SAMPONG PAYO BILANG PROTEKSYON

SA CORONA VIRUS

Inihanda ni

ABDURRAZZAQ BIN ABDULMUHSIN ALBADR

Patawarin nawa siya ng Allah at ang kanyang mga magulang

Isinalin sa Wikang Tagalog ni

Salim Abubakar S. Nasil

Silverio Clinton Gonzales

Sinuri ni

Saber A. Sali

عشر وصايا للوقاية من الوباء

عبد الرزاق عبد االمحسن البدر حفظ اللّه

ترجمة

سالم أبو بكر سيديل ناصل

سيلفيريو كلينتون(يوسف) غونزاليس

مراجعة

صابر عبد الرشيد صالح

PANIMULA

Ang lahat ng papuri at pasasalamat ay nauukol lamang sa Allah na tumutugon sa mga nangangailangan kapag sila ay nananalangin sa Kanya,ang nagbibigay ng tulong sa kapus-palad kapag Siya'y tinawag, ang nagbubura ng mga kasamaan, ang nagbibigay ng kaginhawaan sa mga problema, at hindi mabubuhay ang mga puso maliban kung Siya ay aalalahanin, at hinding-hindi mangyayari ang isang bagay maliban kung ito ay Kanyang pahihintulutan, at hindi maiiwasan ang anumang bagay na kinamumuhian maliban sa pamamagitan ng Kanyang Awa, at hindi mapapangalagaan ang anumang bagay maliban sa Kanyang Pangangalaga, at hindi makakamit ang pag-asa maliban kung ito'y Kanyang padadaliin, at hindi makakamit ang kaligayahan maliban sa pagsunod sa Kanya.

At ako ay sumasaksi na walang ibang tunay na Diyos na karapat-dapat na pag-ukulan ng pagsamba maliban sa Allah, Siya ay Nag-iisa at walang katambal, ang Panginoon ng lahat ng nilikha sa sanlibutan, ang Sinasamba ng mga naunang tao at sasambahin ng kahuli-hulihang mga tao, ang Tagapangasiwa ng mga langit at lupa. At ako ay sumasaksi na si Muhammad ay Kanyang alipin at sugo, ang isinugo na may dalang kasulatan na napakalinaw at dakila, at ang tuwid na landas, sumakanya nawa ang pagpapala at kapayapaan mula sa Allah, at gayun din sa kanyang pamilya at lahat ng kanyang mga kasamahan.

Ang mga ito ay mga payo na kapaki-pakinabang na ipapaalala ko nang dahil sa kalagayang katakut-takot sa mga tao sa panahong ito kabilang na ang mga sakit na tinatawag na CORONA VIRUS (COVID-19).

Hinihiling natin sa Allah na Kanyang alisin sa atin at sa lahat ng mga muslim saan man sila naroroon ang lahat ng mga kapinsalaan at kaparusahan o sakit, at Kanyang burahin para sa atin ang mga kagipitan at Kanya tayong pangalagaang lahat sa pamamagitan ng pangangalaga niya sa Kanyang mga mabubuting alipin, tunay na siya ang Ganap na Tagapangalaga at Ganap na may kakayanang gawin ang mga ito

1- Ang sinasabi bago pa man tumama ang sakit o pagsubok.

Nagmula kay **Uthman ibn Affan** –radiyallahu anhu- siya ay nagsabi: Narinig ko ang Sugo ng Allah ﷺ na nagsasabi: " Sinuman ang nagsabi ng

بسم اللّه الذي لا يضر مع اسمه شيء في الأرض و لا في السماء وهو السيمع العليم

'BISMILLAHI-LLADHIY LA YADURRU MA-A-SMIHI SHAY-UN FIL-ARDI WA LA FIS-SAMAI WA HUWAS-SAMIUL-ALEEM'

(**Sa pamamagitan ng pangalan ng Allah, hindi mapipinsala kasama nito ang anumang bagay sa kalupaan at wala rin sa kalangitan, at Siya ang lubos na nakakarinig at nakakaalam.)**

nang tatlong beses ay hindi siya tatamaan ng biglaang pagsubok o problema hanggang sa mag-umaga, at ang sinumang magsabi nito sa umaga nang talong beses ay hindi siya tatamaan ng biglaang pagsubok o problema hanggang sa dumating ang hapon." Iniulat ni Abu Dawud at iba pa.

