

Månadsblödningar – Hayd

– Hayd i islamisk fiqh

En praktisk vägledning om menstruation, renhet och dyrkan inom sunniislam

Inledning – Ett naturligt tillstånd med andlig dimension

Menstruation – känd i islamisk fiqh som hayd (حيض) – är ett av de mest grundläggande ämnena i islamisk renhetslära (tahara). Trots detta är det ett område som många muslimska kvinnor upplever som oklart eller otillräckligt behandlat. Denna artikel syftar till att ge en tydlig, respektfull och källbaserad vägledning utifrån sunniislams fyra etablerade rättsskolor.

Islam behandlar hayd varken som något skamligt eller orent i en negativ moralisk mening – det är ett naturligt biologiskt tillstånd som Allah har skapat. De regler som omgärdar det syftar till att värna om andlig renhet (tahara) och att vägleda kvinnan i hennes dyrkan under denna period.

”Och de frågar dig om menstruation. Säg: ’Det är ett besvär (adha). Håll er därför borta från kvinnorna under menstruation och gå inte till dem förrän de är rena.’” (Koranen 2:222)

Definition – Vad är hayd?

Hayd definieras i islamisk fiqh som blod som utflödar från en kvinna under hennes normala cykelmönster, utan att ha orsakats av förlossning eller sjukdom. Det särskiljs från två andra typer av blödning:

- Nifas (نفاس) – blödning efter förlossning. Liknande regler gäller som för hayd men med andra tidsgränser.
- Istihada (استحاضة) – onormal blödning utanför cykeln, till exempel på grund av sjukdom eller hormonella störningar. Reglerna för istihada skiljer sig väsentligt från hayd.

Hayd-periodens längd – Skolornas syn

De fyra rättsskolorna har delvis olika uppfattningar om minsta och längsta tillåtna tid för hayd. Det är viktigt att känna till den skola man följer:

Hanafi-skolan

Minimum: 3 dygn (72 timmar). Maximum: 10 dygn. Blödning utanför dessa gränser räknas som istihada. (Källa: Ibn Abidin, Radd al-Muhtar 'ala al-Durr al-Mukhtar, Vol. 1)

Maliki-skolan

Minimum: Ingen absolut nedre gräns (ett ögonblick räcker i teorin). Maximum: 15 dygn. Det vanliga (ghalib) är 6–7 dagar. (Källa: Ibn Rushd al-Jadd, al-Bayan wa al-Tahsil, Vol. 1)

Shafi'i-skolan

Minimum: 1 dygn och 1 natt (24 timmar). Maximum: 15 dygn. Det vanliga är 6–7 dagar. (Källa: al-Nawawi, al-Majmu' Sharh al-Muhadhdhab, Vol. 2)

Hanbali-skolan

Minimum: 1 dygn. Maximum: 15 dygn. Det vanliga är 6–7 dagar. (Källa: Ibn Qudama, al-Mughni, Vol. 1)

Vad är förbjudet under hayd?

Under menstruation gäller ett antal specifika regler som är gemensamma för alla fyra skolorna med minimala variationer:

Förbjudet (haram) under hayd:

- Salat (bön) – Bönen är förbjuden och behöver inte qadas (ersättas) efteråt. Detta är en lättnad (rukhsa) från Allah, inte en bestraffning. (Bukhari, hadith nr 304; Muslim, hadith nr 335)
- Sawm (fasta) – Fastan under Ramadan är förbjuden men måste ersättas (qada) efter att hayd upphört. (Bukhari, hadith nr 304)
- Samlag (jima') – Sexuellt umgänge är förbjudet under hela hayd-perioden, baserat på Koranen 2:222.
- Tawaf (kretsgång runt Ka'ba) – Förbjudet, varför hajj och umra bör planeras med hänsyn till cykeln. (Muslim, hadith nr 1211)

- Att vistas i moskén – Enligt majoriteten av skolorna (Hanafi, Shafi'i, Hanbali) är det inte tillåtet att stanna i moskén, men det är tillåtet att passera igenom vid behov. Malikis tillåter det om man inte fruktar att orena moskén.

Debatterat (khilaf) – Koranberöring och läsning:

Frågan om en kvinna i hayd får läsa Koranen ur minnet eller röra en mushaf (Koranexemplar) är en av de mest diskuterade frågorna. Majoriteten av klassiska lärde (Hanafi, Shafi'i, Hanbali) anser att direkt beröring av mushaf inte är tillåtet utan tahara, och att läsning ur minnet är förbjuden eller makruh. Maliki-skolan och en del lärde tillåter dock recitation ur minnet av pedagogiska eller andliga skäl. Viktigast är att konsultera sin imam eller islamiska lärare.

