فلبيني

للمهتدين والمسلمين

ANG AKLAT PARA SA BABAENG MUSLIM

كتاب المرأة المسلمة

IPC
لجنة التعريف بالإسلام
ISLAM PRESENTATION COMMITTEE
جمعية النجاة الخيرية

من إصداراتنا
More Others

IPB
دار التعريف بالإسلام
Islam Presentation Bookshop

للمساهمة معنا في مشروع طباعة الكتب

www.ipc-kw.com

2444117 - 2427383 داخلي: 301

Fahad Salem St. Al-Mulla Saleh Mosque P.O.Box:1613 Safat 1307
Tel.: 2444117 Ext.: 150 - Fax: 2400057 e-mail:ipb@ipc-kw.com

بسم الله الرحمن الرحيم

تشرف بإعداد هذا الكتاب

شعبة توعية الجاليات في الزلفي

وزارة الشؤون الإسلامية والأوقاف والدعوة والإرشاد

المملكة العربية السعودية

مصادر هذا الكتاب

الدماء الطبيعية

لفضيلة الشيخ محمد بن صالح العثيمين

بسم الله الرحمن الرحيم وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته
اطلعت على هذا المختصر وأرى أن رأيكم في ذلك سديد
وفقكم الله وسدد خطاكم.
والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته
محمد العثيمين ١٤١٥/٣/٨هـ

مختصر أحكام الدماء

كتاب المرأة المسلمة

لفضيلة الشيخ: أبي بكر الجزائري

سبعة أسباب لوقاية الأسرة

لفضيلة الشيخ صالح بن إبراهيم الشيباني

عودة الحجاب

لفضيلة الشيخ محمد بن أحمد إسماعيل المقدم

Ang mga Nilalaman

Bilang	Paksa	Pahina
1.	Paunang Salita	5
2.	Ang Kalagayan ng Babae sa Islam	7
3.	Ang Pangkalahatang Karapatan ng Babae	12
4.	Ang mga Karapatan ng Babae sa Asawa Niya	16
5.	Ang Hijab	19
6.	Bakit Kailangan ang Hijab	26
7.	Ang Regla	28
8.	Ang mga Abnormalidad sa Pagreregla	29
9.	Ang mga Alituntunin sa Pagreregla	31
10.	Ang Istihadah	36
11.	Ang mga Alituntunin sa Istihadah	39
12.	Ang Nifas at ang mga Alituntunin Nito	39
13.	Ang Pampigil ng Regla at Pagbubuntis	41
14.	Labing-isang Payo	43

مواضيع الكتاب

الرقم	الموضـــــوع	الصفحة
١.	مقدمة	٥
٢.	مكانة المرأة في الإسلام	٧
٣.	حقوق المرأة العامة	١٢
٤.	حقوق المرأة على زوجها	١٦
٥.	حكم الحجاب وصفته	١٩
٦.	لماذا الحجاب؟	٢٦
٧.	زمن الحيض ومدته	٢٨
٨.	الطوارىء على الحيض	٢٩
٩.	أحكام الحيض	٣١
١٠.	الاستحاضة	٣٦
١١.	أحكام الاستحاضة	٣٩
١٢.	أحكام النفاس	٣٩
١٣.	موانع الحيض و الحمل	٤١
١٤.	نصائح للمرأة المسلمة	٤٣

Paunang Salita

Ang papuri ay kay Allah, ang Panginoon ng lahat ng nilalang; Ang pagpapala at kapayapaan ay matamo ni Muhammad na Sugo ni Allah at kahuli-hulihang Propeta.

Saklaw ng pananampalatayang Islam ang lahat ng pangangailangan ng tao maging ito man ay espirituwal o materyal. Ang sabi ni Allah:

"Sa araw na ito, Aking ginawang ganap para sa inyo ang inyong relihiyon at Aking nilubos ang Aking pagpapala sa inyo at Aking pinili ang Islam para sa inyo bilang relihiyon." (5:3)

﴿اليوم أكملت لكم دينكم وأتممت عليكم نعمتي ورضيت لكم الإسلام دينا﴾ المائدة ٣

Dumating ang Islam upang pagtibayin na ang pagkadiyos ay kay Allah lamang; at ipalaganap ang katarungan at pagkapantay-pantay sa sangkatauhan anupa't walang superyoridad ang isang tao sa kanyang kapwa maliban na lamang sa Taqwa (Pagkakaroon ng takot sa Panginoon). Dumating din ang Islam upang hadlangan ang pagkakaroon ng pagtatangi-tangi sa iba't ibang antas ng lipunan at upang patatagin ang pagkapantay-pantay sa mga karapatan at mga alituntuning pinaiiral sa iba't ibang lahi -- mapalalaki man o mapababae. Ang sabi ni Allah: ***"O sangkatauhan, nilalang***

Namin kayo buhat sa isang lalaki at isang babae at ginawa Namin kayong mga bansa at mga lipi upang kayo ay magkakilalahan. Tunay na ang pinakamarangal sa inyo para kay Allah ay ang sa inyo'y may pinakamalaking takot sa Kanya. Si Allah ay nakaaalam at nakababatid sa lahat ng bagay." (49:13)

﴿يا أيها الناس إنا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شعوبا وقبايل لتعارفوا إن أكرمكم عند الله أتقكم إن الله عليم خبير﴾ الحجرات ١٣

Sa puntong ito ay inihahandog namin sa iyo, kapatid na Muslimah, ang aklat na ito na naglalaman ng mga alituntunin at patakarang laan para sa babaeng Muslim. Kaya nararapat lamang, kapatid na Muslimah, na iyo itong pag-aralan at kumilos ayon dito upang ang iyong gawa ay sang-ayon sa ibinigay na batas ni Allah at ng kanyang Sugo (SAS). Ang aklat na ito ay tumatalakay sa mga sumusunod na paksa:

Una: Ang kalagayan ng babae sa Islam,
Ikalawa: Ang hijab,
Ikatlo: Ang regla at ang pagdurugo, at
Ikaapat: At iba pang mga paksa.

Idinadalangin natin kay Allah na nawa'y maging kapaki-pakinabang ang gawang ito at nawa'y gawin Niyang alang-alang lamang sa Kanya. Gawaran ni Allah ng pagpapala at kapayapaan si Muhammad.

Ang Kalagayan ng Babae sa Islam

Bago natin pag-usapan ang mga karapatan ng babae sa Islam, kailangang linawin muna natin ang ilang mga pananaw sa babae ng mga bansa noon at kung papaano nila ito tinatrato. Ang mga babae sa mga Griego noon ay naipagbibili at nabibili at wala itong anumang karapatan sa halip ang lahat ng karapatan ay nasa lalaki lamang. Pinagkaitan din siya ng karapatang magmana o magpatakbo ng sariling ari-arian. Ang sabi pa nga ng kanilang bantog na pilosopo na si Socrates: "Ang pagkakaroon ng babae ang siyang pinakamalaking dahilan at pinagmumulan ng pagkasira sa mundo. Ang babae ay katulad ng nakalalasong punong kahoy na ang panlabas na anyo ay maganda subalit sa sandaling ang bunga nito ay kainin ng mga ibon, agad mamamatay ang mga ito." Ang mga Romano naman ay naniniwalang walang kaluluwa ang isang babae. Walang anumang halaga sa kanila ang babae at wala ring mga karapatan. At ang kanilang kasabihan noon ay: "walang kaluluwa ang babae." Kaya dahil doon ay pinarurusahan ang mga babae sa pamamagitan ng pagbuhos ng kumukulong langis sa kanilang mga katawan at sa pamamagitan ng paggapos sa kanila sa mga poste. Hindi lamang iyon, pati ang mga inosenteng babae ay

