‘当你叩头时，把你的双掌放下，并抬起你的双肘。’”

据拜拉伊（愿主喜悦之）传述：“安拉的使者（愿主福安之）说： ‘当你叩头时，把你的双掌放下，并抬起你的双肘。’” [正确的] [穆斯林辑录]

先知（愿主福安之）说明了礼拜中叩头时双手的姿势，应当使双掌稳贴于地面，手指并拢，朝向朝向（朝拜方向）；双肘，即前臂与上臂的关节处，应抬离地面，不可贴地，并且与身体两侧分开。

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