



逊尼派之领袖的 786 条忠告

Presented by:
Al-Madinah al-Ilmiyah (Islamic Research Centre)

Translated into English by:
Translation Department (Dawat-e-Islami)



道乘筛赫、逊尼派之领袖、达瓦特·伊斯拉米之创始人、阿拉玛、毛拉、阿布·比拉勒、
穆罕默德·伊里亚斯·阿塔尔·卡迪里·拉扎维·齐亚伊 دامت بركاتهم العالمة 的有于社会、
社交、医学和道德的语录集锦

逊尼派之领袖的 786 条忠告¹

在本书中，你将读到：

- 可敬的穆夫提的见解、
- 关于改善国家和民族的 4 条忠告、
- 关于健康的 41 条忠告、
- 给每一个人的 51 条忠告。

发行：麦地那·图·伊利米雅（伊斯兰研究中心）

翻译：翻译部

¹ 翻译过程中有所删减，总数可能不足 786 条。

逊尼派之领袖的 786 条忠告

Ameer-e-Ahl-e-Sunnat ki 786 Nasihatayn 中文译本

版权所有

版权 © 2024 马克塔巴·图·麦地那

未经马克塔巴·图·麦地那的事先书面许可，本出版物的任何部分不得以任何形式或方式（电子、机械、复印、录音或以其他方式）复制或传播。

第一版：伊历 1445 年都尔喀尔德月（2024 年 6 月）
翻译：翻译部（达瓦特·伊斯拉米）
出版：马克塔巴·图·麦地那
数量：3000



赞助

如果您想要通过赞助印刷一本宗教书册把回赐转给您亡故的家人，请随时联系我们。

马克塔巴·图·麦地那

巴基斯坦卡拉奇，法伊赞麦地那，全球迈达尼中心

Aalami Madani Markaz, Faizan-e-Madinah Mahallah Saudagran,

Purani Sabzi Mandi, Bab-ul-Madinah, Karachi, Pakistan

邮箱: global@maktabatulmadinah.com | feedback@maktabatulmadinah.com

电话: +92-21-34921389-93

网址: www.dawateislami.net | www.maktabatulmadinah.com

目录

道乘筛赫、逊尼派之领袖、达瓦特·伊斯拉米之创始人、阿拉玛、毛拉、阿布·比拉勒、穆罕默德·伊里亚斯·阿塔尔·卡迪里·拉扎维·齐亚伊 <small>دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةَ</small> 的有关于社会、社交、医学和道德的语录集锦.....	1
逊尼派之领袖的 786 条忠告.....	1
阅读本书的十个举意.....	1
两颗中文珍珠.....	1
举意.....	1
前言.....	2
逊尼派之穆夫提、.....	4
穆夫提穆罕默德·卡西姆·阿塔里·卡迪里 <small>مُدَّ ظِلُّهُ الْعَالِ</small> 的见解.....	4
阿拉玛、毛拉、穆夫提、富扎伊尔·拉扎·卡迪里·阿塔里 <small>مُدَّ ظِلُّهُ الْعَالِ</small> 的见解.....	8
尼格兰·舒拉（达瓦特·伊斯拉米战略团队主管）、哈吉·伊姆兰·阿塔里 <small>مُدَّ ظِلُّهُ الْعَالِ</small> 的见解.....	9
达瓦特·伊斯拉米巴基斯坦区负责人、阿布·拉杰卜·哈吉·沙希德·阿塔里 <small>مُدَّ ظِلُّهُ الْعَالِ</small> 的见解.....	9
逊尼派之领袖的 786 条忠告.....	11
诵念赞圣词的贵重.....	11
虔诚的前辈 <small>رَحْمَةُ اللَّهِ</small> 的话语的重要性.....	11
关于良好的举意的 4 条忠告.....	12
关于全能的真主和祂的最后的先知 <small>ﷺ</small> 的 15 条忠告.....	13
关于赞圣词的 3 条忠告.....	14
关于伊斯兰教和伊斯兰教法的 26 条忠告.....	14
关于受主福佑的圣门弟子和虔诚的前辈的 12 条忠告.....	17
关于圣训的 20 条忠告.....	18
关于可敬的圣裔的 4 条忠告.....	20
关于麦加和麦地那的 8 条忠告.....	20
关于道乘的 6 条忠告.....	21
关于谢赫阿卜杜勒·卡迪尔·吉拉尼 <small>رَحْمَةُ اللَّهِ وَعَلَيْهِ</small> 的 4 条忠告.....	22

关于艾哈迈德·拉扎·汗 <small>رحمة اللوعليه</small> 的 3 条忠告.....	22
关于神圣的圣纪节的 14 条忠告.....	23
关于清真寺的 8 条忠告.....	24
关于伊玛目和穆安津的 6 条忠告.....	25
关于小净的 4 条忠告.....	26
关于礼拜的 22 条忠告.....	26
关于敬畏真主的 15 条忠告.....	28
关于真诚的 5 条忠告.....	30
关于坚忍和感恩的 25 条忠告.....	30
关于生意的 5 条忠告.....	32
关于财富和富人的 6 条忠告.....	33
关于压迫者和压迫的 5 条忠告.....	34
关于善行的 28 条忠告.....	34
关于罪恶的 26 条忠告.....	36
关于积极的猜测的 5 条忠告.....	39
关于保卫眼睛的 4 条忠告.....	39
关于说话的 26 条忠告.....	40
关于亲切和礼貌的 33 条忠告.....	42
关于自我的改造的 24 条忠告.....	44
关于改造他人的 9 条忠告.....	46
关于乌尔都语的 2 条忠告.....	47
关于学习伊斯兰书籍和宗教知识的 23 条忠告.....	48
关于改善个性的 15 条忠告.....	49
关于伊斯兰学者的 18 条忠告.....	51
给学生和老师的 11 条忠告.....	52
关于可敬的“哈菲兹”的 4 条忠告.....	53
关于莱买丹月（斋月）的 6 条忠告.....	54
关于好的同伴和朋友的 12 条忠告.....	54
给夫妻的 5 条忠告.....	55
给父母的 42 条忠告.....	56
给孩子们 的 11 条忠告.....	60

给婆婆和儿媳的 3 条忠告	61
关于坟墓和后世的 20 条忠告	61
关于动物的 4 条忠告	63
关于尔德节和牺牲的 11 条忠告	63
关于国家、民族和社会的改善的 4 条忠告	65
关于精神治疗的 8 条忠告	65
关于疗法和治疗的 23 条忠告	66
关于健康秘诀和家庭疗法的 10 条忠告	68
关于饮食和保持身体健康的 41 条忠告	69
关于好客和宴会的 7 条忠告	72
关于迈达尼频道的 3 条忠告	73
给传道者和赞圣诗诵念者的 12 条忠告	73
关于网络、手机和社交媒体的 12 条忠告	75
关于公众的误解的 2 条忠告	76
关于旅行的 3 条忠告	76
给每一个人的 51 条忠告	76
关于开展达瓦特·伊斯兰米的宗教活动的那些人的 20 条忠告	81
关于 72 项善行的 6 条忠告	83
关于迈达尼卡飞拉之旅（宣传伊斯兰之旅）的 4 条忠告	83
关于每周的集会的 8 条忠告	84
关于工作表现的 3 条忠告	85
关于会议的 5 条忠告	85
给谢赫阿卜杜勒·卡迪尔·吉拉尼的弟子的喜讯	87
以下是我的忠告！	87
通过 WhatsApp（一种即时通讯软件）成为弟子	87

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى خَاتَمِ النَّبِيِّينَ
أَمَا بَعْدُ فَأَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

阅读本书的十个举意

穆圣 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 说: نِيَّةُ الْمُؤْمِنِ خَيْرٌ مِّنْ عَمَلِهِ 即, “穆斯林的举意优于他的行为。” (Mu'jam Kabīr, 卷6, 第185页, 圣训5942)

两颗中文珍珠

- ❖ 如果没有良好的举意, 善行就不会带来报酬。
- ❖ 一个人做的良好的举意越多, 他就将获得更多的报酬。

举意

- 1-4. 每次阅读本书, 我都将先诵念赞主词、赞圣词、求护词和“太斯米”(通过诵读本页顶端的阿拉伯语句子, 你就可以践行这四个举意)。
5. 我将为了获得真主 عَزَّوَجَلَّ 的喜悦而从头到尾阅读本书。
- 6-7. 我将尽我所能在有小净的状态面向克尔白阅读本书。
8. 我将遵循《古兰经》经文
9. 和受主福佑的圣训。
10. (阅读本书时) 每当我读到真主的尊名, 我都将说 عَزَّوَجَلَّ。

前言

全能的真主的虔诚仆人——可敬的“卧里” رَحْمَةُ اللَّهِ 满腹学识和智慧，他们的美好性格和优雅的谈吐具有吸引人心的力量。一方面，这些受尊敬的人物通过他们的品格和行为将人们从迷误和无信仰中解救出来，向他们指明正道，使他们成为圣训的化身；另一方面，他们的话语和演讲的美妙和味道能够深入人心。全能的真主的虔诚仆人——可敬的“卧里” رَحْمَةُ اللَّهِ 能够避免无用的言行，并时常诵念尊贵的《古兰经》、圣训、赞主词和赞圣词。他们的谈话是尊贵的《古兰经》、圣训和虔诚的前辈 رَحْمَةُ اللَّهِ 的教诲的摘要。这就是他们的言语有影响力和智慧且能深刻地影响人心的原因。在受到全能的真主的这些虔诚仆人的言语的启发后，我们可以凭借以他们为伴而获得很高的品级并为后世做准备，这是全能的真主给我们的特别恩惠。通过虔诚的前辈的宝贵言论和话语，人们可以学会生活的方法和礼节，增加对做善功的热情，增强对罪恶的憎恨。