itinatali nila sa buntot ng mga kabayo at pinatatakbo ang mga ito nang ubod ng bilis hanggang sa mamatay ang mga babae. Ganoon din ang pananaw ng mga taga-India. At karagdagan pa roon, sinusunog nila ang babae kasama ng kanyang asawa kapag ang kanyang asawa ay namatay. Itinutulad noon ng mga Chino ang babae sa isang tubig na tumatangay sa kaligayahan at yaman. Ang isang lalaking Chino noon ay may karapatang ipagbili ang kanyang maybahay at may karapatan din siyang ilibing ito ng buhay. Itinuturing naman ng mga Judio ang babae na isang sumpa dahil siya ang tumukso at nag-udyok kay Adan na kainin ang ipinagbabawal na bunga. Itinuturing din nilang ang babae ay marumi kapag itoy nireregla at ang bahay ay nagiging marumi at ang lahat ng mahawakan nito. Hindi rin siya nakapagmamana ng kahit ano buhat sa kanyang ama kapag siya ay may mga kapatid na lalaki. Ang tingin naman ng mga Kristiyano sa babae ay siya ang pinto ng Demonyo. May isa pang Kristiyanong may mataas na tungkulan sa simbahan ang nagsabing ang babae ay alang kaugnayan sa lahi ng tao. Ang sabi naman ni an Buenaventura: "Kapag kayo ay nakakita ng isang abae ay huwag ninyong isiping kayo ay nakakita ng ang tao o isang hayop -- ang inyong nakita ay si atanas mismo at ang kanyang boses na inyong aririnig ay ang huni ng ahas." Ang mga kababaihang glis, alinsunod sa pangkalahatang batas ng mga Inglis

hanggang sa kalagitnaan ng nagdaang siglo (ika-labinsiyam na siglo), ay nanatiling hindi ibinibilang na mga mamayan. Wala silang mga karapatang personal at wala ring karapatang magmay-ari ng anumang bagay pati na ang mga damit na kanilang isinusuot. Noong 1567 ay gumawa ng batas ang Parliamento ng Scotland na nagbabawal na pagkalooban ng awtoridad sa anumang bagay ang isang babae. Ang Parliamento naman ng Inglatera noong panahon ni Haring Henry II ay nagbawal sa babae na magbasa ng bibliya dahil sa diumano siya ay marumi. Noong 586 ay nagdaos ang mga Pranses ng isang Kumperensiya upang talakayin kung ang babae ba ay tao o hindi tao. Kinilala nilang ang babae ay tao ngunit siya ay nilikha para paglingkuran ang lalaki. Pinahihintulutan noon sa batas ng mga Ingles hanggang sa taong 1805 na ipagbili ng lalaki ang kanyang maybahay. At itinakda pa ang halaga ng maybahay sa anim na ***sterling pence***. Sa mga Arabe naman bago dumating ang Islam ang babae ay isang hamak, hindi nagmamana, hindi pinahahalagahan, at walang mga karapatan. Maraming mga Arabe noong bago dumating ang Islam ang naglilibing nang buhay sa kanilang mga anak na babae. Nang dumating ang Islam inalis nito ang kawalang-katarungang ito at nilinaw na ang babae at lalaki ay pantay kaya ang babae ay may karapatan din kung papaanong may karapatan ang isang lalaki. Ang sabi ni Allah: ***"O sangkatauhan, nilalang***

Namin kayo buhat sa isang lalaki at isang babae at ginawa Namin kayong mga bansa at mga lipi upang kayo ay magkakilalahan. Tunay na ang pinakamarangal sa inyo para kay Allah ay ang sa inyo'y may pinakamalaking takot sa Kanya. Si Allah ay nakaaalam at nakababatid sa lahat ng bagay." (49:13)

﴿يا أيها الناس إنا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شعوبا وقبايل لتعارفوا إن أكرمكم عند الله أتقكم إن الله عليم خبير﴾ الحجرات ١٣

Ang sabi pa Niya: ***"Ang sinumang gumawa ng kabutihan -- maging lalaki man o babae -- at sumasampalataya, ang mga iyon ang magsisipasok sa paraiso at wala ni katiting na kawalang-katarungan ang gagawin sa kanila."*** (4:124)

﴿ومن يعمل من الصالحات من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فأولئك يدخلون الجنة ولا يظلمون نقيرا﴾ النساء ١٢٤

"At inatasan namin ang tao na maging mabuti sa kanyang mga magulang ..." (17:23)

﴿ووصينا الإنسان بوالديه إحسانا﴾ الأحقاف ١٥

Ang sabi naman ng Propeta (SAS): **"Ang may pinakaganap na pananampalataya sa mga mananampalataya ay ang may pinakamagandang asal sa kanila at ang pinakamabuti sa inyo ay ang pinakamabuti sa kanilang mga maybahay."**

قال صلى الله عليه وسلم: ((أكمل المؤمنين إيمانا أحسنهم أخلاقا، وخياركم خياركم لنسائهم.))

Nasasaad din sa Hadith na tinanong ng isang lalaki ang Propeta (SAS): **'Sino po sa mga tao ang higit na may karapatan sa aking mabuting pakikitungo?' tanong ng lalaki. 'Ang iyong ina,' sagot ng Propeta (SAS). 'Sino pa po?' 'Ang iyong ina.' 'Sino pa po?' 'Ang iyong ina.' Sino pa po?' 'Ang iyong ama,' sagot ng Propeta (SAS)."**

وسأل رجل النبي صلى الله عليه وسلم، فقال: من أحق الناس بحسن صحابتي؟ قال: أمك. قال ثم من؟ قال: أمك. قال ثم من؟ قال: أمك. قال ثم من قال: أبوك.

Ito, sa maikling salita, ang pananaw ng Islam sa babae.

Ang Pangkalahatang Karapatan ng Babae

Ang babae ay may pangkalahatang karapatan na dapat niyang malaman at kilalanin ng lahat upang kanya itong matamasa nang lubusan kung kailan man niya ito naisin at gustuhin. Ang ilan sa mga karapatang ito ay ang mga sumusunod:

1. Ang karapatang magmay-ari. May karapatang magmay-ari ang babae ng mga bahay, mga lupain, mga pagawaan, mga pataniman, ginto, pilak, at iba't ibang mga uri ng hayop gaya ng kamelyo, baka, at tupa -- maging siya man ay isang maybahay o isang ina o isang anak o isang kapatid.

2. Ang karapatang pumili ng mapangangasawa, tumutol sa lalaking ayaw niya, at humingi ng diborsiyo kapag ang pananatili sa piling ng kanyang asawa ay makapipinsala sa kanya. Ang mga ito ay ang mga karapatang para sa babae na ang katiyakan ay napagkaisahan ng mga pantas ng Islam.

3. Ang karapatang matuto ng lahat ng kanyang kailangan tulad ng kaalaman tungkol kay Allah, kaalaman tungkol sa pagsamba sa Kanya, mga tungkuling kailangang gampanan kalakip ng mga kagandahang asal para rito, at mga pag-uugaling mahusay na kailangan niyang taglayin sa lahat ng

sandali at ito ay ayon sa sinabi ni Allah: ***"Kaya dapat mong malaman na walang ibang diyos kundi si Allah"*** (47: 19)

﴿فاعلم أنه لا إله إلا الله﴾ محمد ١٩

At ayon din sa sinabi ng Sugo (SAS): **"Ang paghahanap ng karunungan ay tungkulin ng bawat Muslim."**

((طلب العلم فريضة على كل مسلم.))

