আমি রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামকে চার জানু হয়ে সালাত আদায় করতে দেখেছি।

আয়েশা রাদিয়াল্লাহু ‘আনহা থেকে বর্ণিত, তিনি বলেন, আমি রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামকে চোজানু হয়ে বসে সালাত আদায় করতে দেখেছি। [সহীহ] [এটি নাসাঈ বর্ণনা করেছেন।]

চার—জানু বসার পদ্ধতি হলো, ডান পায়ের ভেতরের অংশ বাম উরুর নিচে এবং বাম পায়ের ভেতরের ডান উরুর নিচে রেখে নিতম্বের ওপর বসা। রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম এরূপ করেছিলেন যখন তিনি তার ঘোড়া থেকে পড়ে গিয়ে ছিলেন ও তার পা ভেঙ্গে গিয়ে ছিল। যখন একজন মুসল্লী ফরয সালাত দাঁড়িয়ে আদায়ে সক্ষম না হয় তখন সে চৌ—জানু বসে সালাত আদায় করবে। এটাই তার জন্যে মুস্তাহাব। আর এ পদ্ধতি হলো, দাড়ানোর বিপরীতে বসার অবস্থায়। কিন্তু দুই সেজদার মাঝখানে এবং দুই তাশাহুদে বসার ক্ষেত্রে মুস্তাহাব হলো প্রথম তাশাহুহে ইফতিরাশ এবং দ্বিতীয় তাশাহুদে তাওয়ার্রুক করবে। পদ্ধতিগুলো সবই মুস্তাহাব ও উত্তম। তাই যদি বসার ক্ষেত্রে নিয়ম ভঙ্গ করে এবং উল্লেখিত নিয়মের ব্যতিক্রম করে তাতেও চলবে। কারণ, উদ্দেশ্য হলো তাশাহুদের জন্য বসা এবং এ সব পদ্ধতি ওয়াজিবের ওপর অতিরিক্ত।

http://www.sunnah.global/hadeeth/bn/show/10929