তোমাদের কারও জন্য উচিৎ হবে সে যেন কর্ম সচেতন থাকা কালে সালাত আদায় করে। অতঃপর সে যখন শ্রান্ত হয়ে পড়বে, তখন সে যেন শুয়ে যায়।

আনাস রাদিয়াল্লাহু ‘আনহু থেকে বর্ণিত, একদা নবী সাল্লাল্লাহ আলাইহি ওয়াসাল্লাম
মসজিদে প্রবেশ করলেন। হঠাৎ দেখলেন যে, একটি দড়ি দুই স্তম্ভের মাঝে লম্বা করে বাঁধা রয়েছে। তারপর তিনি বললেন, “এই দড়িটা কী (জন্য)”? লোকেরা বলল, ‘এটি যয়নাবের দড়ি। যখন
তিনি (সালাত পড়তে পড়তে) শ্রান্ত হয়ে পড়েন, তখন এটার সঙ্গে ঝুলে যান!’ নবী সাল্লাল্লাহ আলাইহি ওয়াসাল্লাম বললেন, “এটিকে খুলে ফেল। তোমাদের কারও জন্য উচিৎ হবে সে যেন কর্ম সচেতন থাকা কালে সালাত আদায় করে। অতঃপর সে যখন শ্রান্ত হয়ে পড়বে, তখন সে যেন শুয়ে
যায়।”
[সহীহ] [মুত্তাফাকুন ‘আলাইহি (বুখারী ও মুসলিম)।]

একদা নবী সাল্লাল্লাহ আলাইহি ওয়াসাল্লাম মসজিদে প্রবেশ করলেন। তিনি তার সামনে দেখলেন যে, মসজিদের স্তম্ভসমূহের মধ্য থেকে দুই স্তম্ভের মাঝে একটি দড়ি ঝুলিয়ে রাখা হয়েছে। তিনি আশ্চর্য হলেন এবং দড়িটি ঝুলিয়ে রাখার কারণ সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করলেন। তখন সাহাবীগণ বললেন, ‘এটি যয়নাবের দড়ি। তিনি নফল সালাত আদায় দীর্ঘ করেন। যখন তিনি ক্লান্তি অনুভব করেন, তখন তিনি দড়িটি ধরেন এবং সালাত আদায় করতে থাকেন। নবী সাল্লাল্লাহ আলাইহি ওয়াসাল্লাম দড়িটি খুলে ফেলার নির্দেশ দিলেন এবং ইবাদতে মধ্যম পন্থা অবলম্বন করার নির্দেশ দিলেন। আর ইবাদতে বাড়াবাড়ি করতে নিষেধ করলেন, যাতে ইবাদতের প্রতি কর্মতৎপরতার সাথে অগ্রসর হওয়া যায়।

http://www.sunnah.global/hadeeth/bn/show/5828