

## 主要内容

通往幸福的路

幸福不只是享乐:

不会, 幸福不是在休闲中!!

幸福的道路..., 协调人与自己,  
与生活、宇宙的关系:

幸福之路的标志:

伊斯兰的观点中今世生活幸福的  
因素:

远离幸福之路时的不幸和痛苦:

通往幸福的路

## 通往幸福的路

### 幸福的意义和实质。

幸福这个词是一个众说纷纭的词；有些人认为它是由娱乐、舒适、金钱、地位或者出名带来的感觉，为此许多人穷尽一生多方寻找幸福，是啊…幸福是一种，在感觉到喜悦，羡慕，安宁，舒畅和阳光的时候，人内心中的感受。但是由于人们的秉性，他们的兴趣爱好，甚至生长环境都各不相同，所以有些人觉得幸福是指金钱，或者住房，或者是面子，或者是健康；而有些人则认为幸福是妻子儿女，是工作或者学习。也许还有人会觉得幸福是能跟喜欢的人在一起，或者能摆脱烦恼，或者是灵魂的割舍，或者在帮助穷人弱者当中；但奇怪的是，如果你询问这些人：你是不是真正的感觉幸福呢？答案将会是否定的！！

所以你看，对于幸福的解释人与人不同，一个社会跟了一个社会也不同；甚至有些国家部门设立了幸福奖，称之为国际幸福奖，想以此来了解各民族的幸福指数；给这奖项立了许多等级，开展了不同的调查统计；可最后的结果出乎大家意料的，因为美国民众是最不幸福的；幸福也不是只在于物质方面；大家都知道美国人在生活中所拥有的舒适程度，同时令人奇怪的是尼日利亚人是



### 幸福和安宁的宗教

“我一直问自己：这些穆斯林既贫穷又落后，可为什么他们生活的那么幸福，那么有滋有味的？为什么相对来说那么先进，那么发达，生活的那么奢侈的瑞典人却感觉生活很狭隘，很苦闷。甚至在我的家乡瑞士，我也同样感觉生活得很不幸福；即使瑞士的环境那么好，国家那么发达，生活质量那么高！！面对这一切，我觉得自己需要学习一下东方的宗教，然后我就从印度教开始了，感觉受不了；然后就接触到了伊斯兰，从此它吸引住了我，因为它跟其他所有的宗教不冲突，甚至能接纳所有的人，因为它是所有宗教的封印；随着我对这个宗教的阅读和了解越来越多，我的信仰也越来越坚定。”

罗杰·杜巴克  
瑞士思想家·新闻人士



### 人类的幸福

“不能忘记在慰藉心灵，使人类幸福快乐等方面，当今西方现代工业革命已经以无能而告终；相反它使人类跌入了烦恼和茫然无措的深渊，因为现代科学的发展方向就是趋向于毁灭和腐朽，这种状态离完美的属性很遥远，也无法象伊斯兰那样，承担服务人性的重任。”

奈希姆·苏萨  
伊拉克犹太裔教授



幸福指数最高的。他们虽然过着一贫如洗的生活，但他们却是感觉最幸福的！！

这些都是美国新闻周刊杂志，为世界最幸福的民族，进行的统计结果，主要人口为穆斯林的尼日利亚稳居65个国家之首，其次分别是：墨西哥，委内瑞拉和萨尔瓦多，而让统计者们大吃一惊的是，那些发达国家居然是幸福指数垫底的。还有就是我们经常看到，在调查中大多数美国被询问者都承认幸福和财富没有关系<sup>(1)</sup>，在这建立在资本主义制度上的资产阶级社区内，有这样的答案确实是很奇怪的。美国宗教热促使该杂志继续推进宗教复兴现象的调查<sup>(2)</sup>；并围绕着美国人对幸福追求，通过描述随意的冥想，或者像治疗疲惫心理疾病药剂一样的手段，重新组织一些问题。

你可能会发现许多定义和研究过幸福的人，对于幸福的实质，获得幸福的途径等等还是含糊其词说不清楚的。柏拉图曾把幸福看作是心理的素养（智慧，勇敢，宽恕和公正），他认为一个人只有在他的灵魂回到另一个世界后，才能得到真正的幸福。而亚里士多德则认为幸福是上天的恩赐，由五个要素组成，它们分别是：身体的健康和感官的健全，获得财富及合理的使用，工作顺利能达到期望，健全的理智和正确的信仰，人们的赞誉和好名声。而在心理学中，则把幸福理解为是对生活的程度的反映；高兴情绪发生的比例的反应<sup>(3)</sup>；但是在这么多对幸福的定义之下仍然有问题存在，那就是：幸福是什么？我怎么做才能幸福？幸福仅仅是享受欲望吗？

(1) 新闻周刊阿拉伯语版，2004年8月3日，第58页。

(2) 新闻周刊阿拉伯语版，2005年9月6日。

(3) 《幸福的心理》，迈克尔·艾瑞卡·耶鲁。费萨尔·阿卜杜勒·卡迪尔翻译。

## 幸福不只是享乐：

人往往被不同的欲望驱使着，他不放弃任何享受，总想尝试一下；总认为要想幸福就要成就所有的享受，但是到头来却发现自己离幸福越来越远；因为现实生活中的享受是名目繁多的，形式多样的，但并不是每一种享受都是幸福的。所以人们总是混淆了幸福和享乐的含义。事实上从某些方面来说这两者是密不可分的，而另一方面却又是互不相干的。幸福和享受都能使人心愉悦，从这一点来说两者有共同点；而区别是享受的快感会随着媒介的停顿立马消失，甚至会产生后悔、烦躁等情绪；而幸福则会一直环绕当事人很长时间。

对于幸福和享乐的错误理解有时会发生在个人心理中，然后他就会把每一种享受当做是幸福，比如说出名是一种享受，没有比成为名人，然后人们在茶余饭后对你津津乐道，吹捧你的成就，没有比这更享受的事了，但是有许多名人，富翁，有地位的人或者拥有容貌的人，在拥有这么多的享受之后却仍然是烦恼的，痛苦的，还在跑心理医生寻求解脱；甚至以自杀的方式结束生命，来摆脱心理的痛苦、忧愁和烦恼！！有多少名人自杀了，结束了自己充满烦恼和痛苦的生命！！还有许多人沉迷于性爱，一直在更换性伴侣，但是当你问起他的时候，会发现他已经患上了严重的性病，甚至艾滋！！这种非法的性关系虽然表面看起来很享受，但是它会毁掉家庭，婚姻，会毁灭社会，混乱血缘；观看性爱电影也会带来某种享受，但是那会给心理造成伤害，会破坏神圣的两性关系，会造成对社会的稳定和安宁造成威胁。同样饮食也是一种享受，但是你会发现有些人对事物的贪婪达到了崇拜，或者更严重的程度，奢靡与食肉喝酒，结果却把自己弄成了医生和医院的常客！！

而有些时候，对幸福和享受理解上的错误是来自于某些机构和部门的诱导；因为许多机构想要推广和普及某些享乐的项目，大力的宣传说那就是真正的幸福，其实他们的目的呢就是以此来麻痹人们的头脑，转移他们的视线；比如瘾君子刚开始吸毒时他会体验到某种快

感，然而不幸的是，不久之后他会变成给他提供和贩卖毒品的毒品贩子手中的木偶！

现代的那些广告公司都在想方设法地诱惑人们，想促使人们购买那些货物。他们一直在寻找想推销的货物，或者新的产品！！

那末，幸福并不是说在人得到所有想要的之后，就能得到的感受！要不然最幸福的人将是那些富翁和领导了；所以科学研究和事实证明都否定这一点，这也许是真主在宇宙中完美公平的表现，你没看到许多穷人，普通人的幸福吗！相反你会发现许多富翁的幸福，是由精神上的事物带来的，这方面也许穷人比他拥有的更多！那末，幸福是不是在悠闲舒适的感觉中呢！！

## 不会，幸福不是在休闲中！！

很多人认为幸福就意味着休闲舒适的生活，并追求这种生活，可是他所得到的往往是更多的忧愁、伤心、孤独和不幸，而忘记了让他感觉幸福的，却是让他疲惫不堪的，甚至有时艰难的感受恰恰是幸福的。比方说，你被迫跳进井里，去救一个掉到井里的孩子；那时你是幸福的，尽管身体在跳下去的时候，遭受到了许多伤痕，和痛苦；同样那些学者，或者说科学家们在学习的过程中忍受的困难，给他们带来了幸福，是他们获得了高尚的地位，遭受的困难即使再多，这时候他们也早忘记了！同样你看到数学家，幸福地进行着数学研究，而忘记了流淌的汗水；那些服务弱者，为有需求的人奔波的人也一样，即使付出的再多，他也会是幸福的；还有为贫民和穷人做慈善的人，付出了自己的休闲时间，和心爱的财务，他们所追求的无非就是幸福罢了。

