

纪念真主的方法

ذكر الله

<اللغة الصينية>



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

编审：伊斯兰之家中文小组

مراجعة: فريق اللغة الصينية بموقع دار الإسلام

纪念真主的方法

什么是记念真主

到底什么是记念真主呢 (dhikr)？包括哪些内容呢？只是念词吗？比如赞主超绝 (Subhanallah)，万赞归主 (Alhamdulillah)，真主至大 (Allahu Akbar)，万物非主、唯有真主 (La ilaha illallah)；或者诵读古兰经文；或者还有其他方式？当然，这些念词或者诵读古兰经都很重要，事实上也是最重要的记念真主的形式之一——最好的记念形式是心口一致。然而你要知道，记念真主的内容要更广泛得多。

记念真主不仅要从口中念出，心中感应到，还要体现在行动 (amal salih) 上。伊本·干伊姆说：记念真主 (dhikr) 包括“任何你思考的、说的、做的真主喜悦的事情”。真主建议我们站着、坐着、躺着记念他——只有把生活的方方面面都充满了记念真主，这才有可能。比如以下经文谈到了在礼拜和商务活动中记念真主：“你们信仰的人啊！当聚礼日的（礼拜的）叫拜声召唤时，你们应当赶快地去记念真主，放下（你们的）生意买卖。如果你们知道的话，那对你们是更好的。当礼拜完毕时，那时你们就可以散开到各处去寻求真主的恩典，但要时时记念真主，那么你们就会成功。” (62:9-10)

礼主麻拜、听呼图白、参加集体拜，这是众所周知的记念真主的方式。但在世俗事务中，也要常记真主。可以说，满足个人所需、谋生、为家人花费都是记念真主。当然，只有心口祈祷并使这些行为服从真主法度、令真主喜悦时，这些才是记念真主。否则，可能是相反的：“不要让你们的财富和子嗣在记念真主上分了你们的心……（在我的道上）使用我赐给你们的（财产）。”（63:9-10）

记念真主的方法

现在我们来讨论记念真主的各种形式和方法，怎样在早晚站着、坐着、躺着记念真主。记念真主的形式主要有两种。第一种包括不断地在内心里意识到真主，不管我们在说什么，在做什么。第二种包括一些特定形式，个人或是集体来进行，以深化第一种形式。

不断地意识到真主

如何把记念真主融入到日常生活中呢？如何让个人、家庭、职业生活等等正常进行，又同时时刻沉浸在对真主的记念中呢？这是个包罗万象有些难度的任务，不过你可以实现。接下来就要讲讲四种你应该发展的意识，通过记住并吸收这些意识来提醒自己。

对自己说：真主与我同在，他在看着我。

如果你独自一人，他是第二个，如果你们是两个人，他是第三个。“无论他们在哪里，他都在他们当中。”（58:7）

“我比他的命脉还近于他。”（50：16）他看着你，听着你。他与你同在，他的知识包罗一切。不管什么时候——说话时，开始一项新工作时，常提醒自己这句话。事实上，

你的目标应该是把这句话印在心上，变成呼吸的一部分。当有圣门弟子问先知如何净化自己时，他回答：“你要记住，真主与你同在。”（提尔密济）

对自己说：一切都来自真主。

一切——你的表里、你的周围——都只来自真主。真主创造一切，给予一切。（16:78.36:33-35）纪念真主为你创造的吉庆（barakah），知感他。在先知的教导中，感恩是个无处不在的话题。先知清晨起身会说万赞归主

（Alhamdulillah），餐饮时会说万赞归主（Alhamdulillah）……你可以尽量多地学习这些祈祷词，并应用到日常生活中去。

如果你感到好像拥有得并不多，那么请记住先知的这句话：“身体上有360个关节，每天你要为每一个关节而感恩。”（布哈里）另外，生理知识告诉我们，心脏每分钟跳动72次左右。她每跳动一下，都是得到真主许可的。真主收回这一许可，心脏就停止跳动，你的生命也就结束了。如果你想不起来要感恩什么，那么就感谢他赋予你生命吧——生命在，希望就在。

对自己说：没有他的许可，什么也不会发生。

一切定夺都在真主的手中。没有真主的安排，不会有伤害降到你，也不会有利益降到你。古兰经告诉我们：“如果真主降给你不幸，除了他之外，没有可以把它免除的。如果他降给你幸福，（也没有可以损害它的），他是有权于万物的。他对他的仆人们是无所不能的。他是大智的、深知的。”（6:17-18）

先知穆罕默德在每一拜后都祈祷真主：“真主啊，不管你要赐予我什么，没人能阻止它到来，不管你要阻止我什么，没人能使它到来”。

你也可以效仿先知——特别是在你希望什么或者不希望什么发生时。

对自己说：我终要回到真主那里，可能就在今天。

你不知道自己何时离开这个世界。可能就是明天早晨，或者明天晚上。事实上，可能就在这一小时，甚至，就在这一刻。这种不确定性，当然不是要你离群索居，用禁欲修道的方式来为后世做准备。但常念这一点很重要，来激励你认真对待生命中的剩余时光，充分利用真主的恩典——时间、能力、能量。也只有这样，你才能实现自己的生命价值，在回归他那里时，收获到自己所希望的。为此，可以常记这句经文：“我们属于真主，我们将回到他那里。”
(2:156)

真诚地实践这四句话，可以帮助我们净化自己。那么，就请试一试吧，把它们变成呼吸的一部分。

