

## 知耻害羞

### (1/3) : 纵观



知耻害羞在造物主和造物之间扮演着非常重要的角色。所有的先知和使者都鼓励其追随者要有知耻害羞之心，正如穆圣（愿主福安之）所说：“**所有先知的第一训诫是：如果你没有羞耻，你就为所欲为吧。**”《布哈里圣训实录》

知耻害羞，是谦虚的一种体现，它让人免于邪恶，知耻害羞是一种品质，它让人避免互相伤害。伊斯兰道德观念认为，害羞不只是言谈举止上的检点，展现在公众面前，它更是信仰的体现，展现在安拉面前。因此，任何害羞的言谈都应源自内心，就像信仰源自心底。对此，穆圣告诉我们：“**害羞是信仰的组成部分。**”（《布哈里圣训实录》、《穆斯林圣训实录》）

就拿言谈来说吧，它需要温和适中，不燥不急。声大如雷的人，只能说他不善于控制声音，最终必受其害。愤怒亦是如此。不受控制的愤怒，会伤害他人的身心，还会剥去知耻的面纱，暴露出可耻的自己。穆圣说：“**强者不凭实力，真正的强者是在生气发怒时能控制自己的人。**”（《布哈里圣训实录》）

真正的强者是在安拉面前有害羞之心者，因为他知道安拉至知万物，监视万物，无论人公开的作为还是私下的秘密，都避不开安拉的监视，因此，他会因违犯安拉的命令感到羞愧。这种羞耻之心，谦虚之心，需要训练。它关乎信仰，因此，时刻意识到安拉的存在，能增加人的害羞度。

伊斯兰将害羞分为先天和后天两种。先天的害羞，男女都具备，比如遮羞。《古兰经》告诉我们，阿丹和哈娃吃了禁果，羞体暴露之际，努力遮住了羞体，便有了羞耻之心。

伊斯兰学者认为，害羞是人与动物的本质区别。动物无羞耻，跟随本能，为所欲为。因此，人的羞耻心越少，人越无人性，人的羞耻心越多，人性越强。伊斯兰的道德规范，让人有羞耻感，无论是进屋前的请求许可，大小便时的远离人群，还是人平时的言行举止，着装打扮，伊斯兰都有规范指导。与懂得害羞的人在一起能学习他们的知耻美德，至少在遇到他们而自己心生歹念时会感到害羞，从而迷途知返。正如穆圣所说：“我建议你们对崇高的安拉感到害羞，你们也对虔诚的人感到害羞。”（艾哈迈德）

恐于陌生人的注意也能促使人具有羞耻感，这是一种天性，君不见陌生人面前孩子是如何地害羞，他会躲在妈妈的裙子或爸爸的腿后面。远离他人特别是对异性的注视，实际上是一种避免婚前性行为或通奸行为的有效方式。安拉说：

**“你对信士们说，叫他们降低视线，遮蔽下身，这对于他们是更纯洁的。真主的确是彻知他们的行为的。你对信女们说，叫她们降低视线，遮蔽下身，莫露出首饰，除非自然露出的，叫她们用面纱遮住胸膛，莫露出首饰。”《古兰经 24:30》**

经文还提到，对于至亲来说，可以不遮盖自己。另外，老妪也可以不穿长袍（见《古兰经》24:60）。伊斯兰道德观念不仅把害羞视为女性必须具备的美德，更视为男性不可或缺的美德。因此，男性也必须穿着端庄，不穿紧、透、露的服装，要遮盖腰到膝盖间的位置。诚然，女性穿着端正是责无旁贷的，但细想一下一桩桩强奸案，攻击者往往被忽略，因此，其他经文中提到，女性通过端庄服饰让人识别其端庄的，更容易被看作虔诚者而受到保护。（见《古兰经》33:59）

体现害羞的方式是，无论犯错与否，就当与父母同在。有害羞感的人不会在父母面前犯错，更何况是在真主面前呢？真主不比父母更清楚我们的一言一行吗？因此，伊斯兰认为，在真主跟前信士的害羞，比在人面前的害羞

更伟大。这足以解释当有人问起为何独处时更要提醒自己遮羞时穆圣的回答：“安拉比任何人更值得让自己害羞。”（《艾布达伍德圣训集》）

早期穆斯林习惯说，“独自时在安拉面前害羞，就会在公众时害羞。”“对于安拉，不要做公开的仆人，私下的敌人。”害羞可被视为一种方式，社会道德和规范得以维持和进步。公开的害羞，不会持久，因为世俗社会中会流行不害羞。害羞的关键是明白安拉至知一切，对他的明令禁止感到害羞。安拉只希望我们获得对我们有利的东西，那就要遵守安拉的指导：信仰安拉降示的经典，使者带来的伊斯兰。