那末，这些对幸福的反证，不同的看法，繁多的定义的结果就是，人仍然要继续对幸福的含义研究，继续寻找获得真正幸福的方式了。

### 无法承受生活

“在自杀前，她写下了最后一封信，在信中说：‘无法承受生活的压力！请你们原谅我。’”

戴丽达  
世界著名歌唱家





## 1. 人生观：

### 人是由什么物质构成的？

真主说：“他创造了你们，先用泥土，继用精液，继用血块，然后使你们出生为婴儿，然后让你们成年，然后让你们变成老人——你们中有夭折的——然后，让你们活到一个定期，以便你们明理。”（赦宥者章67）

是啊，人的来源是土和低贱的精液，归宿是腐朽的死尸。在这中间他不过是承载着满腹的粪便，排出的都是些脏物，除此之外还在违背他的主宰，他可真是孤恩的！！真主说：“（17）该死的人！他是何等的忘恩！（18）真主曾用什么创造他的呢？（19）是用精液。他曾创造他，并预定他发育的程序。（20）然后，他使他的道路平易。（21）然后，他使他死，并安葬他。

（22）然后，当他意欲的时候，他使他复活。”

（皱眉章17—22）

即便这样，他还是被优待的，被凌驾于所有被造物之上，真主曾命令众天使为人祖阿丹叩头，还为人类而制服了大地和动物，赋予了人类理智，使人类有能力创造奇迹，真主说：“我确已优待阿丹的后裔，而使他们在陆上或海上都有所骑乘，我以佳美的食物供给他们，我使他们大大地超过我所创造的许多人。”（夜行章70）

那末，理解人的实质，就必须通过权衡和理解这两个事实，由此而得到的心理平衡，最终坚信所有人所成就的象荣誉、尊贵、金钱、学识等等，都只是真主赐予他的恩惠，真主说：

“凡你们所享受的恩惠都是从真主降下的。然后，当你们遭难的时候，你们只向他祈祷。”

（蜜蜂章53）

而人的实质呢，无非就是一团肉和骨头，由于有了灵魂才有了尊严，所以就必须用有益的知识 and 善功来熏陶和历练自己的灵魂。而且虽然人很软弱，很无能，真主仍然优待他，让他肩负了周围世界中万物没能担负的使命。真主说：“我确已将重任信托天地和山岳，但他们不肯承担它，它们畏惧它，而人却承担了一——人确是不义的，确是无知的。”（同盟军章72）

然后如果人的信仰中缺少了这两个事实之间的平衡，要么他会偏向于第一个现实；只把自己看成是一个肮脏的，充满欲望的肉体，没有目标也没有追求，仅仅是像动物一样争取自己的口腹之快，作践自己，真主说：“不信道的人们，在今世的享受，是象畜牲样饮食，火狱是他们的归宿。”

（穆罕默德章12）

要么，他就会过分的执迷于第二种思想事实，以至于骄傲自大，自命不凡，忘掉了自己将要回归真主的事实。真主说：

“（6）绝不然，人确是悖逆的，（7）因为他自认为是无求的。（8）万物必定只归于你的主。”

（血块章6, 7, 8）

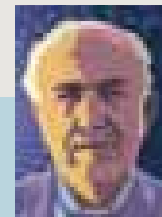
所以人应该认识到自身，调节自己；因为使人烦恼不幸的最主要的因素就是，找不到自我，不知道在社会中自己的位置，不认识自己是谁，不知道自己的地位，自己能提供什么？



### 充分的答复

“通过接触伊斯兰的教导，人能发现自己人性的一面，真正的人格，能了解自己的本质。伊斯兰是唯一一个宗教，对那些使人困惑的疑问，它能提供使人信服的解答。”

萝丝·玛丽哈威  
英国记者



### 你要认识到自己的潜力

“当初，尽管人们觉得他很不起眼，工作也很少，甚至曾被学校劝退，但是他认为自己在发明，在创新；最后他给世界带来了光明，做出了巨大的贡献；关键是人要调整自己，使自己幸福，要认识到自己的位置和能力。”

爱迪生

## 为什么被创造的？

清高伟大的真主创造了这所有的一切，他的创造不是徒然的，也不是荒谬的。真主说：“（115）难道你们以为我只是徒然的创造了你们，而你们不被召归我吗？（116）尊哉真主——真实的君主。除他之外，绝无应受崇拜的。他是高贵的宝座之主。

“（信士章115, 116）

他创造这一切，只是为了崇拜他，以全面的涵盖着生活，涵盖着工作、娱乐、等等各方面的全面意义的崇拜，而不仅仅只是特定的宗教仪式。真主说：“我创造精灵和人类，只为要他们崇拜我。”（播种者章56）

不了解这一点的人，就要一直遭受这无知的折磨，长期处在怀疑和迷茫的状态下，不幸地生活着，在他看来崇拜和幸福无关，崇拜也和今世生活无关，现实和来世无关；可真主为了人类制服了天地间的一切，真主说：“他为你们而制服天地万物，对于能思维的民众，此中确有许多迹象。”（屈膝章13）

人还应该明白自己是由主人委派的，在这大地上的代治者，为了完成真理的主对他的考验，是他掌握着人的一切，真主说：“他以你们为大地的代治者，并使你们中的一部分人超越另一部分人若干级，以便他考验你们如何享受他赏赐你们的恩典。你的主确是刑罚神速的，他确是至赦的，确是至慈的。”（牲畜章165）

## 2. 生活观：

在了解自己存在的缘由之后，还应该试着思考一下，和自己息息相关的生命的究竟；因为所有现实的享受和快乐，都是建立在生命的基础上的，有生命才能期望获得自己所爱好的和喜欢的东西，那末，活着的目的又是什么呢？而创造死亡和生命的目的就是考验人们，谁工作的更好？真主说：“他曾创造了死生，以便他考验你们谁的作为是最优美的。他是万能的，赦宥的。”

（国权章2）

那就是事实，但人们大半不知道！！是的，这就是今世的奥秘，真主说：“今世的生活，就象是从云中降下雨水，地里的禾苗，一即人和牲畜所吃的东西一就因之而繁茂起来。直到田地穿上盛装，打扮的很美丽，而农夫猜想自己可以获得丰收的时候，我的命令在黑夜或白昼降临那些田地，我使五谷只留下茬儿，仿佛新近没有种过庄稼一样。我为能思维的民众这样解释许多迹象。”（优努斯章24）

真主说：“你为他们打一个比方：今世的生活，犹如我从云中降下雨水，植物得雨，就蓬勃生长，继而零落，随风飘散。真主对于万事是全能的。”（山洞章45）

所以我们的生活其实是一个过程，它不是归宿，就像是一个通往后世的桥梁，死亡也不是生命的结束，死后还有一个真正的永久的生活；所以今世的生活仅仅是娱乐、正如真主说的那样：“你们应当知道：今世生活，只是游戏、娱乐、点缀、矜夸，以财产和子孙的富庶相争胜；譬如时雨，使田地滋长，农夫见了非常高兴，嗣后，田苗枯槁，你看它变成黄色的，继而零落。在后世，有严厉的刑罚，也有从真主发出的赦宥和喜悦；今世生活，只是欺骗人的享受。”（铁章20）

这节经文对今世生活的描述是，一幅屑微的，微不足道，下贱的画面，但它却和后世有着非常紧密的关系；所以如果用生活的标准来衡量它，来比较它的时候，它看起来，或者感觉它是一个非常重大惊人的事情；但是当你用宇宙万物的标准，用后世的事物来衡量的话，这个生活却显得微不足道了，而且只是娱乐、无聊、装饰、拼爹和攀比；这就是表面看起来人人为之跑断肝肠，费神操心的生活背后的真理，是啊，这就是今世生活的现实，只有深入地了解之后，心灵才能感受到；《古兰经》要求的既不是完全抛起生活，使自己孤立与社会之外；也不是没有限度的重视和完全的追求现实的生活；《古兰经》要求的是更正和调整感觉的标准，心理的价值观，不屑于享受的诱惑，摆脱大地的束缚；生活只是一条能让万物通向后世的桥梁，它很短暂，会很快地消逝，比较永久的后世生活来说，根本不值一提；同时永久的后世生活确是直接受到，在现实生活中当事人现状影响的，因为那是考验的过程，他在生活中遇到的，所有的享受、诱惑，或者灾难、困苦等等，这些都是削小的，会立马烟消云散的。而今世生活中所有的言行举止，都将作为评判最终永久结局的砝码；或者说，活着就是为做好准备，看死后坟墓中你能提供点什么呢？真主说：“你们确已孤孤单单地来见我，犹如我初次创造你们的时候一样。你们把我所赏赐你们的，抛弃在背后，你们妄称为真主的伙伴的，我不见他们同你们一道来替你们说情；你们的关系，确已断绝；你们所妄言的事，确已回避你们了。”（牲畜章94）

