Мені було наказано здійснювати земний уклін з опорою на сім частин тіла

Передається зі слів Ібн 'Аббаса, нехай Аллаг буде задоволений ним і його батьком, що Пророк, мир йому і благословення Аллага, сказав: «Мені було наказано здійснювати земний уклін з опорою на сім частин тіла: на лоб, і при цьому він вказав рукою на ніс, а також на руки, коліна, кінчики ступень, і не збирати одяг і не зв'язувати волосся».

[متفق عليه] [صحيح]

Пророк, мир йому і благословення Аллага, пояснив, що Аллаг наказав йому під час молитви схилятися на сім частин тіла: Перший орган: лоб – частина обличчя над носом та очима, та вказав рукою на свій ніс, показуючи, що лоб і ніс разом є однією з цих семи частин тіла, і підкреслив, що в земному поклоні людина торкається землі своїм носом. Другий і третій орган: обидві руки. Четвертий та п’ятий: обидва коліна Шостий – пальці ніг. Та наказав він нам не зав'язувати довге волосся і не збирати одяг, для того, щоб зробити земний уклін. Але навпаки, ми повинні дозволити волоссю та одягу бути вільними, щоб вони могли також торкнутися землі, в земному поклоні, разом з іншими частинами тіла.

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