

第一节 礼拜者必须具备下列条件缺一不可

1、肯定礼拜的准时。肯定拜时已到便可礼拜。无论这个肯定来自可靠人的通知、推算，或是宣礼员的宣礼，或个人的推算，或通过某种足以了解时间的方法。

2、做大、小净。真主说：(信道的人们啊！当你们起身去礼拜时候，你们当洗脸和手，洗至于两肘，当摩头，当洗脚，洗至两踝。如果你们是不洁的，你们就当洗周身)(《古兰经》五：6)。伊本·欧玛的传述：穆圣说：“真主不接受无小净者的拜功，不接受由贪污而来的施济。”

3、清除身体、衣服和拜所上的污秽物。何时能够，何时清除。若难于清除污迹时，可以带着污迹礼拜，拜后不必重礼。

① 清洁身体。艾奈斯的传述：穆圣说：“你们当清洁小便，因为坟墓中的惩罚大部分与此有关。”阿里的传述：我是一个多欢水的人，因我是穆圣的门婿，难以启齿。所以，我委托人向穆圣请教此事。穆圣说：“你做小净，并清洗生殖器。”阿依舍的传述：穆圣对一个有病血的女人说：“你要清洗血迹，尔后才能礼拜。”

② 清洁衣服。真主说：(你当洗涤你的衣服)(《古兰经》七四：4)。赛姆勒之子扎比尔的传述：我听一人问穆圣：我能穿着与妻子性交过的衣服做礼拜吗？穆圣说：“可以。但你见到污迹时，就要清洁它。”穆阿威耶的传述：我问了温姆哈比白：穆圣穿着睡衣做过礼拜吗？她说：是的。衣服上没有污秽物时，可以礼拜。艾布赛义德的传述：穆圣正带着他的众门弟子礼拜，在拜内他脱下两鞋，大家也脱了鞋。穆圣礼完拜就问：“你们为什么要脱鞋呢？”大家齐声说：我们见你脱了鞋，所以，我们也脱了鞋。穆圣说：“颌伯勒莱天使降临了，他告诉我说：我的两鞋有污秽物。如果你们到礼拜殿做礼拜时，首先，检查一下两鞋，谁发现自己的鞋上有污秽物，就应当用土把它擦掉。然后，穿着它礼拜。”这段圣训说明，礼拜者带着污秽物，而不知道染有污秽物或忘记污秽物入了拜，而在拜中记起时，应该先去清除污秽，然后，接着礼拜，不必重礼。

③ 清洁礼拜场所。艾布胡勒的传述：一个乡下人在清真寺里小便，大家站起想呵斥他，穆圣说：“你们不要制止他，他小便后，你们可用一桶水把他的尿刷洗一下就好了。你们的使命只是给人方便，不能强人所难。”邵卡尼说：上述圣训说明清洁衣服为当然，谁的衣服染上污秽物而礼拜，谁就负于抛弃一件“当然”功课的职责，其拜功是成功的。众学者主张：必须清洁衣服、身体、礼拜场所。部分学者主张：这是礼拜成功的条件。部分学者主张：这是圣行，其实是‘当然’。谁有意带着污秽礼拜，谁就撇了“当然”，其拜功是不成功的。

4、遮盖羞体。真主说：(阿丹的子孙啊！每逢礼拜，你们必须穿着服饰)(《古兰经》七：31)。即每逢礼拜时，你们必须遮住羞体。阿克沃尔之子赛里麦的传述：我问穆圣，主的使者啊！我可以穿着长衣礼拜吗？穆圣说：“是的，你应系上钮扣，即使用刺也要串住。”

男人羞体的界限

男人礼拜时，应遮住前、后窍。因前、后窍属羞体。除前、后窍外，大腿、脐眼、膝盖是否属羞体方面众学者众说纷纭。这是由于很多遗训的不同而不同，一说是羞体，另一说不是羞体。

主张上述三窍不是羞体的人以下面的圣训为依据

(1) 阿依舍的传述：穆圣露着大腿坐着。艾布伯克尔和欧玛先后进来谈话，穆圣均未遮住大腿。后来奥斯曼来了，穆圣连忙整衣。他们走后，我问：真主的使者啊！前两人进来时，你毫无介意，奥斯曼一来，你却连忙整衣，这是什么道理？穆圣说：“誓于真主！连天使都为他害羞的人，我怎能对其不害羞呢？”

(2) 艾奈斯的传述：海白尔之战，穆圣卷起裤子，露出大腿。致使我见到他白皙的大腿。伊本·哈兹姆主张：千真万确，大腿不是羞体。倘若大腿是羞体，那么，真主不让内净外洁，受天使保护的使者在为圣后露出羞体。更不会让马立克之子艾奈斯等人看见他的大腿。尽管穆圣在孩提时代，为圣前露过一次羞体，从那以后再未露过羞体。扎比尔的传述：穆圣同他们一道为修筑“克尔白”搬运石头，他穿着裤子。他的叔叔安巴斯对他说：侄子啊！你脱下裤子，放在肩膀上，以免石头损伤肩膀。然后，穆圣脱下裤子，放在肩膀上。突然，他晕倒了。从那以后，任何人再没见过穆圣露出过羞体。

(3) 艾布阿里耶的传述：萨米特之子阿布顿拉说：我去见艾布赞勒，他拍打我的大腿。并说，穆圣像我拍打你的大腿一样，拍打了我的大腿。并对我说：“你当按时礼拜。”伊本·哈兹姆说：假设大腿是羞体，穆圣绝不会用圣洁的手，触摸艾布赞勒的大腿。假设艾布赞勒认为大腿是羞体，那么，他也绝不拍打萨米特之子阿布顿拉的大腿。任何一个穆斯林不应该用手去拍打他人的前、后窍。更不应该用手去拍打外妇人的身体，那怕她穿着衣服也不行。伊本·哈兹姆说：胡外勒斯之子朱白尔见到艾布伯克尔露着大腿。马立克之子艾奈斯来见闪玛斯之子盖斯时，他露着大腿。