## (2/3) : 故事1

### 在安拉面前害羞

穆圣说：“每个宗教都有一个特点，伊斯兰的特点就是知耻害羞。”（穆宛塔圣训集）

知耻知羞，能保护一个人，不至于其放纵私欲，不至于其凝视非礼，这意味着一个知耻知羞的人知道如何表达自己的言语，如何展现自己的行为，因为谁都不希望他人用异样的眼光诧异地注视自己。知耻知羞的美德能鼓励人言谈举止适当，时时保持与安拉的关系。穆圣曾对圣门弟子说：

**“你们要在安拉面前害羞，依据他的公正来害羞。”**

圣门弟子们说，“安拉的使者啊！我们确是害羞的，一切赞颂全归真主。”

穆圣说：“不是这个意思。我的意思是你们要保护你们的思想和口舌，时刻提醒自己死亡和苦难来临，希冀永恒后世的归宿，远离今世的浮华，在安拉面前表现得害羞，依据安拉的公正而表现得谦虚。”（提尔米济圣训集）

知耻害羞体现在生活的方方面面。时时意识到真主的存在，有助于我们态度谦虚，言行举止适宜得体。只有一个人感觉到真主在见证着他的一言一行时，他就会改进道德行为与道德实践，就会乐于行善而羞于作恶，就会做最完美的自己，保持身体的洁净和灵魂的一尘不染。穆圣说：“害羞来自信仰，信仰在天堂。”（《艾哈迈德圣训集》）

### 喜筵

回想麦地那时光，穆圣与宰奈卜结婚时，邀请人们参加喜筵。喜宴在早上，就餐后人们陆续离开，而有一部分客人却滞留下来不肯离去，他们认为

新郎不发话，就应该等到最后再走。穆圣也不好意思下送客令，就和侍卫伊本·阿巴斯离开了房间，去了阿伊莎的房里，等待人们离开。回来时，看他们还在，就再次出门，这时人们才意识到该离开了。人们都离开后，穆圣进屋，拉上窗帘，关了门。（《布哈里圣训实录》）

故事的意思是，家是私人领地，应羞于邀请他人进入。穆圣客气地请他们离开，教给我们怎样做不失礼。他用非语言方式告诉人们应该离开了，一次是离开私人空间，另一次是非语言姿势使人意识到邀请已结束。

## 穆萨和扎弗拉

这是关于先知穆萨的故事。很久以前，有两个女孩在井边徘徊，等待人们给它们的羊饮完水，好叫她们给她们自己的羊喂水。之后有人帮忙，她们很快给羊喂了水，高高兴兴地赶着羊群回家了。女孩的父亲年迈，她们也没有兄弟帮忙干活。最繁重活就是从井里提水，供牲畜饮用。这一天很幸运，她们很早就回到了家。父亲惊讶为何今天这么早，女儿们告诉他是异乡人帮助了他们。于是父亲让她们寻找此人并邀请他到家里做客。回到井边，女孩害羞地走近他。在他听力范围之内，她替父亲发出邀请，并说父亲想要感谢他。他低着头回答她，说为了安拉而帮助，不需要回报。但意识到这也是主的襄助，他便应答了邀请。她走在前面，风吹动衣裙，露出了小腿，于是他让她走在后面，走到路口时让她在后面指路。

到家时，父亲款待他并询问来自何方。此人告诉他是埃及逃亡者。带他回来的女儿轻声告诉父亲：“雇用他，他是强壮的和可信的。”

父亲问她何以得知他强壮，她说他举起了放在井上的石盖，其他人都移不动。何以可信？她说，他要我走在后面，避免看到羞体。当与我说话时，他尊敬并害羞地低着头。”

这就是先知穆萨（愿主福安之）的故事。他误杀人后逃离埃及，女孩们的父亲是米地安部落敬畏安拉的人，无子嗣，只有两个女儿。经文强调了接近穆萨时女孩的礼貌：

**“那两个女子中的一个，羞涩地来对他说。”（《古兰经》28:25）**

女孩名叫扎弗拉，接近穆萨和穆萨不多看她的方式，描述了异性之间的适当程度。没有女伴也没有旁人看到，但两人都有着极大的礼貌。这是敬畏主的人的行为。当父亲提议穆萨娶妻时，穆萨认为彼此般配，他也具备让人托付终身的品德和能力，于是，穆萨接受并答应牧羊十年作为聘礼。



