Ô ‘Abdallah ! Ne sois pas comme Untel qui veillait la nuit en prière, puis a délaissé la prière nocturne !

‘Abdallah ibn ‘Amr ibn Al-’Âṣ (qu’Allah l'agrée, lui et son père) relate que le Messager d’Allah (sur lui la paix et le salut) lui a dit : « Ô ‘Abdallah ! Ne sois pas comme Untel qui veillait la nuit en prière, puis a délaissé la prière nocturne ! »
[Authentique] [Rapporté par Al-Bukhârî et Muslim]

Le Prophète (sur lui la paix et le salut) a mis en garde ‘Abdullah ibn ‘Amr ibn Al-’Âṣ (qu’Allah l'agrée, lui et son père) contre le fait de délaisser la prière nocturne comme l’avait abandonnée Untel parmi les gens. Il n’a pas mentionné la personne en question afin de le dissimuler. Le musulman doit donc faire attention à ne pas être trop dur dans l’adoration et à ne pas se charger au-delà de ce qu’il est en mesure de supporter. En effet, celui qui agit de la sorte sera terrassé et vaincu par le grand nombre des actes d’adorations et autres voies d’obéissance de la religion. Il se verra finalement dans l’incapacité d’agir et obligé de cesser [ce sur quoi il s’était engagé]. Si Allah, Exalté soit-Il, a chargé Ses serviteurs de certaines adorations à des moments précis et les en a allégés à d’autres moments, c'est pour leur faciliter [le bien] et par miséricorde de Sa part. En outre, si l’individu agit en vue d’atteindre son but, qu’il œuvre de manière régulière. Ainsi, il pourra s’acquitter de toutes ses obligations et devoirs envers Allah, Exalté soit-Il, [mais aussi] envers lui-même, sa famille et ses amis en toute simplicité et avec douceur. Par ailleurs, le Prophète (sur lui la paix et le salut) a dit : « Les œuvres les plus aimées auprès d’Allah sont les plus régulières même si elles sont peu nombreuses. » De ce fait, l’individu se doit d’avoir quotidiennement, et selon sa capacité, une quantité d’actes d'adoration [qu’il accomplit] durant la nuit.

http://www.sunnah.global/hadeeth/fr/show/11270