ENTOUREZ EN ROUGE CE QUI EST MAKROUH ET EN VERT CE QUI EST MOUSTAHAB

1 – Aligner le cou au même niveau que le dos.

2 – Fixer les yeux sur un point entre les pieds.

3 – Garder les mains entre les jambes.

4 – Réciter des parties du Saint Coran durant le Roukou'.

5 – Dire le Takbir (Allahou Akbar) avant le Roukou' et lever les bras durant le Takbir.

6 – Garder les mains sur les genoux opposés.

7 – Répéter le Zikr 3 ou 5 fois ou plus.

8 – Garder les mains sur les côtés.

9 – Dire "Sami Allahou li man hamidah" après s'être levé du Roukou'.

10 – Réciter le Salawàt dans le Roukou'.

11 – Laisser pendre ou élever la tête.

12 – Garder les mains à l'intérieur de vêtement en contact direct du corps.