然而，大多数人对于这点是疏忽的，如真主说的那样：

“他们只知道今世生活的表面，他们对于后世，是疏忽的”（罗马人章7）



还有些人喜欢今世生活，而不希望见真主，真主说：“（7）不希望与我相会，只愿永享今世生活，而且安然享受的人，以及忽视我的种种迹象的人，（8）他们将以自己的营谋而以火狱为归宿。”（优努斯章7,8）。

更有甚者选择了今世生活，真主说：“（37）悖逆（38）而且选择今世生活的人，（39）火狱必为他的归宿。（40）至于怕站在主的御前受审问，并戒除私欲的人，（41）乐园必为他的归宿。”（急掣的章37—41）。

那是因为，他们把他们的宗教当做了游戏和娱乐，而且今世生活欺骗了他们，真主说：“曾以宗教为娱乐和嬉戏，而且为尘世所欺骗者，我今天忘记他们，因为他们曾忘记有今日之相遇，还因为他们否认我的迹象。”（高处章51）

还因为他们想在正教之中寻求偏斜，真主说：“他们宁要今世，而不要后世，并阻碍真主的大道，而且想在其中寻求偏邪道，这等人是在深深的迷误之中的。”（易卜拉欣章3）

但这些并不意味着，人要轻视今世生活，放弃用知识和工作来建设大地的使命，进行苦修式的生活，或者直接等死。绝不是这样的，相反最好的方式是象真主所说的那样，看待今世生活。真主说：“你应当借真主赏赐你的财富而营谋后世的住宅，你不要忘却你在今世的定分。你当以善待人，象真主以善待你一样。你不要在地方上摆弄是非，真主确是不爱摆弄是非者”（故事章77）

真主说：“你们所受赐的，无论什么，都是今世生活的给养和装饰，在真主那里的【报酬】是更优良的，是更长久的。难道你们不理解吗？”（故事章60）

透过这全面的人生观，对人来说生活会变成无价的宝藏，他只需悉心的进行投资就行了；因为本质上今世生活无非就是，可以通往永久幸福的一座桥梁而已；而今世生活中的繁华和各种的享受，也不过过眼烟云，是迷惑人的享受和装饰而已，真主说：“迷惑世人的，是令人爱好的事物，如妻子、儿女、金银、宝藏、骏马、牲畜、禾稼等。这些是今世生活的享受；而真主那里，却有优美的归宿。”

（仪姆兰的家属章14）

真主说：“财产和后嗣是今世生活的装饰；常存的善功，在你的主看来，是报酬更好的，是希望更大的。”（山洞章46）





## 你问吧，《古兰经》会给你答案

“我学习了《古兰经》，发现其中所有生活问题的答案。”

迈克·泰森  
世界拳击冠军

如果人很好地利用了今世的生活的话，生活中的享受本身也不是受厌恶的，真主说：“你说：‘真主为他的臣民而创造的服饰和佳美的食物，谁能禁止他们去享受呢？’你说：‘那些物品为信道者在今世所共有，在复活日所独享的。’我为有知识的民众这样解释一切迹象。”（高处章32）

穆斯林由于对生活的正确理解，在生活中面对各种的享受时，步伐坚定，坚信所拥有的一切都不是长久的，他在享受生活时不会过分，同时从心底就信仰自己在今世中所拥有只是一片浮云，不会放在心上，有什么损失，或者遭到什么灾难，他都会淡然处之，不会纠缠不休，更不会绝望；真主

说：“（22）大地上所有的灾难，和你们自己所遭的祸患，在我创造那些祸患之前，无不记录在天经中，这事对于真主确是容易的，（23）以免你们为自己所丧失的而悲伤，为他所赏赐你们的而狂喜。真主是不喜爱一切傲慢者、矜夸者的。”（铁章22，23）

为此，他在享用这些生活的乐事、佳美的食物和装饰的同时，还能得到真主的报酬，在他看来今世和后世是息息相关的；肉体的快乐和灵魂的安宁是密不可分的；生活的享受，只有在内心喜悦和安宁的时候才是幸福的。

## 3. 宇宙观：

穆斯林对万物的理解中第三个要点，就是对宇宙的看法；就是包括所有一切物质的宇宙，他会先从真主的言辞开始思考：“你说：‘你们要观察天地之间的森罗万象。一切迹象和警告者，对于那些不信道的民众是毫无裨益的。’”（优努斯章101）

然后再继续学习其他10节经文，指示他去思考真主的造化，参悟万物的奥秘；从而得出和前面对于万物和生命的看法一样的观念，会发现对于宇宙的理解，也需要通过理解两个相辅相

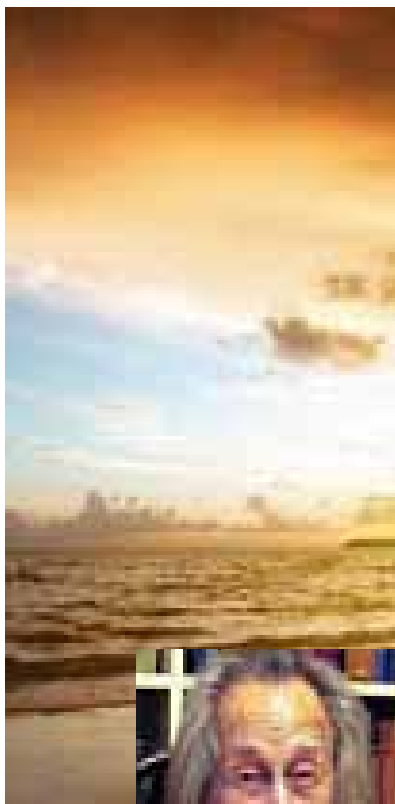
成的真理：

第一：真主为了人类制服了宇宙中多数的事物；因为使人类优越于万物，不仅仅是局限在赋予部分优点之上，而是扩展到为了服务人类，落实人的享受而制服万物中；真主说：“难道你们不知道吗？真主曾为你们制服天地间的一切，他博施你们表里的恩惠。有人争论真主的德性，但他们即无知识，又无向导，且无灿烂的经典。”（鲁格曼章20）

真主说：“他为你而制服了昼夜和日月，群星都是因他的意旨而被制服的；对于能理解的民众，此中确有许多迹象。”（蜜蜂章12）

真主说：“他为你而使大地平稳，你们应当在大地的各方行走，应当吃他的给养，你们复活后，只归于他。”（国权章15）





### 人性的宗教

“在伊斯兰，我找回了迷失已久的自我，在加入伊斯兰之后，我第一次感觉自己是一个人；它是一个可以让人回归自我，回归天性的宗教，因为它就是人的天性。”

马丁·林格斯  
英国思想家

他将看到在许多经文中有明确的证据，证明为人类而制服万物，使人有能力调动万物；这就是奇妙的暗示，他必须要和这宇宙万物协调，其中隐含着禁令，禁止人们在遇到灾难或者困难的时候焦虑不安；因为自然规律不会一直顺着软弱的人类，人也不必一直和自然规律作斗争，一直想着要征服它。

而第二个真理就是：宇宙中人还没有发现所有的秘密，尽管真主为人类制服了万物，但是还有部分物质是人类所无法得知的，或者说是超出人的理解范围的，因为宇宙中还有天使，精灵，以及其他一些物质，远在人人的认知范围之外，甚至人都不知道其存在与否，在宇宙中人的存在就像是沧海一粟，在这伟大宽广的宇宙之中是不值一提的。

理解了这两点真理之后，穆斯林对自己周围宇宙的观念就完善了；因为他明确了自己在所有的物体之间，自己独特的地位，真主使他成为了万物的中心，为他而制服了其他所有的事物；同时他也很清楚自己的渺小，明白不管自己的能力有多强大，有多发达，但是总会有一些无法突破的障碍，限制着他，提醒着他。