### 先知重建天房

穆圣（愿主福安之）最著名的特点就是害羞。即使在少年之时，他的害羞在阿拉伯半岛也是出了名的。当年天房失窃，为了亡羊补牢，人们决定重新修建天房。年轻的穆圣也是其中的一员。他与叔叔阿巴斯一起搬石头，叔叔建议他把布裙<sup>[1]</sup>垫在脖子上以免被石头划伤。

这不失为明智的建议，但他没有那样做。因为高温他被晒晕倒在地上，布裙依旧遮盖羞体。片刻之后他发现衣裙不见了，就大喊：“我的衣服，我的衣服”。从那以后，除了妻室外，

谁也没有看到过他的腰。

上述故事是圣门弟子贾比尔·本·阿卜杜拉讲述的，它体现了穆圣强烈的害羞感和对身体彻底的保护，即便是为圣前也是如此。无论是接到启示之前还是之后，他都比处女还害羞。

### 穆萨与嘲笑者

这个故事是关于先知穆萨的，他和穆圣一样害羞。他从未在别人面前暴露过自己的身体，以至于以色列人嘲笑他说：“他遮盖身体因为皮肤有缺陷，要么是麻风病，要么是阴囊疝或者有其他问题。”

真主想要消除穆萨身上的流言。一天，穆萨洗澡，衣服放在石头上做遮挡。当他洗完要穿衣服时，石头带着衣服跑了。尽管赤身，穆萨还是拿着手杖，在石头后面跑：“石头啊，还我的衣服！”石头一直跑到以色列人那里停了，他们看到他的赤身，发现他被创造得完美无暇。

真主以此为他洗雪诬陷，但他很心烦。他抓着衣服很快穿上，愤怒地用手杖打石头。讲述此事的先知发誓，石头仍然有些痕迹，甚至今天还有四五个标志。真主提到了这件事说：

“信士们啊！你们不要仿效冤诬穆萨的人们。真主已为他洗雪冤诬，据真主看来，他是有面子的。”（《古兰经》33:69）

这体现了穆萨身体外露时的害羞。事实上，裸露的身体被人看到，是安拉的意欲，以便帮助他消除污蔑。当然他也不会对真主愤怒，他打石头，意味着它是始作俑者，但是谣言消除了。

## 穆圣和花园井

何为可敬，仁者见仁，智者见智。女人的身体可以让丈夫看到的程度，不同与对兄弟的程度，也不同与陌生人的程度。同性之间有差别，父子兄弟与外人，母女姐妹与外人，也不尽相同。

一天，穆圣走进一个花园，他让圣门弟子艾布·穆萨做守卫。花园里有水井，穆圣坐在井台上，腿放到井里摇摆。不久艾布·拜克尔来了，艾布·穆萨请示，穆圣的岳父想进花园。穆圣说，为他报喜，天堂的花园等着他，让他进来。因此，阿伊莎的父亲艾布·拜克尔进了花园坐在穆圣旁边，在井口里摇晃着腿。稍后，欧麦尔来了也要进花园。艾布·穆萨请求，穆圣的岳父想进花园，穆圣说，为他报喜，天堂的花园等着他，让他进来。因此，哈弗赛的父亲欧麦尔在穆圣旁边找到位置，在井口里摇晃着腿。两人都坐在穆圣同侧，穆圣没有将衣服盖在膝盖上。

后来他的女婿奥斯曼·安凡（鲁格娅的丈夫）也要求进入花园。艾布·穆萨传达穆圣的话：“天堂的花园在多次考验之后才能让你进入”，之后就让他进来了。奥斯曼说，三面墙上只有很小的地方了，穆圣和岳父都没有占，意味着他可以比其他人容易看到穆圣的腿。他犹豫时，穆圣放下布裙到膝盖，奥斯曼坐在稍远的位置。<sup>[2]</sup>

伊斯兰教导我们，身体一些部分不能公开露出，接近隐私的地方更要避免露出。尽管三人都与穆圣有亲近关系，但穆圣还是采取了步骤遮盖了大腿以免外露。

---

### Footnotes:

<sup>[1]</sup>腰部棉布裙，下到胫骨，曾是阿拉伯人的服饰（伊扎尔），似现在印尼、马来和泰国男性服饰。

<sup>[2]</sup>故事启示：岳父可以埋在身旁，女婿稍微远些，事实正是如此。（《法塔赫·巴利》（布哈里圣训注解））