Hendaklah seseorang dari kalian melakukan salat ketika ia sedang bersemangat, dan jika ia sedang mengantuk, hendaklah ia tidur

Dari Anas -raḍiyallāhu 'anhu-, ia berkata, "Nabi -ṣallallāhu 'alaihi wa sallam- masuk ke dalam masjid dan beliau melihat tali yang dibentangkan antara dua tiang. Lantas beliau bertanya, "Tali apakah ini?" Para sahabat menjawab, "Ini adalah kepunyaan Zainab, ketika dia merasa lelah maka dia perpegang dengan tali itu." Nabi -ṣallallāhu 'alaihi wa sallam- bersabda, "Lepaskanlah tali itu. Hendaklah seseorang dari kalian melakukan salat ketika ia sedang bersemangat, dan jika ia sedang mengantuk, hendaklah ia tidur!"
[Hadis sahih] [Muttafaq 'alaih]

Nabi -ṣallallāhu 'alaihi wa sallam- masuk ke masjid dan beliau melihat tali yang dibentangkan antara dua tiang. Beliau kaget dan menanyakan penyebab tali tersebut dibentangkan. Lantas para sahabat -raḍiyallāhu 'anhum- menjawab, "Ini adalah kepunyaan Zainab", dia melakukan salat sunat dan memanjangkannya. Apabila dia lelah maka dia salat sambil berpegang dengan tali tersebut. Maka Nabi memerintahkan untuk membuka tali tersebut dan memotivasi (mereka) untuk sederhana saja dalam beribadah dan melarangan (mereka) untuk terlalu berlebih-lebihan, supaya ibadah itu dilakukan dalam keadaan semangat.

http://sunnah.global/hadeeth/id/show/5828