

# 心灵的疾病

[中文]

أمراض القلوب

[باللغة الصينية]

来源：伊斯兰之光

مصدر: موقع نور الإسلام

编审：伊斯兰之家中文小组

مراجعة: فريق اللغة الصينية بموقع دار الإسلام

沙特利雅得莱布宣传指导合作办公室

المكتب التعاوني للدعوة وتوعية الجاليات بالربوة بمدينة الرياض

2014 – 1436

IslamHouse.com



奉普慈特慈的真主之名

【呼图白演讲】

## 心灵的疾病

一卅柯 · 韩文成 编译

赞颂安拉以正信照亮了人心，我见证只有安拉是应受崇拜的主，独一无二、全知幽玄的主，他使自己的信民一心向善，而使其敌人心生恶疾；我见证先知穆罕默德是主的仆人和使者，是心灵的良医，他谴责一切可耻行为，倡导一切可嘉行为，愿主永远赐福安于他和圣裔及全体圣伴们！

安拉的仆民啊！

你们要敬畏安拉，勤于顺从主，并医治冷酷的心肠，这样就能获得美好的归宿，至尊主说：“那些敬畏主的人，将享受为他们建造的下临诸河的高楼美宅。这是安拉的诺言，安拉绝不食言。”（39：20）

唯有心灵纯洁积德忍耐者，才能安享主赐的这等恩典

各位穆斯林：

人最该花时间做的事情，是医治自身心灵的各种疾病。无疑，造物主最关注的是人心，人心是认主独一和

虔诚信仰的载体。先知（主赐福安）说过：“**安拉不看你们的外表和财富，而看你们的内心和行为。**”（艾卜胡莱赖传述《穆斯林圣训录》第2564段）

心灵是人之根本，就像圣伴艾卜胡莱赖（主降喜悦）所说：“人心是身体之王，全身的肢体是其士兵，王善则兵好，王恶则兵坏。”

人心的特点是变幻莫测、瞬息万变，为此先知（主赐福安）用的最多的祷词之一就是：“**拨转心灵的主啊！求您使我的心安定于您的正教。**”圣妻温姆赛莱麦（主降喜悦）问先知为何要经常这样祈祷？先知回答说：“**温姆赛莱麦啊！人心就在主的两指之间，他愿使其直就直，愿使其歪就歪。**”（《提尔米济圣训录》第3531段）

各位教胞：

人心分为三种：健康的，死亡的，生病的。

一、**健康之心**，是指主在天经中所提到的那种：“**求您在人们被复活的那一天别让我受辱。到了那天，财富和子孙都无济于事，惟有带着一颗健康的心来见安拉的人除外。**”（26：87—89）

这里的健康之心，是指没有感染不信、伪信、可恶性格和不良习性等恶疾的纯洁之心。

二、**死亡之心**，是指缺乏心灵的维生素，不崇拜主、不服从主的命令、不爱主所喜悦的事物，一味追求物质享乐和满足私欲，陷于不信主的泥潭而不能自拔者之心。

心灵的维生素是信仰、知识和忠诚，一旦缺失这些生命要素，人心就会破碎、毁坏和死亡。而不信者、伪信者、不义者、犯罪者的心便是死亡之心，这种人的精神领袖是个人好恶，思想导师是恣情纵欲，人生之舟是麻痹大意，领航舵手是愚昧无知！一位贤士说过：“真



奇怪！人们往往为肉体死亡者哭泣，却不为心灵死亡者哀悼，其实后者更悲哀。”

### 心若溺于谬误其害大于身死

三、生病之心，其状况时好时坏，它受正反两面因素的影响：一方面从对主的信仰、忠诚和信赖中受到积极影响，另一方面从各种欲望和疑似罪恶中受到消极影响。这是指信仰薄弱和陷入犯罪泥沼的人心，先知（主赐福安）曾说：“灾祸将像卷席一样层层渗透人心，醉心于灾祸的人，心里留下一个黑点；厌恶灾祸的人，心里留下一个白点。最后一种心白净得像塞法山上的白石一样，永不受灾祸之害；而另一种心就像罐底一样黑，这种心迷醉于欲望而辨不出是非。”（侯载法传述《穆斯林圣训录》第144段）

