235993 - 他在礼拜中缺乏毕恭毕敬，所以心中疑惑丛生

السؤال

请你告诉我，我怎样才能感受到服从真主的乐趣？怎样才能喜爱履行服从真主的宗教功修？每当我看到许多外国人改信伊斯兰教，看到真主在他们心灵中注入的那一种安宁，我就热泪盈眶，因为我也想成为像他们一样的人；每当我听一些讲座和先知的故事，聆听《古兰经》诵读的时候，我就会想到死亡，以及与真主见面的情况，我也会痛哭流泪，但在听完《古兰经》和宗教讲座一两个小时后，我就恢复常态，对礼拜和很多事情不怎么重视，而且我怀疑自己离宗教越来越远，甚至会叛教，我的脑海里会产生很多疑惑，我无法摆脱那些困惑的干扰。一段时间以前，我和朋友们外出，我在等待回家的时候做了两拜，因为我非常喜爱做礼拜。现在我想回到同样的状态，但是我却做不到，甚至我在做礼拜的时候，也是匆匆忙忙；我开始崩溃了，我肯定伊斯兰教是真理的宗教，我担心自己去世的时候，心里会有怀疑，我的一切不会被接受。

الإجابة المفصلة

一切赞颂，全归真主。

我们从你的问题中很清楚，你陷入了过分的教唆，这不仅使问题严重和复杂，而且根据你的表达，有可能达到“崩溃”的程度，真正的“心理危机”的程度，使人废弃工作，陷入致命的沮丧和绝望的地步。

实际上，这件事情比你说的情况更容易。

感谢真主，你自始至终都是穆斯林，你作证信仰的六大要素，相信真主、天使、经典、使者、末日和善恶的前定，你注重履行伊斯兰教的五大功修，首先是两个“作证词”，你完成自己必须要履行的义务和工作，如礼拜、天课、斋戒和朝觐。

而这一切宗教功修在真主的跟前享有很高的地位，我们都相信真主是独一无二的，相信真主降示的所有使命，我们作证先知穆罕默德（愿主福安之）的圣品和肩负的使命，我们承诺要跟随他，遵循教法，循规蹈矩，你为什么不看一看信仰的这些收益和确定无疑的事实呢！这一切在真主的跟前享有崇高的

地位和伟大的品级！

难道我们不是穆罕默德（愿主福安之）的民族吗？！他难道没有承诺凡是诚心实意的说“万物非主，唯有真主”的人，都会进入天堂吗？！

难道你没有听到艾布·赞尔（愿主喜悦之）传述的圣训吗？先知（愿主福安之）说：“吉卜利勒天使在黑岩石那边显身了，他说：‘为你的民众报喜讯，凡是去世时没有以物配主者，都能进入乐园。’我问道：‘吉卜利勒啊！假如他曾偷过东西、犯过奸淫罪，也能入乐园吗？’天使说：‘是的，哪怕他曾喝过酒也会进入乐园的。’”《布哈里圣训实录》（6443段）辑录。

感谢真主，你很注重礼拜和宗教功修，但你觉得自己在履行宗教功修的时候敷衍了事，缺乏敬畏和恭敬，没有切切实实地履行宗教功修，这是许多穆斯林都遇到的通病，他们必须要继续不断地与自己斗争，克制自我，获得所有的清廉者都在苦苦寻觅的履行宗教功修的乐趣，并且仿效谢赫柏纳尼（愿主怜悯之）持之以恒和锲而不舍的精神，他说：“我勉力地履行礼拜二十年，享受了礼拜的乐趣二十年。”艾布·纳伊姆在《真主盟友的装饰》(2 / 320)中辑录。