4. Ang karapatang magbigay ng Sadaqah (Kawanggawa) buhat sa kanyang ari-arian at gumugol buhat dito para sa kanyang sarili at para sa kanino mang naisin niya gaya ng asawa, mga anak, at mga magulang hanggang hindi humahantong ang paggugol sa pag-aaksaya. Ang pagbabawal sa pag-aaksaya ay kapwa para sa babae at lalaki.

5. Ang karapatang magmahal at masuklam anupa't may karapatan siyang mahalin ang mga matutuwid na babae, dalawin at pagkalooban sila ng regalo. Maaari rin niya silang sulatan, alamin ang kanilang kalagayan at aliwin sa kanilang dalamhati. Karapatan niyang kasuklaman at kamuhian ang mga babaeng tiwali at iwasan sila alang-alang kay Allah.

6. Ang karapatang gumawa ng huling habilin (testamento) na nagsasaad ng kanyang kagustuhang ipamana ang hanggang sa ikatlong bahagi (1/3) ng

kanyang ari-arian sa kanino mang naisin niya at sa kanyang pagyao ay ipatutupad nang walang pagtutol at walang pagsuway sapagkat ang huling habilin ay karapatang personal ng lahat. Kung ito ay maaari sa lalake, maaari rin sa babae. Kapwa may karapatan ang babae at ang lalaki na gumawa ng testamentong nagsasaad ng kagustuhang pamanahan ang sinumang naisin sa kondisyong ang pamanang iyon ay hindi lalampas sa ikatlong bahagi (1/3) ng kabuuan ng personal na ari-arian. Karagdagan pa rito, may karapatan din ang isang babae na magmana sa maiiwang ari-arian ng kanyang magulang, asawa, at mga kamag-anak.

7. Ang karapatang magsuot. Maaari niyang isuot ang anumang maibigan niya gaya ng seda at ginto – na kapwa ipinagbawal sa mga kalalakihan – ngunit hindi siya maaaring mag-alis ng damit at magsuot ng shortpants, swimsuit, sleeveless shirt at iba pang kasuutang katulad ng mga ito kapag siya ay nasa publiko. Hindi rin niya maaaring alisin ang belo sa kanyang ulo o ilantad ang kanyang leeg o dibdib maliban na lamang kung ang kanyang kapiling ay ang kanyang asawa lamang. Hindi rin siya dapat lumabas ng bahay na hindi suot ang Hijab.

8. Ang karapatang magpaganda para sa asawa. Maaari siyang gumamit ng eye-liner, pulbos, at lipstick kung gusto niya. Maaari siyang magsuot ng pinakamagara at

pinakamagandang damit maliban sa mga damit na kilalang gamit ng mga hindi Muslimah o kilalang gamit ng mga babaeng nagbebenta ng laman, hindi niya isusuot ang mga ito upang maiwasan na mapagkamalang kabilang sa kanila.

9. Ang karapatan sa pagkain at inumin. Maiinom at makakain niya ang masarap at mabuti para sa kanya. Walang ipinagkaiba ang babae sa lalaki pagdating sa pagkain at inumin. Ang anumang ipinahihintulot ng Islam na pagkain at inumin ay kapwa puwede sa lalaki at babae at ang anumang ipinagbabawal ng Islam ay kapwa bawal sa lalaki at babae. Ang sabi ni Allah: ***"Magsikain at magsiinom kayo ngunit huwag mag-aksaya, hindi Niya minamahal ang mga nag-aaksaya."*** (7:31)

﴿وكلوا واشربوا ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين﴾

الأعراف ٣١

Ang talatang ito ay angkop sa kapwa babae at lalake.

Ang mga Karapatan ng Babae sa Asawa Niya

Kabilang sa mga natatanging karapatan ng babae ay ang kanyang mga karapatan sa kanyang asawa. Ang mga karapatan na iyon ng babae ay may katumbas ding mga tungkulin niya sa kanyang asawa at ang mga ito ay ang pagsunod sa asawa sa mga bagay na hindi pagsuway kay Allah o sa Sugo Niya (SAS), paghahanda ng kanyang pagkain at inumin, pag-aayos ng bahay, pagpapasuso ng kanyang mga anak at pag-aalaga sa mga ito, at pangangalaga sa kanyang mga ari-arian at karangalan. Tungkulin din ng babae sa kanyang asawa na kanyang pangalagaan ang kanyang sarili; magpaganda at gumamit ng pampaganda para sa ikasisiya ng kanyang asawa. Kabilang sa pampaganda ang mga pinahihintulutang gayak at iba't ibang uri ng mga pampaganda.

Ito naman ang ilan sa mga tungkuling kailangang gampanan ng lalaki sa kanyang maybahay batay sa sinabi ni Allah: ***"At sila (mga babae) ay may karapatan (sa kanilang mga asawa) gaya ng karapatan (ng kanilang mga asawa) sa kanila ayon sa kung ano ang makatuwiran."*** (2:228)

﴿ولهن مثل الذى عليهن بالمعروف﴾ البقرة ٢٢٨

Babanggitin natin ang mga ito upang malaman ng isang Muslimah at hilingin ang mga ito nang walang halong hiya at pangamba. Tungkulin naman ng asawa na ibigay ang mga ito nang buo maliban na lamang kung pumayag ang babae na huwag nang tamasain ang iba pa niyang mga karapatan.

1. Ang pagsustento ng lalake sa kanyang asawa ayon sa kanyang kalagayan at kakayahan. Napaloloob sa sustento ang mga sumusunod: kasuutan, pagkain, inumin, gamot, at tirahan.

2. Ang pangangalaga sa maybahay -- sa karangalan, katawan, ari-arian, at relihiyon nito -- yaman din lamang na ang lalake ang siyang tagapangalaga ng babae at ang tungkulin ng tagapangalaga ng isang bagay ay ang pag-ingatan at pangalagaan ito.

3. Ang pagtuturo sa maybahay ng mga bagay-bagay tungkol sa pananampalataya na kailangang nitong malaman. At kung hindi kaya ng asawa na gawin ito, pahihintulutan niya ang kanyang maybahay na matuto sa pamamagitan ng pagdalo sa mga aralin para sa mga kababaihan na idinaraos sa mga Masjid o sa iba pang lugar kung may katiyakang walang masama o kapinsalaang maaaring mangyari sa kanya sa pagdalo sa mga araling ito.

4. Ang mabuting pakikitungo sa kanya batay sa sinabi ni Allah: ***"Pakitunguhan ninyo (mga lalake) sila (mga babae) nang mabuti."*** (4:19)

﴿وعاشروهن بالمعروف﴾ النساء ١٩

Kabilang sa mabuting pakikitungo ng lalaki sa kanyang maybahay ay kailangang punan niya ang pangangailangang seksuwal ng kanyang maybahay at hindi niya sasaktan ang damdamin nito sa pamamagitan ng paglait o pag-insulto o paghamak o pagmaliit dito. Bahagi rin ng mabuting pakikitungo sa maybahay ay ang huwag siyang pigilang dumalaw sa mga kamag-anakan niya kung wala rin lamang namang masamang maaaring mangyari sa kanya. Hindi rin siya pagagawin ng gawaing hindi niya makakaya. Nararapat na maging mabuti sa kanya sa salita at sa gawa sapagkat ayon sa Sugo (SAS): **"Ang lalong mabuti sa inyo ay ang mabuting makitungo sa kanyang maybahay at ako ang lalong mabuti sa inyo sa pakikitungo sa aking maybahay."**

((خيركم خيركم لأهله، وأنا خيركم لأهلي.))