而人与自己周围其他人的关系，则是在高贵的品味和完善的礼节的约束之下巩固的，因为人要是跟周围人的关系混乱无序的话，他的生活就会陷

入不幸、疲惫、烦恼不堪的局面，因为相互之间的关系不是平衡的，也不是巩固的，相反他们的关系只是自私自利、怀恨嫉妒、勾心斗角…，这些情绪把人变得无从幸福，无法喜悦；使人变得焦虑不堪，神情紧张，长期处在神情恍惚的状态下，他在这种情况下，怎么可能会心情舒畅和幸福呢？真主说：“（34）善恶不是一样的，你应当以最优美的品行去对付恶劣的品行，那末，与你相仇者，忽然间会变得亲如密友。（35）唯坚忍者，获此美德，唯有大福分者，获此美德。”（奉绥来特章34,35）

而一个人要是以权益和义务平衡的原则，组织他的生活和人际关系，在争取自己的权益的同时，尽到应尽的义务，还能原谅反对自己的人，这时这个人绝对是个幸福的，他会以最高尚的友谊和兄弟人士交往，因为友谊就意味着喜爱，亲密和向往，而这恰恰是人类生来就有的天性。



### 尊严和道德的宗教

“我选择了伊斯兰，就因为我能在其中感觉到安宁和祥和，是的，我信仰了伊斯兰；因为我感觉，我确信自己信仰的是一个不区分肉体 and 灵魂，不分离心灵和身体的宗教；作为纯洁的宗教伊斯兰足够了，它能提高人的道德，能使人趋向于人性的尊严，它重视人的尊严；为此，我作证万物非主，唯有真主，我作证，穆罕默德是他的仆人，他的使者，我还将以这信念去见我的主。”

阿尔弗莱·德·缪塞  
法国思想家





## 幸福的道路…，协调人与自己，与生活、宇宙的关系：

有了这信仰，人才能协调好和创造者，和自身，和周围宇宙的关系；因为首先他明白自己有义务去崇拜伟大的真主，去履行所有的任务；其次还明白作为受到真主的优待，为他而制服了万物的人类，自己的价值和地位，清楚自己被生在这大地上，就是为了在返回天堂之前，经历一次重大的考验；肩负着建设大地的使命，真主说：

“他用地上的土创造你们，并使你们在大地上居住，故你们应当向他求饶，然后归依他。我的主确是邻近的，确是有求必应的。”  
(呼德章61)

他还有义务锻炼自己，在法律的框架内，在需要的范围内享受生活；如果我们拥有了对创造者，对自己，对宇宙的完善的理解和观念，那末，现

在我们就应该扪心自问，自己实践这份信仰的程度，把这份信仰体现在实际行动中的结果；了解到这结果之后，自然而然就得出了结论，那就是真正的两世—今世和后世—的幸福，事关真主的喜悦，服从他的所有命令，严守他的法度…，幸福是真正地平衡肉体需求和灵魂需要；协调个人利益和社会利益；以建设后世的信念来建设今世。今世生活的幸福，不管有多强烈，它都是欠缺的，不完美的；因为今世这世界本身就是奋斗的过程，是工作和考验的阶段；死后的世界是清算和结果的世界，获得成功的人将会得到完美的永远的幸福。真主说：

“（21）他们的主以自己的慈恩、喜悦和乐园向他们报喜，他们将在乐园里享受永恒的恩泽，（22）而永居其中。在真主那里确有重大的报酬。”（忏悔章21，22）

人类要想幸福，想享受安宁，想在今世后世中过优美的生活，那就必须要有信仰和善功，真主说：“凡行善的男女信士，我誓必要使他们过一种美满的生活，我誓必要以他们所行的最大善功报酬他们。”  
(蜜蜂章97)

### 伊斯兰的恩惠

“生活中人所能享受的所有恩惠中，没有比真主为伊斯兰而开阔其心胸更伟大的；因为他会追随伊斯兰的光明，他能明白今世后世的所有真谛，然后他就能分辨真伪，能区分幸福之路，和不幸的路；我要为真主而俯身叩首，要感谢他给与我这重大的恩惠，使我的内心充满了真正的幸福；使我有机会能底荫于这伟大的，枝繁叶茂，硕果累累的保护伞之下，那就是伊斯兰家庭，和伊斯兰兄弟情。”

玛丽希拉·迈克·艾吉鲁  
英国演员





## 信仰和心理健康

“在过去三十年里，我接受过许多来自世界发达国家的人，有几百位病人接受过我的治疗；我发现所有中年人的心理问题，从根源上来说，都是由于缺乏信仰，或者是由于他们放弃了宗教；可以说这样说：这些人，每一位病人都成了疾病的猎物；因为他丧失了宗教带给心灵的安宁；这些人只有在重新拥有了信仰，重新在生活中恪守了宗教的命令和禁戒之后，才能获得真正的痊愈。”

卡尔·荣格  
著名心理医生

## 幸福之路的标志：

要了解真正的幸福之路，或者说信仰真主的道路，我们就应该明白这条路的标志，那样我们才能踏踏实实的在幸福之路上走下去：

### 1. 那是真主的道路：

真主说：“这确是我的正路，故你们当遵循它；你们不要遵循邪路，以免那些邪路使你们离开真主的大道。他将这些事嘱咐你们，以便你们敬畏。”（牲畜章153）

所以说幸福的路就是真主的教导，是他对仆人的嘱咐——他最了解人的利益——；同样，不幸的人就是放弃了真主的康庄大道，指望能在人为的，纷乱的羊肠小道中寻求幸福的人；当然了除了真主的大道，永远不会有其他的道路能通向幸福。真主说：“（123）如果正道从我降临你们，那末，谁遵循我的正道，谁不会迷误，也不会倒霉；（124）谁违背我的教诲，谁必过窘迫的生活，复活日我使他在盲目的情况下被集合。”（塔哈章123, 124）

那末，幸福是属于走上了正道，跟随了教诲的人；而窘迫的生活则是属于悖逆的人，即使表面看来他是名人，或者是明星之类的也罢；窘迫：就是今世后世生活中的不幸和狭隘。它是集灵魂的幸福，和肉体的幸福于一体的道路：

众所周知，人是灵魂和肉体的结合体，两者都需要食粮；而其他一些哲

学思想体系只重视灵魂，而忽视肉体的需求；同时，颓废堕落，颠倒黑白的现代唯物主义抹杀了灵魂，给与了肉体所有的欲望；从而，很大一部分人性的东西变成了动物性的欲望和享受！或者说有灵魂的人变成了死气沉沉的机器；而伊斯兰的道路，用天启的甘霖滋润着灵魂，同时也重视肉体，用佳美的合法的给养，满足肉体的需求和欲望：“你应当借真主赏赐你的财富而营谋后世的住宅，你不要忘却你在今世的定分。你当以善待人，象真主以善待你一样。你不要在地方上摆弄是非，真主确是不爱摆弄是非者。”（故事章77）

因为使者（真主赐福他）强调和肯定了，萨拉曼·法里斯（真主喜悦他）的话：‘你有义务敬拜真主，有义务善待自己，有义务善待家人，你当善待所有有义务善待的人。’（布哈里的传述）

### 2. 它是幸福的，义无反顾的道路：

品尝到信仰的甜味的人，就永远放弃不了信仰，即使把刀架在脖子上也罢；就像法老王的魔术师们一样，当他们信仰，走上了幸福之路之后，不管法老王怎么样威胁他们，象《古兰经》中描述法老王的话那样：“所以我誓必交互着砍掉你们的手和脚，我誓必把你们钉死在椰枣树干上，你们必定知道我们俩谁的刑罚更严厉，更长久。”（塔哈章71）

他们却坚定地回答说：“他们说：‘我们决不愿挑选你而抛弃已降临我们的明证和创造我们的主宰。你要怎么办就怎么办吧！你只能在今世生活中任意而为。’”（塔哈章72）

他们之所以能在信仰后片刻间就能这么坚定，就是因为他们尝到了这信仰的甜味，就是这信仰使他们

## 慰藉心灵的解答

“在伊斯兰教教导中我找到了，能医治灵魂和物质的疑难杂症的解答；我知道了有义务满足身体的需求，灵魂也一样；在伊斯兰的观念中，身体的需求是人的自然规律，应该满足它，那样人才能活的健康，才能有成果；但是伊斯兰同时又制定了许多规则，要求满足身体的需求必须要在健康的，能带给心灵喜悦，能让人服从真主的命令的基础之上；比方说结婚，在伊斯兰看来，结婚是唯一一个合法解决两性需求的途径，然后礼拜、斋戒、等等崇拜真主、信仰真主是解决人类灵魂需求的途径。这样人才能获得过人性化有尊严的生活，所必需的平衡。”

