ای بلال، نماز را اقامه کن، ما را با آن راحت کن

از سالم بن ابی جَعد روایت است که گفت: مردی گفت: کاش نماز می‌خواندم و راحت می‌شدم. اما گویا سخن او را بد دانستند، پس گفت: شنیدم که رسول الله ـ صلی الله علیه وسلم ـ می‌فرمود: «یا بلالُ، أقِمِ الصَّلاةَ، أرِحْنا بها»: «ای بلال، نماز را اقامه کن، ما را با آن راحت کن».

[صحیح است] [به روایت ابوداوود]

مردی از صحابه گفت: کاش نماز می‌خواندم تا راحت می‌شدم. کسانی که اطراف او بودند این سخن را بد دانستند و بر او عیب گرفتند، پس او گفت: شنیدم که پیامبر ـ صلی الله علیه وسلم ـ می‌فرمود: ای بلال! برای نماز اذان بگو و اقامه‌اش کن تا با آن آسوده شویم؛ زیرا نماز با مناجات الله و راحتی روح و دل همراه است.

http://www.sunnah.global/hadeeth/fa/show/65095