

# 2014 斋月前的准备(讲座)

2014-06-13 mhm 伊斯兰之窗

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Insha-allah 再过两个星期，一年一度吉庆的斋月即将来临，众所周知斋戒是伊斯兰五大功修之一。

作为一位合格的穆斯林，一生中应该努力去实践：1-认主独一（诚信宇宙间只有一位独一仁慈大能主宰---安拉，他是天地的创造者）、2-礼拜（一天五次的主命拜）、3-斋戒（一年封伊历九月的莱麦丹的斋戒）、4-天课（富人抽出 2.5%的财产，捐赠给有需求之人）、5-朝觐（有能力的人，一生中至少奔赴沙特阿拉伯麦加朝觐天房一次）。

斋戒历时一个月，在伊历九月份（莱麦丹之月）。伊历九月阿语为：“شهر رمضان”来自الرمضاء‘过热’之意，它指炎热的石头。阿拉伯人以每个月的特征命名月份，رمضان源自此月炙热的天气。也有人说：“之所以被命名为 رمضان是因为这个炎热的月份能炙烤、销毁我们的罪恶和过错”

所有身体健康、理智健全的成年穆斯林都需要斋戒，除 1.体虚弱的老者、2.做重苦力而放难的劳动者、3.病人、4.未成年的孩子、5.旅行者、6.来例假的妇女、7.孕妇、8.产妇、9.乳妇之外；其中病人康复后、小孩成年后、旅行者回家后、妇女例假结束后、孕妇、产妇、乳妇期限结束后，需要如数的还补所缺之斋。而其中 1.身体虚弱的老者、2.久病不愈的病人可以通过罚赎（所谓罚赎即：每缺一天斋，供

给一个人一天两顿饭)的方式弥补所缺之斋,不需要还补。

斋戒的时间是:从天边出现第一丝光亮直到太阳落下。在斋戒的整个过程中,斋戒者 1.不饮、2.不食、3.不过性生活、不做坏事、不说坏话。

一天中最美的时间是早晨,

一星期中最美的时间是周五,

一年中最美的月份是斋月,

一年中最美的月是斋月,最美的天是阿拉法之日,最美的夜是各德热之夜。

斋月是最吉庆的一个月,虔诚的穆斯林天天盼望着斋月的到来,先知教授我们说:

“اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِي رَجَبٍ وَشَعْبَانَ، وَبَلِّغْنَا رَمَضَانَ”

“主啊!求你使我们莱哲布月和沙尔帮月吉庆,求你以斋月为我们报喜”

穆斯林之所以对斋月情有独钟是因为通过斋月的洗礼和锤炼,能提升信仰、塑造美德、优化人际关系、改良社会秩序、加强我们对安拉的敬畏之心。

## 斋月的尊贵

1-古兰经的降示在斋月,古兰经是伊斯兰唯一的法典。她包涵了对人类终极的关怀,在斋月盖德尔夜,安拉将古兰经一次性降于近天,随后在 23 年间适时、适地地启示给先知\*。

清高的安拉说：

“شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ”

‘斋月古兰被降示，作为世人的引导’

2-天门、天堂门打开，仆人能更直接联系安拉。

3-火狱门关闭，恶魔被束缚。先知\*说：

“إِذَا جَاءَ رَمَضَانَ فَتَحَّتْ أَبْوَابُ الْجَنَّةِ، وَغُلِّقَتْ أَبْوَابُ النَّارِ، وَصُفِّدَتِ الشَّيَاطِينُ”

‘斋月来临，天堂门打开了，火狱门关闭了，群魔被束缚起来了’

4-斋月的祈祷被安拉接受，先知\*说：

“ثَلَاثَةٌ لَا تُرَدُّ دَعْوَتُهُمْ: الْإِمَامُ الْعَادِلُ، وَالصَّائِمُ حَتَّى يُفْطِرَ، وَدَعْوَةُ الْمَظْلُومِ”

“三种人的祈祷不被拒绝---公正领导人的祈祷，斋戒者开斋时的祈祷，被压迫者的祈祷”