2- Pagpaparami ng pagsabi ng:

"لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين"

LA ILAHA ILLA ANTA SUBHANAKA INNIY KUNTU MINADH-DHAALIMEEN'

(Walang Diyos na marapat sambahin maliban sa Iyo, kaluwalhatian sa Iyo, tunay na ako ay kabilang sa mga nakakagawa ng pagkakamali)

Sinabi ng Allah ﷻ :

﴿وَذَا النُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِبًا فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنتُ مِنَ الظَّالِمِينَ * فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَمِّ وَكَذَلِكَ نُنْجِي الْمُؤْمِنِينَ﴾[الأنبياء: 87، 88].

(At alalahanin mo pa rin, O Muhammad (ﷺ), ang kuwento ni Dhun-Nun, na siya ay si Yunus Ibnu Matta na ipinadala ng Allâh sa kanyang sambayanan at hinikayat niya sila, subalit sila ay hindi naniwala, at binalaan niya sila hinggil sa parusa subalit hindi pa rin sila nagbalik-loob, at nang hindi na siya nakapagtiis sa kanila ayon sa ipinag-utos ng Allâh, siya ay umalis na may galit sa kanila at naninikip ang kanyang dibdib dahil sa kanilang di-pagsunod, at siya ay naniniwala na ang Allâh ay hindi siya parurusahan sa kanyang nagawang paglabag! Na kung kaya, sinubukan siya ng Allâh ng matinding pagdadalamhati, at siya ay nilamon ng malaking isda sa dagat, at siya ay nanawagan sa kanyang Rabb na Tagapaglikha sa kadiliman ng gabi sa ilalim ng karagatan na nasa ilalim ng tiyan ng malaking isda, na siya ay nagsisisi at umaamin sa kanyang pagkakamali; dahil sa hindi niya natiis ang kanyang sambayanan at kanyang sinabi: La i-lâ-ha il-lâ an-ta sub-hâ-na-ka in-nî kun-tum mi-nadz-dzâ-li-meen, na ang ibig sabihin ay Walang sinuman ang may karapatan at karapat-dapat na sambahin kundi Ikaw na Luwalhati sa Iyo, O Allâh, at ako ay kabilang sa mga nagkasala.{87} At dininig Namin ang kanyang panalangin, at iniligtas Namin siya sa matinding pagdadalamhati, na kung kaya, ganoon Namin inililigtas ang mga mananampalataya na mga matatapat. {88}) Al-Anbiya: 87-88

Sinabi ni **Al-Hafidh Ibnu Khatheer –kaawaan nawa siya ng Allah**- sa kanyang tafseer sa sinabi ng Allah: (WA KADHALIKA NUNJIL-MU'MINEEN) {at gayundin din ay Aming ililigtas ang mga mananampalataya} ((Ibigsabihin nito: Kapag sila ay nasa kagipitan at sila ay nanalangin sa Akin at tumatalima sila sa Akin, lalong lalo na kung sila ay mananalangin sa pamamagitan ng panalangin na ito sa oras ng pagsubok o problema)).

At pagkatapos ay nagbanggit siya ng Hadith ni Propeta Muhammad ﷺ na nagsabi: "Ang panalangin ni Dhun-Nun nang siya'y manalangin sa loob ng tiyan ng malaking isda ay: 'LA ILAHA ILLA ANTA SUBHANAKA INNIY KUNTU MINADH-DHAALIMEEN' walang sinumang nanalangin nito tungkol

sa anumang bagay maliban na ito'y tutugunan ng Allah para sa kanya" Iniulat ni Imam Ahmad at At-Tirmidhy.

Sinabi ni **Allaama Ibnul-Qayyim –kaawaan nawa siya ng Allah-** sa aklat na ALFAWAID: ((Hindi maiaalis ang mga kagipitan sa mundo maliban sa pamamagitan ng Tawhid, kaya ang mga panalangin sa kagipitan ay sa pamamagitan ng tawhid, at ang panalangin ni Dhun-Nun na ipinanalangin niya habang siya ay nasa kagipitan ay walang ibang dahilan ng pagpapagaan ng Allah rito liban sa Tawhid.

Walang nagtatapon sa atin tungo sa napakatinding kagipitan liban sa Shirk (Pagtatambal sa Allah), at walang ibang makakapagligtas liban sa Tawhid, at ito ang takbuhan at silungan ng mga nilikha, at kanilang proteksyon at saklolo, at ang Allah ang Tagapagbigay ng Tawfiq (tulong at gabay).))