凭借全能的真主的恩典，逊尼派之领袖 دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةَ、达瓦特·伊斯拉米之创始人、阿拉玛·毛拉·穆罕默德·伊里亚斯·阿塔尔·卡迪里·拉扎维·齐亚伊 دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةَ 也是全能的真主的虔诚仆人之一。我认为全能的真主已经赐予了他“卧里”的品级。由于他的劝人向善而在世界各地发生的宗教变革对任何一个有健全智力的人来说都不是秘密。聆听了他的激励圣行的演讲后，成千上万的年轻人离开了罪恶的泥潭，走上了践行圣行的道路。他的作品（即，书籍和小册子）改变了数百万穆斯林兄弟姐妹的生活。在大约 42 年的时间里取得如此程度的成功，不亚于一笔巨大的财富。凭借全能的真主的恩典，很多非穆斯林变成了穆斯林，很多酗酒者、赌徒、小偷、强盗、舞者、喜剧演员、街头恶棍、赚取非法收入的人以及不戴头巾的妇女离开了罪恶的山谷，开始践行穆圣 صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 的圣行。此外，他们还成为了达瓦特·伊斯拉米的伊斯兰目标——“我必须努力完善自己和全世界的人们”的拥护者，并开始传播“劝人向善”的号召。

逊尼派之领袖的谈话充满了知识和智慧，为了努力从伊斯兰“穆扎卡拉赫”（教义问答节目）、演讲和其它活动中将他的谈话中的珍贵的珍珠收集到一处，几年前，麦地那·图·伊利米雅（伊斯兰研究中心）的一个部门“每周小册子学习”开始了一个包含逊尼派之领袖的语录的系列。他们的愿望是，就像其他虔诚的前辈 رَحْمَةُ اللَّهِ 的金玉良言一样，完美的“卧里”、逊尼派之领袖 دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةَ 的充满了知识和智慧的语录也应该让大众能够读到或听到。因此，有六本小册子在不同的场合下被陆续出版了。现在，这个愿望就要实现了。

在那六本小册子中增加了逊尼派之领袖的更多语录后，标题为《逊尼派之领袖的 786 条忠告》的合集在逊尼派之领袖的 74 岁诞辰（伊历 1445 年斋月 26 日）之际出版了。这些关于伊斯兰生活的智慧话语被分类为伊斯兰、改良、社交、医学、道德和社会主题。

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ “每周小册子学习”部门的几个穆斯林兄弟，赛义德·卡里姆丁·卡迪里·迈达尼、伊姆兰·艾哈迈德·迈达尼、比拉勒·萨伊德·迈达尼、马哈茂德·阿里·迈达尼和平面设计师阿尔萨兰·阿季米利·阿塔里在本书的准备过程中对我助益良多。这本书所包含的任何美好的事物都是全能的真主的慈悯，最后的先知穆罕默德 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 的仁爱，可敬的“卧里” رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِم 的恩惠，以及我的精神导师逊尼派之领袖 دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةِ 的祝福，而由于疏忽而犯的错误是我们的过错。愿全能的真主使这本书成为我们所有人的持续不断的“萨达卡”（自愿捐赠）和不加清算的宽恕的源泉，并使先知的追随者们有幸收获它的祝福，并使他们能够遵循这些黄金原则，在行善中度过他们的生活！愿全能的真主赐予达瓦特·伊斯拉米的所有部门（包括麦地那·图·伊利米雅和“每周小册子学习”部门）飞跃性的进步，并赐予我们在祂的慈悯的荫庇之下以真诚而坚定的态度为宗教服务的荣誉！

اٰمِيْنُ بِجَاوِزَاتِمِ النَّبِيِّنَ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ

渴望麦地那、巴奇和不加清算的宽恕

阿布·穆罕默德·塔希尔·阿塔里·迈达尼 عَفَى عَنْهُ

（“每周小册子学习”部门）

伊历 1445 年斋月 2 日（2024 年 3 月 13 日）

逊尼派之穆夫提、

穆夫提穆罕默德·卡西姆·阿塔里·卡迪里 مُدَّةِ ظُهُ اُنْعَال 的见解

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

忠告的典型含义是希望对方好，无论是以言语还是行动的形式。讲道是同样的口头忠告的一种形式，它指的是召唤一个人去做好的事情，把他从危险中拯救出来，使他的内心更加柔软，使他倾向于行善，并以邪恶行为的后果警告他。

正如身体状况恶化时需要药物一样，在宗教、道德、精神和社交生活中，需要忠告来消除或防止腐败。忠告，即，含有祝福本质的观点，被证明对改善生活非常有益。为了使忠告产生影响，忠告者的内心必须具有同情和共鸣的激情。然后，忠告的影响取决于它的性质，它的语言和方式。每个人都需要忠告，能有人给他忠告的人是幸运的。

忠告他人是一种如此高尚的行为，以至于至睿的全知的主在尊贵的《古兰经》中的多处以各种不同的方式忠告了世人。尊贵的《古兰经》是主的话语。它是指引之书，智慧之经，忠告之集。尊贵的《古兰经》中的每一个词都充满了光明，但包含重要的忠告的神圣话语是如此美丽，以至于人类的智力对这些忠告的被陈述方式感到十分震惊。请看一看《古兰经》中的忠告的一些例子。这些不是准确的翻译，而是含义。

- 每一个人都会尝到死亡的滋味。
- 得以免于火狱的刑罚并获准进入天堂的人确已成功了。
- 今世的生活只是欺骗人的享受。
- 一个人只能得到他所追求的。
- 温柔的说话和宽容胜过导致伤心事的施舍。
- 善的报酬只有善。
- 今世的给养是普通的，后世的给养，对于遵循正道的人来说，是更美好的。

- 毫无疑问，艰难与容易并存。艰难之后肯定会有容易。

忠告他人也是先知们 عَلَيْهِ السَّلَام 的圣行。从尊贵的《古兰经》经文中可以明显看出，先知们 عَلَيْهِ السَّلَام 一直在口头上和实际中忠告他们的族人，并为他们祝福。尽管他们的族人做出了愚蠢的反应，他们还是不断地、非常礼貌地对他们说：“我们只是希望你们更好。”

因此，先知努哈 عَلَيْهِ السَّلَام 对他的族人说：

أُبَلِّغُكُمْ رِسَالَتِ رَبِّي وَأَنْصَحُكُمْ

我把我的主的启示传达给你们，忠告你们。¹

先知呼德 عَلَيْهِ السَّلَام 对他的族人说：

أُبَلِّغُكُمْ رِسَالَتِ رَبِّي وَأَنَا كُمْ نَاصِحٌ أَمِينٌ

我把我的主的启示传达给你们，我是值得你们信赖的忠告者。²

先知撒立哈 عَلَيْهِ السَّلَام 对他的族人说：

لَقَدْ أْبَلَّغْتُكُمْ رَسُولَ رَبِّي وَنَصَحْتُكُمْ وَلَكِنْ لَا تُحِبُّونَ التَّصْحِيحِينَ

我确已向你们传达了我的主的启示，并忠告了你们，但你们不喜欢忠告者。³

先知舒阿卜 عَلَيْهِ السَّلَام 对他的族人说了同样的话：（《古兰经》，卷 8，《高处章》，第 62 节）

以同样的方式进行忠告和警告是全能的真主的最后的先知穆罕默德·穆斯塔法 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 的圣行。

全能的真主命令他 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ：

فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَعِظْهُمْ وَقُلْ لَهُمْ فِي أَنْفُسِهِمْ قَوْلًا بَلِيغًا

¹ 《古兰经》，卷 8，《高处章》，第 62 节

² 《古兰经》，卷 8，《高处章》，第 68 节

³ 《古兰经》，卷 8，《高处章》，第 79 节

故你当原谅他们，劝诫他们，就他们的事情对他们说一些振聋发聩的话。¹

请看一看穆圣 ﷺ 的忠告的几个宝贵的例子吧。

他说：

- 无论你在哪里，都要敬畏真主。犯了罪之后要做一件善功，因为它能消除罪恶，要善待他人。
- 一个人放弃任何无用的东西，这是伊斯兰教的美妙之处。
- 宗教是祝福的名字。
- 被征求建议的人是受托人。
- 所有行为中最好的是有益的。
- 最糟糕的盲目是心灵的盲目。
- 手心向下（即，给予者）优于手心向上。
- 虽少但能满足需要的财富，优于使人疏忽大意的大量财富。
- 最好的富裕是心灵的富裕。
- 对于后世之旅，最好的准备是虔诚。
- 向别人寻求忠告的人是幸运的。
- 宽恕他人的人也会得到宽恕。
- 如果一个人你希望他好，但他却想伤害你，与他为伴是没有益处的。
- 认识到自己的价值和地位的人不是毁了的人。

