



كيفية أداء الركعة الأولى

الركوع

٢- الركوع:



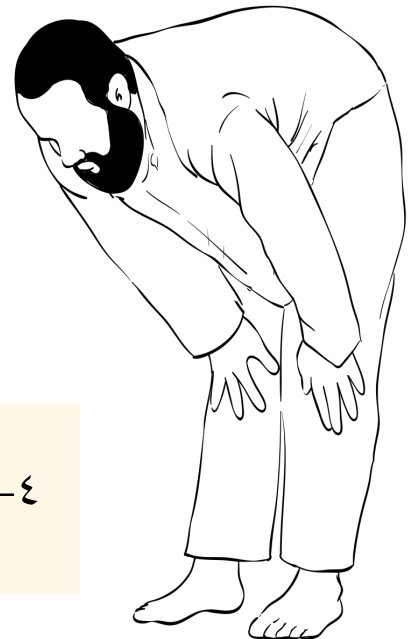
الانحناء تعظيمًا لله -عز وجل- مع ترديد
"سبحان ربي العظيم" ثلاث مرات.

١- ارفع كلتا يديك حذو منكبيك، ثم اركع قائلاً: "الله أكبر" أثناء انحنائك إلى الركوع.



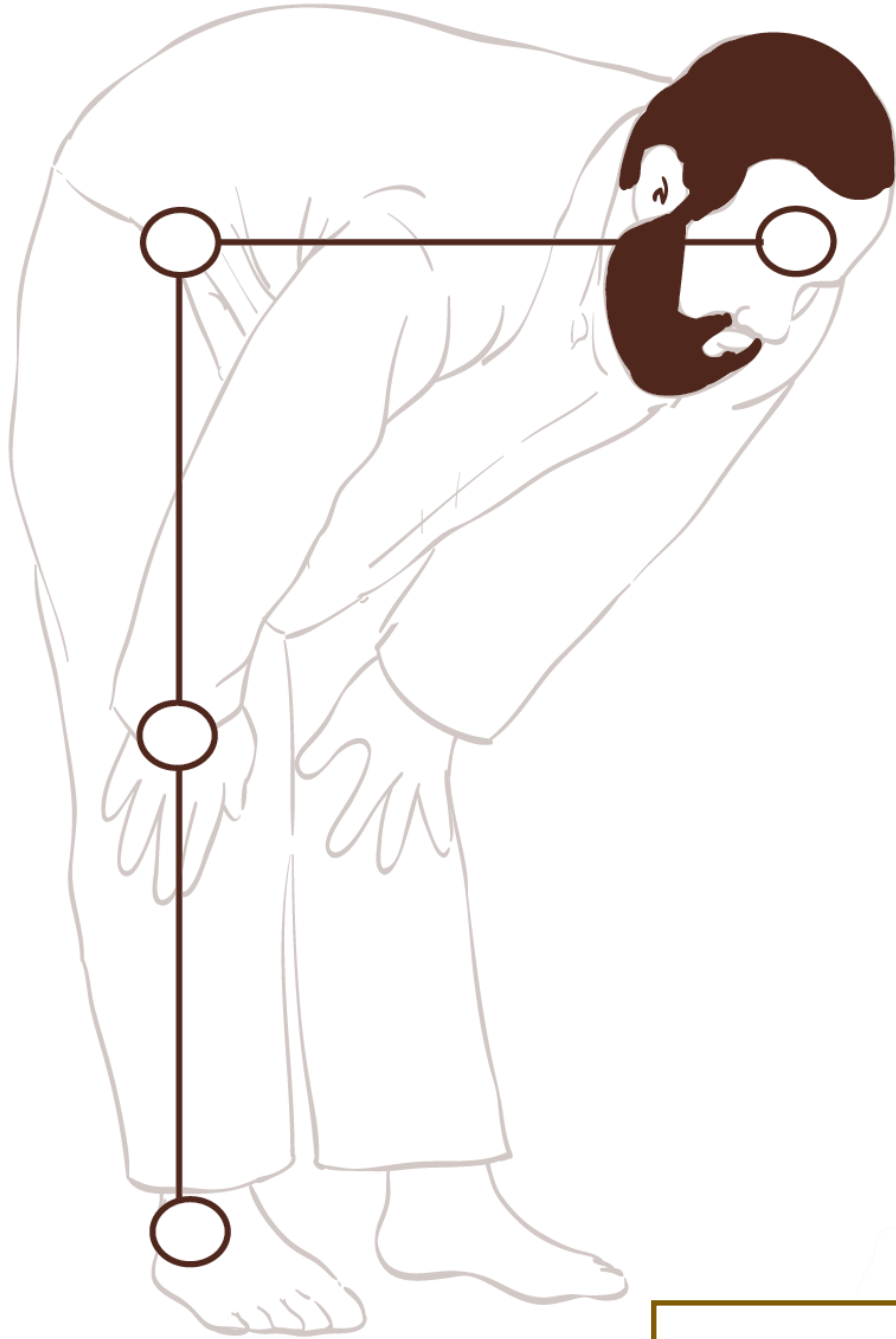
الله أكبر.

2- أتم التكبير قبل أن تصل إلى حد الركوع؛ أي: يكون التكبير بين الانتقال من القيام إلى الركوع.



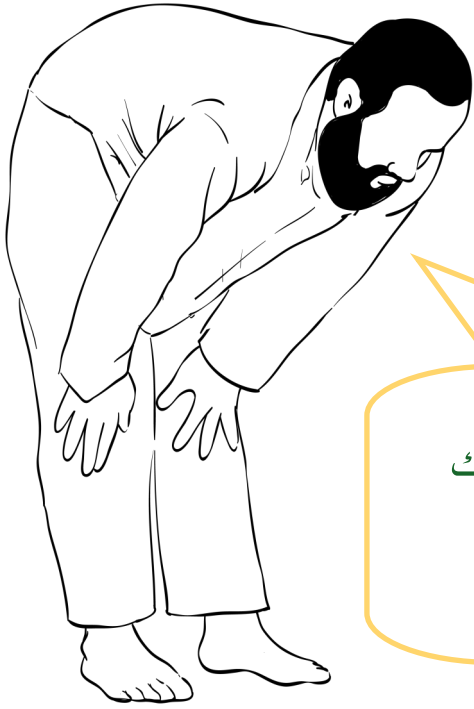
٣- أثناء الركوع ضع كفيك على رُكبتيك، وافرغ بين أصابعك، كأنك قابض على رُكبتيك.

٤- ابق ساقيك مستقيمتين ولا تثن رُكبتيك.



٥- مد ظهرك مستويًا، واجعل رأسك وظهرك على استقامة واحدة، فلا ترفع أو تخفض رأسك عن مستوى ظهرك.

الركوع مرة
واحدة في كل
ركعة



٦- قل في ركوعك: "سبحان
ربي العظيم" ثلاث مرات.

من السنة أن تقول مع ذلك: "سبحانك
اللهم ربنا وبحمدك، اللهم اغفر لي".

٧- ارفع رأسك من الركوع، وارفع مع ذلك يديك بمحاذاة منكبيك.

٨- قل أثناء الاعتدال من الركوع: "سمع الله لمن حمده".

٩- فإذا اعتدلت قائمًا مطمئنًا قل: "ربنا ولك الحمد".

من السنة أن تزيد فتقول: "حمدًا كثيرًا طيبًا مباركًا فيه".