3- Ang pagpapakupkop sa Allah mula sa pagkabalisa sa pagsubok Nagmula kay **Abu horaira –radiyallhu anhu-:**

كان رسول اللّه ﷺ يتعوذ من جهد البلاء،ودرك الشقاء، وسوء القضا،وشماتة الأعداء

"Ang Sugo ng Allah ﷺ ay nagpapakupkop sa Allah mula sa pagkabalisa sa pagsubok, pagkalugmok sa pagdurusa, sa kasamaan ng kapalaran, at kasiyahan ng mga kalaban"

At nagmula rin kay Abuhoraira –radiyallahu anhu-, na si Propeta Muhammad ﷺ ay nagsabi:

تعوذوا من جهد البلاء،ودرك الشقاء، وسوء القضا،وشماتة الأعداء

"Magpakupkop kayo sa Allah mula sa pagkabalisa sa pagsubok, pagkalugmok sa pagdurusa at kaparusahan, sa kasamaan ng kapalaran, at kasiyahan ng mga kalaban" Isinalaysay ang dalawang hadith na ito ni Al-Bukhary

4- Pangangalaga sa pagbanggit ng panalangin sa paglabas ng tahanan.

Nagmula kay **Anas Ibn Malik –**radiyallahu anhu-, tunay na ang Propeta ﷺ ay nagsabi: "Kapag lumabas ang isang lalaki mula sa kanyang bahay at siya ay nagsabi:

بسم الله توكلت على الله، لا حول ولا قوة إلا بالله

`BISMILLAHI TAWAKKALTU ALALLAHI LA HAWLA WA LA QUWWATA ILLA BILLAH'

(**Sa Ngalan ng Allah, ako ay nagtitiwala sa Allah, walang kapangyarihan at walang kalakasan maliban sa pamamagitan ng Allah.) Kanyang sinabi: "May magsasabi sa kanya pagkatapos nito: Ikaw ay ginabayan, ikaw ay pinangalagaan, at ikaw ay naprotektahan, at lalayo ang mga demonyo sa kanya, at sasabihin ng demonyo sa isa pang demonyo: Ano ang magagawa mo sa isang lalaki na ginabayan, pinangalagaan prinotektahan?" Iniulat ni Abu Dawud.**

5- Paghiling sa Allah ng magandang kalusugan sa umaga at hapon.

Nagmula kay **Abdullah Ibn Umar** –radiyallahu anhu- na nagsabi: "Hindi nangyari na ang Sugo ng Allah ﷺ ay kanyang iniwan ang mga panalangin na ito tuwing umaga at tuwing hapon:

اللهم إني أسألك العافية في الدنيا والآخرة، اللهم إني أسألك العفو والعافية في ديني ودنياي وأهلي ومالي، اللهم استر عوراتي، وآمن روعاتي، اللهم احفظني من بين يدي، ومن خلفي، وعن يميني وعن شمالي، ومن فوقي، وأعوذ بعظمتك أن أغتال من تحتي

(ALLAHUMMA INNIY AS'ALUKAL-AAFIYATA FID-DUNYA WAL-AAKHIRAH, ALLAHUMMA INNIY AS'ALUKAL-AFWA WAL-AAFIYATA FI DIYNIY WA DUNYAYA WA AHLIY WA MAALIY, ALLAHUMMASTUR AWRAATIY, WA AAMIN RAW-AATIY, ALLAHUMMAHFADHNIY MIN BAYNA YADAYYA, WA MIN KHALFIY, WA AN YAMIYNIY, WA AN SHIMAALIY, WA MIN

FAWQIY, WA AUDHU BI ADHAMATIKA AN UGTAALA MIN TAHTIY)

"O' Allah, Ako'y humihingi sa Iyo ng kaligtasan dito sa mundo at sa kabilang-buhay, O' Allah, Ako'y humihingi sa Iyo ng kaligtasan sa aking relihiyon at sa aking pamumuhay sa mundo, pamilya at kayamanan. O' Allah, Ako'y humihingi sa Iyo na pagtakpan Mo aking mga kamalian at ipanatag Mo ako mula sa pagkabahala, 'O Allah, pangalagaan Mo ako mula sa aking harapan at sa aking likuran, sa aking kanan at sa aking kaliwa, at sa aking itaas. At nagpapakupkop ako sa kadakilaan Mo upang hindi ako mapinsala mula sa aking ilalim." Iniulat ni Ahmad at iba pa.