萝丝·玛丽哈威  
英国记者

拥有了对自己的主张，自己的决定，更多的坚定和信念，哪怕在受到死亡威胁的时候。

### 3. 幸福是心灵的安宁和安定：

没有心灵的安宁，就没有幸福，而没有信仰就不可能有心灵的安宁，真主说：

“他曾将镇静降在信使们的心中，以便他们信念上加信念——天地的军队，只是真主的，真主是全知的，是至睿的——”（胜利章4）

从两方面来说，信仰能带来幸福；第一，它会阻止人沉迷于丑事和罪恶中，而那是导致人不幸和痛苦的最主要的因素之一，因为如果人的心灵是空虚的话，谁能保证他不会过分的追求欲望和嗜好，从而导致自己受伤？第二，它能带来幸福的最主要的先决条件，那就是安宁和安静；因为在烦恼和危难的浪涛里，只有信仰能稳定人心；没有信仰，人会面对更多使人害怕和担忧的因素；有了信仰，除了害怕立于真主御前受审之外，还有什么可担心的呢？

有信仰的心灵能面对任何困难，因为它是依托真主的；空虚的心灵，就像是一片飘落的树叶，随风四处飘零；你认为，对人来说有什么比死亡，离开这个世界更害怕的呢？但这对信士来说确实不是什么让人害怕的因素，相反那是安宁的因素，因为对于一个心中充满了信仰和虔诚的人来说，死亡是回归真主的一道门槛！！

信仰的确能带给人安宁和镇静的感觉；然后信士将心神宁静地走在主道上；因为真实的信仰能经常带给他，在任何时候对真主的援助，对于真主的保护的希望。他会经常感觉到，真主每时

每刻都和他在一起。真主说：“真主确实是和信士们在一起的”（战利品章19）

所以不管信士遇到什么样的烦恼，面对什么样的磨难，有真主的经典，和他的光明灿烂的言辞，足够排除他心里的担忧，身体的痛苦；足够使他的害怕变成安宁和祥和，不幸和痛苦转变为幸福和舒适；所以，真主引导人们，去落实心灵的安宁和灵魂的幸福，这可是其他任何感觉所不能比拟的，即使拥有所有今世的宝藏，和一切的一切也罢。

### 4. 它是从今世到乐园的幸福之旅：

大家都知道，人的一生要经历三个阶段：今世的生活，死后坟墓中的生活，还有复活之后的生活；而幸福之路则是要经历这所有的阶段；对于今世中的生活，真主说：“凡行善的男女信士，我誓必要使他们过一种美满的生活，我誓必要以他们所行的最大善功报酬他们。”（蜜蜂章97）

意思就是：我必定要使他们在今世中过上幸福安宁的生活，那怕他拥有少量的财产也罢；那种幸福是内心愉悦，情愿和知足，是灵魂和心灵内在的愉快，内在的安宁，对真主的坚信，对他的依赖，对他的信托；而信士在坟墓中的幸福，正如再由艾布·胡来尔的传述的圣训中说的那样，真主的使者（真主赐福他）说：“信士在坟墓中，确是处在绿色的花园中，他的坟墓会为他而加宽70尺，会变得很光明，象十五的月亮一样明亮。”（阿里巴尼确定这段圣训为正确）；关于复活之后的幸福，真主说：“至于幸福的，将进入乐园，而永居其中，天长地久，除非你的主所意欲的。那是不断的赏赐。”

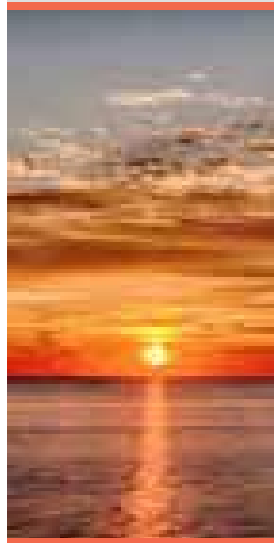
（呼德章108）

### 安宁的大地



“每当穆斯林深刻的阅读《古兰经》，真实地完成伊斯兰的功修时，他就踏上了伊斯兰之旅的安宁的土地，他搭上了稳定和心神宁静的列车，从此远离了恶魔的教唆。”

卡修斯·克莱（拳王穆罕默德阿里成名前的名字）  
美国拳击手



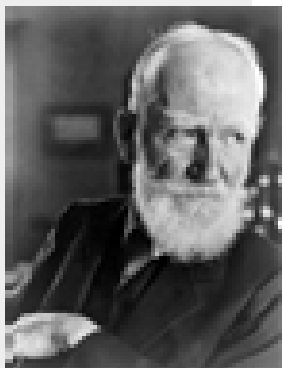
### 信仰和不安是互不相容的

“翻天覆地的大浪是永远不会搅乱海底深处的平静，也不会打扰海底的幽静；同样，有着真正对真主，深厚地信仰的人，是心理平衡的，他绝不会心神不宁，面对生活中可能遇到的任何艰难困苦，都是坦然相对的。”

威廉姆·詹姆斯  
美国哲学家



## 现实和后世的 宗教



“有学识的人会天性的偏向伊斯兰，因为它是唯一的，平等看待今世和后世事物的宗教。”

萧伯纳  
英国作家



他们既获得了今世的幸福，又得到了后世中永不间断的赏赐。

所以说伊斯兰带来了永久的幸福，人类在今天现实生活中的幸福，以及后世中永久的幸福，真主的赏赐是更优美的，是更长久的；真主使两世的幸福成为了息息相关的，相互关联的，同时又互不争执，相互不冲突的；因为今世它就是通往后世，通往复活之日最重大的幸福的道路，那其实是同一条路，是今世和后世中永久幸福的路，真主说：“谁欲享今世的报酬，【你就告诉谁】，真主那里有今世和后世的报酬。真主确是全聪的，是全明的。”（妇女章134）

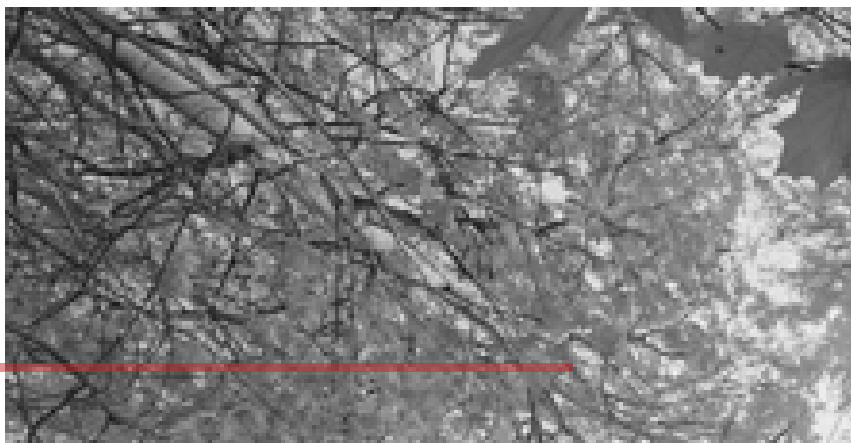
## 伊斯兰的观点中今世生活幸福的因素：

用伊斯兰的方式生活，就能获得许多使人幸福的因素：

### 1. 信主独一的幸福：

比较信主独一所带来的安宁和祥和，生活中没有其他任何的幸福和安详可言，真主说：“确信真主，而未以不义混淆其信德的人，不畏惧刑罚，而且是遵循正道的。”

（牲畜章82）



那末，以信主独一的程度，以今世和后世生活中获得安宁和幸福的程度，真主会解开信士的心结，使他快乐；而以物配主——求真主保佑我们免遭此种罪孽——会带给人不幸和心灵的窘迫，就好像他在登天一样，真主说：“真主欲使谁遵循正道，就使谁的心胸为伊斯兰而敞开；真主欲使谁误入迷途，就使谁的心胸狭隘，【要他信道】，难如登天。真主这样以刑罚加于不信道的人。”

（牲畜章125）

两类人不一样，真主为伊斯兰而开阔了心胸的人，处在来自于养育之主的光明之中；而生活在黑暗中，远离真主的教诲，并以物配主的人，他心胸狭隘，陷入了明显的迷误之中，真主说：“真主为伊斯兰而开拓其胸襟，故能接受主的光明者，难道跟胸襟狭隘的人一样吗？悲哉为记忆真主而心硬者，这等人是在明显的迷雾中的。”（队伍章22）

一个人原本像死人一样处在偶像崇拜的黑暗中，然后真主赐予他恩惠和怜悯，并引导了他，这个人难道和沉浸在多神崇拜的重重黑暗中，无法跳出黑暗的包围的人一样吗？真主说：“一个人，原是死的，但我使他复活，并给他一道光明，带着在人间行走，难道他与那在重重黑暗中绝不走入光明的人是一样的吗？不信道的人，这样为他们的行为所迷惑。”（牲畜章122）