除了众先知 ﷺ 之外，尊贵的《古兰经》、圣训和传记中还提到了虔诚之士的忠告。在这方面，最著名的名字是尊贵的鲁格曼 رضى الله عنه。他是全能的真主的一个虔诚的仆人。尊贵的《古兰经》中提到了尊贵的鲁格曼 رضى الله عنه 劝告自己的儿子时给出的忠告。这些忠告的摘要如下：

¹ 《古兰经》，卷 5，《妇女章》，第 63 节

我的儿子啊！你不要以任何物或人举伴全能的真主。以物配主确是一种严重的罪行。你甚至要避免最微小的邪恶，因为即使邪恶像一粒芥菜籽那么小，而且存在于岩石中、天上、地下、洞穴中或任何地方，全能的真主也将在审判日使之呈现在作恶者面前。你当谨守拜功、止恶扬善、在艰难困苦中保持坚忍——这的确是需要极大勇气的行为。同样，不要采取傲慢自大的态度，例如，不要无礼地跟人说话。不要大喊大叫，要用适当的音量说话，因为大喊大叫的声音很粗鲁，最糟糕的声音是驴大声嘶叫的声音。此外，你当以正常的步伐走路。不要怀着虚荣心走路，因为全能的真主不喜欢任何虚荣和傲慢的人。

（摘自《鲁格曼章》）

在穆圣 ﷺ 的民族中，可以找到许多增强信仰且令人振奋的忠告，这些忠告是由受主福佑的圣门弟子们 رَضِيَ اللهُ عَنْهُمْ ، 特别是毛拉阿里——真主的雄狮 رَضِيَ اللهُ عَنْهُ 给出的。在倾向于使人改正的伊玛目中，也有来自伟大的伊玛目阿布·哈尼法 رَضِيَ اللهُ عَنْهُ 的许多忠告。同样，伊玛目哈里斯·伊本·阿萨德·穆哈西比 رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ 的《Risalah al- musstarshidin》、伊本阿塔乌拉阿塔伊亚 رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ 的《Al-Hikam al-Ataiyyah》和伊玛目阿卜杜拉·安萨里·哈拉维的《Manazil al-Saireen》等都是包含忠告的书籍形式。伊玛目加扎利 رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ 的包含忠告的《Ayyuhal Walad》也非常受欢迎。尊贵的谢赫阿卜杜勒·卡迪尔·吉拉尼 رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ 的忠告集锦——《Al-Fath al-Rabbani》和《Futuh al-Ghayb》引发了心灵和灵魂的革命，它们甚至会软化极其坚硬的心。

从虔诚的先辈们的时代开始，就有写作包含忠告的书籍或将尊贵的虔诚之士的忠告汇编成书的做法。每一个时代的虔诚的学者都写作了这类书籍，写下了忠告的话语，并把它们呈现给了大众，这样他们读过之后，他们的心就会倾向善行和功修。أَلْحَمْدُ لِلَّهِ، 《逊尼派之领袖的 786 条忠告》这本书就是这样一个链接。它包含了我的精神导师逊尼派之领袖穆罕默德·伊里亚斯·阿塔尔·卡迪里·拉扎维·齐亚伊 دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةِ 在不同的集会上给出的忠告。我的仁爱的精神导师是知识和实践的化身，是真诚和善良的化身。它具有对崇拜的热情，是高尚的行为的典范和遵循圣行的形象，充满了改良民族的精神。他的内心充满了关爱、仁爱 and 祝福的精神。毫不夸张地说，从他纯洁的心灵中发出并通过他雄辩的舌头说出的美妙而有效的话语，在数百万人的心中引发了一场革命。包含这些美好话语的忠告集锦就在你的手中。从头到尾阅读它，收获它的祝福，在你的心中给它一个位置，并通过与他人分享它使之成为持续不断的“萨达卡”的一种手段吧。愿全

能的真主赐予逊尼派之领袖 **دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةَ** 健康和长寿，并将他的祝福传播到世界各地！

اَمِيْنُ بِجَاوِزَاتِمِ النَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ

穆罕默德·卡西姆·卡迪里

2024 年 3 月 14 日

阿拉玛、毛拉、穆夫提、富扎伊尔·拉扎·卡迪里·阿塔里 **مُدَّةُ ظَنِّهِ الْعَالِي** 的见解

我浏览了这本小册子的某些部分。它是一把充满智慧和忠告的话语的花束。对聪明人来说，仅仅一个提示就足够了，而对疏忽大意的人来说，则需要多次警告。在这本小册子中，逊尼派之领袖 **دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةَ** 用简短的语言给出了如此好的忠告，这些忠告既是给聪明人的提示，也是给像我这样的疏忽大意的人的全面警告。我必须说，这些不仅仅是可以阅读然后遗忘的言词。一个人的整个生活都可以得到改善，可以在后世获得救赎。欣赏它们，真正打算按照它们行事，理解它们，并实际地尝试遵循它们的人，只要其中几点就足以改善他们。

虔诚的前辈说：以前，人们通常获得等同于面粉中的盐的有益知识，即，很少的知识，而做等同于面粉的善功，即，非常多的善功。现在，即使是做等同于面粉中的盐的善功的人也找不到了。所以，这是一种资产，一种宝藏，是许多经验中的精华。它包含了具有有益的知识和建议的极好的观点。现在，需要做的是按照它们行事，并从全能的真主那里寻求能力。只有祂才是真正的造物主和真正的援助者。以穆圣 **صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ**、他的神圣的后裔和受祝福的圣门弟子之名，愿全能的真主赐予我们恩典和慈悯，赐予我们能力，并赐予我们体面的生活和荣耀的死亡！赞主清净！祂接受纯净的事物。愿祂赐予我们洁净的生活！愿祂赐予我们有信仰和健康的善终！

鄙人富扎伊尔·拉扎

谦卑的仆人，富扎伊尔·拉扎·卡迪里·阿塔里

伊历 1445 年舍尔邦月 26 日，2024 年 3 月 7 日（周四晚上）

尼格兰·舒拉（达瓦特·伊斯拉米战略团队主管）、哈吉·伊姆兰·阿塔里 مُدَّظِّلُهُ الْعَالِي 的见解

1. 伊斯兰教法不会遵守你。你应该遵守伊斯兰教法。
2. “开斋（或宰牲）节快乐”是一种祈祷。意思是，愿开斋（或宰牲）节给你带来福赐！
3. 考试越难，证书含金量越高。

这里有类似的 786 条忠告，它们对今世和后世都大有裨益。道乘筛赫、逊尼派之领袖 **دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَّةُ** 给出的这些忠告就在你的面前。逊尼派之领袖 **دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَّةُ** 给出的忠告是如此有影响力，以至于我们观察到数百万先知的追随者在聆听了他充满忠告的智慧之言后，成功地使他们自己的生活有了极好的改变。无论是老人还是年轻人，孩子还是成年人，男人还是女人，专业人士还是非专业人士，雇员还是雇主，**أَلْحَمْدُ لِلَّهِ**（感赞安拉），你都会在这本书中找到适合每个人的极好的忠告。我请求每个人都阅读它，甚至分发给他人，并鼓励你家里的每个人都阅读它。把它作为礼物送给你的同事。把它放在你的办公室的桌子上。把它放在人们频繁出入的地方，比如等候室等。这些是一个虔诚之士、全能的真主的一个完美的朋友所说的话语。**إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），这些忠告将深刻地影响人的心灵，心灵的境界将彻底改变。

伊姆兰·阿塔里

伊历 1445 年舍尔邦月 26 日，2024 年 3 月 8 日（周五）

达瓦特·伊斯拉米巴基斯坦区负责人、阿布·拉杰卜·哈吉·沙希德·阿塔里 مُدَّظِّلُهُ الْعَالِي 的见解

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ（愿真主赐你平安、慈悯和吉庆）！**أَلْحَمْدُ لِلَّهِ**（感赞安拉），我已浏览了一下这本书。**إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），我会完整地阅读它。无论谁阅读了这本书，都会获得对全能的真主和穆圣 **صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ** 的爱，对遵循伊斯兰教和伊斯兰教法的热情，如果全能的真主意欲，还会获得按照圣行和受主福佑的圣门弟子 **رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ** 和教门前辈们 **رَحِمَهُمُ اللَّهُ** 的忠告行事的荣誉。

مَا شَاءَ اللَّهُ（玛沙安拉）！逊尼派之领袖 **دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَّةُ** 的话语中时常提到麦加和麦地那。如果全能的真主意欲，一个人将在内在和外在自我、伊斯兰教法和道乘、

对阿卜杜勒·卡迪尔·吉拉尼和拉扎的热爱、庆祝圣纪节、清真寺中的礼节、伊玛目（阿訇）和穆安津（宣礼员）的重要性、礼拜的意义、对主的敬畏、真诚、坚忍、感恩、劝人向善、犯罪的恶果、说话的注意事项、宗教和世界、看、听、和说话等方面得到锻炼。 **إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），愿全能的真主使我们能够怀着真诚和良好的举意认真阅读这本书，按照书中所说行事，并与他人分享本书愿逊尼派之领袖 **دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةِ** 的声望越来越高！愿逊尼派之领袖 **دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةِ** 的知识和行动、健康、生活和尊荣获得越来越多的福赐！愿全能的真主以健康延长他对我们的庇护，并使我们一直服从他！