主张大腿是羞体的人以下面两段圣训为依据

(1) 哲哈什之子穆罕默德的传述：穆圣经过穆阿麦勒，见他露着两大腿时说：“穆阿麦勒啊！你应该遮住大腿。因为大腿是羞体。”

(2) 朱尔海吉的传述：穆圣路过见我穿着斗蓬，露着大腿时，便说：“你遮住大腿，因为大腿是羞体。”

综上所述，都是两派学者各自的依据。做为穆斯林有权选择以上任何一派的主见。但是为了小心起见，礼拜者应尽量遮盖脐眼与膝盖之间的部位。

女人羞体的界限

女人除两手和面容外全身都是羞体，必须遮住。真主说：(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)(《古兰经》二四：31)。即她们不要露出装饰的部位，除面容和两手外。阿依舍的传述：穆圣说：“真主不接受不带面纱(盖头)的成年女人的礼拜。”温姆赛莱麦的传述：我问穆圣：女人只穿一件长衣、戴一顶面纱(盖头)，不穿裤子可以礼拜吗？穆圣说：“可以，不过长衫必须长而宽，遮住脚面。”阿依舍的传述：有人问我：女人做礼拜时，应穿几件衣服？我说：你去请教艾布塔里布之子阿里，然后，你回来告诉我。那人去问阿里，他说：应戴面纱(盖头)，穿宽大而遮住脚面的大衣。尔后，那人回来告诉了我。我说：阿里说的正确。

礼拜者应穿的衣服及最佳服饰

凡礼拜者必须穿能遮盖羞体的衣服，即使衣服又窄又小，刚能遮住羞体。若衣服质地薄而透明，甚至能看清肤色时，决不能穿着这种衣服礼拜。

可以只穿一件衣服做礼拜。艾布胡勒的传述：有人问穆圣，可以穿一件衣服礼拜吗？穆圣说：“难道你们人人都有两件衣服吗？”

穿两件或多于两件的衣服，尽量修饰，穿着整洁地礼拜为可佳。伊本·欧玛的传述：穆圣说：“当你们的一个人要礼拜时，他应该穿上两件衣服，他更应该为真主而修饰。若他没有两件衣服可穿，而要礼拜时，他可以只穿一条裤子。但千万不要像犹太教徒那样披着衣服礼拜。”阿布都兰咱格的传述：对此问题吴班耶和伊本·麦赛吴德有争议，吴班耶说：穿一件衣服礼拜不为可憎。伊本·麦赛吴德说：穿一件衣服礼拜为可憎。但只有一件衣服者则不然。欧玛在演讲台上总结两种主张说：他俩说的都有道理，真主给人宽裕的时候，你们就当宽用，衣服多的人，他可以有时穿一条裤子和一件上衫礼拜；有时穿一条裤子和一件大衣礼拜；有时穿一条裤子和一件上衣礼拜；有时穿一条裙子和一件上衫礼拜；有时穿一条裙子和一件大衣礼拜；有时穿一条裙子和一件上衣礼拜；有时穿一条短裤和一件披风礼拜。布热德的传述：穆圣禁止男人披一件斗篷或只穿裙子不穿斗篷礼拜。阿里之子哈桑的传述：当我立站拜功时，便穿着最好的衣服，有人问我时，我说：真主是俊美的，他喜欢俊美。所以，我为我的养主修饰。我便引证经文(阿丹的子孙啊！每逢礼拜，你们必须穿着服饰)（《古兰经》七：31）。

可否光着头礼拜

伊本·安巴斯的传述：穆圣有时摘下他的帽子，放在他的前面做遮挡物。哈奈菲派主张：男人光着头礼拜为认可，但为了表示虔诚光着头礼拜为可佳。无任何证据说明戴帽礼拜为可贵。

5、朝向天房。众学者公决：礼拜者必须面向禁寺（天房）礼拜，真主说：（你应当把你的脸转向禁寺。你们无论在那里，都应当把你们的脸转向禁寺）（《古兰经》二：144）。白拉依的传述：我们同穆圣朝向巴勒斯坦圣殿礼拜，历时十六、七个月，后来我们改向天房礼拜。

亲眼目睹天房和未见天房者应怎样朝向

亲眼见到天房者，应面向其房体。未见者应面向其方位。这是根据各人力所能及而言。真主对每个人只按能力责成。艾布胡勒的传述：穆圣说：“东方和西方之间的地方都是礼拜的朝方。”这是指麦地纳、叙利亚、伊拉克及美索布达米亚的北方人；埃及人的朝方在东南方之间；也门人的朝方是北方；中国人、印度人的朝方是西方。

怎样了解朝向

每个国家都有了解朝向特定的标志。如在清真寺里所修建的壁龛和指南针，都是辨别朝向的标志。

辨不清朝向者的律例

因天阴或黑暗或别的原因而辨不清朝向时，必须向人请教。若找不到请教者时，自己推断，凭推断的方向礼拜，其拜功是成功的。即使拜后知道朝向错位，也不必重礼。若拜中知道朝向错位时，就在拜中转向朝向，切不可中断拜功。

伊本·欧玛的传述：人们在古巴邑清真寺正做晨拜，这时候来了一个人，他说：穆圣昨天夜里得到启示：“真主命令他朝向天房礼拜。”故你们应该朝向天房礼拜。大家本来都是面向叙利亚礼拜的，现在统统转向天房礼拜。

