私は７つの骨をつけてサジダ（平伏礼）するよう、命じられた。つまり、額－自分の手で鼻を指した－、両手、両膝、両足先である。そして、衣服や髪の毛をまとめたりはしない。

イブン・アッバース（彼らにアッラーのご満悦あれ）によれば、預言者（彼にアッラーからの平安と祝福あれ）は言った：「私は７つの骨をつけてサジダ（平伏礼）
するよう、命じられた。つまり、額－自分の手で鼻を指した－、両手、両膝、両足先である。そして、衣服や髪の毛をまとめたりはしない。」
[真正] [二大真正集収録の伝承]

アル＝ブハーリーのハディース集の中には、「私は・・・命じられた」「私たちは・・・命じられた」「預言者（彼にアッラーからの平安と祝福あれ）は・・・命じた」という、３通りの伝承が収録されている。イスラーム法のルールによれば、預言者（彼にアッラーからの平安と祝福あれ）が命じられたことは、彼とその共同体に対する一般的命令である。 「７つの骨をつけてサジダ（平伏礼）するよう、命じられた。」つまり、別の伝承に詳細にされているように、「７つの骨」とは、サジダをする時の部位のことである。続いて、その部位について説明されている。「額」とは、つまりサジダの際には額をつけること、そして「自分の手で鼻を指した」とある通り、鼻も一緒につけることを命じられたということである。ここでは、鼻が額と同じ一つの部位として示されている。「両手」これは両手の平のことが、一般的な形で取り上げられている。「両膝、両足先」つまり、両膝、両足の指先をつけてサジダすることを命じられたということである。礼拝の形に関するアブー・フマイド・アッ＝サーイディー（彼にアッラーのご満悦あれ）のハディースには、このように描写されている：「そして彼（預言者）は、両足の指をキブラ（マッカの方向）に向けた。」これは、サジダの際の様子のことである。「そして、衣服や髪の毛をまとめたりはしない。」これは、ルクーゥ（お辞儀をする形の礼拝の一動作）やサジダをする際には、衣服や髪の毛が広がらないように押さえたりまとめたりせず、そのまま地面につけ、全身と共にそれらもまた一緒にサジダするがままに任せておくということである。

http://sunnah.global/hadeeth/ja/show/10925