আমি মুহাম্মদ সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়াসাল্লামের সাথে থেকে তাঁর সালাত আদায় করার নিয়ম-কানুন ভালোভাবে পর্যবেক্ষণ করেছি। তাঁর দাঁড়ানো (কিয়াম), তাঁর রুকু এবং রুকু থেকে সোজা হয়ে দাঁড়ানো, তাঁর সিজদা এবং দুই সিজদার মাঝে বসা, অতঃপর তাঁর দ্বিতীয় সিজদা, তাঁর সালাম ফিরানো এবং সালাম ও সালাত শেষ করে চলে যাওয়ার মাঝখানে বসা এর সবই প্রায় সমান (ব্যবধানে) পেয়েছি।

বারা ইবন ‘আযিব রাদিয়াল্লাহু ‘আনহু থেকে বর্ণিত, তিনি বলেন, “আমি মুহাম্মদ সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়াসাল্লামের সাথে থেকে তাঁর সালাত আদায় করার নিয়ম-কানুন ভালোভাবে পর্যবেক্ষণ করেছি। তাঁর দাঁড়ানো (কিয়াম), তাঁর রুকু এবং রুকু থেকে সোজা হয়ে দাঁড়ানো, তাঁর সিজদা এবং দুই সিজদার মাঝে বসা, অত:পর তাঁর দ্বিতীয় সিজদা, তাঁর সালাম ফিরানো এবং সালাম ও সালাত শেষ করে চলে যাওয়ার মাঝখানে বসা এর সবই প্রায় সমান (ব্যবধানে) পেয়েছি।” অন্য বর্ণনায় এসেছে, “সালাতে দাঁড়ানো ও বসা ব্যতীত অন্যান্য আমলসমূহ প্রায় সমান ব্যবধানের ছিলো।” [সহীহ] [মুত্তাফাকুন ‘আলাইহি (বুখারী ও মুসলিম)।]

বারা ইবন ‘আযিব রাদিয়াল্লাহু ‘আনহু নবী সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়াসাল্লামের সালাতের বর্ণনা দিয়েছেন। তিনি খুব সূক্ষ্মভাবে রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়াসাল্লামকে পর্যবেক্ষণ করেছেন যাতে তাঁর সালাত আদায় পদ্ধতি জানেন ও তার অনুসরণ করেন। তিনি উল্লেখ করেছেন যে, সালাতে তাঁর কাজসমূহ প্রায় সমান ব্যবধানের এবং সামাঞ্জস্যপূর্ণ ছিল। কেননা কিরাত পাঠ করার জন্য তাঁর দাঁড়ানো ও তাশাহহুদ পাঠ করার জন্য বসা রুকু, রুকু থেকে সোজা হয়ে দাঁড়ানো ও সিজদার সাথে সমানুপাতিক ছিলো। যেমন তিনি রুকু সংক্ষিপ্ত করে সালাতে দাঁড়ানোর সময় খুব বেশি দীর্ঘ করতেন না অথবা সিজদা দীর্ঘ করে সালাতে দাঁড়ানো বা বসার সময় সংক্ষিপ্ত করতেন না। বরং প্রতিটি রুকুনই অন্য আরেকটি রুকুনের সাথে সমানুপাতিক ও সামাঞ্জস্যপূর্ণ ছিলো। এর অর্থ এ নয় যে, তাঁর কিরাত পাঠের জন্য দাঁড়ানো ও তাশাহহুদের জন্য বসা রুকু ও সিজদার সমান ছিলো। বরং হাদীসের অর্থ হলো, তিনি একটি কাজকে সংক্ষিপ্ত করে অন্যটি অতিদীর্ঘ করতেন না।

http://www.sunnah.global/hadeeth/bn/show/3175