بانحناء بحيث تنال راحتاه وهما ما عدا الأصابع من الكفين فلا يكفي وصول الأصابع ركبتيه لو أراد وضعهما عليهما عند اعتدال الخلقة هذا أقل الركوع وسن في الركوع تسوية ظهر وعنق بأن يمدهما حتى يصيرا كالصفيحة الواحدة للاتباع وأخذ ركبتيه مع نصبهما وتفريقهما بكفيه مع كشفهما وتفرقة أصابعهما تفريقا وسطا وقول سبحان ربي العظيم وبحمده ثلاثا للاتباع وأقل التسبيح فيه وفي السجود مرة ولو بنحو سبحان ا وأكثره إحدى عشرة ويزيد من مر ندبا اللهم لك ركعت وبك آمنت ولك أسلمت خشع لك سمعي وبصري ومخي وعظمي وعصبي وشعري وبشري