@ 361 @ تقدم ركوع القاعد وأقله للقائم انحناء خالص بحيث تنال راحتا معتدل خلقة ركبتيه إذا أراد وضعهما عليهما فلو حصل ذلك بانخناس أو به مع انحناء لم يكف والراحتان ما عدا الأصابع من الكفين وقولي انحناء مع معتدل