Sinabi pa niya (SAS): **"Walang nagpaparangal sa mga babae kundi ang isang lalaking marangal at walang humahamak sa kanila kundi ang isang lalaking hamak."**

((ما أكرم النساء إلا كريم، ولا أهانهن إلا لئيم.))

Ang Hijab

Hangad ng Islam na pangalagaan ang pamilya sa pagkawasak at pagguho. Pinaligiran ng Islam ang pamilya ng matatag na pader ng moralidad at kagandahang asal upang ang mga kaluluwa ay maging malusog at upang maging malinis ang lipunan -- hindi natatangay ng tawag ng laman at hindi nauudyukang gumawa ng immoralidad. Naglagay ito ng mga hadlang na pipigil sa mga bagay na pumupukaw sa damdamin at nag-aanyaya sa kasalanan at kasamaan. Kaya ipinag-utos nito sa panig ng lalaki't babae na ibaba ang tingin sa isa't isa. Ang Hijab ay batas na ginawa ni Allah upang parangalan ang babae, pangalagaan ang kanyang dangal laban sa kadustaan at kahihiyan, ilayo siya sa pagsasamantala ng mga buktot at mga halang ang kaluluwa, pangalagaan siya laban sa mga taong hindi alam ang kahalagahan ng kagandahang asal, isara ang pinto ng tukso na dulot ng nakalalasong tingin, at bakuran ang dignidad at puri ng babae ng muog ng paggalang at mataas na pagtingin.

Nagkaisa ang mga pantas ng Islam na maliban sa mukha at mga kamay ang nalalabi pang bahagi ng katawan ng isang babae magmula sa ulo ay kailangang

takpan. Hindi niya ipakikita at ilalahad ang kanyang kagandahan at pang-akit sa mga lalaking hindi niya Mahram. (Ang mga Mahram ng babae ay ang kanyang asawa, ama, mga lolo, mga kapatid, mga anak at apo, mga anak at apo ng kapatid, at mga kapatid ng ama at ina.) Nahahati ang mga pantas ng Islam sa dalawang pangkat hinggil sa mukha at kamay. (Ang isang pangkat ng mga pantas ay naniniwalang kailangang takpan ang mukha at ang kamay samantalang ang ibang pangkat naman ng mga pantas ay hindi naniniwalang kailangang takpan ang mukha at ang kamay.) Ang bawat pangkat ay may kani-kanilang mga patunay na pinagbabatayan ng kanilang paninindigan. Kaya maraming mga patunay ang lumitaw hinggil sa Hijab, sa mga patakaran nito, at pamamaraan ng pagsuot nito. Buhat sa maraming mga patunay na ito ay pinatutunayan ng bawat pangkat ang kanilang paninindigan at binibigyan naman ng iba't ibang kapaliwanagan ang iba pang mga patunay na tila baga'y sumasalungat sa kanilang pananaw.

Ito ang Ilan sa Kanilang mga Patunay:

Ang sabi ni Allah: ***"At kapag may itatanong kayo sa kanila (mga maybahay ng Sugo), tanungin ninyo sila sa likod ng tabing (hijab). Iyan ang mas malinis para sa inyong puso at sa kanilang puso."*** (33:53)

﴿وإذا سألتموهن متـٰعا فاسـٔلوهن من وراء حجاب ۚ ذٰلكم أطهر لقلوبكم وقلوبهن ۚ ﴾ الأحزاب ٥٣

Ang sabi pa Niya: ***"O Propeta, sabihin mo sa iyong mga maybahay at sa iyong mga anak na babae at sa mga kababaihan ng mga Muslim na isuot nila ang kanilang balabal [na bumabalot sa kanilang ulo at katawan]. Iyan ang mas mainam nang sa gayon ay makilala sila [bilang kagalang-galang na mga babae] at hindi pinsalain. Si Allah ay laging nagpapatawad, maawain."*** (33:59)

﴿يـٰأيها النبى قل لأزوٰجك وبناتك ونساء المؤمنين يدنين عليهن من جلـٰبيبهن ۚ ذٰلك أدنى أن يعرفن فلا يؤذين ۗ وكان الله غفورا رحيما﴾ الأحزاب ٥٩

"At sabihin mo (Muhammad) sa mga babaeng mananampalataya na ibaba nila ang kanilang paningin at pangalagaan nila ang kanilang puri at huwag nilang ilahad ang kanilang gayak maliban sa nakalitaw na*, at balutin nila ang kanilang katawan,

---

****Maliban sa nakalitaw na:*** Gaya ng kamay, panlabas na kasuutan, belo, medyas, at mukha. (Ang ibang mga pantas ng Islam ay hindi sumasang-ayong ipakita ang kamay at mukha.)

at huwag nilang ipakita ang kanilang kagandahan maliban sa kanilang mga asawa . . ." (24:31)

﴿وقل للمؤمنات يغضضن من أبصـٰرهن ويحفظـن فروجهن ولا يبدين زينتهن إلا ما ظهر منها وليضربن بخمرهن على جيوبهن ولا يبديـن زينتهـن الا لبعولتهـن أو آبـائهن أو آبـاء بعولتهـن أو أبنـائهن أو أبنـاء بعولتهـن أو إخوانهـن أو بـني إخوانهـن أو بـني أخواتهن أو نسائهن أو ما ملكت أيمانهن أو التابعين غير أولي الإربة من الرجال أو الطفل الذيـن لم يظهـروا على عورات النساء﴾ النور ٣١

Nasasaad sa Hadith na sinabi ng maybahay ng Sugo (SAS) na si A'ishah (RA): **"Ang mga mananampalatayang kababaihan ay dumadalo noon sa salah ng madaling araw na kasabay ng Propeta (SAS) na suot ang kanilang balabal at umuwi sa kanilang mga tahanan pagkatapos ng salah na hindi nakikilala dahil sa kadiliman."**

وفي الحديث ما ورد عن عائشة رضي الله عنها قالت: ((كن النساء المؤمنـات يشهدن الصلاة مع النبي صلى الله عليه وسلم صـلاة الفجـر وهـن متلفعـات بمروطهن، ثم ينقلبن إلى بيوتهن حين يقضين الصلاة لا يعرفن من الغلس.))

Sa isa pang Hadith na iniulat din niya: **"Dinaanan kami ng mga manlalakbay habang kami ay kasama ng Sugo ni Allah (SAS) papuntang Makkah upang magsagawa ng Umrah. At nang makasabay na nila kami, ibinaba ng bawat isa sa amin ang balabal na nakapatong sa kani-kanyang ulo at itinabing sa kani-kanyang mukha. Nang nakalampas na sila sa amin, inalis namin ang tabing sa mukha."**

وعنها أيضا أنها قالت:"كان الركبان يمرون بنا، ونحـن مـع رسـول الله صلـى الله عليه وسلم محرمات فإذا حاذوا بنا أسدلت إحداهـن جلبابهـا مـن رأسـها على وجهها، فإذا جاوزونا كشفنا."

Ang sabi pa niya (SAS): **"Kahahabagan ni Allah ang mga kababaihan ng mga nandayuhan [sa Madinah buhat sa Makakh] dahil nang ipinahayag ni Allah (ang talatang ito ng Qur'an): *"At balutin nila ang kanilang sarili . . ."* (24:31), pinutol nila ang kanilang (mahabang) balabal at ipinantakip. "**

وعنها أيضا أنها قالت:" يرحم الله نساء المهاجرين الأول لما أنـزل الله:" وليضربن بخمرهن على جيوبهن....." شققن مروطهن فاختمرن بها."