若以推断的方向礼了一番拜后，想再做另一番拜时，必须再次推断。若推断有新的改变时，就执行新的推断结果，而不必重礼第一次推断的拜功。

什么情况下不朝向天房

朝向天房是主命。但在下列情况下可以不朝向天房

（1）骑乘者礼副功拜时，可以在骑乘物上礼拜，他要指点鞠躬、叩头，但叩头要低于鞠躬。骑乘物走向那里，那里便是他的朝向。热比尔之子阿密尔的传述：我见穆圣在骑乘物上照着骑乘物行走的方向礼副功拜，并用头指点。但主命拜没有这样做过。《艾哈默德圣训集》中有：穆圣从麦加来到麦地纳时，在骑乘物上礼拜，骑乘物走向那里，他就朝向那里。故降示了这段经文：（无论你们转向哪方，那里就是真主的方向）（《古兰经》二：115）。伊布拉欣说：我们原来在骑乘物上礼拜时，骑乘物走向那里，我们就朝向那里。伊本·哈兹姆说：根据圣门弟子、再传弟子的传述，居家者和旅行者都可以执行这种律例。

（2）受强迫者、病人、恐惧者礼拜时，怎样朝向

上述三种人无能朝向天房礼拜时，可以不朝向天房。穆圣说：“我凡命令你们做的一件工作，你们要尽力遵之。”真主说：（如果你们有所畏惧，那么，可以步行着或骑乘着做礼拜）（《古兰经》二：239）。伊本·欧玛说：如果你们害怕时，可以朝向，也可以不朝向的礼拜。

你如何祈禱



祈禱的开始：依玛目“只念这句，你不必说。如果你独自祈禱，你需要说。（如果你不能记忆，它是确定从纸张阅读。）s

<p style="text-align: center;">الله أكبر ، الله أكبر (1)</p> <p>拼音：安拉乎艾克拜勒，安拉乎艾克拜勒，</p> <p>译文：真主最伟大</p> <p style="text-align: center;">أشهد أن لا إله إلا الله (2)</p> <p>拼音：艾什海都，安俩依俩海，</p> <p>译文：我作证万物非主唯有安拉。</p> <p style="text-align: center;">أشهد أن محمدا رسول الله (3)</p> <p>拼音：艾什海都按呐，穆哈埋竟饶苏伦啦</p> <p>译文：我作证，穆罕默德是安拉的使者</p> <p style="text-align: center;">حي على الصلاة (4)</p> <p>拼音：哈也尔来索俩提</p> <p>译文：快来礼拜</p>	<p style="text-align: center;">حي على الفلاح (5)</p> <p>拼音：哈也尔来里拂俩哈</p> <p>译文：快来成功</p> <p style="text-align: center;">قد قامت الصلاة ، قد قامت الصلاة (6)</p> <p>拼音：格得，尔麦停索俩吐</p> <p>译文：拜已成班。（重复两次）</p> <p style="text-align: center;">الله أكبر ، الله أكبر (7)</p> <p>拼音：安拉乎艾克拜勒，安拉乎艾克拜勒，</p> <p>译文：真主最伟大</p> <p style="text-align: center;">لا إله إلا الله (8)</p> <p>拼音：俩一俩海，印兰拉乎</p> <p>译文：万物非主，唯有安拉</p>
---	--



3

口念:

1. **بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ** 拼音:比思命俩黑, 勒哈玛拧, 勒黑米 | 译文:凭着普慈的特慈的安拉的尊名。

2. الحمد لله رب العالمين, الرحمن الرحيم, مالك يوم الدين, اياك نعبد و اياك نستعين, اهدنا الصراط المستقيم, صراط الذين انعمت عليهم, غير المغضوب عليهم و لا الضالين(امين)

拼音:比思命俩黑勒哈玛拧勒黑米。艾里哈木独领俩黑, 然比里阿来米乃, 安勒哈玛拧勒黑米, 玛里克一腰命低尼, 印押开乃阿不独, 我印押开乃思台儿一奴, 依合敌难, 随拉脱里木思台 给埋, 随拉团来贼乃, 艾乃阿木台阿来黑木, 扼垒里埋额独比, 阿里黑木, 我兰多阿立乃。(阿米乃!)

译文:一切赞颂全归安拉, 众世界的主, 普慈特慈的主, 执掌报应日的主。我们唯独拜你, 唯独求你襄助, 求你引导我们走正道, 你所佑助者的路, 不是受恼怒者的路, 也不是迷误者的道路。(主啊!你准允吧!)



双手置于胸口, 右手搭在左手上。

两脚不并拢, 之间距离不超过肩宽

目视叩头处

3. 接念《古兰经》其他章节, 如 108章:

إنا أعطيناك الكوثر, فصل لربك وانحر. إن شانئك هو الأبتر

拼音:比思命俩黑勒哈玛拧勒黑米。

印那艾尔托以那, 开里考塞勒, 拂算离, 力然比开我乃哈勒, 印乃沙你艾开, 胡外里艾不台勒。

译文:我确已赐你考赛雷, 故你应当为你的主而礼拜, 并宰牲。怨恨你者, 确是绝后的。

4 念 الله أكبر

拼音:安拉乎艾克拜勒

译文:真主最伟大

念

سبحان ربي العظيم

拼音:素不哈乃然比也里 而咀迷。(三遍)

译文:赞颂养育我的主尊大



双手置于膝盖上

目视脚趾

5

起身:随着念下列赞词而起立, 并将手垂下:直身念:

سمع الله لمن حمده

念 拼音:塞米安拉胡立埋乃哈米代合

译文:真主的确能听到人们的赞颂。

“依玛目”只念这句, 跟拜者则念下文:

ربنا و لك الحمد

拼音:然白拿, 来开里哈木都

译文:主啊!赞美你!

