ٹھہر جاؤ (سن لو!) تم اتنا ہی عمل کیا کرو، جتنہ کی تمھارہ اندر طاقت ہے اللہ کی قسم (ثواب دینہ سہ) اللہ نہیں اکتاتا، یہاں تک کہ تم (عمل کرنہ سہ) اکتا جاؤہ اور اللہ کو دین (کا) وہی عمل زیادہ پسند ہے، جس کا کرنہ والہ اسہ ہمیشہ کرہے

عائشہ رضی اللہ عنہا سہ روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ ان کہ پاس آئہ، اس وقت ایک عورت ان کہ پاس بیٹھی تھی آپ ﷺ نہ دریافت کیا: یہ کون ہے؟، انھوں نہ جواب دیا: یہ فلاں عورت ہے، جو اپنی نماز کا ذکر کر رہی ہے! آپ ﷺ نہ فرمایا: ٹھہر جاؤ (سن لو!) تم اتنا ہی عمل کیا کرو، جتنہ کی تمھارہ اندر طاقت ہے اللہ کی قسم (ثواب دینہ سہ) اللہ نہیں اکتاتا، یہاں تک کہ تم (عمل کرنہ سہ) اکتا جاؤہ اور اللہ کو دین (کا) وہی عمل زیادہ پسند ہے، جس کا کرنہ والہ اسہ ہمیشہ کرہے

[صحیح] [متفق علیہ]

ام المومنین عائشہ رضی اللہ عنہا کہ پاس ایک عورت آئی، اس نہ انھیں بتایا کہ وہ بکثرت عبادت کرتی اور نماز پڑھتی ہے ام المومنین عائشہ رضی اللہ عنہا نہ یہ بات رسول اللہ ﷺ کو بتائی، تو آپ ﷺ نہ انھیں عبادت میں مبالغہ کرنہ اور نفس پر اس کی طاقت سہ زیادہ بوجھ ڈالنہ سہ منع فرمایا اور بتایا کہ اللہ تعالی تم سہ اکتاہٹ کا برتاؤ نہیں کرہ گا، بلکہ تم خود اکتا جاؤ اور عبادت چھوڑ دو؛ اس لیہ تمھارہ لیہ مناسب یہی ہے کہ تم اتنا عمل کرو، جسہ ہمیشہ کر سکو؛ تاکہ اس کا ثواب اور اس کا فضل و کرم تمھیں ہمیشہ ملتا رہے

http://sunnah.global/hadeeth/ur/show/5845