Muhammed -sallallahu aleyhi ve sellem-'in namazını izledim. O'nun kıyamının, rükusunun, rükudan sonra doğrulmasının, secdesinin, iki secde arasında oturuşunun, secdesinin ve selam vermesi ile namazdan çıkması arasında geçen zaman içerisindeki oturuşu birbirine çok yakındı.

Berâ b. Âzib -radıyallahu anh-'dan rivayet edildiğine göre şöyle demiştir: Muhammed -sallallahu aleyhi ve sellem-'in namazını izledim. O'nun kıyamının, rükusunun, rükudan sonra doğrulmasının, secdesinin, iki secde arasında oturuşunun, secdesinin ve selam vermesi ile namazdan çıkması arasında geçen zaman içerisindeki oturuşu birbirine çok yakındı. Başka bir rivayette; "Kıyam ve oturuş hariç (namazın diğer kısımları) birbirine yakındı."

[Sahih Hadis] [Muttefekun Aleyh]

Berâ b. Âzib -radıyallahu anhuma- Nebi -sallallahu aleyhi ve sellem-in nasıl namaz kıldığını öğrenip, ona tabi olmak için namazını izlemiş ve O'nun namazını şöyle vasfetmiştir. O'nun, namazı orantılı ve uzunluğu birbirine yakındı. Kıraatte bulunduğu kıyamı ve teşehhüde oturuşu, rükusu, rükudan doğrulması ve secdesi ile orantılıydı. Mesela rükuyu hafif tutup, kıyamı uzatmazdı ya da secdeyi uzun tutup sonra kıyamı ya da oturuşu hafif tutmazdı. Bilakis her bir rüknü diğer bir rükün ile orantılı yapardı. Yoksa manası şöyle değildir: Kıyam ve teşehhüd için oturuşu secde ve rüku kadardı. Bilakis manası; birini hafif (kısa) tutup diğerini ağır (uzun) tutmazdı.

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