如果单礼, 二句都要念。



目视叩头处

6

脚尖不可离地，
脚跟并拢

□念：
الله أكبر

拼音：安拉乎艾克拜勒

译文：真主最伟大

سبحان ربي الأعلى

拼音：苏不哈乃，然比耶里艾尔俩。
(三遍)

译文：赞养育我的主清高，
超绝！

双手贴紧身体，
两肘着地

不可闭眼，
要目视鼻尖



7

左脚外侧着地，
坐于左脚上。
右脚接着左脚，
内侧着地平放。

□念：
الله أكبر

拼音：安拉乎艾克拜勒

译文：真主最伟大

ربى اغفر لي

拼音：然比扼喝拂里

你说：我的上帝原谅我

双手置于膝盖上

目视膝盖



8

脚尖不可离地，
脚跟并拢

□念：
الله أكبر

拼音：安拉乎艾克拜勒

译文：真主最伟大

سبحان ربي الأعلى

拼音：苏不哈乃，然比耶里艾尔俩。
(三遍)

译文：赞养育我的主清高，
超绝！

双手贴紧身体，
两肘着地

不可闭眼，
要目视鼻尖



9 . 你重新站起来，并重复步骤 1,2,3,4,5,6,7,8

图片

但是，在图 3: 接念《古兰经》其他章节, 如112章:
قل هو الله أحد، الله الصمد، لم يلد و لم يولد، و لم يكن
له كفوا أحد

拼音：比思民俩黑热哈玛尼热黑米

古里胡万拉胡艾哈儿的，安拉混索麦的，来目爷里
的，我来目由来的，我来目爷困来胡库夫我
乃艾哈的。

你说：他是真主，是独一无二的主；

是万物所仰赖的；他没有生产，

也没有被生；没有任何物可以做他的匹敌。

10. 中坐念台善乎代

التحيات لله و الصلوات الطيبات، السلام عليك أيها النبي و رحمة الله و
بركاته ، السلام علينا و على عباد الله الصالحين ، أشهد أن لا إله إلا الله
وأشهد أن محمدا عبده و رسوله

拼音：按台恨亚图领俩黑，万索来挖图，万团一巴图，按塞俩
木阿来开，按由汉乃宾由，我热合理吞拉黑，我百勒卡图乎，
按塞俩木阿来那，我阿俩，而巴丁俩黑，索阿立黑乃，
艾石海独按，俩一俩海印兰拉胡，我艾思海独按乃，
穆罕埋代乃，阿不独胡我勒苏卢胡。

译文：舌肉的功课，身体的功课，财帛的功课都是为了真主而
做的！愿真主赐我们的圣人安宁，慈悯和吉庆！愿真主赐给我
们和一切清廉的奴仆以安宁！我作证，万物非主，唯有真主；
我又作证，穆罕默德是真主的仆人，是真主的使者。

11 . 在最后一个，重复 10，以及下列各项：

اللهم صل على محمد و على آل محمد كما صليت على إبراهيم و
على آل إبراهيم في العالمين إنك حميد مجيد

拼音:安拉洪麦算里，而俩，穆罕默丁，我而俩，阿力穆
罕默丁，克玛算来台，而俩，伊布拉黑麦，我而俩，阿力
伊布拉黑麦，非里阿来米乃，印乃克，海米东，麦吉旦。

译文：主啊！求你赐福穆罕默德圣人，及其家属，犹如你
在世界上赐福伊布拉黑麦圣人及其家属一般。你确是可赞
的，伟大的！

السلام عليكم و رحمة الله



拼音:安塞俩目阿来库目，我勒哈埋吞拉黑

译文：主的安宁与慈悯在你上

五次礼拜的时间：

1-晌礼拜的时间：是从太阳偏西至万物的影子类似它的本身，并非相等的影子。到了晌礼的时间赶紧礼拜为最佳，除非是天气酷热或严寒，延迟礼拜属于圣行。晌礼共有四拜主命拜。

2-晡礼拜的时间：是从晌礼拜的时间结束至太阳发黄，在特殊的情况下，允许延长至日落。到了晡礼的时间赶紧礼拜属于圣行，晡礼共有四拜主命拜。

3-昏礼拜的时间：是从太阳没落至红霞消失。到了昏礼的时间赶紧礼拜属于圣行，昏礼共有三拜主命拜。

4-宵礼拜的时间：是从红霞消失至午夜，在特殊的情况下，允许延长至第二次黎明。如果便利，延长至夜晚的三分之一为最佳，宵礼共有四拜主命拜。

5-晨礼拜的时间：是从第二次黎明开始至太阳出升。到了晨礼的时间赶紧礼拜为最佳，按照圣行，可以在黎明前的黑暗进入，也可以在黎明前的黑暗结束，有时在天光发亮时结束。晨礼共有两拜。

布莱德（愿主喜悦他）的传述，有个男子来请教先知（愿主赐福之，并使其平安）关于礼拜的时间，先知对他说：“你跟我们一起礼这两天的拜吧！”（第一天）当太阳偏西时，他命令比俩里念宣礼，然后命令他念成拜词，礼了晌礼，然后又命令比俩里念宣礼与成拜词，礼了晡礼，当时太阳还很高，是纯白色的；当太阳没落时，他命令比俩里念宣礼与成拜词，礼了昏礼；然后当晚霞消失时，他又命令比俩里念宣礼与成拜词，礼了宵礼，然后在黎明升起时，他命令比俩里念宣礼与成拜词，举行晨礼。当到了第二天时，他命令比俩里念宣礼，然后将晌礼延迟到凉爽时才礼，将晌礼延迟到凉爽时礼为可佳的；然后他在太阳还很高时就礼了晡礼，但他已将晡礼延迟到超越昨天的时间，然后在晚霞消失前礼的昏礼，在夜晚的三分之一过去后才礼的宵礼，然后他在天光发亮时才礼的晨礼。然后他问：“询问礼拜时间的人在哪里？”那个人说：“是我，主的使者啊！”使者说：“你们礼拜的时间就是在你们所看见的之间。”