Vad är tillåtet under hayd?

Hayd utesluter inte en kvinna från andlighet – tvärtom finns det många viktiga former av ibadah som är fullt tillåtna:

- Dhikr (åminnelse av Allah) – SubhanAllah, Alhamdulillah, Allahu Akbar, Astaghfirullah. Enligt den överväldigande majoriteten är dhikr alltid tillåtet.
- Dua (åkallan och bön) – Det finns inga begränsningar för dua. Att tala direkt med Allah i sitt hjärta och med sin tunga är alltid öppet. Aisha (r.a.) deltog aktivt i hajj-ritualerna och Allah sade till Profeten: "Låt henne utföra alla hajj-ritualer utom tawaf runt huset." (Bukhari, hadith nr 294)
- Lyssna på Koranen – Att lyssna på recitation är tillåtet och rekommenderat av flertalet lärde.
- Läsa islamisk litteratur, hadither och tafsir.
- Sadaqa (välgörenhet) och andra goda handlingar.
- Intimitet med maken utanför det som är förbjudet – kyssar, kramar, beröring ovanför naveln och nedanför knäet är tillåtet. Profeten (frid vare med honom) lade sitt huvud i Aishas knä och reciterade Koranen medan hon var i hayd. (Bukhari, hadith nr 297; Muslim, hadith nr 301)

Ghusl – Den rituella helkroppsvättens regler

När hayd upphör – det vill säga när blödningen har stannat helt och inga spår kvarstår – blir ghusl (rituell helkroppsvätt) obligatorisk innan bönen återupptas.

De obligatoriska delarna av ghusl (fard):

- Niyya (intention) – att i hjärtat avse att utföra ghusl för att rena sig från hayd.
- Tvätta hela kroppen med vatten – inget område får lämnas torrt, inklusive hårrötter och under smycken.
- Skölja munnen och näsan – obligatoriskt enligt Hanafi-skolan, sunna enligt de övriga.

Rekommenderat (sunnah) vid ghusl:

- Börja med att tvätta händerna och avlägsna eventuell orenhet.
- Utföra wudu (ritual tvagning) innan man håller vatten över hela kroppen.
- Börja med huvud och höger sida. (Bukhari, hadith nr 248; Muslim, hadith nr 316 – Aishas beskrivning av Profetens ghusl)
- Använda parfumerat vatten eller ett litet stycke musk för att avlägsna lukten av blod – Profeten (frid vare med honom) rekommenderade detta. (Muslim, hadith nr 332)

Istihada – Oregelbunden och onormal blödning

Istihada (استحاضة) är blödning som faller utanför de gränser och mönster som definierar hayd. Det kan vara blödning som varar längre än hayd-maximumet, blödning som uppkommer utanför den förväntade cykeln, eller blödning hos en kvinna som inte längre har sin cykel men ändå blöder.

Istihada behandlas fiqh-mässigt som en kronisk orenhet (hadath da'im), inte som hayd. Det innebär:

- Bönen upphör inte – kvinnan ber som vanligt och ersätter sin wudu inför varje bön.
- Fastan är tillåten.
- Samlag är tillåtet enligt flertalet lärde, om det inte finns medicinsk risk.

Istihada är ett komplext fiqh-område och varierar beroende på om kvinnan har ett etablerat cykelmönster eller inte. Det är starkt rekommenderat att rådfråga en kunnig imam eller islamisk lärare för individuell vägledning.

Den andliga dimensionen – En lättnad, inte ett straff

En av de vanligaste missuppfattningarna är att hayd-reglerna innebär att Allah är missnöjd med en kvinna under hennes menstruation, eller att hon är andligt mindervärd under denna period. Islams källor säger tvärtom.

Profeten (frid vare med honom) behandlade Aisha med full kärlek och respekt under hennes hayd. Han delade hennes säng, lade sitt huvud i hennes knä, drack ur hennes kopp och sade inte ett enda ord som antydde att hon var mindervärd inför Allah. (Bukhari, hadith nr 297–299; Muslim, hadith nr 300–302)

Imam Ibn Hajar al-Asqalani (1372–1449) skriver i Fath al-Bari – den stora kommentaren till Sahih al-Bukhari – att hayd-reglerna är lättnader (rukhsat) från Allah, inte straff. Att inte behöva qada (ersätta) de böner man missade under hayd är ett uttryck för Allahs nåd mot kvinnan.

En kvinna som är förhindrad från bön under hayd men som tillbringar denna tid med dhikr, dua, tacksamhet och goda handlingar – skriver de klassiska lärde – belönas som om hon hade bett, för hennes hindrades av Allahs bestämmelse, inte av sin vilja.

