保持斋月好习惯

الحفاظ

على العادات السليمة بعد رمضان

>

❧❧

编审：伊斯兰之家中文小组

**مراجعة: فريق اللغة الصينية بموقع دار الإسلام**

保持斋月好习惯

一年一度斋月﹐人性和品行芝麻开花节节高。 斋月是穆斯林每年一次有崇高目标的世界集体活动﹐每个信士都度过一个整月的艰苦功修﹐从精神领悟到生活习惯﹐都受到一次强烈震动﹐改掉坏习惯﹐巩固优秀品性﹐穆斯林社会年年求进步。 举国欢庆的开斋节﹐使斋月功修告一段落，斋月后再接再励开始新生活。

回顾愉快的斋月﹐自我克制﹐心情清净﹐精神减少污染﹐从头脑中清理出去许多陈年垃圾。 据阿布·胡莱伊拉传述﹐先知穆圣说﹕“守斋戒的人能品尝到两种美好的滋味﹕第一是开斋时刻面前的美食﹔第二是在复活日面见真主的时候。 真主因他的仆人守斋戒而对他喜悦。” 守斋戒是为了真主喜悦﹐而开斋节参加各种活动都是为取悦于真主﹐斋月之后﹐保持斋月中功修成就﹐继续斋月中的行为善良﹐克制情绪﹐坚韧不拔﹐遵循正道﹐可保在一年中得真主喜悦﹐生活中充满乐趣。

斋月不仅是形式上的白日停止饮食﹐而是涉及许多生活方式的重大变更﹐例如调节平常日子每天按时的习惯。 斋月的生活必须遵循严格纪律﹐没有宽容的余地﹐既然决心守斋戒﹐就必须遵照严格制度﹐对个人会有许多不方便，但是咬紧牙关﹐服从真主命令坚韧不拔。 这是训练﹐也是对个人体能的锻炼﹐能克服这些难关﹐就能制服其它艰难险阻﹐克敌制胜。 斋月是锻炼和提高穆斯林精神力量和体能素质的最佳方法﹐从每个人做起﹐整个民族的素质都在提高和进步。

有些不良习惯﹐平日难以改正﹐但在斋月里﹐有幸受到严格纪律约束﹐成功地抗拒难以抵挡的陋习﹐例如吸烟、饮酒﹑贪心﹑易怒﹑背谈闲话﹑出言不逊。 斋月里你的成功﹐证明了只要有决心﹐什么习惯都能改正﹐继续以自觉的毅力克服陋习。 尽管各人情况不同﹐但是每一种坏习惯的改正﹐都是各人巨大成就﹐譬如这个斋月停止了吸烟﹐构成后半生的优良习惯转折点。 祈求真主恩赐﹐明年斋月再克服一些陋习﹐逐渐走向完美人性的大道。 假如过去曾经对年迈父母双亲侍奉不够﹐斋月里改变了常态﹐斋月后继续下去﹐成为孝敬父母的好儿女﹐必得真主喜悦﹐为自己儿女树立榜样。 个人的行动不仅为自己赢得好名声，而且为社会做出示范﹐每年斋月都是为社会树立新风尚的尊贵月份﹐你在默默无闻地为穆斯林社会做贡献。

斋月中饥渴的艰难给我们一个切身体验﹐使我们想起那些缺衣少食的穷苦人﹐以及那些遭受天灾人祸的民族﹐斋戒可以增长我们的怜悯心﹑同情心﹑恻隐之心﹐同那些弱势群体的人心心相应。 斋月培养了我们乐善好施的优良品格十多个小时的饥渴﹐看看自己多么富足﹐多么幸福﹐傍晚开斋享用精致餐饮﹐心满意足﹐提升自己的觉悟﹐认识到真主对我们的恩惠﹐对人类的恩惠﹐无穷无尽。 如果说斋月里的三十天是忍饥挨饿和沉思冥想的训练﹐那么﹐开斋节是开放思想﹐敞开胸怀的节日﹐高声赞颂真主的恩惠﹐同时伸出慈善的手帮助有困难的人们。 斋月里提高了认识﹐开斋节敞开了慈善大门﹐以后的日子善功连续不断，为穆斯林社会锦上添花。

世界的发展不平衡是永恒的规律﹐虽然大部份地方都受到真主恩典的优惠﹐风调雨顺国泰民安﹐但是总有一些地方﹐人们在那里受难﹐如各种天灾﹑战争﹑霸权﹑独裁、欺凌﹑压迫﹑剥削﹑奴役。 有位学者说﹐天下任何地方发生的灾害或不幸﹐都是对另一些地方人的考验﹐不论那些人有什么信仰﹐都在经受真主对正义和良知的测验。 就是在你居住区之内﹐每个人的生活水平﹑家境条件﹑健康状况也很不相同﹐这也是对信士的考验﹐如老弱病残者、失业的家庭﹐失学的孩子﹑遭受意外事故者﹐他们需要你的同情和怜悯﹐向他们伸出温暖的援助之手。 伊斯兰教导的慈善心﹐不仅是慷慨解囊捐款舍钱﹐而是各种方式，任何人都能尽力而为履行善功﹐例如对人善意的微笑，一句鼓励人的话﹑甚至走向清真寺的每一步伐﹐也都是慈善。

尊贵的斋月过去了﹐欢庆的开斋节也度过了﹐成就都展现在眼前﹐下一步的思考是怎样规划新的一年。 现在应当是决心行动的时候了﹗ 对个人﹐对社会﹐对全人类都将产生重大影响﹐这就是伊斯兰的奋斗精神和社会发展的无穷威力。

斋月是愉快的﹐开斋节是欢乐的﹐因为我们拥抱一颗善良的心﹐敬畏真主﹐克制私欲﹐在正道上努力的成就使我们无比幸运和快乐。 斋月之后﹐我们可以照常同家庭共享天伦之乐﹐同朋友聚会和谈心﹐与同事分享事业的成果，伊斯兰信士是在正道上寻求欢乐的人﹐感赞真主恩赐我们这份天赋和心情。 世人对享乐有不同的理解﹐有人贪财﹐有人好色﹐有人酗酒或赌博﹐但穆斯林的享乐包含精神和物质两个方面﹐对己有利于身心健康﹐对家庭承担责任﹐对社会只做奉献﹐不求报答﹔一切善功都是为后世报酬积蓄的财富。 斋月改变了我们﹐提高了我们﹐因为斋月的体验给了我们正道的引导﹐昭示我们接近真主的乐趣。

斋月是一个行为示范﹐从敬畏中﹑慈善中﹐从服务社会中﹐获得无穷的乐趣。 斋月如此﹐天天如此﹐表里一致，内外一体﹐形成了新的人生观﹐实现了人性的最高价值。