已被欲望吞噬岂能称为智士  
视而不见错误证明心眼已瞎

各位穆斯林：

当我们回顾第一代穆斯林先驱的历史，便能从他们的事迹和言论中看到闪烁的信仰之光。他们不为物质生活焦虑，没有心理变态、忧郁自杀和精神分裂等症状，他们人人心态平和、信赖主、赞念主、善于思考、对主恭顺、积极向上，如果有人不慎被魔鬼迷惑而犯了错误或违抗了主的命令，便会立马洗心革面、悔过自新。他们中有人曾向先知（主赐福安）诉说自己心肠太硬，先知便告诉他说：“如果你想让心肠变软，那就给穷人提供食物，并经常抚摸孤儿的头。”（《艾哈迈德圣训录》第7593段）

先驱们用有益的知识使心灵之灯长明不息！赛义德·本珠拜尔（主降慈悯）说过：“我一旦长时间想不到死亡，就会担心自己的心是否坏了。”

他们防微杜渐，始终警觉各种使人腐化堕落和冷酷无情的诱因。福代勒·本伊亚德（主降慈悯）对此也说过：“两种习性会使人心变硬：说的多，吃的多。”

先贤们守护了自己的心灵，心灵也反过来保护了他们。他们注重后世，其心灵因此而尝到了信仰的甘甜，体验了与主密谈的乐趣，他们真正生活在了如伊斯兰学者伊本泰米叶（主降慈悯）所说的今世的“精神天堂”中：“今世有一个天堂，没有进过这个天堂的人，不可能进得了后世的天堂。”

而如今，人们被物质生活所累，人心被千姿百态的物质现象所迷惑，人们争先恐后地追逐物质利益，最后却遭到惨败，人人陷入疑惑、焦虑和恐惧之中，个个患有这样那样的心灵疾病。穆斯林同样染有以下心理疾病：

1) **伪信**。这种疾病会招致主的谴怒和憎恶，将令人陷入绝境，至尊主说：“**伪信者必将坠入火狱的最低层，绝无任何人来援救他们。**”（4：145）

因此，先贤们都经常担心自己不小心会犯下伪信之罪。伊本艾比穆莱凯说：“我认识的三十位圣伴个个都非常担心自己会犯伪信之罪。”

2) **沽名钓誉的假虔诚**。这种疾病一旦渗入善功中就会使其无效，它令人虚伪并爱听别人对自己的阿谀奉承之辞，一心想着突出个人并追逐权力，从而使一切善功前功尽弃。圣伴扫班（主降喜悦）传述：“**我听先知说：‘我知道从我的人民中将会出现很多人，他们在复生日带着许多大如贴哈麦山一样的善功来见主，可是主将其善功变得像被吹散的灰尘一样荡然无存。’我便问：‘主的使者啊！请您给我们描述一下那些人的特征，以**





免我们在不知不觉中成为那样的人。’先知说：‘其实，他们就是你们的兄弟和同胞，他们也和你们一样在夜间礼拜，但是他们在无人监督的情况下往往会触犯主的禁令。’”（《伊本玛杰圣训录》第4245段）

3) 骄傲、嫉妒、寄希望于主之外的人或事物。伊本甘义目（主降慈悯）说过：“将自己的心置于主跟前的人，自然会感到心神宁静；将心托付给人的人，肯定会感到心神不宁。”

愿主以《古兰经》和《圣训》赐福我和你们，使我们大家受益于人类和精灵的领袖之路。

我讲你们听，祈望主饶恕我和你们以及所有穆斯林的过错，大家向主忏悔吧！主是最好的宽恕者。

## 第二部分

赞颂安拉使人类以服从主的命令为获救之道，他保证给顺从主及其使者的人完美的回报和崇高的品级。我见证只有安拉是应受崇拜的主，独一无二、无限完美的主；我见证先知穆罕默德是主的仆人和使者，是众生中最完美的人，愿主永远赐福安于他和圣裔，以及具有高贵品质的圣伴及其弘扬善行的后继者们！