أَمِينُ بَجَا خَاتِمِ النَّبِيِّينَ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ

阿塔尔的卑贱奴隶，穆罕默德·沙希德·阿塔里

伊历 1445 年舍尔邦月 25 日，2024 年 3 月 7 日（周四）

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى خَاتَمِ النَّبِيِّينَ
أَمَا بَعْدُ فَأَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

逊尼派之领袖的 786 条忠告

逊尼派之领袖的哈里发的祈祷：全能的真主啊！凡是阅读或聆听了《逊尼派之领袖的 786 条忠告》的人，求祢使他们获得今世和后世的大量福赐，求祢不清算宽恕他们和他们的家人，求祢使他们成为祢喜爱的最后的先知 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 在最高天堂中的邻居。

أَمِينُ بِجَايَا خَاتَمِ النَّبِيِّينَ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ

诵念赞圣词的贵重

最后的先知 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 说：事实上，全能的真主已经任命了一位天使守在我的坟墓中，并赋予了他听到所有被造物的声音的能力。因此，一直到审判日，无论谁为我诵念赞词，他都会把他的名字和他父亲的名字提交给我，然后说：某某，即，某某的儿子，刚刚为你诵念了赞词。¹

سُبْحَانَ اللَّهِ（赞主清净）！诵念了赞圣词后自己的名字和自己父亲的名字都被提交给穆圣 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 的人是多么幸运啊！在这里，这一点也是能使人的信仰更加坚定的：处于明亮的坟墓中的天使被赋予了如此强大的听力，以至于他甚至能听到世界的每个角落里数百万穆斯林同时诵念赞圣词的最低的声音。当这是他的仆人的听力水平时，全能的真主喜爱的先知 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 的荣耀将是什么啊！他 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 又怎么会认不出他 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 的奴隶，他 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 又怎么会听不到他们的恳求，并在全能的真主的允许下帮助他们呢？

صَلُّوا عَلَيَّ الْغَيْبِ صَلَّى اللهُ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ

虔诚的前辈 رَحْمَةُ اللهِ 的话语的重要性

尊贵的谢赫阿卜杜勒·阿齐兹·达巴格 رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ 说：在精神导师面前，弟子应该想象他们正坐在海边，等待他们的那份食物（而不是炫耀他们的知识）。因

¹ Musnad-e-Bazzar, 卷 4, 第 255 页, 圣训 1425

此，他们应该全神贯注地倾听精神导师的谈话；当然，他们会收获福赐。¹

尊贵的伊玛目阿卜杜勒·瓦哈卜·沙拉尼 رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 说：孩子啊！你当记住从你的精神导师那里听到的每一个观点，即使你在听到那个观点的时候并不理解它的益处。²

尊贵的穆希丁·伊本·阿拉比 رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 说明了那些爱戴他们的精神导师的人的特质，即，弟子可以从他们爱戴的导师的谈话和圣名中获得安慰。³

尊贵的巴巴·布勒·沙阿 رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 的可敬的父亲说：儿子，我们应该怀着极度的尊敬、崇敬和忠诚去拜访虔诚的前辈。我们应该清理掉心中的傲慢自负的污秽。无论精神导师说什么，都要用心倾听，在你的心中给它一个位置，并开始按照它行事，同时把它当作你生命的资本。⁴

关于良好的举意的 4 条忠告

1. 给穆斯林一个好的建议或为他们做一个公平合理的推荐也被算作满足穆斯林的需求。如果背后有一个良好的举意，它也将是一种能获得回赐的行为。⁵
2. 出于良好的举意而因为某人的宗教上的亏折而感到忧虑是一种能获得回赐的行为。⁶
3. 成千上万的好的行动因为不做能带来报酬的举意而仅仅只是“穆巴哈”（准许的行为）（即，它们不会变成能获得回赐的行为）。⁷
4. 怀着良好的举意原谅他人是一种能获得回赐的行为。原谅他人的一个世俗的好处可能是，对原谅者的怨恨和敌意会离开被原谅者的心。⁸

¹ Al-Abriz, 卷 2, 第 137 页

² Adab-e-Murshid-e-Kamil, 第 64 页

³ Futuhat-e-Makkiyah Bab 第 178 条

⁴ Sawanih Hayat Hazrat Baba Bulle Shah, 第 48 页，稍有改动

⁵ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 10 日，2016 年 2 月 19 日

⁶ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 5 日，2015 年 1 月 25 日

⁷ 伊历 1436 年主马达·阿色尼月 15 日，2015 年 4 月 4 日

⁸ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 21 日

关于全能的真主和祂的最后的先知 ﷺ 的 15 条忠告

1. 出生于全能的真主的最后的先知 ﷺ 的民族中是无价之宝。¹
2. 世界始终致力于为始终致力于服从全能的真主和祂的最后的先知 ﷺ 的人服务。²
3. 对穆圣 ﷺ 的热爱是永恒的财富。³
4. 在你的心中点燃对穆圣 ﷺ 的喜爱的灯火吧。你将在今世和后世获得成功。⁴
5. 如果你想要获得成功，就在你的心中点燃对穆圣 ﷺ 的喜爱的灯火吧。⁵
6. 我喜欢阿拉伯人，因为穆圣 ﷺ 是一个阿拉伯人。⁶
7. 最高的宝座是为穆圣 ﷺ 服务的宝座。⁷
8. 为穆圣 ﷺ 服务而被授予的统治权不是授予在身体上，而是授予在心灵上。⁸
9. 如果你获得了为穆圣 ﷺ 服务的宝座，那么你不再需要任何宝座（即，世界的地位或职位）了。⁹
10. 为最后的先知 ﷺ、受主福佑的圣门弟子们 رَضِيَ اللهُ عَنْهُمْ、神圣的圣裔 رَحْمَةُ اللهِ 和可敬的“卧里”们 رَحْمَةُ اللهِ 服务是真正的自由。¹⁰
11. 如果你成为了穆圣 ﷺ 的俘虏，你将成为没有钱的“富人”， إِنْ شَاءَ اللهُ（音沙安拉）你也会获得内心的平静这一财富。¹¹

¹ 伊历 1441 年都尔黑哲月 6 日，2020 年 7 月 27 日

² 伊历 1441 年都尔黑哲月 6 日，2020 年 7 月 27 日

³ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 16 日，2015 年 2 月 5 日

⁴ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 2 日，2015 年 1 月 22 日

⁵ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 11 日，2015 年 1 月 2 日

⁶ 伊历 1437 年舍尔邦月 20 日，2016 年 5 月 28 日

⁷ 伊历 1443 年赖比尔·敖外鲁月 11 日

⁸ 伊历 1443 年都尔喀尔德月 19 日，2022 年 6 月 19 日

⁹ 伊历 1443 年都尔喀尔德月 27 日，2022 年 6 月 28 日

¹⁰ 伊历 1435 年闪瓦鲁月 13 日

¹¹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 3 日

12. 为了获得爱的财富，必须阅读基于对全能的真主和穆圣 ﷺ 的爱的故事和文章。¹
13. 因为罪恶，心灵也会变得肮脏。心灵的脏污可以通过诵读尊贵的《古兰经》，记住死亡，因为对全能的真主的敬畏而哭泣以及对穆圣 ﷺ 的爱来净化。²
14. 在穆圣 ﷺ 面前，我们应该祈求获得今后两世的福利和宽恕。³
15. 只有被全能的真主和祂的最后的先知 ﷺ 视为好的人才是真正的好。⁴

关于赞圣词的 3 条忠告

1. 经试验证明，Durood Tunajjina（一段特别的赞圣词和祈祷词）对于满足诵念者的需求是有效的。⁵
2. 赞圣词能净化行为。⁶
3. 如果你想要靠近穆圣 ﷺ，那么当服从穆圣 ﷺ，尽可能遵循圣训，大量诵念赞圣词。 **إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），你将凭借这些靠近穆圣 ﷺ。⁷

关于伊斯兰教和伊斯兰教法的 26 条忠告

1. 伊斯兰教法不会遵守你。你应该遵守伊斯兰教法。⁸
2. 穆斯林必须按照伊斯兰教法来处理每一件事。⁹

¹ 伊历 1435 年都尔喀尔德月 4 日

² 伊历 1437 年莱买丹月 20 日，2016 年 6 月 26 日，晡礼后

³ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 13 日，2015 年 12 月 25 日

⁴ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 7 日，2020 年 7 月 28 日

⁵ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 19 日，2015 年 2 月 8 日

⁶ 伊历 1436 年都尔黑哲月 1 日，2015 年 12 月 15 日

⁷ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 2 日

⁸ 伊历 1441 年都尔黑哲月 10 日，2020 年 7 月 31 日

⁹ 伊历 1435 年闪瓦鲁月 6 日

3. 伊斯兰教教导我们对穆斯林兄弟的猜测应是积极的。¹
4. 我们应该只做完全符合伊斯兰教法的行为，即使是为了实现世俗的善。²
5. 我们必须远离那些说伊斯兰教法和道乘不同的事物的人。³
6. 即使在婚礼上也要遵循伊斯兰教法的规定。在不符合伊斯兰教法的仪式方面不要听从亲戚。亲戚既不能带你上天堂，也不能带你下火狱。⁴
7. 为了按照伊斯兰教法行事，我们必须培养一种敏感的性格。⁵
8. 伊斯兰教法是我们的标准。教法宣告为允许的就是允许的，教法宣告为不允许的就是不允许的。⁶
9. 伊斯兰教反对纷争和混乱，鼓励爱、和平和兄弟般的友谊。⁷
10. 伊斯兰教传达了和平与宽慰的信息。⁸
11. 无论穆斯林在哪里，他们都受伊斯兰教原则的约束。⁹
12. 报纸和媒体相关人士不应该做任何引起对伊斯兰教的仇恨的事情。¹⁰
13. 凡是危害伊斯兰教或反对伊斯兰教的人都是魔鬼。¹¹