## 简单的信条

“伊斯兰信仰是单一的，简单的信条，它能在任何恐慌和担忧的情况下，让有信仰的人渡过难关，能带给每个人心灵的安宁，而且信仰的大门一直是为每个人而大开的，任何人不能以种族或者肤色的原因阻止别人，在这人人平等的基础上，每个人都能在这天启信仰的荫影下，找到属于自己的位置。一个人的尊贵与否只能以虔诚来定，对养育全世界真主的敬畏。”

纳兹米·路加  
埃及哲学家，思想家





## 真正的安宁

“我能感受到穆斯林在礼拜时的感觉，甜蜜的和谐，快乐的兴奋；那是所有我觉得很享受的感觉；同时我孩子们也在安宁和谐的环境中。除此之外，我还想要什么呢？”

劳伦·布斯  
英国人权主义者

## 2. 纪念真主，和他交谈，接近他：

人类要是偏离了真主的道路，不管他得到多少今世生活中的浮华点缀，拥有了多少物质享受，他绝不会获得幸福的；因为人只有在依赖真主，在纪念真主的庇荫，在托靠真主的芬芳下，才能获得心灵的安宁。真主说：“他们信道，他们的心境因记忆真主而安静，真的，一切心境因记忆真主而安静。”（雷霆章28）

那是因为：（心里有些纷乱，只有对真主的向往才能收拢它；心里有些孤独，只有在幽静孤独的时候对真主的依恋才能抚慰它；心里有忧伤，只有认识真主，和对真主真实的信仰，才能使它快乐；心里有担忧，只有托靠真主，对他的敬畏才能使它安静，心里有悔恨的火焰，只有喜悦他的命令，他的禁戒，他的判决，和对他的前定的坚持和执着；心里有迫切

需求，只有在真主成为唯一的追求之后，它才会满足；心里有贫穷，只有对真主的喜爱，向他忏悔，长期纪念他，为他而虔诚敬拜才能使它富足；除此之外，就是把整个世界所有的财富都给予他，也永远不能使它满足。）<sup>(1)</sup>

## 3. 善功：

真主说：“信道而且行善者，得享幸福和优美的归宿。”

（雷霆章29）

从心底深处信仰真主，信仰他的天使，经典，使者和末日，而且以善功证实了信仰，以心理的功修，象喜爱真主，敬畏他，指望他的恩赐等等；以身体的功修，象礼拜，斋戒等等；像这样的信士们拥有完全的舒适，完美的安宁；那是由于他们所获得的真主的喜悦，和今世后世中真主的善待；所以我们就要在信仰的同时加强善功；真主说：“信道的人、犹太教徒、拜星教徒、基督教徒，凡确信真主和末日，并且行善的人，将来必定没有恐惧，也不忧愁。”（筵席章69）

(1) 《行道者的天梯》，作者伊布奴力·盖木，743页

我们先知（真主赐福他）的休闲和快乐就在他开始礼拜，做功课的时候，他常说：“比俩里啊，为礼拜做召唤词，让我们享受礼拜。”

（艾布·达伍德的传述）

## 4. 赠送和给予是幸福的奥秘：

这是个被证实的，无可厚非的事实，因为我们都知道善待别人的人是人们当中最幸福的，最受人爱戴的。真主说：“你们绝不能获得全善，直到你们分舍自己所爱的事物。你们所施舍的，无论是什么，确是真主所知道的。”（仪姆兰的家属章92）

给予有很多种形式；的确真主把施舍财物作为伊斯兰五个支柱之一；他规定富裕的人必须交出天课给穷人；真主还要求，这种赠与必须是心甘情愿的，虔诚为真主而举意奉献自己所喜爱的，而不能向接受者夸耀和骄矜，真主说：“信道的人们啊！你们不要责备受施的人和损害他，而使你们的施舍变为无效。”（黄牛章264）

真主还扩大了赠与的范围，给予不仅仅是以金钱的方式，还包括食物，时间或者体力工作等，真主说：“（8）他们为喜爱真主而赈济贫民、孤儿、俘虏。（9）‘我们只为爱戴真主而赈济你们，我们不望你们的报酬和感谢。’”（人章8，9）

甚至包括那怕一个笑脸，使者（真主赐福他）说：“对你兄弟的一个微笑，也是你的一次施舍”，他说：“谁帮助他的兄弟，真主就会帮助他；谁替穆斯林解除了一个困难，在复生日，真主就会为他解除一个磨难；谁保护了穆斯林的名誉，在复生日，真主就会保护他的名誉”（艾布·达伍德的传述）。无疑这种施舍会带给人今世的幸福；但是为了今世的利益，或者为了炫耀，为了骄矜而施舍，而沽名钓誉的人，是得不到任何幸福的。



## 5. 对真主的依托是幸福的关键：

人往往会感觉很无助，对某些事无能为力；然后他就会寻求，或者投奔有能力的人，依托他，向他寻求援助；然后有谁比真主更强大，更有能力？！所以说幸福的关键就是托靠真主，他是强有力的，全能的，他掌握天空大地的王权，为所欲为的，他意欲一件事，就说：‘有’，它就有了。真主说：“当他欲造化任何事物的时候，他的事情只是说声：‘有’，它就有了。”（雅辛章82）

为此，清高的真主命令人们，去依托独一无偶的他，真主说：“你们只应该信托真主，如果你们是信士的话”（筵席章23）

除此之外，人还有什么保障呢，真主足为受托者。

“你当信托真主，真主足为受托者”（妇女章81）

这份信托肯定会给人带来安宁、幸福、保障、和万事的定夺；只有尝试过的人才能明白。真主说：“（2）谁敬畏真主，他将为谁辟一条出路，（3）而且从他料想不到的地方供给他。谁信托真主，他将使谁满足。真主确是能达到自己的目的的，真主确已使万物各有定数。”（离婚章2,3）

更不用说他对托靠他的信士们的护佑，使他们远离恶魔的教唆，真主说：“对信道而且信赖真主者，他毫无权利。”（蜜蜂章99）

还使他免受敌人的伤害，真主说：“（173）有人曾对他们说：‘那些人确已为进攻你们而集合队伍了，故你们应当畏惧他们。’这句话却增加了他们的信念，他们说：‘真主是使我们满足的，他是优美的监护者。（174）他们带着从真主发出的赏赐和恩惠转回来，他们没有遭受任何损失，他们追求真主的喜悦。真主是有宏恩的。（175）那个恶魔，只图你们畏惧他的党羽，你们不要畏惧他们，你们当畏惧我，如果你们是信道的人。’”（仪姆兰的家属章173, 174, 175）

信托的实质就是心灵对独一的真主的依赖，只要心理完全不依赖，不偏向媒介因素的话，人就不会受到任何媒介的伤害；同样，如果谁心里依赖别人，信托别人，托靠别人，然后只在口头上说：‘我托靠真主’是没有任何益处的；因为口舌的托靠是一回事，心灵的依托又是另一回事。

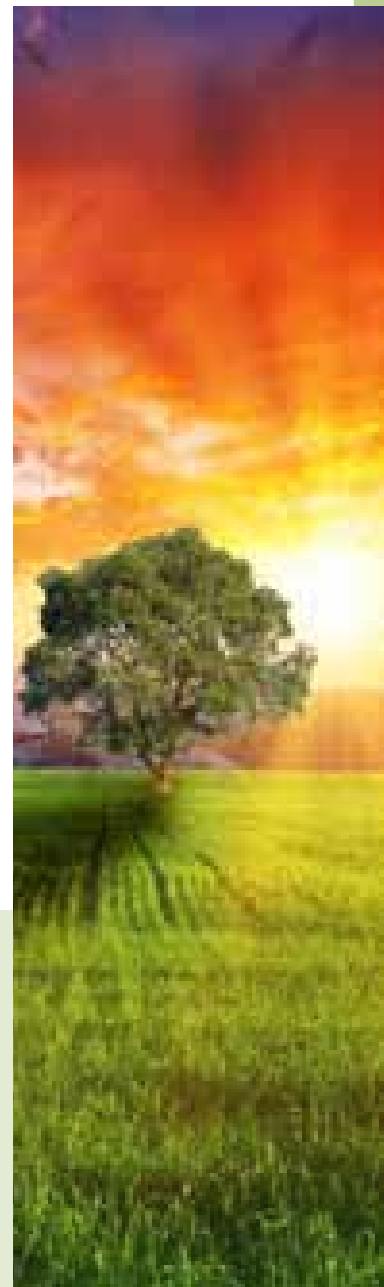
## 6. 幸福在于坚信真主，对他的依赖：

信仰的确能带给信士对真主完全的依赖和信托，从而获得自信，然后他在生活中不会畏惧任何事物，因为他时时刻刻都清楚，一切事物都归超然的真主掌握。他说：“如果真主使你遭受灾难，那末，除他外绝无能解除的。如果他使你享受福利，【那末，任何人不能干涉他】，因为他对于万事是全能的。”（牲畜章17）