酷热时何时礼拜？

如果天气酷热，根据圣行可以把晌礼延迟到晡礼前，因为先知（愿主赐福之，并使其平安）曾说：

“如果天气酷热，你们可以推迟礼拜！因为酷热是火狱散出的热气。”

无法辨别礼拜时间的区域：

谁如果在夏天太阳不落山、冬天太阳不出升的地区居住，或者是他居住在连续六个月的白天与六个月的黑夜的区域，那么，他们应当在每二十四个小时之内礼五次拜，他们可以根据最接近他们的、能辨别主命拜时间的地区来确定每次礼拜的时间。

一切赞颂，全归安拉——众世界的养主。他规定礼拜为信士定时的义务，他告诉人们，对于礼拜敷衍塞责的人，就是阳奉阴违的人。我作证：除安拉外绝无应受崇拜的，他独一无二；我又作证：穆罕默德是他的仆人和使者。愿安拉赐予他、他的家眷、弟子以及追随他们行善的人们幸福平安！

人们啊！你们当敬畏安拉，应深思自己为什么被创造？安拉创造你们的目的是为了敬拜安拉，不以任何物举伴他。

安拉在《古兰经》中说：

“你说：‘我的礼拜、我的牺牲、我的生活、我的死亡，的确都是为安拉，全世界的主。他绝无伙伴，我只奉到这个命令，我是首先顺服的人。’你说：‘安拉是万物的主，我能舍他而另求一个主吗？’各人犯罪，自己负责，一个负责的人，不负别人的罪，然后，你们将来要归于你们的主，而他将把你们所争论的是非告诉你们。”（6:162-164）

非常清楚，这里要求穆斯林的所有善功应该只为独一无二的安拉而为，因为他是万物的养主。严禁用任何功修来敬事除安拉以外任何人或物。不能用来敬事安拉的任何功修用以敬事偶像、活人、死人还是君王；不能用来徇私情、图现世、沽名钓誉及哗众取宠。任何掺入一丝半毫举伴意念或行为的功修都是徒劳无益的。

如果我们观察一下现实生活中的某些人，我们会发现这些人浑浑噩噩，只知吃喝拉撒睡，结婚生子繁衍后代，用欲望淹没了天性，浑然不知自己生存的意义。

有些人放弃了教门功修，如同隐昧者一样，精神空虚地生活在这个世界上。他们不信主，也不信清算日；而又有些人思想混乱，崇拜安拉的同时也崇拜“多神”，喜爱偶像犹如喜爱安拉，为这些偶像花费钱财犹如为主道奉献钱财。

今天有许多穆斯林放弃了伊斯兰的五大功修或其中的部分功修，尤其放弃或轻视了教门的支柱——拜功。很多人长年累月不礼拜，或漫不经心或心血来潮时做一部分，放弃一部分。

须知，礼拜是伊斯兰五功之一，是伊斯兰的支柱，是先知（愿主福安之）临终之际的最后嘱托。因此当礼拜被荒废时，一个人的教门便无从谈起。

安拉的使者（愿主福安之）说：“礼拜是信仰与不信的分水岭，谁放弃了拜功，谁确已隐昧了。”（伊本·马哲、穆斯林等辑录）

安拉在《古兰经》中说：

“在他们去世之后，有不肖的后裔继承他们，那些后裔废弃拜功，顺从嗜欲，他们将遇迷误的恶报，但悔罪而信道，且行善者除外，他们将入乐园，将不受丝毫亏待。”（19:59-60）

很多穆斯林兄弟懒于参加众礼，这也是废弃拜功的一种表现。他们不愿意到清真寺参加集体礼拜，即使他们的家距清真寺近在咫尺，即使宣礼员的声音在他们家的上空回荡也罢，他们充耳不闻，好像集体礼拜跟他们没有任何关系一样。

安拉的仆人啊！敬拜安拉是万善之源，是作为仆人最应该履行的宗教义务，而安拉的权利就是人们敬拜他，不以任何物举伴他。这是安拉派遣的所有使者要求他们民族的第一要事。

《古兰经》云：

“我在每个民族中，确已派遣一个使者，说：‘你们当崇拜安拉，当远离恶魔。’”（16:36）所有的使者都对他们的民众说：

“我的民族啊！你们要崇拜安拉，除他之外，绝无应受你们崇拜的。”（7:59）

亲爱的穆斯林兄弟们！崇拜安拉是我们的义务，而礼拜就是崇拜的安拉一种最直接表现。每当我们拜中诵读：“我们只敬拜你，我们只求你襄助”（1:5）时，我们确已在同安拉结约，在向安拉表白：我们只敬拜他，只求他襄助。

安拉规定我们务必在每日特定时间内履行五番拜功。我们应当按时完成，没有特殊情况不得提前，不得推迟。安拉说：

“拜功对于信士确是定时的义务。”（4:103）

有很多圣训对五番拜功的具体时间做了详细的说明。比如下面这段圣训：扎比尔的传述：哲卜依勒天使来到安拉的使者（愿主福安之）跟前说：“你礼拜吧！”使者礼了晌礼，那时太阳刚刚偏西；晡礼的时间到了，天使说：“你礼拜吧！”使者礼了晡礼，那时物体的影子正好是物体本身长度的一倍；当昏礼的时间到了，天使说：“你礼拜吧！”使者礼了昏礼，那时太阳已经落山了；当宵礼的时间到了，天使说：“你礼拜吧！”使者礼了宵礼，那时晚霞已经散尽；当晨礼的时间到了，天使说：“你礼拜吧！”使者礼了晨礼，那时曙光已经闪耀。（艾哈默德等辑录）

