Я запомнил, как Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) совершал десять дополнительных рак‘атов

Ибн ‘Умар (да будет доволен Аллах им и его отцом) сказал: «Я запомнил, как Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) совершал десять дополнительных рак‘атов: два рак‘ата до полуденной молитвы (зухр) и два рак‘ата после нее, два рак‘ата после закатной молитвы (магриб) у себя дома и два рак‘ата после вечерней молитвы (иша) у себя дома, а также два рак‘ата до рассветной молитвы (фаджр). Это было временем, когда люди не заходили к Пророку (да благословит его Аллах и приветствует)». «Мне рассказала Хафса, что обычно Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) совершал два рак‘ата после того, как муаззин произносил призыв на молитву (азан) и наступал рассвет». В другой версии говорится, что Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) совершал два рак‘ата после пятничной молитвы у себя дома.

[Достоверный хадис] [Все версии хадиса согласованы аль-Бухари и Муслимом]

Абдуллах ибн Умар (да будет доволен им Аллах) разъясняет, что среди дополнительных молитв (навафиль), которые он запомнил от Пророка (да благословит его Аллах и приветствует), есть десять ракатов, называемых суннат-рауатиб: Два ракааата до полуденной молитвы (зухр) и два раката после неё. Два ракааата после закатной молитвы (магриб), совершая их у себя дома. Два ракааата после ночной молитвы (иша), также у себя дома. И два ракааата перед утренней молитвой (фаджр). В сумме их количество составляет десять ракатов. Что касается пятничной молитвы (джумуа), то после неё совершаются два ракааата.

http://www.sunnah.global/hadeeth/ru/show/3062