”När du faller ner på ansiktet i bönen, ska du placera dina handflator på marken och lyfta upp dina armbågar.”

Al-Bara' (må Allah vara nöjd med honom) berättade att Allahs sändebud sa: ”När du faller ner på ansiktet i bönen, ska du placera dina handflator på marken och lyfta upp dina armbågar.”

[Autentisk] [Återberättad av Muslim]

Profeten instruerar hur händerna ska vara placerade under Sujud. Man ska placera sina handflator på marken med fingrarna samlade och riktade mot Qiblah, och samtidigt lyfta armbågarna så att de inte ligger mot marken och inte pressas mot kroppen, utan att de istället hålls en bit ut från sidorna.

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