Voorwaar, de religie is gemakkelijk. Niemand zal de religie bestrijden of overweldigen. Houd vol, streef ernaar

Van Aboe Hoerayra (moge Allah tevreden zijn met hem) heeft overgeleverd dat de profeet (vrede zij met hem) zei: "Voorwaar, de religie is gemakkelijk. Niemand zal de religie bestrijden of overweldigen. Houd vol, streef ernaar, en wees verheugd met de blijde boodschap. Zoek hulp in de vroege ochtend, de late namiddag en een deel van de nacht".

[Authentiek] [Overgeleverd door Al-Boekhari]

De profeet (vrede zij met hem) maakte duidelijk dat de islamitische religie in al haar aspecten is gebaseerd op gemak en eenvoud. Dit gemak wordt met name benadrukt wanneer er sprake is van onvermogen of noodzaak. Te diep ingaan op religieuze plichten en daarbij vriendelijkheid uit het oog verliezen, leidt uiteindelijk tot onvermogen en het geheel of gedeeltelijk ophouden met de plichten. De profeet (vrede zij met hem) moedigde vervolgens aan tot een gematigde benadering, zonder overdrijving. De dienaar mag niet tekortschieten in wat hem is bevolen, noch mag hij meer op zich nemen dan hij kan dragen. Als hij niet in staat is om het werk in zijn volledige omvang te verrichten, dan moet hij doen wat hij aankan. De profeet (vrede zij met hem) gaf de blijde boodschap van grote beloning voor voortdurende, zij het kleine, daden aan degenen die niet in staat zijn om het werk in zijn volledige omvang te verrichten. Immers, als onvermogen niet aan de dienaar te wijten is, vermindert het zijn beloning niet. Omdat het leven in deze wereld in feite een reis is en een overgang naar het hiernamaals, beval de profeet (vrede zij met hem) om hulp te zoeken bij het volhouden van aanbidding door deze in de drie stimulerende tijdstippen te verrichten: 1. De vroege ochtend: Het eerste deel van de dag, tussen het ochtendgebed en zonsopgang. 2. De namiddag: Na het middaggebed. 3. Een deel van de nacht: Hetzij de hele nacht, hetzij een gedeelte daarvan. Omdat het werk 's nachts zwaarder is dan overdag, beval hij om een deel van de nacht te doen met zijn woorden: "en een deel van de doeldjah (nacht)"

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