“回去再礼拜吧，因为你并没有真正礼拜。”

艾布·胡莱勒（愿主喜悦之）传述，安拉的使者（愿主福安之）进入清真寺，有一名男子也走进来礼拜。他礼完拜后向先知（愿主福安之）问安。先知回应了他的问安，并说：“回去再礼拜吧，因为你并没有真正礼拜。”于是他回去照原样礼了一遍，然后回来再次向先知（愿主福安之）问安。先知说：“回去再礼拜吧，因为你并没有真正礼拜。”如此重复了三次。那人说：“指派你带着真理而来的主发誓，我不会比这更好的方式了，请你教导我吧。”先知说：“当你起来礼拜时，先念大赞词；然后诵读你容易诵读的《古兰经》；接着鞠躬，直到你在鞠躬中安稳；然后起身，直到你站直；接着叩头，直到你在叩头中安稳；然后抬起身来，直到你安稳地坐下；并在你整个礼拜中都这样做。”

[正确的] [布哈里和穆斯林共同辑录]

先知（愿主福安之）进入清真寺，随后一名男子也走了进来。他匆忙地礼了两拜，在站立、鞠躬和叩头中都没有安稳停顿。先知（愿主福安之）一直在观察他的礼拜。之后，那人来到坐在清真寺一角的先知（愿主福安之）面前，向他问安。先知回应了他的问安，并对他说：“回去重新礼拜吧，因为你并没有真正礼拜。”于是他回去又像之前那样匆忙地礼拜，然后再次来到先知（愿主福安之）面前问安。先知对他说：“回去再礼拜吧，因为你并没有真正礼拜。”如此反复了三次。那人说：“以指派你带着真理而来的主发誓，我不会比这更好的方式了，请你教导我吧。”于是他（愿主福安之）对他说：“当你起来礼拜时，先念开拜大赞词；然后诵读《开端章》，再诵读你愿意诵读的《古兰经》；接着鞠躬，直到你在鞠躬中安稳——把双手放在膝盖上，背部伸直，稳住你的鞠躬；然后起身站直，直到骨骼各归其位，站立端正；接着叩头，直到你在叩头中安稳——使额头连同鼻子、双手、双膝和脚趾端都贴在地面；然后抬起身来，在两次叩头之间坐稳；并在你礼拜的每一拜中都这样做。”

http://www.sunnah.global/hadeeth/zh/show/3185