que no ayunaba en él ningún día. Y, en otro mes, ayunaba tantos días que pensábamos que no rompía su ayuno. A veces creíamos que no le íbamos a ver realizar la oración nocturna voluntaria, sin embargo lo veíamos hacerla a diferentes horas de la noche y creíamos que no le íbamos a ver dormir parte de la noche hasta que lo veíamos dormido.

De Anás, Al-lah esté complacido con él, que dijo: “El Mensajero de Al-lah, Él le bendiga y le dé paz, comía durante los días del mes hasta el punto que pensábamos que no ayunaba en él ningún día. Y, en otro mes, ayunaba tantos días que pensábamos que no rompía su ayuno. A veces creíamos que no le íbamos a ver realizar la oración nocturna voluntaria, sin embargo lo veíamos hacerla a diferentes horas de la noche y creíamos que no le íbamos a ver dormir parte de la noche hasta que lo veíamos dormido”.
[Hadiz auténtico (sahih)] [Registrado por Al-Bujari]

El significado de este hadiz: Anás, Al-lah esté complacido con él, nos informa de cómo realizaba el Mensajero de Al-lah, Él le bendiga y le dé paz, el ayuno y la oración nocturna voluntarios. Nos dice que comía durante los días del mes hasta el punto que pensábamos que no ayunaba en él ningún día. Y, en otro mes, ayunaba tantos días que pensábamos que no rompía su ayuno. Al-lah le bendiga y le dé paz, no solía seguir una hora determinada cuando realizaba la oración nocturna voluntaria, sino que se le veía hacerla a diferentes horas de la noche, a primera hora, a media noche o de madrugada. De modo que a veces creían que no le iban a ver a tal hora de la noche, sin embargo terminaban viéndolo rezar a esa hora. Del mismo modo, creían que no le íban a ver dormir parte de la noche hasta que lo veían dormido. Por lo tanto, se guiaba por el término medio en sus acciones, ni abuso ni dejadez.

http://www.sunnah.global/hadeeth/es/show/3769