¹ 伊历 1438 年赖比尔·阿色尼月 3 日

² 伊历 1436 年穆哈兰姆月 4 日

³ 伊历 1443 年都尔喀尔德月 19 日，2022 年 6 月 19 日

⁴ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 5 日，2015 年 1 月 25 日

⁵ 伊历 1436 年主马达·阿色尼月 15 日，2015 年 4 月 4 日

⁶ 伊历 1436 年都尔黑哲月 10 日，2015 年 9 月 24 日

⁷ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 5 日

⁸ 伊历 1435 年闪瓦鲁月 17 日，2014 年 8 月 14 日

⁹ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 5 日，2014 年 12 月 27 日

¹⁰ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 19 日，2015 年 2 月 8 日

¹¹ 伊历 1436 年莱买丹月 15 日，2015 年 7 月 3 日，宵礼后

14. 伊斯兰教是一系列的牺牲。为了按照伊斯兰教的标准行事并宣扬伊斯兰教，必须做出牺牲。¹
15. 穆斯林受伊斯兰教的约束，而不是智力。²
16. 我们是主的仆人，不是智者的。³
17. 只有明智的人才理解宗教。⁴
18. 只有运用自己的智力服从全能的真主及其使者 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 的人，才是成功的。⁵
19. 在伊斯兰教法的问题上，不要用你的假想来断言某事是允许的还是不允许的。⁶
20. 拥有良好的信仰并积极做善功是一个人受全能的真主所喜爱的标志。⁷
21. 一个人最好的特质是拥有信仰（即，是一个穆斯林）。⁸
22. 在任何地方，穆斯林的举止都绝不能不道德。⁹
23. 为了培养你自己对宗教的向往，了解一下穆圣 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 为伊斯兰教所做的牺牲吧。¹⁰
24. 凡是在宗教的事情上感到痛苦的人应该记念穆圣 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ。¹¹
25. 信仰宗教能赢得连部长和总统都羡慕的尊重。¹²

¹ 伊历 1437 年莱买丹月 25 日，2016 年 6 月 30 日，泰拉威哈拜后

² 伊历 1441 年都尔黑哲月 10 日，2020 年 7 月 31 日

³ 伊历 1441 年都尔黑哲月 10 日，2020 年 7 月 31 日

⁴ 伊历 1441 年都尔黑哲月 10 日，2020 年 7 月 31 日

⁵ 伊历 1437 年莱买丹月 15 日

⁶ 伊历 1437 年穆哈兰姆月 19 日

⁷ 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 5 日

⁸ 伊历 1443 年都尔黑哲月 24 日，2022 年 7 月 23 日

⁹ 伊历 1444 年穆哈兰姆月 6 日，2022 年 8 月 14 日

¹⁰ 伊历 1440 年闪瓦鲁月 19 日

¹¹ 伊历 1443 年都尔喀尔德月 28 日，2022 年 6 月 28 日

¹² 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 12 日，2015 年 1 月 3 日

26. 无论你是老人还是年轻人，在每个年龄段都要努力为伊斯兰服务。¹

关于受主福佑的圣门弟子和虔诚的前辈的 12 条忠告

1. 尊贵的比比·阿伊莎·西迪卡 رَضِيَ اللهُ عَنْهَا 的荣耀大于星星和尘埃颗粒（的数量）。²
2. 服侍虔诚的前辈无疑会结出果实。³
3. 一切与虔诚的前辈有关的东西都是“圣物”。⁴
4. 尊敬与虔诚的前辈有关的事物是能获得回赐的行为。⁵
5. 靠近可敬的“卧里” رَحْمَةُ اللهِ 在所有方面都是有益的。⁶
6. 为可敬的“卧里” رَحْمَةُ اللهِ 建造圣墓和穹顶的目的为了让人们求助于他们、获得益处并收获福赐。⁷
7. 我们应该拜访虔诚的前辈的圣墓，以收获福赐并追随他们的脚步（以获得今后两世的福利）。⁸
8. 庆祝忌日的本质是追随我们为之庆祝忌日的那个人。⁹
9. 如果你想要收获虔诚的前辈的福赐，那就追随他们。 إِنْ شَاءَ اللهُ （音沙安拉），你将收获如此多的福赐，以至于你将与他人分享。¹⁰
10. 听了虔诚的前辈 رَحْمَةُ اللهِ 的故事后，我们不应该只说 سُبْحَانَ اللهِ （赞主清净），我们还应该努力按照他们的生活行事。¹¹

¹ 伊历 1436 年菜买丹月 2 日，2015 年 6 月 19 日晌礼后

² 伊历 1436 年色法尔月 16 日，2014 年 12 月 6 日

³ 伊历 1437 年菜买丹月 23 日，2016 年 6 月 28 日，泰拉威哈拜后

⁴ 伊历 1435 年都尔黑哲月 16 日，2014 年 10 月 11 日

⁵ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 1 日，2015 年 2 月 20 日

⁶ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 6 日，2016 年 1 月 16 日

⁷ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 10 日，2016 年 1 月 20 日

⁸ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 3 日

⁹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 5 日，2015 年 1 月 25 日

¹⁰ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 8 日，2015 年 1 月 28 日

¹¹ 伊历 1438 年主马达·阿色尼月 5 日

11. 色法尔月是一个受主福佑的月份。许多著名的、可敬的“卧里”的忌日是在这个月份中。¹
12. 资历与知识和智力相关联，而不是年轻或年老。²

关于圣训的 20 条忠告

1. 伟大存在于圣训中。³
2. （我们应该）保护树枝牙刷免于受到不敬并尊敬它，因为它是践行圣行的工具。⁴
3. 在我的童年，我常使用树枝牙刷，并为获得树枝牙刷做出了努力。甚至在达瓦特·伊斯拉米成立之前，我就常在我的衬衫的口袋里放置树枝牙刷。⁵
4. 就像 Tehband（一种宽松长裤）或宽松裤一样，Jubbah（一种长袍）也应该保持在脚踝以上。⁶
5. 留大胡子的圣行可以避免许多罪恶，比如粗鲁的行为和咒骂等。⁷
6. 大胡子和缠头是可以为人驱除邪恶的恩赐。⁸
7. 绑缠头的人因为缠头而远离罪恶，他的性格也会得到改善。⁹
8. 如果与达瓦特·伊斯拉米相关联的所有人都开始绑缠头，一场伊斯兰变革将会发生。那些尽管与达瓦特·伊斯拉米相关联但不绑缠头的人损失了达瓦特·伊斯拉米带来的益处。¹⁰
9. 在眉毛上抹油是一项圣行，也可以缓解头痛。¹¹

¹ 伊历 1437 年色法尔月 15 日，2015 年 11 月 28 日

² 伊历 1437 年赖哲卜月 8 日

³ 伊历 1435 年都尔黑哲月 10 日，2014 年 10 月 5 日

⁴ 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 30 日

⁵ 伊历 1438 年色法尔月 26 日，2016 年 11 月 26 日

⁶ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 2 日，2016 年 3 月 12 日

⁷ 伊历 1441 年都尔黑哲月 10 日，2020 年 7 月 31 日

⁸ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 21 日，2014 年 11 月 15 日

⁹ 伊历 1436 年色法尔月 21 日

¹⁰ 伊历 1436 年闪瓦鲁月 30 日，2015 年 8 月 15 日

¹¹ 伊历 1438 年主马达·阿色尼月 25 日

10. 凡是热衷于行善的人，无论去到世界的哪个角落，都不会遗忘圣行。¹
11. 一定要看望病人，因为这是一项圣行，但不要在那里待太长时间，以免病人感到不舒服。²
12. 以前，在我们的这个环境中会用“麦地那”称呼他人。这样做在伊斯兰教法上并不是不允许的，但圣行是，应该用他人的名字或从子名称呼他人，或者称呼“兄弟”。³
13. 有意绑缠头的人应该立即绑上，因为生活是无法预测的。⁴
14. 最鼓舞人心的人，只有那些避免罪恶，并且每一步都遵循圣行的道路的人。⁵
15. 留长发是圣行。孩子们也应该留长发，但我建议他们只留到盖住耳朵的一半，不要留到盖住整个耳朵或长至肩膀处。⁶
16. 当有人叫你时，说 **بيك**（即，乐意为您效劳）是一个美好而温柔的回答。这样说会使爱增强。这也是一项圣行。如果你怀着遵循圣行的举意这样说，你也会得到回赐。⁷
17. 怀着遵循 Tanzeef 的圣行（即，洁净的圣行）的举意追求洁净是一种能获得回赐的行为。⁸
18. 对孩子们表露出深切的爱，并将其视为圣行和回赐吧。⁹
19. 应该在道“赛俩目”之后说“开斋（或宰牲）节快乐”，在回答“开斋（或

