به من امر شده که بر روی هفت استخوان و پیشانی سجده کنم

از ابن عباس رضی الله عنهما از پیامبر صلی الله علیه وسلم روایت است که فرمودند: «به من امر شده که بر روی هفت استخوان و پیشانی سجده کنم، و با دستشان به بینی، دو دست، دو زانو و اطراف پاهایشان اشاره کردند، و اینکه لباس و موها را [در داخل نماز] جمع نکنیم».

[صحیح] [متفق علیه]

پیامبر صلی الله علیه وسلم بیان داشته‌اند که الله متعال ایشان را امر کرده‌اند که در نماز بر هفت عضو از اعضای بدن سجده کند، یعنی: نخست: پیشانی، یعنی قسمت صاف صورت، بالای بینی و چشمان، و پیامبر صلی الله علیه وسلم به بینی خودشان اشاره کردند، تا بیان دارند که پیشانی و بینی یک عضو از این اعضای هفتگانه هست، با تاکید بر اینکه سجده کننده با بینی خویش زمین را لمس کند. عضو دوم و سوم، دستان هست. عضو چهارم و پنجم، زانوها هست. عضو ششم و هفتم، انگشتان پاها هستند. و امر کردند که موهایمان را در نماز نبندیم، یا در هنگام سجده لباسمان را برای محافظت از آن جمع نکنیم، بلکه آن را رها سازیم تا به زمین بیفتد و همراه با اعضا به سجده رود.

http://www.sunnah.global/hadeeth/prs/show/10925