Ang mga patunay ay lubhang napakarami subalit sa kabila ng pagkakaiba ng pananaw ng mga pantas ng Islam sa Hijab, silang lahat naman ay nagkasundo na maaaring ipakita ng babae ang kanyang mukha kung talagang kinakailangan gaya rin naman ng pananaw nilang lahat na kailangang takpan ng babae ang kanyang mukha kapag ang tukso ay pinangangambahang mangyari. At mas matindi ang pangamba sa tukso sa panahong ito na ang katiwalian ay labis-labis at lumaganap na. Dumami na ang mga suwail kay Allah at pinuno na nila ang mga lansangan at mga pook at ang mga mabubuting tao at ang mga may takot kay Allah ay naging kakaunti na lamang.

Ipinagbabawal din ng Islam sa babae ang makihalubilo sa mga kalalakihang hindi niya Mahram. (Ang mga Mahram ng babae ay ang kanyang asawa, ama, mga lolo, mga kapatid, mga anak at apo, mga anak at apo ng kapatid, at mga kapatid ng ama't ina.) Ang lahat ng mga patakarang ito ay upang pangalagaan ang moralidad, ang pamilya, at ang dangal. Hangad ng Islam ang pag-iingat, at pagsasara ng mga pinto ng tukso at udyok sa immoralidad. Ang paglabas ng babae at pakikihalubilo niya sa mga kalalakihan at ang pag-aalis niya ng hijab ang siyang pumupukaw sa tawag ng laman at magpapadali sa pagbibigay ng motibo para gumawa ng krimen at magpapadali sa gumagawa ng krimen. Ang sabi ni Allah: ***"Manatili kayo (mga babae) sa inyong mga tahanan at huwag ninyong itanghal ang inyong mga kagandahan katulad ng ginagawang pagtanghal ng kagandahan noong panahon ng kamangmangan [ang panahon bago dumating ang Islam]."***(33:33)

يقول الله تعالى: ﴿ وقرن في بيوتكن ولا تبرجن تبرج الجـٰهلية الأولىٰ ﴾ الأحزاب ٣٣

Ang sabi pa ni Allah: ***"At kapag may itatanong kayo sa kanila (mga maybahay ng Propeta), tanungin ninyo sila sa likod ng tabing. Iyan ang mas malinis para sa inyong puso at sa kanilang puso."*** (33:53)

﴿وإذا سألتموهن متـٰعا فاسئلوهن من وراء حجاب ۚ ذلكم أطهر لقلوبكم وقلوبهن ۚ ﴾ الأحزاب ٥٣

Lubhang ipinagbawal ng Sugo (SAS) ang paghahalubilo ng mga lalaki at mga babae at hinadlangan niya ang lahat ng maaaring maging dahilan ng paghahalubilo nila, kahit na sa larangan ng pagsamba at mga pook sambahan.

Maaaring mapilitan ang isang babae na lumabas sa kanyang bahay upang pumunta sa isang lugar na may mga lalaki. Halimbawa ay mayroon siyang pangangailangang tutugunin at walang isang gagawa niyon para sa kanya o siya'y magtitinda o bibili upang

matiyak na may maipangtutugon sa pangangailangan ng kanyang sarili o ng mga itanataguyod niya o iba pang tunay na mga pangangailangan, kapag gaya nito ang dahilan ay walang masama. Kaya nga lamang kailangang isaalang-alang niya ang mga limitasyong iniatang ng Islam kapag lalabas ng bahay. Siya ay lalabas na suot ang kasuotang pang-islam na tinatakpan ang kagandahan at hindi inilalahad. Siya ay dapat hiwalay sa mga lalaki at hindi nakahalo sa kanila.

Kabilang din sa mga batas na ginawa ng Islam upang pangalagaan ang pamilya at ang moralidad ay ang pagbabawal na manatili sa isang pribadong lugar, halimbawa'y isang bahay o silid, ang isang babae kasama ng lalaking hindi niya Mahram o asawa sapagkat masidhi ang hangad ni Satanas na sirain ang kaluluwa at ang moralidad.

Bakit Kailangan ang Hijab?

Ang pag-obliga ng Islam sa pagsusuot ng Hijab ay dahil nais nito, batay sa marami at dakilang mga kadahilanan at mga layunin nito, na bigyan ng seguridad ang isang babae sa kanyang buhay may-asawa. Ang isang lalaki -- kapag nagka-edad na ang kanyang

maybahay at nawala na ang kabataan, kasiglahan, at kasariwaan nito sanhi na rin ng pagtanda kalakip na rito ang pagbubuntis, panganganak, pagpapasuso, at pagtatrabaho -- ay mabubuhay pa rin nang malugod at kaaya-aya sa piling ng kanyang maybahay. Subalit nang nagpunta ng lalaking ito sa lansangan ay nakakita siya ng isang dalagang nasa kasibulan nito at nasa rurok ng kagandahan at kabataan nito, ano na lamang ngayon ang kanyang nararamdaman kapag nakikita niya ito?! Ang tanawing ito ay magpapaningas sa init ng kanyang katawan. At pag-uwi niya sa kanyang maybahay ay magsisimula na siyang ipaghambing ang dalawa. Walang dudang ito ay may papel na gagampanan sa pagwasak ng maraming tahanan. Kaya inaatasan ng Islam ang babae na magsuot ng Hijab at sinasabi sa kanya: "Huwag mong itanghal ang iyong kagandahan upang hindi magningas ang init sa katawan ng mga kalalakihan na siyang sisira sa kanila at sa kanilang mga tahanan at upang kapag ikaw ay sumapit na rin sa pagtanda ay wala ring babae na darating para sumira sa iyong tahanan at sa inyong mag-asawa."

Ang Regla

Ang Edad at Period

A. **Ang Edad.** Ang karaniwang edad na may regla ang isang babae ay 12 taon hanggang 50 taon Maaari ring magkaroon ng regla ang babae ng mas maaga pa sa 12 taong gulang o pagkatapos ng 50 taong gulang depende sa kanyang kalagayan, sa kapaligiran, at sa klima.

B. **Ang Period.** Walang takdang maximum o minimum (pinakamarami o pinakakaunti) na bilang ng mga araw ng regla.

Ang Pagreregla ng Nagdadalangtao

Karaniwang humihinto ang pagreregla ng isang babae kapag siya ay nagdadalangtao.

I. Kapag ang babae ay nakakita ng dugo, 2 o 3 araw bago magsilang, na may kasamang pananakit ng tiyan (labor), ito ay Nifas (o pagdurugo na sanhi ng panganganak na maaaring lumabas bago o matapos magsilang).

II. Ngunit kapag siya ay nakakita ng dugo, maraming araw o ilang araw (2 o 3 araw) bago magsilang subalit walang kasamang pananakit ng tiyan (labor), ito ay hindi Nifas at hindi rin regla kundi Istihadah na ipaliliwanag natin mamaya. Magiging regla lamang ang

dugong ito kung ang kanyang regla ay patuloy na hindi humihinto kahit siya ay nagdadalangtao.

Ang Mga Abnormalidad sa Pagreregla

May iba't ibang uri ng abnormalidad sa pagreregla

I. Sa bilang ng Araw: sobra o kulang

Halimbawa: Kung ang Period ng babae ay 6 araw at nagpatuloy ang paglabas ng dugo sa ika-7 araw, ito ay sobra. O kung ang kanyang Period ay 7 araw ngunit huminto ang paglabas ng dugo pagdating ng ika-6 araw, ito ay kulang.

II. Sa pagdating: maaga o huli

Halimbawa: Kung karaniwang dumarating ang kanyang regla sa katapusan ng buwan at biglang dumating sa simula ng buwan, ito ay maaga. O kung karaniwang dumarating sa simula ng buwan at biglang dumating sa katapusan, ito ay huli. Oras na makita ng isang babae ang dugo, siya ay nireregla na, at oras na huminto ang pagdurugo, siya ay tapos nang magregla -- sumobra man o kumulang ang kanyang period, o mapaaga man o mapahuli ang pagdating nito.