6- Pagpaparami ng panalangin (Dua)

Nagmula kay **Ibnu Umar** –radiyallahu anhu- na nagsabi: Sinabi ng Sugo ng Allah ﷺ:

(من فتح له منكم باب الدعاء فتحت له أبواب الرحمة، وما سئل اللّه شيئا-يعني: أحب إليه- من أن يسأل اللّه العافية)

"Sinumang binuksan sa kanya mula sa inyo ang pinto ng panalangin (Dua) ay binuksan sa kanya ang pinto ng Awa (Rahmah), at hindi hiningian ang Allah ng anumang bagay –na kamahal-mahal para sa Kanya- na hihigit sa paghiling sa Kanya ng magandang kalusugan o kalagayan?"

At sinabi ng Sugo ng Allah ﷺ:

(إن الدعاء ينفع مما نزل ومما لم ينزل، فعليكم عباد اللّه بالدعاء)

"Tunay ng ang panalangin ay nakakapagbigay ng pakinabang sa (taong nanalangin) maging iyon man ay nangyari at hindi nangyari, kaya nararapat sa inyo O mga alipin ng Allah na manalangin" Isinalaysay ni At-Tirmidhy at iba pa.

7- Pag-iingat sa mga lugar na nandoroon ang sakit.

Nagmula **kay Abdullah Ibn Aamer** –radiyallahu anhu-: "Tunay na si Umar –radiyallahu anhu- ay lumabas patungong Shaam, nang siya ay

umabot na lugar na Sarg umabot sa kanya ang balita na ang sakit ay nangyari o mayroon na sa Shaam, at binalitaan siya ni Abdur-Rahman Ibn Awf: Katotohanan ang Sugo ni Allahﷺ ay nagsabi:

إذا سمعتم به بأرض فلا تقدموا عليه، وإذا وقع بأرض ,و أنتم بها، فلا تخرجوا فرار منه)

"Kapag narinig ninyo ito (sakit) sa lupa o sa isang lugar ay huwag ninyo ito puntahan, at kapag nangyari (ang sakit) sa lugar na kayo ay nandoroon, ay huwag kayo lumabas o umalis para lang matakasan ito"

At nagmula kay **Abu huraira** – radhiyallahu anhu- katotohanan ang sugo ng Allah ay nagsabi:

(لا يورد الممرض على المصح)

" Hindi dapat dalhin ang isang may sakit na kamelyo sa isang kamelyo na malusog ."

Ang mga ito ay kapwa isinalaysay ni Al-Bukhari at Muslim.

8- Paggawa ng mabuti at Pagsisikap na maipamahagi ang kabutihan

Nagmula kay **Anas -**radhiyallahu anhu- na nagsabi: Ang sugo ng Allah ﷺ ay nagsabi:

(صنائع المعروف تقي مصارع السوء والآفات، والهلكات, وأهل المعروف في الدنيا هم أهل المعروف في الآخرة)

"**Ang paggawa ng mabuti ay pananggalang mula sa mga masasama, mga peste at mga kapahamakan; at ang mga mabuting tao sa mundo, sila rin ang mga mabuting tao sa kabilang buhay"** isinalaysay ni Al-Hakim.

Sinabi ni **Ibnu Al-Qayyim** –rahimahullah- : "At kabilang sa mahahalagang mga gamot o lunas ng sakit ay: ang paggawa ng mabuti at pagpapakabuti, ang paggunita o pag-aalaala (sa Allah), ang panalangin, ang pagiging mataimtin o pagpapakumbaba (sa Allah), at

ang pagbabalik loob. Ang mga bagay na ito ay makakaapekto sa pagpigil sa mga sakit at makapagpagaling; Mas mahalaga pa ito kaysa sa pangkaraniwang mga gamot, gayunpaman ito ay nakabatay sa paghahanda ng sarili, pagtanggap nito at paniniwala nito sa mga bagay na iyon at kapakinabangan nito" (Zaadul-Maad).

9- Pagtaguyod ng pagdarasal sa gabi.