安拉的仆人们啊！每位信士都应该按时履行每番拜功，不可提前，亦不得推迟。除非遇到外出旅行或生病等特殊状况，即便是在这些特殊状况下，教法也不允许放弃拜功，而是特许并礼及短礼，站着礼、坐着礼、指点礼等特殊变通。毫无合理的托辞，随心所欲推迟拜功的人，确实已经荒废了拜功了，可视为犯罪。安拉在《古兰经》中对这种人表示惋惜：

“伤哉！礼拜的人们，他们是忽视拜功的。”（107:4-5）

伊本·阿巴斯说：“‘忽视拜功’的意思并不是指完全放弃拜功，而仅仅是指推迟礼拜时间。”赛义德·本·穆塞耶布说：“‘忽视拜功’指的是不按时礼拜，比如，不礼晌礼直到晡礼拜时间到了才匆匆去做，不礼晡礼直到昏礼拜时间到了才匆匆去做，不礼昏礼直到宵礼拜时间到了才做，不礼宵礼直到清晨才做，不礼晨礼直到太阳显照后才做。”生门弟子赛尔德传述，他说：“我向安拉的使者（愿主福安之）询问‘他们是疏忽拜功的’这节经文的奥义，安拉的使者说：‘就是推迟时间，不按时礼拜。’”（坂匝勒辑录）称他们为礼拜的人，可他们轻视拜功。以“伤哉”警告他们，那是最严厉的刑罚。”

安拉在《古兰经》中还强调：

“信道的人们啊！你们的财产和子女，不要使你们忽略了记念安拉，谁那样做，谁是亏折的。”（63:9）

《古兰经》注释家们说：“记念安拉”指的是做五番拜功。因忙于财帛儿女、金钱地位、买卖贸易而忘却礼拜的人确是亏折的。金钱和儿女对他毫无益处。”

愿安拉以伟大的《古兰经》赐福我和你们，使我们大家受益于天经的启示和教诲。祈望主饶恕我和你们所犯的罪过，向安拉忏悔吧！安拉是至恕至慈的。

安拉的仆人啊！不要忘了我们尊贵的先知在归真前留下的最后遗言不是财产，也不是权利，而是礼拜和善待下人：“礼拜，礼拜，善待下人。”（艾哈迈德辑录）可是，我们当中有多少人不时礼拜，有多少人疏忽礼拜，又有多少人轻视礼拜甚至放弃礼拜？但是，人很会为自己寻找托辞，比如：田间劳作忙碌，无暇礼拜；商店生意红火，哪能抽出时间；清早睡梦甜甜，没能早点醒来；游戏玩耍快活，不忍败了兴致……等等，总之能找出一百个不做礼拜的借口。其实，所有的借口归于一点，那就是信仰还没有进入他们的内心中，自然不知礼拜的重要性。

当然，也有一些人确实因为某些缘故撇下拜功的情况，比如因睡觉或忘记而耽误了拜功。这种情况下他可以即速还补，因为安拉的使者说过：“忘记礼拜的人，什么时候想起来了，就让他立即礼之。”（伊本·马哲、艾哈迈德等辑录）假如因为同样的原因或忙碌而一撇下了一天中的几番拜功，那么，他可以按照晨礼、晌礼、晡礼、昏礼、宵礼的次序进行还补。很多人在这方面疏忽大意，甚至犯下了很大的错误，撇了几番拜，却故意当前不还补，待到第二天的时候，晌礼时还补失去的晌礼、晡礼时还补失去的晡礼……，还有些人更是荒唐，撇下几年甚至几十年的拜功，到老了，闲了，再还补。

安拉说：

“我确是安拉，除我外，绝无应受敬拜的，你应当崇拜我，当为记念我而谨守拜功。”（20:14）

又说：

“你们当谨守许多拜功和最贵的拜功，你们当为安拉而顺服地立正，如果你们有所畏惧，那么，可以步行着或骑乘着做礼拜，你们安全的时候，当依安拉所教你们的礼仪而记念他。”（2:238-239）

亲爱的穆斯林兄弟们！安拉并不需要我们的拜功，但是我们自己需要，因为虔诚的日常拜功能够强化我们的信仰，使我们过上高尚的、服从安拉的生活。礼拜的作用在于不断地增强我们的信仰，增加我们的勇气、真诚和信心，净化我们的心灵，擢升我们的灵魂和道德。难道这段《古兰经》文还不够教我们谨守拜功吗？

“你当谨守拜功，拜功的确能防止丑事和罪恶，记念安拉确是一件更大的事。安拉知道你们的做为。”（29:45）

主啊！祈求你宽恕我们过去的疏忽大意吧，求你让礼拜自然地成为我们生活的一部分，成为自觉的习惯吧。

祈求伟大的安拉接受我们每一个人的拜功，通过拜功饶恕我们每一个人的罪过，并且让我们进入下临诸河的乐园。

（阿敏）

坏小净的事项是：

- 1— 前后两窍的排泄物（大小便、下气等），只除从妇女的阴道排出的气体，它不坏小净。
 - 2— 大小便从其正常出处（两窍）以外的地方排出。
 - 3— 失去理智，其中包括理智完全丧失，如痴呆，还包括由于睡眠、昏厥、醉等原因，导致的暂时性的理智丧失。
 - 4— 触摸生殖器，由萨夫万之女拜萨莱传述，她曾听真主的使者（真主的称赞、祝福与安宁属于他）说过：“谁触摸了他的生殖器，就应小净。” 艾布达乌德圣训集（做净篇/154），艾勒巴尼在《艾布达乌德圣训集中之可靠圣训》（第 166 段）中称其为确凿可靠的圣训。
 - 5— 吃驼肉，由贾比尔·本·萨姆莱传述的圣训，一名男子问贵圣（真主的称赞、祝福与安宁属于他）：“我因吃了驼肉而做小净吗？” 贵圣回答他说：“是的。” 穆斯林圣训集（月经篇/539）。需要提起注意的是，无论是否怀着情欲抚摸妇女的身体，均不坏小净，只有由于抚摸，而致使有东西排出体外时，才需要小净。
- 可参考伊本欧赛悯教长的《穆目塔阿注释》第 1 册，第 219—250 页。
及《学术论文与教法判断常委会之教法判例》第 5 册，第 264 页。