III. Sa kulay: dilaw o kulay putik

Kapag nakita niya na ang dugo ay manilaw-nilaw na parang nana o kulay putik (na ang kulay ay nasa pagitan ng dilaw at itim) at kung ito ay nakita sa loob ng

kanyang Period bago huminto ang regla o karugtong ng kanyang period bago tuluyang huminto ang pagreregla, ito ay regla na nasasaklawan ng mga alituntunin ng pagreregla. Kapag nakita naman niya ang manilaw-nilaw na dugo pagkatapos na huminto ang pagreregla, hindi na ito regla at hindi niya ito bibigyang pansin.

IV. Ang paghinto-hinto ng regla nang wala sa oras

Halimbawa: May regla ngayon, bukas wala, at mayroon sa susunod na araw. Ang ganitong uri ng pagreregla ay may 2 kalagayan:

1. Na ito ay palagiang nangyayari sa isang babae sa lahat ng araw. Ang tawag dito ay Istihadah. Ang babae sa ganitong kalagayan ay saklaw ng alituntunin ng Istihadah na tatalakayin mamaya.

2. Na ito ay hindi tuloy-tuloy sa isang babae at nangyayari lamang sa ibang araw. At mayroon talagang mga araw na talagang humihinto ang kanyang regla. Ang paghinto ng pagdurugo ay kailangang hindi mababa sa isang araw (24 oras) upang masabing huminto na talaga ang regla ng isang babae. Maliban na lamang kung ang paghinto ay nangyari sa katapusan ng kanyang Period o nakakita siya ng Mucus (likidong malinaw) na lumalabas sa katapusan ng regla.

V. Panunuyo ng dugo

Kung ang panunuyo ng dugo, na bunga nito ay pamamasa (wetness) lamang ang nakikita ng isang

babae ngunit walang pagdaloy ng dugo, ay nangyari sa loob ng Period ng pagreregla o karugtong ng pagreregla bago tuluyang huminto ang pagreregla, ang pamamasa (wetness) na nakikita ay regla pa rin. Kung ang panunuyong ito ay nangyari matapos na huminto ang pagreregla, ito ay hindi na regla.

Ang Mga Alituntunin sa Pagreregla

I. **Ang Salah.** Ipinagbabawal (Haram) at hindi matatanggap sa isang may regla ang magsagawa ng Salah na obligatory o hindi obligatory at hindi niya kailangang bayaran (magsagawa ng Qada') ang mga Salah na hindi niya nagawa noong siya ay nireregla pa. Ngunit obligado siyang bayaran ang isang Salah kapag naabutan niya ang kahit isang minuto sa oras ng Salah, maabutan man niya ang simula o ang katapusan ng oras ng Salah. Ang halimbawa ng naabutan sa simula ang oras ng Salah ay ganito: Kapag ang isang babae ay dinatnan ng regla mga isang minuto pagkatapos lumubog ang araw, kailangang magbayad siya kaagad para sa Salah ng Maghrib pagkatapos ng kanyang regla at pagkatapos makapaligo dahil may naabutan siyang humigit- kumulang isang minuto sa oras ng Salah na ito bago siya dinatnan ng regla. Ang halimbawa naman ng naabutan sa katapusan ang oras ng Salah ay ganito: Kapag huminto ang regla ng isang babae mga isang

minuto bago sumikat ang araw, kailangang magbayad siya para sa Salah ng Fajr pagkatapos na pagkatapos niyang makapaligo dahil may naabutan siyang humigit kumulang isang minuto sa oras ng Salah na ito nang huminto ang kanyang regla.

Ang Dhikr, Takbeer (pagsabi ng "Allahu Akbar"), Tasbeeh (pagsabi ng "Subhanallah"), Tahmeed (pagsabi ng "Alhamdu lillah"), Tasmeeyah (pagsabi ng "Bismillah") sa pagkain at iba pang gawain, pagbabasa ng Hadeeth o Fiqh (Batas at Patakaran sa Islam) o Du'a (panalangin), Ta'meen (pagsabi ng Amen), at pakikinig ng Qur'an ay hindi ipinagbabawal sa babaeng may regla.

Hindi masama para sa isang babaeng may regla na basahin o bigkasin nang tahimik ang Qur'an. Halimbawa'y kung titingnan lamang niya ang mga nakasulat na talata ng Qur'an at babasahin ito nang hindi binibigkas, ito ay hindi bawal. Ang mas mainam para sa babaeng may regla ay huwag basahin ang Qur'an nang may tunog maliban na lamang kung kinakailangan. Halimbawa: hindi bawal na basahin ang Qur'an kung siya ay nagtuturo at kailangan niyang idikta o ipabigkas ang Qur'an sa mga tinuturuan o kung may pagsusulit at kailangan niyang basahin ang Qur'an. Ang estudyanteng may regla na nag-aaral ng Qur'an ay maaaring bumasa ng Qur'an nang may tunog kung talagang kailangan gaya halimbawa kung may pagsusulit.

II. **Pag-aayuno.** Ang Pag-aayuno, obligatory man o di-obligatory, ay ipinagbabawal sa isang babaeng may regla at hindi matatanggap, ngunit kailangang magsagawa siya ng pag-aayuno sa ibang araw para sa mga araw ng Ramadan na hindi siya nakapag-ayuno. Kung dinatnan siya ng kanyang regia habang siya ay nag-aayuno, wala nang saysay ang kanyang pag-aayuno (sa araw na iyon lamang) kahit sabihin pang dinatnan siya nito isang minuto o mababa pa sa isang minuto bago lumubog ang araw. Kinakailangang bayaran niya sa ibang araw ang pag-aayuno para sa araw na iyon kung ang naturang pag-aayuno ay obligatory (pag-aayuno sa buwan ng Ramadan). Kung naramdaman niya ang pagdating ng regla bago lumubog ang araw subalit ang dugo ay lumabas lamang matapos na lumubog ang araw, ang pag-aayuno niya ay buo, tanggap at hindi nawalan nang saysay. Kung sumapit na ang madaling araw at may regla pa siya, kailangang hindi siya mag-ayuno sa araw na iyon dahil hindi matatanggap ang kanyang pag-aayuno kahit pa huminto ang kanyang regla mga isang minuto matapos sumapit ang madaling araw. Kaya kung huminto ang regla bago magmadaling araw, kahit mga isang minuto bago magmadaling araw, kailangang mag-ayuno siya sa araw na ito sapagkat tanggap ang kanyang pag-aayuno kahit

na nakapaligo lamang siya matapos na dumating ang madaling araw.

III. **Ang Pagsagawa ng Tawaf** (Pag-ikot sa palibot ng Ka'bah). Ipinagbabawal sa may regla ang pagsagawa ng Tawaf sa Ka'bah, *obligatory* man o hindi *obligatory*, at hindi iyon matatanggap. Ngunit ang ibang mga gawain sa Hajj at Umrah gaya ng Sa'y (Pagtakbo) sa pagitan ng Safa at Marwa, pagtigil sa Arafat, pagtigil sa Muzdalifah at Mina, at iba pa ay hindi bawal sa kanya. Kaya kung sakali man na nagsagawa ng Tawaf ang isang babae habang siya'y walang regla at lumabas ang regla pagkatapos na pagkatapos niyang magsagawa ng Tawaf o lumabas ang regla habang siya ay nagsasagawa ng Sa'y, tanggap pa rin ang kanyang Tawaf o Sa'y.