5-一切工作都是善功。先知\*说：

“نَوْمُ الصَّائِمِ عِبَادَةٌ وَصَمْتُهُ تَسْبِيحٌ، وَعَمَلُهُ مُضَاعَفٌ، وَدَعَاؤُهُ مُسْتَجَابٌ، وَذَنْبُهُ مَغْفُورٌ”

“斋戒者的睡眠是善功，他们沉默是赞主、他们的工作回赐加倍、他们的祈祷得到应答、他们的罪过得到宽恕。”

6-善功的回赐加倍：平时一件好事有十倍或者六百倍的回赐，而斋月善功的回赐无法估算。先知\*说：清高的安拉说：

“كُلُّ عَمَلٍ ابْنِ آدَمَ لَهُ إِلَّا الصِّيَامَ، فَإِنَّ الصِّيَامَ لِي وَأَنَا أُجْزِي بِهِ”

“除斋戒外阿丹子孙的所有工作属于他们自己，而斋戒只属于我，我要亲自报偿他们。”

7- ‘高贵之夜’ 在斋月后十天奇数日中，高贵之夜犹如一千个月即 83 年。人们争先恐后地复活她，在这夜人们彻夜不眠、礼拜、记

主、赞圣、祈祷……

先知\*说：

“مَنْ قَامَ لَيْلَةَ الْقَدْرِ إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ”

“谁诚信并渴望获得回赐的情况下度过高贵之夜，安拉恕过他的一切过错。”

8-阿拉伯国家政府部门斋月工作时间减少。人们有更多自由时间，可以做自己觉得更有意义的事。

## 斋月的意义

斋月就像一所学校，通过斋月的培训，让我们忍耐，坚忍、有同情心、节约。无论从身体到精神都能得到清理和洗涤。

现代医学证明，穆斯林一年一度的斋戒是对身体最好的大清洗而维修，一个月的斋戒能很好清理一年来沉淀在胃壁、肠壁上所有的污垢和残渣。著名现代医学中的斋戒疗法，正是这个原理，更为重要的是，通过斋戒能让我们清心、寡欲，培养我们的忍耐力。欲望是人的天性，节制欲望是成功者的属性，不能很好的节制食欲者多得肠胃病，不能很好节制性欲者，终成欲壑难填之徒。能节制欲望的人才是真正自由人，拥有坚忍美德的人，才是智者。战胜一切困难的武器就是忍耐。

斋戒能让我们通过追求至仁主的喜悦而去克服一些暂时的艰难、困苦，从而获得精神上的升华，肉体上的超脱。事实上穆斯林斋戒的真正含义还在于仆人对安拉绝对的服从（绝对服从源自仆人对造物主

绝对的信任、敬畏和热爱)，忠诚的态度，致力营造和谐、优秀的集体和社会（这才是真正的信士通过信仰应该结出的正果）。每一位真诚的穆斯林视集体利益高于个人利益，视整体利益大于局部利益，个人的利益孕育于集体利益中，只有具备优秀的集体和社会，个体才能安生立命，尽管通过斋戒确实有很多可感的生理佳效，但这仅仅只是个人的利益（毋庸置疑，伊斯兰的任何一个命令还是禁止都会给每一个执行者带来物质方面和精神方面的益处），而伊斯兰的每一项规定它更着眼于社会效应和集体利益，因此先知\*说：

“مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ، فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ فِي أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ”

“一个人如果没有放弃谎言和秽行，他就没有必要为安拉而忍饥挨饿了。”

可见，斋戒很重要目的之一就是诚实而不欺诈、不侵犯他人的利益、名誉和尊严。表像是自身道德的培养，而实质要达到的目的则是舒展和谐的理念和精神。

先知\*还说：

“الصِّيَامُ جُنَّةٌ فَلَا يَرْفُتُ وَلَا يَجْهَلُ، وَإِنْ أَمْرٌ قَاتَلَهُ أَوْ شَاتَمَهُ فَلْيُقَلِّ: إِنْ صَائِمٌ مَرَّتَيْنِ”

