“ফিরে যাও ও সালাত আদায় কর। কেননা, তুমি সালাত আদায় করনি।”

আবূ হুরায়রা রাদিয়াল্লাহু ‘আনহু থেকে বর্ণিত, আল্লাহর রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম মাসজিদে প্রবেশ করলেন, তখন একজন সহাবী এসে সালাত আদায় করলেন। অতঃপর এসে নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামকে সালাম করলেন। তিনি বললেন: “ফিরে যাও ও সালাত আদায় কর। কেননা, তুমি সালাত আদায় করনি।” তিনি ফিরে গিয়ে পূর্বের মত সালাত আদায় করলেন। অতঃপর এসে নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামকে সালাম করলেন। তিনি বললেন: “ফিরে গিয়ে সালাত আদায় কর। কেননা, তুমি সালাত আদায় করনি।” এভাবে তিনবার বললেন। সাহাবী বললেন: সেই মহান সত্তার শপথ! যিনি আপনাকে সত্যসহ প্রেরণ করেছেন, আমিতো এর চেয়ে সুন্দর করে সালাত আদায় করতে জানি না। কাজেই আপনি আমাকে শিখিয়ে দিন।
তিনি বললেন: “যখন তুমি সালাতের জন্য দাঁড়াবে, তখন তাকবীর বলবে। অতঃপর কুরআন হতে যা তোমার পক্ষে সহজ তা পড়বে। অতঃপর রুকু‘তে যাবে এবং ধীরস্থিরভাবে রুকূ‘ করবে। অতঃপর
মাথা তুলে সোজা হয়ে দাঁড়াবে। অতঃপর ধীরস্থীরভাবে সাজাদহ করবে ও সাজদাহ্ হতে উঠে
স্থির হয়ে বসবে। আর তোমার পুরো সালাতে এভাবেই করবে।” [সহীহ] [সহীহ বুখারী ও মুসলিম]

নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম মসজিদে প্রবেশ করলেন, তার পরে এক ব্যক্তি প্রবেশ করে দ্রুত দু’রাকাত নামায পড়লেন। তিনি তাঁর কিয়াম, রুকু ও সিজদায় স্থির ছিলেন না। নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম তাঁর নামাযের দিকে তাকিয়ে ছিলেন। অতঃপর তিনি নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের নিকট এসে সালাম দিলেন, তখন তিনি মসজিদের এক কোণে বসা ছিলেন। নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম তাঁর সালামের জবাব দিলেন এবং তাঁকে বললেন: ফিরে যাও এবং নামায পুনরায় পড়ো; কারণ তুমি নামায আদায় করনি। অতঃপর তিনি দ্রুততার সাথে সালাত আদায় করলেন, যেমনটি তিনি আগে সালাত আদায় করেছিলেন। এরপর তিনি এসে নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম-কে সালাম দিলেন। নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম তাকে বললেন: "ফিরে যাও এবং সালাত আদায় করো, কারণ তুমি সালাত আদায় করনি।" সাহাবী এই কাজটি তিনবার করলেন। লোকটি বললেন: সেই সত্তার শপথ, যিনি আপনাকে সত্য সহকারে প্রেরণ করেছেন, আমি এর চেয়ে উত্তমভাবে নামায পড়তে জানি না। আমাকে শিখিয়ে দিন। তখন নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম তাকে বললেন: যখন তুমি সালাতের জন্য দাঁড়াবে, তখন তাকবীরে তাহরীমা (আল্লাহু আকবার) বলবে। এরপর সূরা ফাতিহা এবং আল্লাহর ইচ্ছা অনুযায়ী অন্য কোনো সূরা বা আয়াত তিলাওয়াত করবে। এরপর রুকু করবে এবং রুকুতে পুরোপুরি স্থির হবে, অর্থাৎ তোমার হাত দুটি হাঁটুর উপর রাখবে, পিঠ সোজা করবে এবং রুকুতে পুরোপুরি স্থির হবে। এরপর রুকু থেকে সোজা হয়ে দাঁড়াবে, যাতে হাড়গুলো তাদের জোড়ায় ফিরে যায় এবং তুমি সম্পূর্ণ সোজা হয়ে দাঁড়াও। এরপর সিজদা করবে এবং সিজদায় পুরোপুরি স্থির হবে, অর্থাৎ কপাল ও নাক, দুটি হাত, দুটি হাঁটু এবং পায়ের আঙ্গুলের ডগা মাটিতে স্থিরভাবে রাখবে। এরপর সিজদা থেকে উঠে বসবে এবং দুই সিজদার মাঝে পুরোপুরি স্থির হবে। এরপর তোমার সালাতের প্রতিটি রাকাআতে এই পদ্ধতি অনুসরণ করবে।