¹ 伊历 1443 年都尔黑哲月 1 日，2022 年 7 月 1 日

² 伊历 1443 年菜买丹月 11 日，2022 年 4 月 13 日

³ 伊历 1436 年都尔喀尔德月 28 日，2015 年 9 月 12 日

⁴ 伊历 1436 年菜买丹月 5 日，2015 年 6 月 22 日，宵礼后

⁵ 伊历 1442 年菜买丹月 25 日，晚上

⁶ 伊历 1437 年菜买丹月 21 日，2016 年 6 月 27 日，晡礼后

⁷ 伊历 1436 年菜买丹月 16 日，2015 年 7 月 4 日，晡礼后

⁸ 伊历 1437 年菜买丹月 15 日，2016 年 6 月 20 日，泰拉威哈拜后

⁹ 伊历 1437 年菜买丹月 3 日，2016 年 6 月 9 日，晡礼后

宰牲)节快乐”之前应该先回“赛俩目”。¹

20. “开斋(或宰牲)节快乐”是一种祈祷。意思是，愿开斋(或宰牲)给你带来福赐！²

关于可敬的圣裔的 4 条忠告

1. 因为穆圣 ﷺ 和他的可敬的后代之间的关系，我爱他们。³
2. 天堂将因为可敬的圣裔们而被赐予世人。⁴
3. 圣裔是我们头上的王冠。⁵
4. 医生们应该出于对可敬的圣裔和穷人的同情而制定一个每月的预算，为他们提供免费的治疗和药物，并收获他们的祈祷。⁶

关于麦加和麦地那的 8 条忠告

1. 对于任何与神圣的哈拉曼(麦加和麦地那)和虔诚的前辈有关的事物，都要使用最好的词语，并保持伊斯兰教法的范围内。⁷
2. 这是先知的追随者的一个独有的特征，当他们到访麦地那时，他们哭泣，认为他们不配待在那里。当他们离开麦地那时，他们也哭泣，认为他们不得离开麦地那。⁸
3. 真正的婚礼(即，幸福的时刻)是人到访麦地那的时候。⁹
4. 在麦地那死亡是一种荣幸。¹⁰

¹ 伊历 1436 年都尔黑哲月 11 日，2015 年 9 月 26 日

² 伊历 1436 年都尔黑哲月 11 日，2015 年 9 月 26 日

³ 伊历 1442 年莱买丹月 20 日，晚上

⁴ 伊历 1442 年莱买丹月 20 日，晚上

⁵ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 5 日，2015 年 12 月 17 日

⁶ 伊历 1436 年莱买丹月 10 日，2015 年 6 月 27 日，宵礼后

⁷ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 9 日，2014 年 11 月 2 日

⁸ 伊历 1438 年舍尔邦月 3 日

⁹ 伊历 1442 年莱买丹月 21 日，晚上

¹⁰ 伊历 1436 年舍尔邦月 28 日，2015 年 6 月 15 日

5. 麦地那是慈悯的降临之地，是福赐的中心，是穆圣 ﷺ 最喜爱的城市。¹
6. 穆圣 ﷺ 的神圣的房间和受主福佑的讲道坛之间的区域是 Rawdah al-Jannah（即，天堂花园）。²
7. 祝贺即将出发去正朝或副朝的人并说：愿全能的真主接受你的到访，并保护你免受不敬和不尊重！请为我祈祷。请向穆圣 ﷺ、可敬的 Shaykhain（即，尊贵的阿布·伯克尔和尊贵的奥马尔 رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا）及巴奇墓园和马塔夫的居民等传达我的“赛俩目”。³
8. 如果在装满水的大锅里放入一滴渗渗泉水，这就足以获得福赐了。⁴

关于道乘的 6 条忠告

1. 向一位符合条件的精神导师宣誓效忠，不应该是为了世俗的目的，而应该是为了灵魂和内心的改造，为了获得多多行善的能力，为了信仰的安全以及对宗教的坚定不移。⁵
2. 契斯提教团、卡迪里教团、苏赫拉瓦迪耶教团和纳克什班迪教团都是来自同一条河流的运河。它们对我们来说都是值得尊敬的。⁶
3. 弟子的宗教功修越多，精神导师就越爱他的那个弟子。⁷
4. 服从精神导师以获得他的注意。⁸
5. ﷺ（感赞安拉），我不时地为我的弟子和 Talibeen（寻求者）祈祷。⁹

¹ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 5 日，2015 年 12 月 17 日

² 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 9 日，2015 年 12 月 21 日

³ 伊历 1437 年莱买丹月 21 日，2016 年 6 月 26 日，泰拉威哈拜后

⁴ 伊历 1438 年主马达·敖外鲁月 20 日

⁵ 伊历 1439 年色法尔月 22 日

⁶ 伊历 1437 年穆哈兰姆月 11 日，2015 年 10 月 21 日

⁷ 伊历 1435 年都尔喀尔德月 18 日，2014 年 9 月 13 日

⁸ 伊历 1435 年都尔喀尔德月 30 日，2014 年 9 月 25 日

⁹ 伊历 1444 年穆哈兰姆月 9 日，2022 年 8 月 8 日

6. 我尊敬的精神导师、毛拉、齐亚丁·艾哈迈德·迈达尼 رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 给我寄来了一封信，在信中他授予了我做 Bay'at（效忠誓言）的许可，并写道：即使一个虔诚的人加入你的道统， إِنْ شَاءَ اللَّهُ（音沙安拉），这将是获得宽恕的一个原因。¹

关于谢赫阿卜杜勒·卡迪尔·吉拉尼 رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 的 4 条忠告

1. 跟（归真于）11 日的虔诚仆人（阿卜杜勒·卡迪尔·吉拉尼） رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 取得关联吧，他将把你带去（归真于）12 日的穆圣 صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 那里。²
2. 一个人对阿卜杜勒·卡迪尔·吉拉尼 رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 越忠诚，他将获得越多的福赐（即，在今世和后世的益处）。³
3. 伊利亚斯·卡迪里的耳朵听不见任何反对阿卜杜勒·卡迪尔·吉拉尼和艾哈迈德·拉扎·汗 رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 的声音。我们正跟在他们后面走，他们将带我们去天堂 إِنْ شَاءَ اللَّهُ（音沙安拉）。⁴
4. 神圣的 11 日有很多福赐。能够负担得起的人都必须庆祝这个日子。在每个月 11 日都要庆祝的房子里，人们可以亲眼看到这样做带来的福赐。⁵

关于艾哈迈德·拉扎·汗 رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 的 3 条忠告

1. 艾哈迈德·拉扎·汗 رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 的观点对我们来说是决定性的。⁶
2. 在这个时代，我以艾哈迈德·拉扎·汗 رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 为逊尼派教义的标准。我们盲目地追随他。⁷
3. 艾哈迈德·拉扎·汗的教派是完全符合伊斯兰教法的要求的，是应受尊敬的。我们必须坚定地遵循它。⁸

¹ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 11 日，2016 年 1 月 21 日

² 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 10 日，2015 年 1 月 30 日

³ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 5 日，2015 年 12 月 17 日

⁴ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 6 日，2016 年 1 月 16 日

⁵ 伊历 1437 年莱买丹月 24 日，2016 年 6 月 30 日，晡礼后

⁶ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 3 日，2015 年 1 月 23 日

⁷ 伊历 1441 年都尔黑哲月 5 日，2020 年 7 月 26 日

⁸ 伊历 1436 年都尔黑哲月 2 日，2015 年 12 月 16 日

关于神圣的圣纪节的 14 条忠告

1. 用灯饰装点房屋和提供为虔诚的前辈准备的“尼亚兹”是逊尼派教徒的习俗。¹
2. 在圣纪节游行中，不要把尼亚兹”（为了给虔诚的前辈呈送回赐而准备的食物等等）扔向人们，而应该给到他们的手中。²
3. 如此优雅而虔诚地参加圣纪节游行，以至于如果一个非穆斯林看到游行，甚至他也会成为穆斯林。³
4. 一定要用灯饰装点房屋来庆祝圣纪节，也不要忽视用圣行和礼貌来装饰你的身体。⁴
5. 不要在狭窄的车道上进行圣纪节游行，而要在空旷的区域游行，这样汽车司机和行人就不会受到打扰。⁵
6. 在庆祝圣纪节时，有一个良好的举意并遵循伊斯兰教法是必要的。⁶
7. 在受主福佑的诞辰日挥舞旗子是一种幸福的表达。⁷
8. 在哈吉·穆什塔克 رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 的要求下，我在赖比尔·敖外鲁月 12 日第一次提出了“Marhaba Ya Mustafa”（嗨！穆斯塔法）的口号。اَلْحَمْدُ لِلَّهِ（感赞安拉），现在这个口号已经被传播得很广了。⁸
9. 对穆圣 صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 的爱会因为庆祝其受主福佑的诞辰而增强。⁹
10. 不要为了消遣而参加圣纪节游行，而应该是为了表达敬意。¹⁰

