जब तिमी सज्दा गर्छौ, आफ्नो हत्केला भुइँमा राख र कुहिनाहरू माथि उठाऊ।

बरा (रजियल्लाहु अन्हु) ले बयान गरेका छन्, रसूल (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) ले भन्नुभएको छ : "जब तिमी सज्दा गर्छौ, आफ्नो हत्केला भुइँमा राख र कुहिनाहरू माथि
उठाऊ।"
[सही] [मुस्लिमले वर्णन गरेका छन्]

नबी (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) ले नमाजको समयमा दुवै हातलाई सज्दाको अवस्थामा कसरी राख्ने भनेर व्याख्या गर्नुभएको छ। उहाँले दुवै हत्केलाहरू जमिनमा राम्रोसँग राख्नु पर्छ, औंलाहरू एकसाथ जोड्नु पर्छ र किब्लातर्फ फर्काउनु पर्छ, दुवै कुहिनाहरू जमिनबाट माथि र छेउबाट टाढा राख्नु पर्छ भनेर व्याख्या गर्नुभयो।

http://www.sunnah.global/hadeeth/ne/show/10927