“斋戒就是盾牌，斋戒者不该出言不逊，若遇人打骂之，他应该说：‘我是斋戒者，我是斋戒者’”。

可见，斋戒的另一个重要的目的就是：当遇到非礼和侵犯时，应该高度克制和宽容。表象上看，这是个人的一种修为，而其终极直指营造宽容、仁爱的和谐社会。

伊斯兰让我们通过斋戒，去感知造物主给人类无限的恩典，从而

激起对至仁主无限的爱而敬仰。并且让我们通过斋戒去体会那些吃不饱、穿不暖的可怜之人的感受，从而激起人们对社会底层可怜老百姓的关注和怜悯。

伊斯兰鼓励人们在斋月多施舍多行善，并告知人们，斋月的任何一桩善举，能得到超越平时多倍的回赐。

伊斯兰关注个人的言行举止，更关注社会的兴衰沉沦，伊斯兰通过对个人性灵的培养和建设，去唤醒社会整体的意识。有社会才有个人，有整体才有局部，有我们才有我，有国才有家。

清高的安拉说：

“ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ”

‘信道的人们啊！斋戒已经成为你们的定制，犹如成为你们前人的定制那样，以便你们敬畏。’

通过斋戒，造物主让我们达到敬畏，所谓敬畏，对于个人来说是一系列的综合美德；对于社会来说是一种怡人和谐公正美好的社会秩序。

一个人如果通过一年一度的斋月培训和洗礼而获得敬畏，那么他应该把这种精神实践于他生活的每一天，因为安拉对我们的短期培训的目的不只是斋月，而更重要的是一年 365 天。因此使者说：“如果斋月全美了，那么其全年都全美了！”

对于个人来说，通过斋月的培训，我们应该把敬畏变成我们的一种气质、一种固定的人格，一种生活的作风，我们应该把敬畏带到生活的每一天！

对于社会来说，通过斋戒去唤醒每个人的良知，让每个人立志去营造一个安宁和美的仁爱社会！

### 温馨提示：

宝贵的斋月即将来临，从现在起，我们可以积极做好准备并有所规划：

- 1，虔诚举义封好今年斋月的斋戒。
- 2，做一个全方位的年计划，计划是成功的一半。
- 3，全面清理家中衣物用品用具。无用者，处理之；有用而不需要者，赠送给需要之人或慈善机构；需要添补的东西，力争举义为迎接斋月而添补，以便获得安拉更多的回赐。
- 4，全面清扫屋里屋外，为迎接吉庆斋月的到来。
- 5，全面清点自己的财产，主动、快速、清楚、喜悦地出撒天课，虔诚积极地响应安拉的号召。
- 6，反省自己的一切所作所为，虔诚向安拉忏悔。亏欠别人者，物归原主；伤害他人者，向人致歉，并求得他人谅解；产生误会和赌气者，谅解对方，主动握手合好。真正宽宏大量者是能在受伤害后谅解别人，并主动言和之人。
- 7，在斋月中多读古兰经（至少斋月封印一遍古兰经）、多赞主赞圣。
- 8，珍惜分秒时间，尽量避免无聊的电视，避免上网，避免听靡靡之音。
- 9，有能力之人，多施舍、多请人开斋。

- 10, 坚持五番拜按时到清真寺参加聚礼, 不要顾此失彼。
- 11, 力所能及坚持礼‘台热微哈’拜, 但切记不要因副功而影响主命, 如:不要因礼过多的夜间拜劳累, 而放弃晨礼。
- 12, 不要因为斋戒而影响正常的本职工作, 要知道我们赖以安身立命的本职工作也是主命。
- 13, 斋月中因故不能封斋的穆斯林和非穆斯林朋友尽量避免在公共场所饮食, 以便互相谅解, 彼此尊重。
- 14, 多为世人祈福, 愿安拉引领赐福世人, 消除霸权、暴虐、恐怖、战争、患难、不义和疾病。
- 15, 虔诚举义, 愿安拉引领赐福我们每一个人, 使我们成为两世幸福的成功者。愿安拉使我们成功圆满地度过这个吉庆的斋月!

والحمد لله رب العالمين

主麻吉庆