¹ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 10 日，2015 年 1 月 1 日

² 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 5 日，2014 年 12 月 27 日

³ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 5 日，2014 年 12 月 27 日

⁴ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 3 日，2015 年 12 月 15 日

⁵ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 5 日，2015 年 12 月 17 日

⁶ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 8 日，2015 年 12 月 20 日

⁷ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 8 日，2015 年 12 月 20 日

⁸ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 12 日，2015 年 12 月 24 日

⁹ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 12 日，2015 年 12 月 24 日

¹⁰ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 13 日，2015 年 12 月 25 日

11. 先知的所有追随者都应该在赖比尔·敖外鲁月 1 日展示伊斯兰米旗帜和横幅等等。他们应该在赖比尔·敖外鲁月 11 日把它们取下来，安全地存放起来，下一年再把它们挂起来。¹
12. 我不希望追随我的穆斯林姐妹们在神圣的 12 日出门去看用于庆祝的各种装饰。²
13. 在缠头或衣服上佩戴印有圣鞋图案的徽章，不是为了装饰，而是为了获得福赐。³
14. 在神圣的赖比尔·敖外鲁月中，怀着庆祝圣纪节并表达穆斯塔法 ﷺ 的伟大的举意用灯饰装点房屋是能获得回赐的行为。⁴

关于清真寺的 8 条忠告

1. 清真寺是和平的地方，是慈悯降临的地方。⁵
2. 清真寺是全能的真主的慈悯降临的地方。爱它并花时间待在这里吧。⁶
3. 清真寺所在的地方有很大的影响力。在庆祝神圣的 11 日和 12 日的那些人的清真寺所在的地方买房子吧。⁷
4. 清真寺的装饰不是用灯，而是用礼拜者。⁸
5. 让清真寺里的人多起来的方法是，每当你去做礼拜的时候，就对不同的人做个人努力（邀请他们）并把他们一起带上。在清真寺里用 Faizan-e-Sunnat

¹ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 15 日，2015 年 12 月 26 日

² 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 4 日，2015 年 12 月 16 日

³ 伊历 1439 年赖比尔·敖外鲁月 11 日

⁴ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 7 日，2015 年 12 月 19 日

⁵ 伊历 1436 年舍尔邦月 12 日，2015 年 5 月 30 日

⁶ 伊历 1437 年穆哈兰姆月 4 日，2015 年 10 月 18 日

⁷ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 2 日，2016 年 1 月 12 日

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 17 日，2015 年 2 月 6 日

（《法伊赞圣行》）讲道。培养对清真寺的兴趣，也可以坐在清真寺里赞主并祈祷。¹

6. 在清真寺安装发电机要安装静音的。无论是用汽油还是燃气，它的气味绝不能传到清真寺内。²
7. 清真寺是做礼拜的地方。在里面玩手机会导致福赐的丧失。³
8. 达瓦特·伊斯拉米名下建造的清真寺的寺名都包含“Faizan”（“法伊赞”）这个词，例如，Faizan-e-Madinah(法伊赞麦地那)和 Faizan-e-Zamzam 等等，无论你在哪里看到清真寺的寺名中有“Faizan”这个词，你都将知道这是达瓦特·伊斯拉米的人的清真寺。⁴

关于伊玛目和穆安津的 6 条忠告

1. 清真寺的可敬的伊玛目和穆安津是谦逊的，他们的工资通常很低。因此，每个人都应该根据自己的能力在经济上帮助他们。这样，他们会很高兴 **لِنْ شَاءَ اللّٰه**（音沙安拉）。（不要给他们礼拜垫、糖果盒和包装精美的香水等等，应该给他们钱，这样，如果需要的话，他们可以买药、杂货和衣服等。）⁵
2. 伊玛目是社会中的贵族。尊敬他们，服侍他们，但不要在握手时给他们钱。相反，把钱放在一个信封里，私下里给。⁶
3. 如果清真寺的伊玛目和蔼可亲，彬彬有礼，他可以极好地为宗教服务。这样一位清真寺的伊玛目是他所在地区的无冕之王。⁷
4. 如果伊玛目和穆安津是和蔼可亲的，他们将一直被人们围绕着。⁸

¹ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 11 日，2015 年 1 月 2 日

² 伊历 1436 年都尔喀尔德月 20 日，2015 年 9 月 5 日

³ 伊历 1437 年菜买丹月 20 日，2016 年 6 月 25 日，泰拉威哈拜后

⁴ 伊历 1436 年都尔喀尔德月 28 日，2015 年 9 月 12 日

⁵ 伊历 1439 年赖比尔·敖外鲁月 6 日

⁶ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 5 日，2014 年 10 月 29 日

⁷ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 11 日，2014 年 11 月 4 日

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 19 日，2015 年 1 月 10 日

5. 伊玛目和穆安津应该宁可因为贫穷而挨饿，也绝不能向富人乞讨。¹
6. 可敬的伊玛目应该以相对低的声音进行第二次祈祷，因为很多人都还在做礼拜。²

关于小净的 4 条忠告

1. 保持在有小净的状态可以避开灾祸。³
2. 每当你要去洗小净时，在心里举意说：我将按照主的命令洗小净。⁴
3. 保持在有小净的状态可以使人的脸更美，愿全能的真主赐予我们善行的光辉。⁵
4. 如今，很少人知道洗小净的正确方法。首先，他们没有恰当地履行义务行为，如果履行了义务行为，那么他们可能错过了圣行。如果我们洗小净的方法是正确的，我们将得到它带来的福赐。⁶

关于礼拜的 22 条忠告

1. 如果要做手术，把时间安排在没有礼拜的时间。⁷
2. 不要匆忙地做礼拜，而是要在注意发音和诵念规则的同时，遵循着内在和外在的规矩做礼拜。⁸
3. 在宣礼之后，只有一个任务：礼拜、礼拜，只有礼拜。⁹
4. 当宣礼声响起之后，把你正在做的事情放在一边，把注意力放在礼拜上。¹⁰

¹ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 19 日，2015 年 1 月 10 日

² 伊历 1437 年舍尔邦月 27 日，2016 年 6 月 4 日

³ 伊历 1437 年莱买丹月 22 日，2016 年 6 月 27 日，泰拉威哈拜后

⁴ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 16 日，2016 年 3 月 26 日

⁵ 伊历 1437 年莱买丹月 26 日，2016 年 7 月 1 日，泰拉威哈拜后

⁶ 伊历 1437 年莱买丹月 22 日，2016 年 6 月 27 日，泰拉威哈拜后

⁷ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 19 日，2015 年 2 月 8 日

⁸ 伊历 1440 年闪瓦鲁月 20 日

⁹ 伊历 1440 年闪瓦鲁月 20 日

¹⁰ 伊历 1436 年舍尔邦月 26 日，2015 年 6 月 13 日

5. 不要跟“礼拜”说你的时间被“工作”占用了，而要跟“工作”说你必须做礼拜。¹
6. 对于那些喜欢做礼拜的人来说，没有比这更大的恩惠了。²
7. 培养按时做五番礼拜的习惯的实际祈祷是“认识到”我的主已经将礼拜规定为我的义务。³
8. 在宰牲节收集用作牺牲的牲畜的皮时⁴，不要错过集体礼拜。如果失去了牲畜皮，失去了就失去了吧，但礼拜绝不能错过。⁵
9. 不做礼拜的人不是虔诚的人。⁶
10. 我们应该穿着最好的衣服做礼拜。⁷
11. 就像对食物的贪婪一样，要对做礼拜和行善表现出更多的贪婪。⁸
12. 根据我的经验，这个时代的大多数穆斯林不知道如何正确地做礼拜。他们的发音不正确，动作要领也不正确。⁹
13. 心灵会因为故意错过礼拜而变脏。¹⁰
14. 在做礼拜之前消除所有有碍谦恭的东西。¹¹
15. 如果你必须乘坐飞机出行，选择一个你不必在旅行时做礼拜的时间，因为在飞机上做礼拜很难。¹²

¹ 伊历 1436 年舍尔邦月 26 日，2015 年 6 月 13 日

² 伊历 1441 年都尔喀尔德月 20 日，2020 年 7 月 11 日

³ 伊历 1441 年都尔黑哲月 11 日，2020 年 8 月 1 日

⁴ 先知的追随者的宗教运动——达瓦特·伊斯兰拉正在 80 多个行业中传播《古兰经》和圣训的信息，以在 150 多个国家中为宗教服务。为了支付这方面带来的数十亿卢比的费用，除了使用捐款外，也会收集用作牺牲的牲畜的皮。

⁵ 伊历 1441 年都尔黑哲月 11 日，2020 年 8 月 1 日

⁶ 伊历 1442 年赖哲卜月 13 日，2021 年 2 月 25 日

⁷ 伊历 1438 年主马达·敖外鲁月 7 日

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 5 日，2015 年 1 月 25 日

⁹ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 1 日，2014 年 10 月 25 日

¹⁰ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 5 日，2014 年 12 月 27 日

¹¹ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 15 日，2015 年 4 月 4 日

¹² 伊历 1436 年莱买丹月 13 日，2015 年 7 月 1 日，晡礼后

16. 通过在礼拜中诵读不同的章节也可以获得谦逊。¹
17. 礼拜比所有任务都更重要。²
18. 如果每个人每天都使一个人成为做礼拜的人，那么所有的穆斯林都将成为做礼拜的人。³
19. 交通车主应指示司机，当礼拜时间开始时，司机应该停车，自己做礼拜并邀请乘客也做礼拜。⁴
20. 但愿司机们都开始对乘客们说：我们一起做礼拜吧。⁵
21. 我从小就热爱参加集体礼拜。⁶
22. 我绝不会仅仅因为懒惰而跟集体一起礼拜。⁷