勤于宗教功修、坚忍不拔、坚持不懈的注重宗教功修的实质、虔诚敬意和毕恭毕敬，这是清廉者和敬畏者的夙愿，没有人声称自己的宗教功修是完美的、尽善尽美的，但在同时谁也不应该因为这种忧患而导致绝望，伟大的真主憎恶对他的恩典和仁慈感到绝望的人：“他说：“除迷误者外，谁会绝望于真主的恩惠呢？””（16：56），真主喜爱仆人因为真主的仁慈、恩典和恩惠而感到高兴，由于真主的慷慨，真主赦免人的罪恶，原谅人的过错，宽恕人的怠慢，甚至全能的真主说：“惟悔过而且信道并行善功者，真主将勾销其罪行，而录取其善功。真主是至赦的，是至慈的。悔过而且行善者，确已转向真主。”（25：70--71）。

伊本·甘伊姆·召兹（愿主怜悯之）说：“仆人履行宗教功修的时候感到安宁，就会产生敬畏和恭敬，非礼勿视，全神贯注于真主，全身心的服从真主，履行仆人应尽的义务，恭敬就是这一种安宁的结果和果实，肢体的恭顺是心灵恭敬的结果，先知（愿主福安之）看到一个人在礼拜当中玩弄自己的胡须，他说：“假如这个人的心灵敬畏，他的肢体一定会恭顺。”

如果你问：招致这一切的因素是什么？

我说：其因素就是仆人高度地感受真主对他的监督，甚至他好像看见真主一样，当这一种感觉越发深

刻的时候，他就会感受到害羞、安宁、喜爱、敬畏和恭顺、恐惧和希望，这是不能通过其他的方式获得的，所以感受到真主的监督是一切心灵的功修的基础，也是支撑这些功修的支柱，先知在一句话中汇聚了心灵的功修的根本和分支，先知说“至善”（伊哈萨尼）就是：“你崇拜真主，就像你看见真主一样。”你思索一下宗教的每一个品级，以及心灵的每一个功修，你会发现这就是它的根本和源泉。

意思是当信仰的根本受到教唆的时候，仆人需要安宁，以便稳定他的心灵，不要陷入偏斜；当信仰的工作受到严重的教唆和危险的时候，仆人需要安宁，以免敷衍了事，忧心忡忡和愁眉不展，削弱他的信仰；当遇到各种各样的恐惧的时候，仆人需要安宁，以便他的心灵安静，镇定自若；当遇到五花八门的高兴的因素的时候，仆人需要安宁，以免得意忘形，好高骛远，妄图渡过无法跨越的界限，乐极生悲。”《签字者的领袖》（4 / 155--156）。

须知，只要你坚持按时礼拜，持之以恒，克服自己的欲望，在礼拜中毕恭毕敬，敬畏真主，感受真主的伟大，那么，你已经履行了真主最喜爱的工作，即使你的舌头和身体软弱无力，缺乏记念真主的心灵的工作，希望真主洞彻你的心灵，知道你心里的忧虑和诚实的向往，希望你孜孜寻求的履行宗教功修的安宁，真主就会赐予你内心的安宁，并为你记录你奋斗的报酬，以及你的痛苦和希望的报酬。

安萨里（愿主怜悯之）说：“用舌头祈求饶恕也是一件善功，因为心不在焉的活动舌头，远胜于在那个时刻里活动舌头，背毁穆斯林或者说闲话，而且它远胜于沉默不语，所以心不在焉的祈求饶恕远胜于沉默，但是不如全神贯注的祈求饶恕。

因此，有人向他的谢赫艾布·欧斯曼·马格里比询问：“我的舌头在有的情况下记念真主和诵读《古兰经》，但是心不在焉和疏忽大意？”

他说：“你要感谢真主，因为真主让你的这个肢体行善，使之习惯于记念真主，没有用它去作恶，也没有使之习惯于说闲话。”

谢赫所言属实，因为肢体习惯于行善，最终会变成它的秉性，抵御所有的罪恶。如果一个人的舌头习惯于祈求饶恕，他听到别人的谎言时，他的舌头首先会说习惯的话：我向真主祈求饶恕。当一个人的舌头习惯于说闲话，他的舌头首先会说：你真是个蠢货！你的谎言臭不可闻！