Nagmula kay **Bilal** –radhiyallahu anhu- katotohanan ang sugo ng Allah ﷺ ay nagsabi:

(عليكم بقيام الليل؛ فإنه دأب الصالحين قبلكم، وإن قيام الليل قربة إلى اللّه، ومنهاة عن الإثم, وتكفير للسيئات، ومطردة للداء عن الجسد)

"**Panatilihin ninyo ang pagtataguyod ng pag-darasal sa gabi, sapagkat ito ang patuloy na kasanayan ng mga mabubuting tao na nauna sa inyo, katiyakan ang pagtataguyod ng pagdarasal sa gabi ay isang paraan upang mapalapit sa Allah, at paraan ng pag-iwas sa kasalanan, pagpapatawad sa mga kamalian at nagtataboy ng sakit sa katawan.**

Isinalaysay ni At-Tirmidhi at iba pa.

10- Pagtakip sa sisidlan at lalagyan ng tubig.

Nagmula kay **Jabir Ibnu Abdillah** –radhiyallahu anhuma- na nagsabi: Narinig ko ang sugo ng Allah ﷺ na nagsasabi:

غطوا الإناء, وأوكوا السقاء، فإن في السنة ليلة ينزل فيها وباء؛ ولا يمر بإناء ليس عليه غطاء، أو سقاء ليس عليه وكاء إلا نزل فيه من ذلك الوباء

" Takpan ninyo ang mga sisidlan at talian ninyo ang lalagyan ng tubig sapagkat may isang gabi sa isang taon na bumababa ang salot (epidemya) at wala itong dadaanan na sisidlan na walang takip o di kaya sa lalagyan ng tubig na walang tali, maliban na bababa rito ang salot o sakit na ito" isinalaysay ni Muslim.

Sinabi ni **Ibnu Al-Qayyim –rahimahullah**- : "At ito ay hindi matutuklasan sa mga agham (sinaunang mga pag-aaral) ng mga doctor at mga dalubhasa nila" (zadul-Maad).

Bilang pangwakas, katunayan para sa bawat muslim na dapat niya isuko at isaalang-alang sa Allah ang lahat ng kanyang mga pangangailangan, ninanais niya ang kabutihan nito, inaasam-asam niya na makamit niya ito at magtiwala sa Kanya, at ang lahat ng bagay ay nasa Kanyang kamay at lubos Niyang pinapatupad at pinamamahalaan ito.

At pagsikapan niyang harapin ang anumang dumarating sa kanya na mga sakuna sa pamamagitan ng pagtitimpi at pagnanais (ng gantimpala dahil dito), katotohanan ang Allah ﷻ ay pinangakuan Niya na bibigyan Niya ng napakaraming gantimpala ang sinumang nagtiis at nagnanais (ng gantimpala mula rito), sinabi Ng Allah ﷻ :

﴿إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾[الزمر:10].

"Katotohanan ibibigay sa mga matiisin ang kanilang gantimpala ng walang (eksaktong) bilang o walang hangganan" Az-Zumar 10.

Mula kay 'Aishah –radhiyallahu anha- siya ay nagtanong sa propeta ﷺ tungkol sa At-Ta'uun (salot o sakit), kanyang sinabi:

إنه كان عذابا يبعثه الله على من يشاء, فيجعله الله رحمة للمؤمنين, فليس من عبد يقع الطاعون, فيمكث في بلده صابرا, يعلم أنه لن يصيبه إلا ما كتب الله له, إلا كان له مثل أجر شهيد.

"Tunay na ito ay isang parusa na ipinadala ng Allah sa kaninumang nanaisin Niya, ngunit ginawa ito ng Allah bilang habag para sa mga mananampalataya, at wala sa mga alipin Niya na natamaan ng salot o sakit na siya ay nanatili sa kanyang lugar at nagtitiis, at alam niya na kailanman ay hindi siya matatamaan ng anumang bagay liban sa mga itinakda ng Allah para sa kanya, maliban na mapapasakanya ang gantimpala na tulad ng gantimpala ng Shaheed o martir" isinalaysay ni Al-Bukhari.

Hinihiling ko sa Allah nawa'y gabayan Niya tayong lahat tungo sa kung ano ang kanyang iniibig at ikinalulugod mula sa mabuting gawa at mainam na salita. Tunay na Siya ay nagsasabi ng katotohanan, at Siya ay ang pumapatnubay sa (tamang) landas.

Ang papuri ay bukod tangi sa Allah lamang, at ang pagpapala ng Allah at kapayapaan ay mapasa ating Propeta Muhammad, sa kanyang pamilya at kasamahan.