穆罕默德·萨利赫·穆南吉德教长

清高的安拉说：“信道的人们啊！当你们起身去礼拜的时候，你们当洗你们的脸、洗手至两肘；当摸头，洗两脚至两踝骨”。(5:

6)

小净有主命 6 件：1、举意；穆圣说：“一切功修只以意向为转移，每个人均可获得他所举意的”。2、洗脸；3、洗手到肘；4、摸头；5 洗脚至两踝骨；6、接连、不中断，按次序；穆圣说：“你们当以真主规定的次序开始（作小净）”。小净有圣行 16 件：1、开始念‘特斯米’；2、刷牙；3、洗手三次；4、漱口三次；5、呛鼻三次；6、洗胡须；7、洗指缝；8、每窍洗三次；9、先右后左；10、洗时手要接触肢体；11、抹两耳；12、搜指缝；13、按顺序；14、连续洗；15、摸脖子；16、净下。（穆斯林生活中的圣行）。

它们都有哪些益处呢？

一：从净下谈起，净下，它不单纯是洗小净中的圣行，它还是穆斯林生活中的圣行，穆斯林在大小便后，要用水把大小便处洗净，不但洗去了污秽，达到了卫生的目的。而且也对肛门进行了 30——50 次的按摩，同时还能起到促进健康的作用。有资料表明，按摩肛门可以治疗痔疮和便秘。肛门位于躯干下部，低于心脏，血液回流比较困难。同时，人的直肠上静脉及分支没有静脉瓣，血液由下向心脏回流时，速度大受影响，很容易瘀积在肛门周围的局部，于是静脉便在疏松的粘膜和皮下扩张成痔疮。虔诚的穆斯林每天 3—5 次小净，30——50 次的按摩。当然没有痔疮痛苦。这也正是穆斯林国家几乎没有一例痔疮患者，而中国有“十人九痔”的原因之所在。随着生活水平的不断提高，许多大城市建了豪华卫生间，冲洗、烘干一条龙服务。但从对人体健康，改善便秘和痔疮方面仍没有伊斯兰的净下方式科学。目前，我国有一定规模的美容院，按摩店有一千两百多家，有按摩腿的；有按摩腰的；有按摩面容的；也有按摩脚的（足疗）。有一种按摩早一千四百年前已被奉行，迄今已十多亿穆斯林受益。至今仍未被非穆斯林和按摩行业人士发现。所以，中国有“十人九痔”之说，有不计其数的痔疮患者，每天都在忍受着难言之隐。

二：漱口、刷牙，艾布胡莱勒传述，穆圣说：“假设不是怕我的教民有困难，我必命令他们每番拜刷牙一次”。阿依莎的传述，穆圣说：“刷牙礼拜的回赐优越没有刷牙礼拜的七十倍”。国际上牙刷仅有 200 年的历史，而穆斯林刷牙已有 1400 年的历史了。当时，阿拉伯有一种树，树枝和树根皆用来刷牙，它含有多种对牙齿、牙龈和口腔有益的微量元素。为什么要刷牙呢？口腔学专家称：“据统计，90% 的人有牙周炎、牙龈炎。症状为：牙龈红肿、牙床流脓、牙齿松动。它们会引发糖尿病，而且对心脏、孕妇也有一定影响。不可等闲视之。导致牙周炎的主要原因是口腔不卫生。细菌产生毒素，刺激牙龈产生炎症。这些牢牢粘附在牙齿表面的细菌形成的一层膜叫牙菌斑。必须用牙刷才能将它清除掉。牙菌斑在牙面上时间长了还会钙化，形成结石。牙结石会加剧牙周炎的发展，只有通过刷牙去除牙结石来治疗牙周炎。

所以，穆圣一再暗示：“假设不是怕我的教民有困难，我必命令他们每番拜刷牙一次”。由此体现了伊斯兰的口腔卫生学。老年人没牙也要刷吗？对！刷牙不仅仅保护牙齿卫生、预防蛀牙，而且对整个口腔都有重要作用，还可预防老年性肺炎。人吃东西时，食物进入食道而不会进入呼吸道，因为吞咽反射会把呼吸道与消化道精细地区分开来。即使有少量口腔异物进入呼吸道，也可通过咳嗽反射，毫不保留地咳出体外，保持呼吸道的纯净。老年人吞咽反射和咳嗽反射功能都有所下降，因此把关不严，口腔中的异物有可能误入呼吸道，引起吸入性肺炎。刷牙时，牙刷刺激牙龈、牙槽，引起兴奋，传至中枢神经，可使中枢神经所支配的吞咽反射和咳嗽反射功能增强，有益于保持呼吸道的纯净。从而降低老年人吸入性肺炎的发病律。这就是穆圣强调我们刷牙的科学道理。