这就是下面经文表达的大概意思：“真主一定不使行善者徒劳无酬。”（9:120）真主说：“真主必不亏枉人一丝毫。如果人有一丝毫善功，他要加倍地酬劳他，并且以他那里的重大的报酬赏赐他。”

（4:40）

你看一看：真主如何加倍的酬劳他的善行；把心不在焉的祈求饶恕变成舌头的习惯，甚至用这一个习惯抵御背毁、诅咒和说闲话的罪恶。

这是在现世上对最微小的善功的加倍酬劳，如果他们知道，后世里的加倍酬劳是更大的。

你千万不可忽视宗教功修中存在的一些弊病，否则你会缺乏履行宗教功修的渴望，因为这是被驱逐的恶魔对被欺骗者施展的诡计，他们自以为明察秋毫，聪明伶俐，洞悉一切隐藏的秘密和内心的想法，不知道心不在焉的情况下舌头记念真主有什么好处？

众生面对恶魔的这个诡计分为三类：自亏的人，中庸的人，抢先行善的人；

抢先行善的人说：被诅咒的家伙，你所言属实！尽管你口吐真言，但你的目的是以此颠倒黑白，混淆是非；所以我不介意让你遭受两次惩罚，让你再一次灰心丧气，饱受打击，我用舌头记念真主的同时，也要用心灵记念真主，好像在恶魔的伤口上撒了一把盐一样，让它痛上加痛。

至于被欺骗而且自亏的人：他在此时此刻觉得自己非常聪明，因此洋洋得意，但是无法使自己的心灵虔诚敬意，于是放弃了舌头记念真主的习惯，因此遂了恶魔的意愿，垂下了欺骗的绳索，获得了恶魔的参与和认同，两者一拍即合，可谓“珠联璧合，天造地设”！

至于中庸的人：他未能强迫他的内心记念真主，他也知道仅仅舌头记念真主的不足，需要心灵记念真主，但他找到的完美方式却是采取沉默和说闲话，然后陷入其中，不知自拔。我们祈求真主使你的舌头和心灵同时习惯于行善。

抢先行善的人犹如讲故事的人，别人贬低他讲述的故事，于是他放弃了讲故事，遂成为一名作家。

落后而且自亏的人犹如从根本上放弃了讲述故事的人，遂成为打扫卫生的清道夫。

中庸的人犹如不能写作的人，他说我不贬低讲述故事，对于作家来说，讲述故事有损名誉；但对于打扫卫生的清道夫而言，讲述故事无损于他的名誉，既然我没有能力写作，我就不会放弃讲述故事！

就这样，必须要理解何为贬低的行为，何为表扬的行为；这些事情因人而异，视人而定，故不应该妄加评论和指责，更不应该轻视轻微的善功和罪恶。”《宗教学科的复兴》（4 / 48）。

欲了解更多内容，请聆听谢赫优素福·额菲斯的珍贵录音：

https://beta.m.box.com/shared_item/https%3A%2F%2Fapp.box.com%2Fs%2Fcneq08rcjrd8gx8b7nhu

所以一些智者说：“不能靠希望，只能靠工作。”

我们的意思是说：你绝不会摆脱恶魔使你陷入的绝望的状态，除非你在心灵中乐观地希望真主的仁慈，仿效清廉者的行为，付诸于行动，尽善尽美的洗小净，按时做礼拜，平稳缓和地诵读经文，在礼拜中毕恭毕敬，完成礼拜之后的教法规定的记主词，在每一番礼拜之后不要忘记向真主祈祷：“主啊，求你襄助我记念你、感谢你和很好的崇拜你。”

我们在本网站的一些回答中已经阐明了萎靡不振、及其原因和治疗方法，敬请参阅（47565）号问题的回答，你可以从中受益。

！真主至知