Vanliga praktiska frågor

Vad händer om hayd börjar under bönen?

Bönen avbryts omedelbart. Den behöver inte ersättas. Enligt alla fyra skolorna är en bön som påbörjades men avbröts av hayd ogiltig och ersätts ej.

Vad händer om hayd slutar precis innan bönens tid går ut?

Om hayd upphör och det finns tillräckligt med tid för ghusl och minst en raka'at innan bönens tid utgår är bönen obligatorisk. Enligt Hanafi- och Shafi'i-skolorna gäller dessutom att om hayd slutar under Asr-tid, ska även Zuhr-bönen utföras (de räknas som ett sammankopplade par). Hanbali och Maliki har något annorlunda syn.

P-piller och manipulation av cykeln

Det är tillåtet att använda medicin för att skjuta upp eller påskynda

menstruation av legitima skäl – till exempel för att kunna fullfölja sin Ramadan-fasta eller slutföra hajj. En majoritet av samtida lärde tillåter detta om det inte skadar hälsan.

Brun eller gul urladdning – räknas det som hayd?

Under hayd-perioden räknas brun och gul urladdning som hayd. Utanför cykeln sa Umm Atiyya (Må Allah vara nöjd med henne): "Vi räknade inte det gulaktiga och det bruna som något." (Abu Dawud, hadith nr 307; al-Bukhari, hadith nr 326). Utanför cykeln räknas sådant alltså inte som hayd.

Avslutning – En del av Allahs skapelse och Hans nåd

Hayd är en del av hur Allah skapade kvinnan – och som allt i Allahs skapelse bär det en visdom, även om vi inte alltid kan se den fullt ut. Reglerna kring hayd är inte avsedda att isolera eller försvaga, utan att vägleda kvinnan i att leva i harmoni med sin kropp och sin tro.

En muslimsk kvinna som följer dessa regler med kunskap och uppriktighet upprätthåller en djup form av ibadah – att lyda Allah även i det som inte alltid känns enkelt är en av troens verkliga frukter.

"Och Allah älskar dem som ständigt ångrar sig och dem som håller sig rena." (Koranen 2:222)

Källor och vidare läsning

Primärkällor

- Al-Quran al-Karim – Citerade verser: 2:222.
- Sahih al-Bukhari – al-Bukhari (810–870). Hadith nr: 248, 294, 297–299, 304, 326.
- Sahih Muslim – Muslim ibn al-Hajjaj (815–875). Hadith nr: 300–302, 316, 332, 335, 1211.
- Sunan Abi Dawud – Abu Dawud (817–889). Hadith nr: 307, 3850.

Klassisk islamisk fiqh-litteratur

- Al-Nawawi, Yahya ibn Sharaf (1233–1277). Al-Majmu' Sharh al-Muhadhdhab. Jeddah: Maktaba al-Irshad. (Shafi'i-skolans

standardreferens för hayd, Vol. 2.)

- Ibn Qudama, Muwaffaq al-Din (1147–1223). Al-Mughni. Beirut: Dar al-Fikr, 1994. (Hanbali-skolans grundläggande referens, Vol. 1.)
- Ibn Abidin, Muhammad Amin (1784–1836). Radd al-Muhtar 'ala al-Durr al-Mukhtar. Beirut: Dar al-Fikr, 1992. (Hanafi-skolans auktoritativa referens.)
- Ibn Hajar al-Asqalani, Ahmad ibn Ali (1372–1449). Fath al-Bari Sharh Sahih al-Bukhari. Beirut: Dar al-Ma'rifa, 1379H. (Kapitel om tahara och hayd.)
- Ibn Rushd al-Jadd, Muhammad ibn Ahmad (1058–1126). Al-Bayan wa al-Tahsil. Beirut: Dar al-Gharb al-Islami, 1988. (Maliki-skolans referens.)

Modern litteratur

- Shaykh Faraz Rabbani. Absolute Essentials of Islam. White Thread Press, 2008. ISBN: 978-1933764047. (Hanafi-skolan – kapitel om tahara.)
- Shaykha Umm Salama Nadwi. A Muslim Woman's Guide to Menstruation Rulings. White Thread Press, 2013. ISBN: 978-1933764221. (Hanafi-skolan, specialiserad genomgång.)
- Shaykh Nuh Ha Mim Keller. The Reliance of the Traveller (Umdat al-Salik). Amana Publications, 1994. ISBN: 978-0915957729. (Shafi'i-skolans klassiska manual med engelska kommentarer.)