IV. **Ang Pananatili sa Masjid.** Ipinagbabawal sa isang babaeng may regla ang pananatili sa Masjid.

V. **Ang Pakikipagtalik.** Ipinagbabawal sa may regla at sa kanyang asawa na magtalik at ipinagbabawal din na payagan niya ang kanyang asawa na gawin iyon. Ngunit ang ano mang gawain na hindi humahantong sa tuwirang pakikipagtalik ay puwede gaya ng yakap, halik at iba pa.

VI. **Ang Diborsyo.** Ipinagbabawal sa isang lalaki na diborsiyuhin niya ang kanyang maybahay habang ito ay may regla. Kapag diniborsiyo niya habang ito ay may

regla, sinuway niya si Allah at ang Sugo (SAS) at nakagawa siya ng isang ipinagbabawal. Kaya sa sandaling iyon, kinakailangang balikan niya ang kanyang maybahay at panatilihin ito sa kanyang piling hanggang sa matapos ang regla nito at saka niya diborsiyuhin ito kung nais niya. Ngunit mas mainam na hayaan niya muna itong magregla sa ikalawang pagkakataon at kapag natapos na ang regla nito ay nasa kanya na kung pananatilihin niya ito sa kanyang piling o diborsiyuhin ito kung nais niya rin.

VII. **Ang Paligo.** Kailangang maligo ang isang babae kapag huminto ang kanyang regla. Hindi na niya kailangang kalagin sa pagkatirintas ang kanyang buhok maliban na lamang kung napakahigpit nang pagkakatali at baka hindi na makarating ang tubig sa anit ng ulo. Kapag huminto ang kanyang regla sa oras ng Salah, kinakailangang magmadali siyang maligo upang maabutan niya ang pagsagawa ng Salah sa oras nito. Kung siya naman ay naglalakbay at wala siyang makitang tubig o kung may tubig man ay nangangamba siya na baka makasama sa kanya ang paggamit ng tubig o kung siya ay may-sakit na makasasama ang paggamit ng tubig, magsasagawa na lamang siya ng Tayammum sa halip na maligo at kapag nawala na ang mga nabanggit na mga hadlang sa paligo ay saka siya maligo. Ganito ang pagsagawa ng Tayammum: **(a)**

gawin ang intensiyon sa puso na ikaw ay magsasagawa ng Tayammum, (b) bigkasin ang "BISMILLAH"; (c) itapik nang isang beses ang dalawang palad sa tuyo at malinis na lupa o kahit anong bagay na may alikabok gaya ng pader, dingding, bato, buhangin, at iba pa; at (d) ihaplos nang isang beses lamang ang mga palad sa buong mukha at saka ihaplos ang kaliwang palad sa kanang kamay nang tig-iisang beses lamang.

ANG ISTIHADAH

Ang Istihadah ay ang patuloy na pagdurugo na hindi na talaga humihinto o kung humihinto man ay sa loob lamang ng maikling panahon gaya ng 1 o 2 araw sa loob ng isang buwan. At ayon sa ibang mga pantas ng Islam ang pagdurugong humigit pa sa 15 araw ay Istihadah na maliban na lamang kung ang kanyang regular na period ay mahigit sa 15 araw.

May tatlong kalagayan ang babaeng may Istihadah

I. Na noong bago pa man siya nagkaroon ng Istihadah ay mayroon na siyang regular na period, halimbawa'y 6 araw na pagreregla buwan-buwan. Sa ganitong situwasyon, ang regular na period niya noong wala pa siyang Istihadah ang siya niyang pagbabatayan at saklaw siya ng mga alituntunin sa pagreregla at ang sobrang pagdurugo mula sa regular na period niya noon ay Istihadah na saklaw naman ng mga alituntunin para sa babaeng may Istihadah. Halimbawa'y may isang babae na noon ay nireregla sa loob ng 6 araw tuwing umpisa ng buwan ngunit biglang nag-umpisa siyang magkaroon ng tuloy-tuloy na pagdurugo. Kapag nagkagayon, ituturing na ang kanyang pagreregla ay anim na araw lamang tuwing umpisa ng buwan at ang sosobra pa roon ay Istihadah na. Pagkatapos ng anim na araw ay maliligo na siya at saka magsagawa ng Salah at hindi na niya bibigyang pansin ang lumalabas na dugo.

II. Na noon pa mang simula nang una niyang makitang lumabas ang dugo ay tuloy-tuloy na ang pagdurugo anupa't hindi niya malaman ang pinagkaiba ng regla sa Istihadah. Sa ganitong situwasyon, kikilalanin niya nang maigi ang regla sa Istihadah. Ang dugo ng regla ay nakikilala sa kaitiman ng kulay o sa kalaputan o sa pagkakaroon ng amoy. Kapag mayroong kahit isa man lamang sa 3 katangiang ito, ang dugong lumalabas ay ituturing na regla at hindi Istihadah. Kaya ang babae sa sandaling ito ay magiging saklaw na ng mga alituntunin ng babaeng may regla at ang dugo naman na hindi nagtataglay ng kahit isa man lamang sa tatlong nabanggit na katangian ay Istihadah na saklaw naman ng mga alituntunin ng Istihadah. Halimbawa'y may

isang babae na simula nang siya ay unang nilabasan ng dugo, hindi na huminto ang pagdurugo subalit (A) Sa loob ng 10 araw (halimbawa) ay nakita niyang ang dugo ay kulay itim at kulay pula naman sa mga nalalabi pang araw ng buwan o; (B) Sa loob ng 10 araw ay nakita niyang ang dugo ay malapot at malabnaw naman sa mga nalalabi pang mga araw ng buwan o; (C) Sa loob nang 10 araw, ang dugo ay may amoy at wala namang amoy sa nalalabi pang mga araw ng buwan. Sa ganitong situwasyon ang regla niya sa (A) ay ang 10 araw na kulay itim ang dugo; ang regla niya sa (B) ay ang 10 araw na malapot ang dugo; ang regla niya sa (C) ay ang 10 araw na ang dugo ay may amoy. Ang labas sa tatlong nabanggit na katangiang ito ay Istihadah.

III. Na wala siyang regular na period ng regla at wala ring magandang paraan para makilala ang regla sa Istihadah sapagkat tuloy-tuloy na ang Istihadah simula nang una niyang makita ang dugo, at ang dugo ay may isang katangian lamang (hindi nagbabago ang kulay o amoy o lapot) o may katangiang nakalilito na hindi maaaring maging katangian ng regla. Sa ganitong situwasyon, ang gagamitin niyang batayan para sa kanyang period ay ang period ng nakararaming babae kaya ang magiging period niya ay 6 o 7 araw sa bawat buwan simula noong araw ng buwan na una niyang

nakita ang dugo. Ang dugo na lalabas pagkatapos ng period ay Istihadah.

Ang Mga Alituntunin sa Istihadah

Ang mga alituntunin na sumasaklaw sa babaeng may Istihadah ay katulad ng sa walang regla. Ang pakikipagtalik, halimbawa, ay ipinahihintulot kahit na may dugo pang nakikita. Kaya walang ipinagkaiba ang mga babaeng may Istihadah at mga babaeng walang regla maliban sa mga sumusunod:

1. Ang babaeng may Istihadah ay kailangang magsagawa ng Wudu' sa bawat Salah,
2. Ang babaeng may Istihadah na magsasagawa ng Wudu ay kailangang hugasan niya muna ang bakas ng dugo sa underwear o sa damit o sa katawan at maglalagay siya ng bulak (o ano mang katulad nito sa nilalabasan ng dugo) upang mapigil ang dugo.