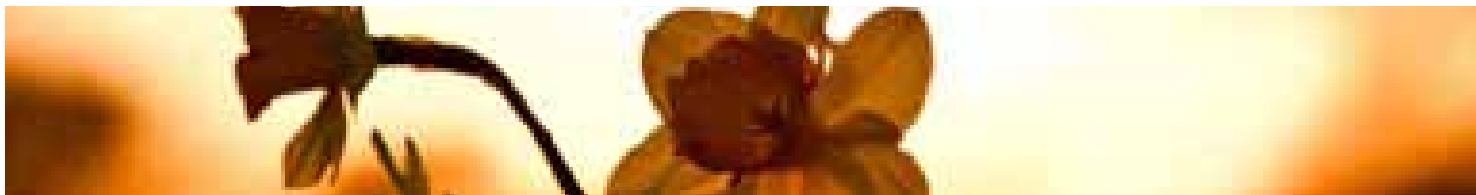
他坚信所有的福利给养都由真主掌握，真主说：“除真主外，你们只崇拜偶像，你们只捏造妄言。你们舍真主而崇拜的【偶像】，不能主持你们的给养，所以，你们应当到真主那里寻求给养，你们应当崇拜他，你们应当感谢他，你们只被召归他。”（蜘蛛章17）

大地上任何动物，真主担负了它们的给养。真主说：“大地上的动物，没有一个是真主担负其给养的，没有一个不是真主知道其住所和贮藏处的。一切事物都记载在一本明确的天经中。”（呼德章6）

“部分科学研究证实，帮助别人能治疗心里的神经紧张；因为许多心理学领域专家强调说：帮助别人能减轻神经紧张，帮助别人能促进（内啡肽）激素的分泌，那是一种能帮助别人感受到内心快乐和兴奋的激素；美国健康促进学会前会长埃伦·莱克斯强调说，帮助别人能帮助减轻神经压力；因为一个人帮助别人时，能转移他思想上的忧虑，和个人烦恼，然后他就会感受到心灵的舒适了。”







甚至，那怕它无能于寻求自己的给养也罢，真主说：“许多动物，不能担负自己的给养，真主供给他们和你们，他是全聪的，是全知的。”（蜘蛛章60）

他坚信自己的给养必定会到来，那是毫无疑问的，真主说：“（22）在天上，有你们的给养，也有应许你们的赏罚。（23）以天地的主盟誓，这确是真实的，犹如你们能说话一样。”（播种者章22, 23）

坚信真主给人们分配好了给养，给每个人规定了定分，真主说：

“你说：‘我的主欲使谁的给养宽裕，就使他宽裕；欲使谁的给养窘迫，就使他窘迫。但众人大半不知道。’”（赛伯邑章36）

他坚定不移地相信，真主将会以好坏的事物来考验他，真主说：

“凡有血气的人，都要尝死的滋味。我以祸福考验你们，你们只被召归我。”（众先知章35）

若不是真主的怜爱，他确已灰飞烟灭了。正如他知道自己在这世界上只是个过客，不管是长寿还是夭折；因为他必定要转移到另一个世界中；以这个原则生活在这个世界上，他不担心患难，他唯一敬畏的只有真主，即使离强敌只有一箭之遥，或者更近也罢；真主在叙述穆萨，在法老王的军队快要追上他时的情形时说：“（61）当两军相望的时候，穆萨的同伙们说：‘我们势必要被敌人追上。’（62）他说：‘绝不会的！我的主同我在一起，他将引导我。’（63）我启示穆萨说：‘你应当用你的手杖击海。’海就裂开，每一部分，像一座大山。（64）在那里，我让那些人逼近【他们】。（65）我拯救穆萨和他的全体伙伴。（66）然后，淹死了其余的人。（67）此中确有一种迹象，但他们大半不是信道者。”（众诗人章61—67）

这位所有坚信者的领袖穆罕默德（真主赐福他），假如当时他的敌人检查一下脚下，就发现他了，——在敌人在搜查他们，要杀害他们的时候——但是，他在这危急时刻，坚定地对山洞中的同伴艾布·拜克尔说道：“‘不要忧愁，真主确是和我们在一起的。’真主就把

宁静降给他，而且以你们所看不见的军队扶助他，并且使不信道者的言辞变成最卑贱的；而真主的言辞确是最高尚的。真主是万能的，是至睿的。”（忏悔章40）

坚信清高伟大的真主才能定夺死亡，所以他不怕死，真主说：“人们到了死亡的时候，真主将他们的灵魂取去；尚未到死期的人们，当他们睡眠的时候，真主也将他们的灵魂取去。他已判决其死亡者，他扣留他们的灵魂；他未判决其死亡者，便将他们的灵魂放回，至一定期。对于能思维的民众，此中确有许多迹象。”（队伍章42）

相反，他坚信死亡是必然的，不可避免的，真主说：“你说：‘你们所逃避的死亡，必定与你们会面，然后你们将被送到全知幽明的主那里，他将把你们的行为告诉你们。’”（聚礼章8）

坚信死亡的到来，必然是在规定的时间内，真主说：“如果真主以世人的不义而惩治他们，那末，他不留一个人在大地上，但他让他们延迟到一个定期，当他们的定期来临的时候，他们不得延迟一霎时，【当其未来临的时候】，他们不能提前一霎时。”（蜜蜂章61）

## 信仰和生活

“信仰是人在生活中所必备的求助力量之一，丧失信仰是无能面对生活的预警。”

欧内斯特·勒南  
法国历史学家





### 应该给无神论降温

“我明白了，伊斯兰的教导能使心灵安宁；而无神论则会使人绝望；因为他们不信仰任何东西，同时我了解到，欧洲人没有了解伊斯兰的真相，他们只是以自己唯物的思想批判伊斯兰。”

罗杰·杜巴克  
瑞士思想家，新闻人士



## 7. 情愿是幸福之路的入口：

幸福就是人生活在喜悦和情愿中，恼怒和心胸狭窄会毁掉人的生活，毁掉他的灵魂，他的感觉；而情愿则是幸福、安宁、愉悦、快乐和宽舒的开端，因为情愿就是从心底里，对真主的选择和定夺的接受和安宁，这份镇定会把生活中遇到的任何事转变成积极向上的，幸福的，愉快的；从内心里他不会指望除养主以外的任何人，不会为任何福利而嫉妒别人；这份安定会使仆人努力工作，向他的主祈祷，然后满足于真主为他分配的福利；从而过上幸福美满的生活。这情愿有几种：

1. 喜悦真主为养主，喜悦伊斯兰为自己的宗教，喜悦穆罕默德为使者，为先知；没有这份喜悦和情愿，人的生活将处在长期的心神不宁，和焦虑不安中，使者（真主赐福他）说：“情愿认真主为主宰，以伊斯兰为宗教，以穆罕默德为使者的人尝到了信仰的滋味。”（布哈里的传述）；谁尝不到信仰的滋味，他就尝不到幸福的感觉；相反他将处在不安和苦闷中。喜悦真主就意味着信仰真主的存在，感受到他的伟大，他的智慧，他的万能，他的知识，信仰他的尊名，心甘情愿地崇拜他；否则，它就是怀疑、迷茫、病态和痛苦，求真主护佑。



2. 情愿和服从真主的判决，他的律法，真主说：

“指你的主发誓，他们不信道，直到他们请你判决他们之间的纷争，而他们的心里对于你的判决毫无芥蒂，并且他们完全顺服。”

（妇女章65）

人类在历史上，在不公正的黑暗的法律，规定和制度下经历过许多不幸的磨难，以及许多世间的沧桑；因为那些法律是人类的作品，它不像创造人类，全知人类利益的主宰的法度。真主说：“创造者既是玄妙而且彻知的，难道他不知道你们所隐匿的言语吗？”

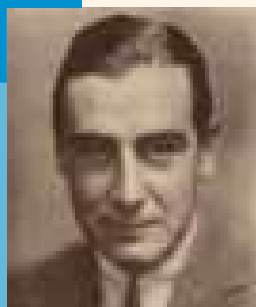
（国权章14）

3. -情愿服从真主的定夺，他的安排，信士情愿真主的定夺，真主的前定；因为他坚信只有真主意欲的时候，他才会遇到灾难，坚信真主将会引导他的心灵。真主说：“凡灾难的发生，无一不是依真主的判决的。谁信真主，他将引导谁的心，真主是全知万物的。”

