

Månadsblödningar ur ett islamiskt perspektiv

Inledning

Islam är en religion som reglerar alla aspekter av livet, inklusive frågor som rör kroppens naturliga processer. Månadsblödningen (arabiska: *al-hayd*, الحيض) är ett av de ämnen som islamisk rättslära behandlar ingående, med både praktiska regler och en andlig dimension. Islam betraktar menstruationen som ett naturligt tillstånd som Allah har skapat för kvinnan, och lagen kring det syftar till att värna om kvinnans värdighet och välbefinnande.

Definitionen av Hayd i islam

Månadsblödningen definieras i islamisk rättslära som det blod som naturligt flödar från kvinnans livmoder vid bestämda tider, utan att orsakas av sjukdom eller förlossning. Det är ett tillstånd som börjar vid puberteten och upphör vid klimakteriet.

Allah den Upphöjde nämner detta i Koranen:

"De frågar dig om menstruationen. Säg: Det är ett tillstånd av obehag. Håll er därför borta från kvinnor under menstruationen och gå inte till dem förrän de är rena." [Al-Baqara: 222]

Regler under menstruationsperioden

Vad är förbjudet under menstruationen?

Islamisk rättslära fastslår ett antal handlingar som är förbjudna för en kvinna under menstruationsperioden:

1. Bön (Salah) En menstruerande kvinna är befriad från de obligatoriska bönen och behöver inte heller ta igen dem efter att tillståndet upphört. Detta ses som en lättnad och nåd från Allah.

2. Fasta Det är förbjudet att fasta under menstruationen, men till skillnad från bönen måste de missade fastedagarna tas igen (*qada*) efter

Ramadan.

3. Samlag Samlag är förbjudet under menstruationsperioden, baserat på ovanstående koranvers. Detta ses som en skyddsåtgärd för både mannen och kvinnan.

4. Att röra vid eller recitera Koranen Enligt majoriteten av de islamiska rättslärdas åsikt bör en menstruerande kvinna undvika att röra vid Koranens fysiska exemplar. Åsikterna skiljer sig dock åt angående recitation ur minnet.

5. Att beträda moskén Enligt de flesta rättsskolor är det inte tillåtet för en menstruerande kvinna att vistas i moskén, dock med vissa undantag vid nödvändighet.

6. Tawaf (kringgående av Kaba) En menstruerande kvinna får inte utföra tawaf under hajj eller umra, men får utföra övriga pilgrimsfärdssriter.

Vad är tillåtet under menstruationen?

Det är viktigt att betona att förbudslistan inte innebär att kvinnan är "oren" i en nedsättande mening. Följande är tillåtet:

- Att läsa böcker om islam och dhikr (åminnelse av Allah) ur minnet.
- Att sitta med maken, visa ömhet och vara i hans sällskap.
- Att recitera du'a (personliga böner och åkallningar).
- Att lyssna på Koranrecitation.
- Att utföra alla vardagliga sysslor och arbete.

Profeten ﷺ visade stor ömhet mot sina hustrur under deras menstruationsperioder. Det återberättas att han lutade sitt huvud mot Aishas knä och reciterade Koranen medan hon menstruerade, vilket visar på respekt och normalitet i förhållandet.

Reningsbadet (Ghusl)

När menstruationsblödningen upphör är det obligatoriskt för kvinnan att utföra ett fullständigt reningsbad (*ghusl*) innan hon återupptar sina religiösa plikter. Ghusl innebär att hela kroppen tvättas noggrant med vatten, med intention om rening.

Allah den Upphöjde säger:

"...och gå inte till dem förrän de är rena. När de renat sig, gå då till dem på det sätt Allah har förordnat för er." [Al-Baqara: 222]

Istihadha — onormal blödning

Islam skiljer mellan den normala månadsblödningen (*hayd*) och onormal blödning (*istihadha*), som är ett blödningstillstånd orsakat av sjukdom eller hormonella obalanser. En kvinna som lider av istihadha behandlas som en ren kvinna i de flesta avseenden och utför sina religiösa plikter som vanligt, med vissa anpassningar i reningen inför varje bön.

Islams syn på kvinnans värdighet

Det är viktigt att understryka att islamets regler kring menstruation inte syftar till att stämpla kvinnan som mindervärdig eller oren. Tvärtom betraktar islam dessa regler som en form av omsorg och lättnad. Profeten ﷺ sade:

"Den troende kvinnan är inte oren." (Återberättat av al-Bukhari och Muslim)

Islam betonar att menstruationen är ett naturligt och respekterat tillstånd, och att befrielsen från bön och fasta under denna period är en nåd från Allah, inte en bestraffning.

Avslutning

Islams regler kring månadsblödningar är ett tydligt exempel på hur religionen tar hänsyn till kvinnans fysiska och psykiska välbefinnande. Reglerna är baserade på Koranen, Profetens ﷺ sunna och de islamiska rättslärdas tolkningar, och de syftar till att skapa balans, renlighet och andlig harmoni i kvinnans liv. Att förstå dessa regler i sitt rätta sammanhang hjälper oss att uppskatta islams holistiska syn på den mänskliga naturen.

Och Allah vet bäst.