"Ne moraš to činiti. Dovoljno ti je da proliješ na glavu tri pregršti vode, a zatim poliješ vodom (opereš) čitavo tijelo i tako se očistiš."

Od Ummu Seleme, radijallahu anha, prenosi se da je rekla Allahovom Poslaniku, sallallahu alejhi ve sellem: "Poslaniče, ja stegnem pletnice, pa ih rasplićem kada se kupam od džunupluka!" (U jednoj predaji kaže se: "...i od hajza!") Allahov Poslanik, sallallahu alejhi ve sellem, reče joj: "Ne moraš to činiti. Dovoljno ti je da poliješ na glavu tri pregršti vode, a zatim poliješ vodom (opereš) čitavo tijelo i tako se očistiš."
[Vjerodostojan] [Hadis bilježi imam Muslim]

Ummu Selema, radijallahu anha, kazuje da je plela svoju kosu u pletenice, pa je upitala Poslanika, sallallahu alejhi ve sellem, o načinu kupanja od velike nečistoće (hajza i džunupluka). Poslanik joj je rekao da ne mora rasplitati pletenice, nego da je dovoljno da polijee glavu trima pregrštima vode, tako da preovlada mišljenje da je voda došla do korijena kose, bez obzira pokvasila unutrašnjost kose ili ne. Da je obavezno da se pokvasi unutrašnjost kose, u tom slučaju bi morala rasplesti pletenice da se uvjeri da li je pokvasila svu kosu. Pod "tri pregršti vode" ne misli se da polijevanje mora biti isključivo tri puta, nego je poenta u tome da voda dođe do korijena kose, pa ako bi se to postiglo sa jednim pregrštom vode, tri pregršti su onda sunnet; ako tri pregršti nisu dovoljne, obaveza je povećati taj broj sve dok voda ne stigne do korijena kose i preovlada mišljenje da je kosa nakvašena. "...a zatim poliješ vodom (opereš) čitavo tijelo...", tj. pokvasiš čitavo tijelo. U predaji koju je prenijela Aiša, radijallahu anha, stoji: "...zatim izliješ vodu na glavu." "...i tako se očistiš" - slično tome zabilježili su Ebu Davud i drugi muhadisi, a značenje je ovo: time si se očistila od velike nečistoće koja je bila pri tebi.

http://www.sunnah.global/hadeeth/bs/show/10030