Mi-a fost poruncit să mă prosternez pe șapte oase

Ibn Abbas (Allah să fie mulțumit de el și tatăl său) a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa) a spus: Mi-a fost poruncit să mă prosternez pe șapte oase: pe frunte, iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa) a arătat la nasul său, ambele mâini, ambii genunchi și degetele de la ambele picioare și să nu îmi strâng hainele (pe mine) sau părul.

[Sahih (hadis autentic)] [Narat de Bukhari și Muslim]

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa) a explicat că Allah i-a poruncit ca atunci când se roagă să se prosterneze pe șapte părți ale corpului. Acestea sunt: Prima parte: Fruntea - partea feței ce se află deasupra nasului și a ochilor. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa) a arătat cu mâna la nasul său, indicând faptul că fruntea și nasul sunt una dintre cele șapte părți, spunând că în prosternare persoana atinge pământul cu nasul său. A doua și a treia parte: mâinile. A patra și a cincea parte: genunchii. A șasea și a șaptea parte: degetele de la picioare. Ne-a poruncit ca în prosternare să nu ne legăm părul și nici să ne legăm hainele cu scopul de a le proteja. Ci, mai degrabă, să le lăsăm libere pentru a cădea împreună cu restul părților din corp.

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