Aralin 8	الدرس الثامن

Ang Regla, ang Nifás, at ang Istihádah

A. Ang Regla

Ito ay maaaring magkakaiba sa mga kulay; maaaring kulay **pula, matingkad na pula, dilaw** o maaari ring **walang kulay**. Kung mayroong kulay dilaw o walang kulay na likidong duma-daloy sa ano mang oras maliban pa sa regular na buwanang dalaw, ito'y hindi maituturing na regla. Walang pinakamaikli o pinakamahaba na panahon ng regla. Ang bawat babae ay magkakaiba.

B. Ang Nifás

Ang nifás ay ang pagdurugong bunga ng pagdadalang-tao na maaaring lumabas bago, habang, at matapos magsilang. Walang pinakamaikling panahon ng nifás. Ngunit may mga pangyayaring ang pagdurugo matapos ng panganganak ay tumitigil kaagad. Kapag nagkaganoon, ang babae ay wala na sa katayuan ng nifás. Maaari na siyang maligo at magpatuloy sa pagdarasal o pag-aayuno kung ito ay buwan ng Ramadán. Ayon sa karamihan ng mga Iskolar ng Islam, ang pinakamatagal na panahon ng nifás ay apatnapung araw. Samakatuwid, kahit na ang pagdurugo dahil sa panganganak ay patuloy pa rin pagkatapos ng apatnapung araw, ang babae ay hindi na maituturing na nasa katayuan ng nifás.

C. Ang Istihádah

May mga babae na bagaman hindi panahon ng regla nila o nifás ay dinudugo pa rin. Ang ganitong uri ng pagdurugo na hindi regla o nifás ay tinatawag na Istihádah. Sa ganitong uri ng pagdurugo, kailangang huwag ihinto ng isang babae ang saláh o pag-aayuno. Maaari niyang maitakda ang panahon ng regla o nifás sa pagbatay sa tatlong paraan ng pagtatakda na ilalahad sa susunod na pahina.

Ang mga Bawal Kapag May Regla o Nifás

1. **Ang pagsasagawa ng saláh.** Hindi na rin kailangang mag-sagawa pa ng qadá' sa ibang mga araw;
2. **Ang pag-aayuno.** Sa pagkakataong ito, kailangang magsa-gawa ng qadá' para sa araw o mga araw na hindi nakapag-ayuno;
3. **Ang pagsagawa ng Tawáf sa Ka'bah**;
4. **Ang pagbasa o paghawak ng Qur'án**;
5. **Ang pakikipagtalik.** Ang mga gawaing hindi humahan-tong sa aktuwal na pagkapasok ng ari ng lalaki sa ari ng babae ay pinahihintulutan, kahit pa iyon ay maging daan sa paglabas ng semen. Kung tumigil na ang regla o nifás, ang babae ay kailangang maligo muna bago makipagtalik sa asawa.