

斋戒

什么是斋戒？

斋戒：即自日出至日落时分，以戒饮、食、性欲等有损斋戒的相关行为。日出指晨礼时刻，日落指昏礼时刻



安拉把赖麦丹月斋戒定为主命，使其成为一项伊斯兰功修。

我们也可以在 其他尊贵的日子封斋。例如：

斋戒的目的：

实现敬畏。即在特定时间内，以获得安拉的喜悦为目的，戒掉平时合法的食物和饮料及欲望。

增强意志。在这特殊的时间段，穆斯林可以控制平时无法控制的欲望，以示对安拉的敬拜。这样他的意志会得到加强，从而有助于他在平时控制自己，远离安拉禁止的事物。

尊敬安拉对心灵的洞见。因为斋戒是安拉和仆人之间直接的关系，人完全可以躲藏起来吃饭和饮水。然而，穆斯林知道安拉在洞察着自己无论是显现的还是隐蔽的行为。所以，为了获得安拉的喜悦而斋戒是最大的考验。

牵挂无依无靠的有罪之人。真实体验饥饿和干渴，可以提醒我们那些无依无靠的群体，从而使我们给予他们更多的帮助。

斋戒的恩典：

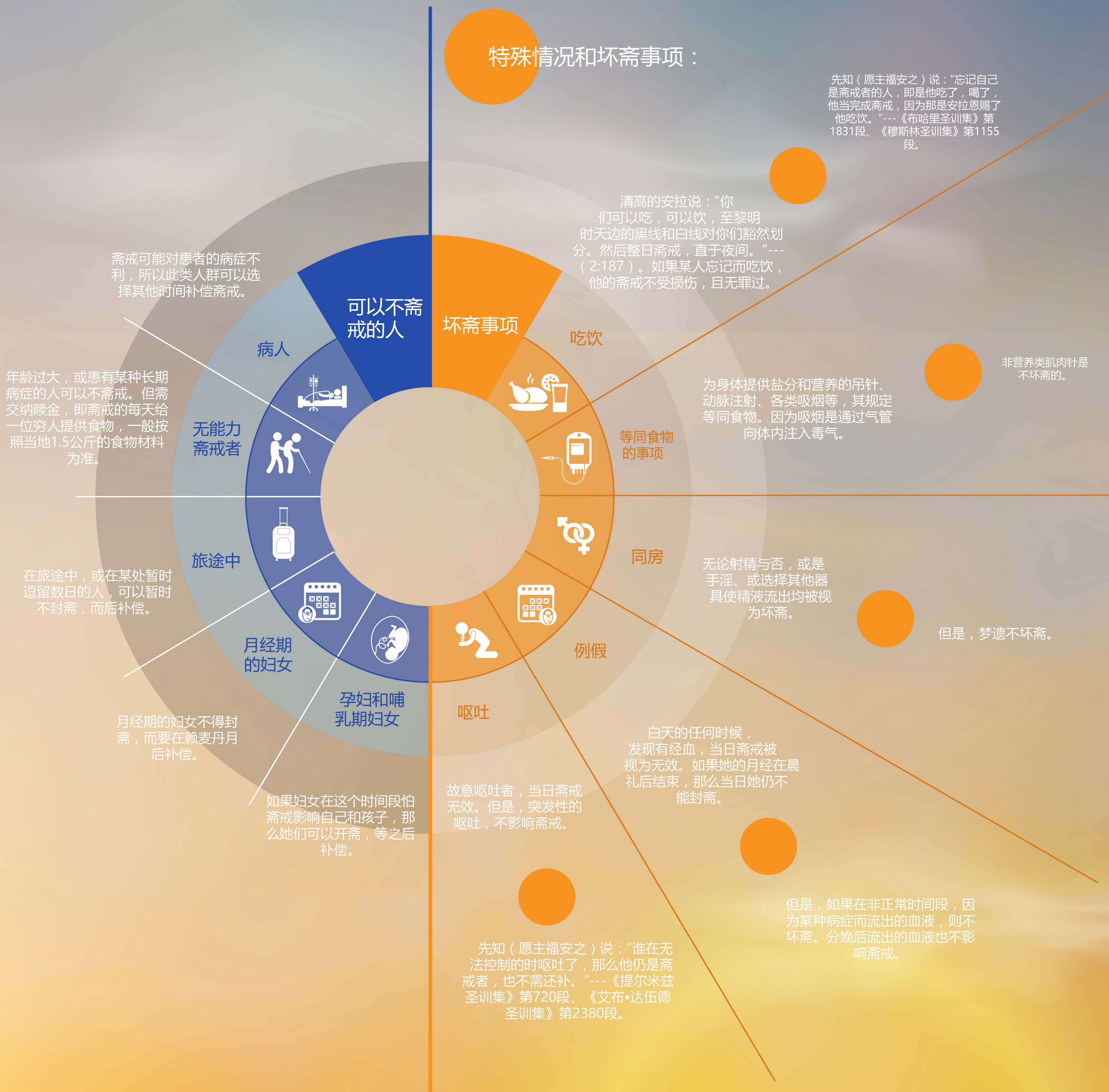
清高的安拉慰藉斋戒。谁欲得到伟大、仁慈的主的回赐，他当以安拉为他准备恩典而喜悦。先知（愿主福安之）说：“安拉说‘人类所有的善功都是他自己的，而斋戒我为了我，我将依此慰藉斋戒和斋戒者。’”---《布哈里圣训集》第1805段、《穆斯林圣训集》第1151段。

以信仰和遵守安拉的命令而封斋者，安拉将饶恕他之前的过错。先知（愿主福安之）说：“谁因为信仰和获得安拉的喜悦而斋戒赖麦丹月，安拉定饶恕他之前的过错。”---《布哈里圣训集》第1910段。

斋戒者在安拉那里获得宏大恩赐。先知（愿主福安之）说：“斋戒者有两个喜悦，一是每日开斋时，二是亲眼见安拉时。”---《布哈里圣训集》第1805段、《穆斯林圣训集》第1151段。

在天堂里有一道门，叫饱饮之门。只有封斋者才能通过其进天堂。先知（愿主福安之）说：“在天堂里有一道门，叫饱饮之门。复活之日，只有斋戒的人能进去。”---《布哈里圣训集》第1797段

特殊情况和坏斋事项：



之前民众的斋戒

安拉为伊斯兰之前的民众同样制定了斋戒，其方式和时段有所区别，而目的是同一个，即敬拜安拉，实现对安拉的敬畏。比如安拉为我们描述了尔萨先知在摇篮向他母亲说的那样“如果有人来，你就向他们指明你已经为安拉立誓，以不讲话为斋戒。”



项目
技术指导
设计与执行

穆斯林简易指南
哈桑·巴哈伦
当代指南公司