ANG NIFAS AT ANG MGA ALITUNTUNIN NITO

Ang Nifas ay ang dugong inilalabas ng matris bunga ng panganganak na maaaring lumabas habang nanganganak o matapos manganak o kapag malapit nang manganak (2 o 3 araw bago manganak) na may kasamang pananakit ng tiyan (Labor). Ang babae ay

magiging Tahir (ibig sabihin ay maaari nang makipagtalik at magsagawa ng lahat ng mga gawaing panrelihiyon) kapag huminto ang kanyang pagdurugo. Kapag sumobra pa sa 40 araw ang kanyang pagdurugo, maliligo na siya pagkatapos ng ika-40 araw kahit patuloy pa rin ang pagdurugo sapagkat 40 araw ang pinakamahabang panahon ng Nifas. Maliban na lamang kung ang sumobra sa 40 araw na pagdurugo ay regla, kapag nagkagayon, maghihintay siya hanggang sa matapos ang regla at saka siya maligo.

Maibibilang lamang na Nifas ang pagdurugo kung ang iniluwal ng isang babae ay may anyong tao. Kaya kung sakaling nakunan siya at nagluwal ng maliit na Fetus na walang malinaw na anyong tao, ang pagdurugo na maaaring mangyari pagkatapos makunan ay hindi dugo ng Nifas kundi dugong galing sa ugat. Kapag nagkagayon, ituturing niyang siya ay may Istihadah. Ang pinakamaikling panahon upang magkaroon ng malinaw na anyong tao ang Fetus ay 80 araw simula nang magdalang-tao at ang pinakamahabang panahon ay 90 araw.

Ang mga alituntunin na napaloloob sa Nifas ay katulad ng mga alituntunin na napaloloob sa regla na nabanggit na.

Ang Pampigil ng Regla at Pagbubuntis

I. Ang paggamit ng gamot na pampigil ng regla ay ipinahihintulot alinsunod sa 2 kondisyong ito:

A. Na walang pinangangambahang masamang bagay na maaaring mangyayari sa kanya ngunit kung may pinangangambahang masama na maaaring mangyari sa paggamit niyon, hindi ito ipinahihintulot, at

B. Na kung may-asawa ang isang babae ay kailangang may pagsang-ayon ng kanyang asawa kung ang paggamit nito ay may makakaapekto sa kanilang buhay bilang mag-asawa.

II. Ang paggamit ng pamparegla ay ipinahihintulot alinsunod sa 2 kondisyong ito:

A. Na kung may-asawa ang isang babae ay kailangang may pagsang-ayon ng kanyang asawa, at

B. Na ang layunin ng paggamit ay hindi upang takasan ang mga obligasyong panrelihiyon halimabawa'y ang pag-aayuno sa buwan ng Ramadan, Salah at iba pa.

III. Ang paggamit ng mga bagay na pumipigil sa pagbubuntis ay may dalawang uri:

A. Ang mga bagay o gamot o operasyon na magbubunga ng permanenteng pagpigil sa panganganak ay hindi ipinahihintulot, at

B. Ang mga bagay o gamot o operasyon na magiging dahilan ng pansamantalang paghinto ng panganganak ay pinahihintulutan sa kondisyon na may kapahintulutan ng asawa at hindi makasasama sa babae. Halimbawa: maaaring gumamit ng mga nabanggit ang isang babaeng madalas magbuntis at ang pagbubuntis ay lubhang nagpapahirap sa kanya anupa't gusto niyang limitahan ang kanyang pagbubuntis halimbawa'y tuwing ikalawang taon.

Labing-isang Payo

Tanggapin mo, kapatid na Muslimah, ang labing-isang mahahalagang payong ito; isagawa mo ang mga ito upang ikaw ay mabuhay na maligaya at mamatay na kapuri-puri kung ipahihintulot ni Allah. Sa pagtanggap mo nitong mga payo ay hingin mo ang tulong ni Allah.

1. Sambahin mo si Allah lamang ayon sa paraan ng mga pagsambang Kanyang itinakda na nasasaad sa Kanyang aklat, ang banal na Qur'an, at sa katuruan ng Kanyang Propeta na si Muhammad (SAS).
2. Mag-ingat ka na mahaluan ng Shirk* ang iyong paniniwala at pagsamba sapagkat ang Shirk ay nagiging dahilan kung bakit hindi tinatanggap ni Allah ang gawa ng tao at ito rin ang nagbubulid sa kanya sa kapahamakan.
3. Mag-ingat ka sa Bid'ah**maging iyon man ay sa pananampalataya o sa pagsamba sapagkat ang Bid'ah ay pagkaligaw at ang naligaw ay mapupunta sa impiyerno.

*Pagtatambal ng kahit ano kay Allah at paniniwalang mayroon pang iba na makagagawa ng mga bagay na tanging si Allah lamang ang may kakayahan

**Mga paniniwala at gawaing hindi itinuro ng Islam o salungat sa turo ng Islam

4. Gampanan mo nang maigi ang iyong mga Salah sapagkat ang sinumang nangangalaga at gumaganap sa mga ito ay lalo pang maingat sa iba pang bagay bukod pa sa Salah at ang sinumang nagpapabaya sa Salah ay lalo pang pabaya sa iba pang bagay bukod pa sa Salah. Panatilihin mo ang kalinisan sa Salah, at isagawa ito nang maayos at may kababaang loob. Huwag mong ipagpaliban ang pagsagawa ng Salah sa takdang oras nito sapagkat kapag naging tanggap ang Salah ng isang tao, tanggap lahat ng kanyang gawa; at kapag nasira ang kanyang Salah, sira rin ang lahat ng kanyang gawa.

5. Sundin mo ang iyong asawa. Huwag mong tanggihan ang kanyang kahilingan at huwag mong suwayin ang kanyang ipinag-uutos at ipinagbabawal hangga't hindi ka niya inuutusang suwayin si Allah at ang kanyang Sugo (SAS).

6. Pangalagaan mo ang kanyang karangalan at ari-arian kapag wala siya at ihanda mo ang iyong sarili kapag siya ay dumating.

7. Maging mabuti ka sa iyong kapitbahay sa salita at sa gawa upang maitaguyod ang mabuti at mahadlangan ang masama.

8. Manatili ka sa iyong bahay at huwag lumabas maliban na lamang kung talagang kailangan. At huwag kang lumabas na hindi suot ang Hijab.

9. Magpakita ka ng kabutihan sa iyong mga magulang. Pigilin mo ang iyong sarili na makasakit sa kanila sa

salita man o sa gawa. Sundin mo sila hangga't ang ipinag-uutos nila sa iyo ay hindi salungat sa Islam. Subalit kung ang ipinag-uutos nila sa iyo ay hindi naaayon sa Islam, huwag kang sumunod sapagkat walang pagsunod sa utos na labag sa Islam.

10. Pagtuunan mo nang lubos na pansin ang iyong mga anak. At iyon ay sa pamamagitan ng pagsasanay sa kanila na maging matapat, malinis, magalang sa pananalita at kilos. Turuan mo rin sila ng magandang asal at kapuri-puring pag-uugali at pagsapit nila sa ikapitong taong gulang ay utusan mo na silang magsagawa ng Salah.

11. Paramihin mo ang iyong Dhikr* at ang pagbibigay ng Sadaqah.** Ang Sadaqah ay ibinibigay sa nangangailangan at ito ay buhat sa sumobra sa pangangailangan ng iyong sarili, asawa, at anak. At kahit maging kaunti man ito ay mabuti pa rin.

*Paggunita kay Allah sa pamamagitan ng pag-usal ng gpupuri at pagluluwalhati sa Kanya

**Kawanggawa na maaaring pera o kahit anong bagay na mapakikinabangan ng pinagkalooban