安拉的仆民啊！

你们要虔诚地敬畏安拉，要在无人监督的情况下对主心怀畏惧，并净化自己的心灵免遭各种疾病。你们要谨记：安拉给每一种疾病造就了相应的解药，每一种病症都有医治它的药方，其中包括治疗心理疾病的先知良方，此良方如下：

1) 认真实践认主独一，这能给人开启幸福快乐之



门，并能驱除各种忧患和灾害。

2) 时常以主的尊名和德性向主祈祷，先知（主赐福安）每遇到烦心事时就祈祷说：“永生不灭、维护万物的主啊！我祈求您的慈悯。”（《提尔米济圣训录》第3533段）

3) 经常诵读天经，将其作为医治心灵和思想的良方。至尊主说：“我降下古兰经以治疗和慈悯信士们。”（17：82）

4) 多做善事和参加集体礼拜。至尊主说：“凡做好事的男女信士，我必使其过上一种美好的生活，按照他们最好的善行回报他们。”（16：97）

5) 坚持礼拜，这能终止犯罪、预防心病、驱除内毒、抑制欲望。至尊主说：“你们要借助于忍耐和礼拜，礼拜是一件难事，但对于恭顺者则不然。”（2：45）

“你要宣读启示给你的天经，并要礼拜，礼拜确实能抑制奸淫和犯罪，赞颂安拉是最重要的大事，安拉知晓你们的一切作为。”（29：45）

6) 与心灵健康的贤者为伍，一起学习先辈学者、行善者和诚实者的事迹。至尊主说：“你要耐心与那些朝夕祈祷求主喜悦的人在一起，不可藐视他们而去追求今世的浮华。”（18：28）

7) 经常向主祈祷忏悔，先知（主赐福安）说：“信士一旦犯罪，就会在其心里留下一个污点，如果悔过自新就能擦去污点，如果继续犯罪，污点就会继续增大，

这就是安拉在天经中所提到的锈斑：‘其实，是他们所犯的罪恶使他们的心生了锈。’（83：14）”（艾卜胡莱赖传述《伊本玛杰圣训录》第4244段）

现在让我们遵照主的命令，祝福敬爱的先知，至尊主说：“安拉和他的天神们在祝福先知，信士们啊！你们应当为他祈福，应当向他祝安。”（33：56）

先知（主赐福安）也说过：“谁祝福我一次，安拉必祝福他十次。”（《穆斯林圣训录》第408段）

主啊！求您赐福安于先知穆罕默德及其善良的圣裔；主啊！求您喜爱四大正统哈里发及正道领袖：艾卜拜克尔、欧麦尔、欧斯曼、阿里及全体圣伴们；最最仁慈的主啊！求您也一同喜爱我们吧！

主啊！求您改善我们的心灵，主持我们的事务；主啊！求您净化我们的心灵不要使其阳奉阴违，净化我们的行为不要使其沽名钓誉，净化我们的口舌不要使其说谎骗人，净化我们的眼睛不要使其有背叛的眼神；主啊！求您保佑我们免遭仇恨者的伤害和嫉妒者的阴谋，您是万能于一切的主。

主啊！求您饶恕所有的男女信士和穆斯林，宽恕他们中的活人和亡人；主啊！求您壮大伊斯兰和穆斯林，征服举伴行为和举伴主的人们；主啊！求您援助您的正教、天经、圣行和信民们。

主啊！求您改善我们的领导者们，使他们从事您喜欢的事业，迫使他们敬主从善，求您使我们的家园和所有穆斯林国家国泰民安；我们的主啊！求您赐予我们今世幸福和后世幸福，使我们免遭火狱之灾。

最后赞颂安拉——万世之主！

