

كنز العمال في سنن الأقوال والأفعال

19629 - إذا أنت قمت في صلاتك فكبر ا□ ثم اقرأ ما تيسر عليك من القرآن ثم إذا أنت ركعت فأثبت يديك على ركبتيك حتى يطمئن كل عضو منك ثم إذا رفعت رأسك فاعتدل حتى يرجع كل عضو منك ثم إذا سجدت فاطمئن حتى يعتدل كل عضو منك ثم إذا رفعت رأسك فاعتدل فأثبت حتى يرجع كل عضو إلى موضعه ثم مثل ذلك فإذا جلست في وسط الصلاة فاطمئن وافترش فخذك اليسرى ثم تشهد ثم إذا قمت فمثل ذلك حتى تفرغ من صلاتك .
(طب عن رفاعه بن رافع)