Коли робиш земний уклін, клади долоні на землю і піднімай лікті

Аль-Бара (нехай буде задоволений ним Аллаг) передає, що Посланець Аллага (мир йому і благословення Аллага) сказав: «Коли робиш земний уклін, клади долоні на землю і піднімай лікті».

[صحيح] [رواه مسلم]

Пророк Мухаммад (мир йому і благословення Аллага) роз'яснив, яким має бути положення рук у земному поклоні під час молитви. Людина має покласти руки на землю, з'єднавши пальці, у напрямку кибли, а лікті мають бути підняті так, щоб вони не торкалися ні землі, ні боків того, хто молиться.

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