（相欺章11）

他情愿真主的定夺和判决，因为他毅然决然的知道，只有真主才能揭起他的磨难，真主说：“如果真主降一点灾害与你，那末，除他之外，绝无能解除灾害的。如果他欲降福利于你，那末，任何人也不能阻拦他的恩惠。他把那恩惠降于他所意欲的仆人。他是至赦的，是至慈的。”（优努斯章107）

信仰的奥秘在于，它能让信士情愿真主为他安排的一切，忍受所有的艰难和困苦，感谢所有的赏赐和恩惠；这种内心的情愿和喜悦是其他任何人所得不到的，使者（真主赐福他）说：“信士的事情真奇怪，他所有的情况都是好的，这种好事只属于信士；如果遇到幸运的事，他就感谢真主，然后就能得到回赐；如果遇到伤害，他就忍耐，真主就会给他报酬”（穆斯林的传述）；而且使者（真主赐福他）教导我们，在看到别人在物质方面超过我们时，怎么样做到情愿真主的分配，他说：“在生活中，你们应该看不如你们的人，不要看你们之上的人，因为那会让你们不轻视真主赐予你们的恩惠。”（布哈里和穆斯林共同传述的）。



雷克斯·英格拉姆  
国际电影制片人

### 伊斯兰的芬芳

“我相信伊斯兰就是能带给人和平和安宁的宗教，它能赋予人在生活中的慰藉、内心的愉快和宽慰；伊斯兰的芬芳平静了我的心灵，使我感受到了对真主的定夺的信仰，我已经不在乎物质影响的享受和痛苦了。”

### 远离幸福之路时的不幸和痛苦：

伊斯兰适合于任何时代，任何地区，它跟人类天性相平行，他正视生活的变化，和文明与进步接轨，承担着解决世界经济，政治，社会和战争等问题的义务；可是许多人迷失了这条光明大道，甚至有些人还跟它作对，为了让人们疏远它，费尽心思丑化它，把穆斯林妖魔化；造成许多社会和民族无法感受伊斯兰的慰藉；因为伟大超然的主保证了，谁跟随他的引导，服从他的律法，就能享受两世的幸福；他同时规定，谁傲慢自大，不接受他的引导，那末，他将遭遇不幸，痛苦和低贱。

伊斯兰是真主给人类的任务，以便让他们的生活走向正轨，获得两



世的幸福，而不要倒霉落魄；可是人的习性就是不喜欢受约束，不喜欢承担责任，不喜欢克制自己的欲望和爱好，即使这种约束，这种克制是对他有益的也罢；所以真主要求享有真理的人，为福利，为正道宣传和号召人们，要求他们把它传达给全世界的人。

真主派遣他的使者（真主赐福他），好让他获得幸福，同时带给他的民族，带给所有的人们幸福。真主说：“我降《古兰经》给你，不为使你辛苦。”（塔哈章2）

真主还说：“我派遣你，只为怜悯全世界的人。”（众先知章107）

那末，跟随使者（真主赐福他），坚持他的道路，追随他的步伐是幸福的源泉，是成功的途径；而这种在真主的命令，他的禁戒范围内生活的方式，能带来的结果只有两世的幸福；放弃这种生活方式，能带来的只有两世的不幸。伟大真主的言辞真实哉，他说：“（124）‘谁违背我的教诲，谁必过窘迫的生活，复活日我使他在盲目的情况下被集合。’（125）他将说：‘我的主啊！我本来不是盲目的，你为什么使我在盲目的情况下被集合呢？’（126）主将说：‘事实是这样的，我的迹象降临你，而你抛弃它，你今天也同样被遗弃了。’”

（塔哈章124, 125, 126）

真主所说的：“我誓必使他们过一种美满的生活”（蜜蜂章97）

这些信士，与真主所描述的：“谁必过窘迫的生活”（塔哈章124）





## 伊斯兰的黎明

“在伟大伊斯兰的黎明显照之前，有多少代人将继续遭受恐惧和不幸；而整个历史都在趋向于伊斯兰，到那时和平将蔓延全世界，和平将笼罩所有的心灵。”

赫伯特·乔治·威尔斯  
英国作家，文学家

那些背弃真主的教诲的人，这两者之间的差别真悬殊啊！

因为美满的生活只在于，表里一致地服从真主的命令和禁戒，从心底情愿真主的判决；这样的话，他将会生活在真主的眷顾，他的怜悯中。真主说：“他们信道，他们的心境因记忆真主而安静，真的，一切心境因记忆真主而安静。”（雷霆章28）

心灵安宁的人在生活行为中的反应，跟生活在窘迫中的人完全不同；象真主所说：“真主欲使谁误入迷途，就使谁的心胸狭隘，【要他信道】难如登天。真主这样以刑罚加于不信道的人。”（牲畜章125）

他生活中的窘迫，不幸和困苦，不是因为贫穷，也不是因为疾病；而是所有的行为中，或者为了任何事而犹豫不定的状态；对于这种不幸的人，不管是风光无限，还是倒霉透顶，都不会使他摆脱这种窘迫；因为这些都不是其原因，其真正的原因是他的思维方式；因为金钱的多少，身体的疾病健康，也有可能是他的不幸增加的因素。真主说：“他们的财产和子嗣，不要使你赞叹，真主只要在今世生活中借此惩罚他们，而他们的灵魂将在不信道的情况下离去。”（忏悔章55）

他还说：“他们的财产和子嗣不要使你赞叹，真主只愿借此在今世惩治他们，他们将在不信道的情况下死去。”（忏悔章85）

对人来说不幸和贫富没有关系，跟健康疾病也没关系；不幸只是由于疏远真主，偏离他的正道，割断仆人和他养主之间的纽带而产生的。因为哉科里亚使者，向他的主祈祷时说：“我的主啊！我没有为祈祷你而失望。”（麦尔彦章4）

过去你优待我，接受我的祈求，那末，你答应我，使我成为幸福的吧；这种福分不仅仅是属于使者哉科里亚一个人，因为我们的主告诉了我们大家，他说：“如果我的仆人询问我的情况，你就告诉他们，我确是临近的，当他祈祷我的时候，确是答应祈祷者的祈祷的。教他们答应我，信仰我，以便他们遵循正道。”（黄牛章186）



只要仆人和他的养主之间的关系是紧密的，直接的，那末他的幸福是有保障的，肯定的；而一个人的不幸则是从这条纽带断裂的时候开始的，他痛苦的程度，是以在实践这个宗教的过程中怠慢的程度，以自己的生活中犹豫不定，朝三暮四的程度而衡量的。

所以，真主使正道和怜悯相关联，使迷误和不幸相提并论的，他说：“这等人，是遵守他们的主的正道的；这等人，确是成功的。”（黄牛章5）

他说：“这等人，是蒙真主的祐佑和慈恩的；这等人，确是遵循正道的。”（黄牛章157）

他还说：“如果正道从我降临你们，那末，谁遵循我的正道，谁不会迷误，也不会倒霉。”（塔哈章123）

正道会阻止人迷误，怜悯和佑祐能使人免于不幸，这正是真主在塔哈章首所提到的，他说：“（1）塔哈。（2）我降《古兰经》给你，不为使你辛苦。”（塔哈章1, 2）

真主在降示与他《古兰经》的同时，还使他免受不幸。正如真主在本章结尾描述追随他的人时，说的那样：“谁不会迷误，也不会倒霉。”（塔哈章123）

正道，恩惠，赏赐和怜悯都是相互连带的，不会相互排斥的。正如迷误和不幸也是相连的，相互关联的。真主说：“犯罪者的确在迷雾和烈火中。”（月亮章47）

‘苏吾尔’是‘赛尔日’的复数词；意思就是终极残酷的刑罚；于此相反，真主在同一章中描述敬畏者的结果时说：“（54）敬畏的人们，必定在乐园里，在光明中，（55）在全能的主那里，得居一个如意的地位。”（月亮章54, 55）

这就是幸福的道路，就看你愿不愿意走，愿不愿意追随；这条路不是建立在思想的神话，也不是建立在灵魂的邪说上；它是幸福的道路，也是科学和文明的道路。

## 人道的救世主

“客观的说，应该称穆罕默德为人道的救世主，我相信像他那样的人要是能执掌现代世界的话，他肯定成功解决了所有的难题，给世界带来了幸福和平。”

萧伯纳  
英国作家