三：呛鼻，即洗鼻子；鼻子的作用有四样：呼吸、净化空气中的微尘、调节吸入空气温度、美观。人的鼻孔内长了很多杂乱的绒毛，它就像一个过滤网，有了它，才能有效的阻止空气中的灰尘，这是头道关。第二道关就是鼻粘膜，它能经常分泌粘液，把漏网之鱼——灰尘粘住。所以，它是一个非常科学的除尘设备。除此之外，鼻子还有一套用来保护肺部受寒的“预热设备”。在鼻孔里还有几片布满毛细血管的薄肉片，医学上叫鼻甲。他像一排“暖气片”，把吸入的冷空气预热一下，然后再进入肺部，避免肺部受寒而导致咳嗽、肺炎等疾病发生。《新民晚报》曾推出“呛鼻水疗法”防感冒的文章。文中介绍一鼻炎患者，坚持用呛鼻水疗法，十年如一日，至今从未患过感冒、咳嗽，十多年未治愈的过敏性鼻炎也有显著好转。这就是礼拜人身体健康，鹤发童颜的原因之所在。所以，教法规定：小净中呛鼻三次，而且要呛酸，是非常必要的。像这样一天 24 小时都在工作的过滤网，有必要定时清理。朋友！你可能每天洗脸、洗手、洗脚，你可能很少洗鼻子。

四：抹耳；就是用两个食指和拇指蘸净水，清理耳朵眼、耳轮廊，再用拇指抹耳背部，然后用毛巾擦。每天 3——5 次的小净中，都要重复类似的程序。1、它能清除耳内的污垢；2、是对耳朵的保健按摩。耳朵处在身体的末端，脆骨多，肉少，血管细，血液循环慢。所以，周身耳朵最凉，寒冬季节常被冻烂。经常按摩耳部，能促进血液循环，可有效的避免耳部冻疮。经常按摩两耳，可起到改善睡眠、增进食欲、大便通畅、平稳血压的效果。长此下去，自然会神清气爽、精力充沛、面色红润、耳聪明目，从根本上延缓了自身衰老。从外表看，耳朵像一个胎儿，倒挂在人的头部双侧。耳朵上有人体的各部位，包括四肢、躯干和内脏。人体内各部位与耳朵上各部位有一种特殊的独立的联系。即心连“心”，肺连“肺”，手连“手”臂连“臂”，这种独特的联系是由人体内生物电沟通的。耳虽小，它有 200 多个穴位，中医学认为：肾为先天之本，而肾开窍于耳。因此，经常按摩两耳，可刺激穴位，按摩经络，调动体内正气，达到增强机体对疾病的抵抗能力，起到防病的作用。按摩两耳还能促进血液循环，防止动脉硬化，消除疲劳。对耳鸣、眼花、失眠等都有较好的辅助治疗效果。

五：洗两脚，用温水洗，每天也是 3——5 次，先右后左，要求用左手拇指，反复搜洗脚趾缝，这样既能把脚趾缝间的污垢洗净，又能对双脚进行保健按摩。因为，双脚处在身体的最末端，血液循环差。在肢体中，脚负重最大，经常用温水洗脚，有助于双脚休息和保暖。如果脚部受凉，会反射引起鼻、咽、气管等上呼吸道黏膜的改变，使机体抵抗病原微生物的能力下降。潜伏在体内的致病菌就会乘机大量繁殖，而导致发病。“寒头暖足”是古代医学家泻实补虚的治疗准则，也是一条养生保健的重要原则。足是离心脏最远的肢体，易受寒邪侵袭，特别是严冬季节。有的人喜欢围炉烤火，其实，常用火炉烤脚，易导致皮肤皲裂。最好的暖足方法是用热水烫脚。另外，按摩双脚还可以使浊气下降，并能清肝明目，对治疗神经衰弱、失眠、耳鸣、高血压等均有疗效。具有祛病健身，延年益寿之功效。现在新兴起的“足疗”行业，深受欢迎。其不知，早在一千四百年前，“足疗”已成为穆斯林洗小净中必不可少的环节了。伊斯兰不单纯是一种宗教，它还是一套安全、健康的生活方式。从功修到生活无不与人的健康有着密切的关系。看到此，你愿意认识伊斯兰，并亲身体会小净给人类带来的健康吗？

希望这篇文章能让你认识小净对人类健康的贡献、真主创造的玄妙和大能。更希望你能从中认识伊斯兰的真理和伟大务。”〔4:103〕，“拜功确能止丑事和罪恶。”〔29:45〕礼拜是穆斯林的标志。

伊斯兰教规定，穆斯林在履行拜功前都必须进行沐浴，取得身心上的洁净，沐浴有“大净”和“小净”之分。“大净”即用清洁的水，按一定的顺序及方式冲洗全身；“小净”即用清洁的水，洗净身体的局部，如手，脸，口，鼻，双脚等。同时规定，夫妇房事后，妇女月经以后，男子泄精后都必须进行“大净”，而大小便后亦须清洗下身。真主在《古兰经》中说：“信道的人们啊！当你们起身去礼拜的时候，你们当洗脸和手，洗至于两肘，当摩头，当洗脚，洗至两踝。如果你们是不洁的，你们就当洗周身。如果你们害病或旅行，或从厕所来，或与妇女交接，而得不到水，你们就当趋向清洁的地面，而用一部分土摩脸和手。真主不欲使你们烦难，但他欲使你们清洁，并完成他所赐你们的恩典，以便你们感谢。”〔5：6〕

拜功的仪式主要由端立、诵念《古兰经》经文、鞠躬、叩头、跪坐等动作构成。虔诚的拜功应该是稳稳地完成每一个动作，因为拜功中的动作是我们生活中穆斯林很少有的一些动作，只有在仆人对主完成拜功中才有的动作。在每一个动作中来参悟真主对人类的创造，使人能站立、鞠躬、而且叩头，打座。作每一个动作时来参悟真主的大能和对人类的慈悯。这样必使我们对主谦功。主要拜功有一日五次拜，每周一次的聚礼拜（即主麻拜），一年两次的会礼拜（即古尔邦节和开斋节的礼拜）。

每天的五番拜功为：早晨的晨、中午的晌礼、下午的晡礼、傍晚的昏礼和睡前的宵礼。