“每个穆斯林应当每七天内洗澡一次，要洗头，洗周身。”

据艾布·胡莱勒（愿主福安之）传述：安拉的使者（愿主福安之）说： “每个穆斯林应当每七天内洗澡一次，要洗头，洗周身。” [正确的] [布哈里和穆斯林共同辑录]

安拉的使者（愿主福安之）叙述道：每一个理智健全的穆斯林成年人，务必每七天即每周洗澡一次，在这一天洗头洗周身，以达到身体洁净，而这一天最好是主麻日.正如部分圣训所指示，在主麻拜之前洗大净为可嘉。如果他在周四洗过一次，则周五洗大净便不再是必须的。阿伊莎（愿主喜悦之）说：“人们曾都在外劳作，当他们去参加聚礼时，便在劳作的状态下直接去了清真寺，有人便对他们说：如果你们洗了澡会更好。”（布哈里传述）另一传述说：“他们身上有异味”，即：汗水等味.所以有人就对他们说：“如果你们洗个澡多好。”所以其他人就更应该洗澡。

https://sunnah.global/hadeeth/zh/show/65084