中沙文化交流中心

祈祷如何让我们成为更好的穆斯林

中沙文化交流中心

祈祷如何让我们成为更好的穆斯林

对穆斯林来说，没有比一位男女穆斯林在祈祷时额头触地的画面，更能代表“穆斯林”的含义了。

穆斯林的本义是“向真主臣服的人”，因此，祈祷中的穆斯林这一形象，是我们对“穆斯林”真正含义最深刻的体现。

那么，为什么祈祷对穆斯林如此重要？
祈祷中到底有什么，使得穆斯林与他人不同？

向真主臣服

事实上，祈祷确实带来改变。穆斯林在祈祷中向真主臣服，承认自己在没有真主的帮助下无能为力，也承认生活中的一切来自真主。

据传，穆罕默德圣人（愿主赐他平安）曾说：区分穆斯林与非穆斯林的标志就是礼拜（即每天五次穆斯林必须履行的祈祷）。

有些穆斯林甚至认为，如果一个人停止每天五次礼拜，那他已经不再是穆斯林。大家都认同：不再礼拜是极其严重的罪行。
那么，让我们先来看真主对穆斯林的要求。

义务礼拜与自愿礼拜

礼拜分为两类：义务礼拜和自愿礼拜。
义务礼拜包括每天的五次礼拜、每周五的聚礼、以及两大节日——开斋节（Eid ul-Fitr）和宰牲节（Eid ul-Adha）的节日礼拜。
自愿礼拜则是真主没有要求、然而穆罕默德先知做过的礼拜。

例如，在义务礼拜之前或之后进行的附加礼拜，正是穆罕默德圣人经常所做的。这些被称为“圣行”（Sunnah）礼拜，因为圣人实践过它。
穆斯林遵循这些礼拜，是出于圣人所说的“你们要像我那样礼拜”，并希望效仿他。
其它的自愿礼拜还包括夜间礼拜（Qiyam al-Lail），也就是夜里独自礼拜。据传，穆圣夜祈时间之久，以致他的脚踝因久站而肿胀。

中沙文化交流中心

一种恩典

我们常常太匆忙地“完成”礼拜，以至于几乎没有意识到自己做了什么。为了履行在特定时间礼拜的义务，我们有时会忽略了礼拜对我们生命本身的意义与祝福。

而这，正是礼拜的本质：是我们生命中的一种祝福。

全能的真主不需要我们的礼拜，也不需要我们来崇拜祂。

事实上，“需要”本身就意味着某种缺失，而真主是完美无限的，祂没有任何缺陷。
所以，真主要求穆斯林每天五次礼拜，必有深意。

这项义务的背后，一定蕴含着对我们自身的益处，能让我们变得更好。否则，真主为何要求我们这样做？

时间的安排

部分答案就在礼拜的时间上。有些刚接触伊斯兰的人会问，能否因为白天太忙，而把所有礼拜留到晚上一次完成？

这个问题本身就暗示着：“五次”这个数字本身有什么特别之处。

事实上，重点不在于次数（虽然我们必须履行五次，这是安拉的命令），而在于礼拜的时间安排。

中沙文化交流中心

穆斯林每天五次祈祷：

清晨（晨礼 Fajr），在天色未亮时开始新的一天；
正午（晌礼 Dhuhr），在太阳到达最高点；
下午（晡礼 Asr），在工作进行中；
傍晚（昏礼 Maghrib），太阳刚落山；
夜晚（宵礼 Isha），进入夜晚。
这五次礼拜贯穿了人一天的清醒时段，剩下的时间则用来休息。

记念真主，沉静心灵

换句话说，真主为我们安排的礼拜节奏，涵盖了我们整日的生活。通过在这些特定时间礼拜，穆斯林不断被提醒要记念真主，让他们的一整天都在真主的陪伴中而变得神圣。

当然，和其它事情一样，如果礼拜变成机械性的仪式，它就失去了对生活应有的深刻影响。因此，礼拜前的准备至关重要。

穆斯林不会直接从忙碌的生活跳入礼拜，而是要花时间安静心灵，集中精神，专注当下。
我们都有这样的时刻：比如刚看完一场足球比赛，匆忙去完成礼拜，却很难真正专注于礼拜。

很多人也问：为什么在礼拜时总是分心？
很大原因是因为缺乏准备。礼拜会暴露我们的真实状态。

你在礼拜中所想到的，往往就是你心中最重要的事。如果你整天只想着足球，那么你在礼拜中也很可能还是在想着它。

礼拜的目的，是让我们的心思都朝向真主——不只是礼拜这一刻，而是一整天都如此。

如果我们能认真准备，比如用心完成洗小净（Wudu），那么我们就更有可能以平静和虔诚的状态，站在真主面前。

礼拜会带来改变

礼拜不仅能改变我们自己，
也能改变我们所处的世界。

如果我们认真准备、专注礼拜，就能在其中找到伊斯兰所应许的那份内心平静。

愿真主的意愿如此，当我们认真对待并恰当地履行礼拜时，它会变得如呼吸一样不可或缺，成为我们生命的必需。

www.callingchinese.com

中沙文化交流中心 مركز دعوة الصينيين
٦٦٣٩ الضحاك بن عمرو - المنار - الرياض ١٤٢٢٢ - ٣٢٤٨
المملكة العربية السعودية
الهاتف : ٩٦٦ ١٢٢٧٠٦٠٧+ الجوال : ٩٦٦ ٥٣٤١١٤٤٤٤+
Tel : +966 12270607 Mob : +966 534114444
SA 3680000 341608010039004