'நிச்சயமாக, இந்த மார்க்கம் எளிதானது. இந்த மார்க்கத்தை எவரேனும் (தம்மீது) சிரமமானதாக ஆக்கிக் கொண்டால், அது அவரை வென்றுவிடும். எனவே, (கூடுதலான வழிபாடுகள் உட்பட அனைத்துக் காரியங்களிலும்) நடுநிலையையே கடைபிடியுங்கள். இயன்றதைச் செய்யுங்கள்

நபி ஸல்லல்லாஹு அலைஹிவஸல்லம் அவர்கள் கூறியதாக அபூஹுரைரா ரழியல்லாஹு அன்ஹு அறிவிக்கிறார்கள்: 'நிச்சயமாக, இந்த மார்க்கம் எளிதானது. இந்த மார்க்கத்தை
எவரேனும் (தம்மீது) சிரமமானதாக ஆக்கிக் கொண்டால், அது அவரை வென்றுவிடும். எனவே, (கூடுதலான வழிபாடுகள் உட்பட அனைத்துக் காரியங்களிலும்) நடுநிலையையே கடைபிடியுங்கள். இயன்றதைச் செய்யுங்கள். நற்செய்தி கூறுங்கள் (கூடுதல் வழிபாடுகளை உற்சாகத்துடனும் நிரந்தரமாகவும் நிறைவேற்றிட) காலையையும் மாலையையும் இரவில்
சிறிது நேரத்தையும் துணையாக்கிக் கொள்ளுங்கள். [சரியானது] [இமாம் புஹாரி இதனைப் பதிவு செய்திருக்கிறார்]

இஸ்லாமிய மார்க்கமானது அதன் அனைத்து விவகாரங்களிலும் இலகு மற்றும் எளிமையின் மீது கட்டமைக்கப்பட்டுள்ளது. இயலாமை மற்றும் தேவை போன்ற காரணங்களின் போது இலகுவைக் கடைப்பிடிப்பது மிகவும் வலியுறுத்தப் படுகிறது என்பதை நபி ஸல்லல்லாஹு அலைஹிவஸல்லம் அவர்கள் தெளிவு படுத்துகிறார்கள். மார்க்க விவகாரங்களில் ஆழ்ந்து சென்று தீவிரமாக ஈடுபடுட்டு மென்மையை கைவிடுவதானது, குறித்த செயலை செய்ய முடியாத நிலை உருவாவததுடன், குறித்த செயலில் முழுமையாகவோ அல்லது பகுதியளவிலோ ஈடுபடாது அச்செயலை செய்வதை விட்டும் விலகியிருப்பதற்கும் வழிவகுக்கும். பின்னர் நபி ஸல்லல்லாஹு அலைஹிவஸல்லம் அவர்கள் தீவிர நிலையை விட்டு நடுநிலை பேணுமாறு வலியுறுத்துகிறார்கள். ஒரு அடியான் தனக்கு செய்யுமாறு பணித்த விடயங்களில் கவனக் குறைவாக இருக்கக் கூடாது அதே வேளை தன்னால் சுமக்க முடியாத காரியங்களை சுமக்கவும் கூடாது. ஒரு விடயத்தை மிகவும் பரிபூரணமாகசெய்ய முடியவில்லை என்றிருந்தால் அவனுக்கு இயலுமான வகையில் அதனை செய்ய வேண்டும் என்று குறிப்பிடுகிறார்கள். இயலாமை காரணமாக பரிபூரணமாக ஒரு அமலை நிறைவேற்றுவதற்கு முடியாத ஒருவர் அவர் செய்யும் அமல்கள் - நற்காரியங்கள்- குறைவாக இருப்பினும் குறித்த செயல்களை தொடராக செய்பவராக இருந்தால் அவருக்கு அதிகமான நன்மை உண்டு என நபியவர்கள் நற்செய்தி கூறுகிறார்கள். காரணம் இயலாமை என்பது அவரின் சக்திக்கு உட்பட்டதன்று. ஆகையால் அவருக்கு வழங்கப்படுகின்ற கூலியில் எவ்விதக் குறைவும் ஏற்படமாட்டாது. இந்த உலகம் ஒரு பயணத் தளமாகவும், மறுமைக்குச் செல்லும் பாதையாகவும் இருப்பதால், அல்லாஹ்வின் தூதர் (ஸல்லல்லாஹு அலைஹிவஸல்லம்) அவர்கள் உற்சாகத்தை ஏற்படுத்தும் மூன்று நேரங்களில் தொடர்ச்சியான வழிபாடுகளின் மூலம் உதவி தேடுமாறு கட்டளையிட்டுள்ளனர். இந்த மூன்று நேரங்களும் பின்வருமாறு: 1- அல்-கத்வா: பகலின் முதல் பகுதியில் நடப்பது. பகலின் முதல் பகுதி என்பது அதிகாலை தொழுகைக்கும் சூரிய உதயத்திற்கும் இடையிலான நேரத்தைக் குறிக்கிறது. 2- அல் ரவ்ஹது: சூரிய அஸ்தமனத்திற்குப் பிறகு நடப்பது. 3- துல்ஜா: இரவு முழுவதும் அல்லது இரவின் ஒரு பகுதி நடப்பது. பகலில் வேலை செய்வதை விட இரவில் வேலை

செய்வது மிகவும் கடினம் என்பதால், 'வஷைய்உன் மினத்துல்ஜா'என்று கூறி அதன் ஒரு பகுதியில் வேலை செய்யக் கட்டளை இடப்பட்டுள்ளது.

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