Din kolaylıktır. Dini aşmak isteyen kimse, ona yenik düşer. O halde orta yolu tutunuz, en iyiyi yapmaya çalışınız,

Ebû Hureyre -radıyallahu anh-'dan rivayet edildiğine göre Nebi -sallallahu aleyhi ve sellem- şöyle buyurmuştur: «Din kolaylıktır. Dini aşmak isteyen kimse, ona yenik düşer. O halde orta yolu tutunuz, en iyiyi yapmaya çalışınız, o zaman size müjdeler olsun. Günün başlangıcından, sonundan ve bir miktar da geceden faydalanınız.»
[Sahih Hadis] [Buhârî rivayet etmiştir]

Peygamber Efendimiz -sallallahu aleyhi ve sellem-, İslam dininin tüm yönleriyle kolaylık ve hoşgörü üzerine kurulu olduğunu açıklamıştır. Özellikle acizlik ve ihtiyaç durumu söz konusu olduğunda bu kolaylık daha da belirgin hale gelir. Çünkü dini işlerde aşırılığa kaçmak ve merhametli olmayı terk etmek, sonunda kişinin tamamen veya kısmen ibadetlerden aciz kalmasına ve vazgeçmesine yol açar. Daha sonra Peygamber Efendimiz -sallallahu aleyhi ve sellem- aşırıya kaçmadan orta halli olmayı teşvik etmiştir. Kul, kendisine emredilenleri yerine getirme hususunda gevşek davranmamalı ve gücünü aşan şeyleri de yüklenmemelidir. Eğer bir işi en mükemmel şekilde yapmaya güç yetiremezse, ona en yakın olanı yapmalıdır. Peygamber Efendimiz -sallallahu aleyhi ve sellem-, bir işi en mükemmel şekilde yapmaya gücü yetmeyenler için, az da olsa sürekli yapılan amellerin büyük bir mükâfatla karşılanacağını müjdelemiştir. Çünkü kişinin kendi iradesi dışında meydana gelen bir acizlik, onun sevabında bir eksilmeye neden olmaz. Dünyanın aslında ahirete bir yolculuk ve geçiş yeri olduğunu dikkate alan Peygamber Efendimiz -sallallahu aleyhi ve sellem-, ibadette sürekliliği sağlamak için, ibadetlerin insana güç ve canlılık veren üç vakitte yapılmasını tavsiye etmiştir. İlki: Gadveh/sabah vakti; bu, sabah namazı ile güneşin doğuşu arasındaki zamandır. İkincisi: Ravha/öğle vakti; bu, öğle vaktinden sonra yapılan amellerdir. Üçüncüsü: Dulce/gece vakti; bu, gecenin tamamında veya bir kısmında yapılan ibadetlerdir. Gece ibadeti, gündüz ibadetine göre daha zor olduğu için Peygamber Efendimiz -sallallahu aleyhi ve sellem-, gecenin bir kısmını yapmayı tavsiye ederek kolaylık sağlamıştır.

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