关于敬畏真主的 15 条忠告

1. 如果真正形成了“真主在看着”这一观念模式，它将有助于避免罪恶。⁸
2. 把“真主在看着”写下来，展示在家里的几个地方。你将见证它带来的福赐。⁹
3. 使你的内心和头脑中有这种根深蒂固的想象——真主在看着我。¹⁰
4. 因为对主的敬畏和对穆圣 ﷺ 的爱戴而哭泣也是全能的真主的恩赐。无法因为对主的敬畏和对穆圣 ﷺ 的爱戴而哭泣的人应该努力哭出来（在避免炫耀的情况下）。¹¹

¹ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 9 日，2016 年 3 月 19 日

² 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 11 日，2015 年 12 月 23 日

³ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 11 日，2016 年 1 月 21 日

⁴ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 25 日，2016 年 3 月 5 日

⁵ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 25 日，2016 年 3 月 5 日

⁶ 伊历 1436 年色法尔月 7 日，2014 年 11 月 29 日

⁷ 伊历 1436 年菜买丹月 5 日，2015 年 6 月 22 日，宵礼后

⁸ 伊历 1437 年菜买丹月 19 日，2016 年 6 月 25 日，晡礼后

⁹ 伊历 1436 年主马达·阿色尼月 29 日，2015 年 4 月 18 日

¹⁰ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 25 日，2015 年 2 月 16 日

¹¹ 伊历 1439 年赖比尔·敖外鲁月 1 日

5. 敬畏真主的一个重要标志是避免违背全能的真主。¹
6. 应该培养你内心对主的真正的敬畏，而不应该是心理上的恐惧。²
7. 为了获得对主的敬畏，与敬畏全能的真主的人为伴是至关重要的。³
8. 为了在心中培养对主的敬畏，你要认为自己是无助的，并记起真主的至高无上和全能。始终畏惧全能的真主的秘密计划和（我们可能有的）恶果。⁴
9. 只有以一种庄严而悲伤的态度来讨论对主的敬畏才是有益的。⁵
10. 对主的敬畏和对穆圣 ﷺ 的爱戴是我们的资本。⁶
11. 每一个拥有职位的人都应该牢记，这一职位是全能的真主赐予他的，祂可以随时收回它。人们应该一直以这种方式敬畏全能的真主的隐密计划。⁷
12. 因对主的敬畏而流出的眼泪会因为心的冷硬而变干，而心会因为罪恶过量而变硬。⁸
13. 我常常因为我的名誉而畏惧全能的真主的秘密计划。⁹
14. **الْحَمْدُ لِلَّهِ**（感赞安拉），我们在今世是穆斯林。如果我们也在有信仰的状态下死亡，那将是一个巨大的荣誉。¹⁰
15. 我为自己不受清算而得到宽恕祈祷，也请别人为我祈祷，这是我的一个习惯，因为我自己没有面对清算的力量。¹¹

¹ 伊历 1435 年都尔黑哲月 25 日，2014 年 10 月 20 日

² 伊历 1436 年莱买丹月 15 日，2015 年 7 月 3 日，晡礼后

³ 伊历 1436 年莱买丹月 20 日，2015 年 7 月 7 日，宵礼后

⁴ 伊历 1436 年莱买丹月 25 日，2015 年 7 月 12 日，宵礼后

⁵ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 3 日，2015 年 12 月 15 日

⁶ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 9 日，2016 年 2 月 18 日

⁷ 伊历 1437 年莱买丹月 19 日，2016 年 6 月 24 日，泰拉威哈拜后

⁸ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 10 日

⁹ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 6 日

¹⁰ 伊历 1436 年舍尔邦月 27 日，2015 年 6 月 14 日

¹¹ 伊历 1436 年莱买丹月 5 日，2015 年 6 月 22 日，宵礼后

关于真诚的 5 条忠告

1. 真诚是被接受的一个条件。¹
2. 对自己的真诚感到满意的人，更需要真诚。²
3. （善功）被接受与否不取决于多或少，而取决于真诚。³
4. 避免炫耀，培养真诚行善的习惯，因为即使一个真诚的人在一千层帷幕后面做了一件善功，全能的真主也会使他受大众喜爱。⁴
5. 在说表示谦逊的话语时要注意不要炫耀，如果你的内心不是真的这样认为，不要称自己为卑微或谦卑的仆人。⁵

关于坚忍和感恩的 25 条忠告

1. 以全能的真主对你的创造为满足。白皙的肤色并不是美丽的必要条件。⁶
2. 如果穆斯林停止在炫耀和展示上的支出，有节制地生活， **إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），这样的人将会获得成功。⁷
3. 老年人不应在不必要的情况下透露自己的病情。⁸
4. 在灾难中保持坚忍的一种形式是在没有缘由的情况下把自己的艰难告知他人。⁹
5. （因为回赐而感到高兴）在灾难中微笑是一种壮举。¹⁰
6. 不管别人问的问题多么令人不愉快，我们都应该以耐心和宽容的态度友好地回答他们。¹¹

¹ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 2 日，2016 年 3 月 12 日

² 伊历 1436 年舍尔邦月 5 日，2015 年 5 月 23 日

³ 伊历 1442 年菜买丹月 10 日

⁴ 伊历 1435 年都尔黑哲月 25 日

⁵ 伊历 1439 年赖比尔·阿色尼月 24 日

⁶ 伊历 1437 年菜买丹月 7 日，2016 年 6 月 13 日，晡礼后

⁷ 伊历 1436 年菜买丹月 25 日

⁸ 伊历 1437 年舍尔邦月 13 日，2016 年 5 月 21 日

⁹ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 10 日

¹⁰ 伊历 1441 年都尔黑哲月 3 日，2020 年 7 月 24 日

¹¹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 8 日，2015 年 1 月 28 日

7. 自尊、耐心和满足会增加尊严。¹
8. 如果你对创伤、疾病、焦虑、失眠、贫穷以及各种身体或经济损失和困难保持坚忍，并避免在不必要的情况下向他人倾诉这些，你就值得得到受到宽恕的喜讯。²
9. 谁在灾难和悲伤中成功地保持坚忍，谁就会受到全能的真主的慈悯的荫庇。³
10. 尽可能隐藏你的烦恼。⁴
11. 穆斯林会因为每一个困难得到回赐。⁵
12. 看到别人的宫殿后，与其烧掉你自己的小屋，不如看看躺在人行道上的无家可归者。⁶
13. 考试越难，证书含金量越高。⁷
14. 有人可能会偷走我们手中的东西，但没有人能偷走我们的命运中的东西。⁸
15. 一个人怎么能不服从降下了无数的赏赐这样一个仁慈的主！⁹
16. 失去信仰是最大的灾难。¹⁰
17. 试着培养你的忍耐力，这样每当有人说一些不符合你的性情的话时，你就能抑制自己的怒火，成功地保持坚忍。¹¹
18. 我们必须对每一个困难都表现出耐心，对每一个恩惠都表示感激。¹²

¹ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 3 日

² 伊历 1437 年菜买丹月 5 日，2016 年 6 月 11 日，晡礼后

³ Khud Kushi ka P'laj, 第 20 页

⁴ 伊历 1436 年菜买丹月 24 日，2015 年 7 月 11 日，宵礼后

⁵ 伊历 1443 年菜买丹月 18 日，2022 年 4 月 20 日

⁶ 伊历 1444 年色法尔月 3 日，2022 年 8 月 31 日，稍有改动

⁷ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 10 日

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 11 日，2015 年 1 月 2 日

⁹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 4 日，2015 年 1 月 24 日

¹⁰ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 5 日，2015 年 12 月 17 日

¹¹ 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 12 日

¹² 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 6 日，2015 年 12 月 18 日

19. 如果有人说我们的坏话，不要生他们的气或者 **مَعَاذَ اللَّهِ** 在别人面前说他们的坏话，要保持坚忍，甚至送他们一份礼物。这样做将消除敌意，增加友爱。¹
20. 对于一个有智慧的人来说，为自己的智慧表达感恩是必要的，因为智慧是来自全能的真主的礼物。²
21. 如果有人帮了我们的忙，为我们做了一些事情，或者给我们带来了安慰，我们应该用自己的舌头说出感激的话来感谢他们。（最好）说 **جزاك الله خيرا**（祈求真主回赐你）。³
22. 当一个人被激怒时，他受到了考验。当发生与我们的性情相悖的事情时，如果我们能容忍，我们就是好的，否则，我们就是不好的。⁴
23. 如果有人说我们的坏话，不要生他们的气或者 **مَعَاذَ اللَّهِ** 在别人面前说他们的坏话，要保持坚忍，甚至送他们一份礼物。**إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），会出现好的结果。⁵
24. 傲慢和自负会增强怒气，使你失去耐心和宽容。⁶
25. 学会满足于你所需要的给养。⁷

关于生意的 5 条忠告

1. 为了获得合法的给养，你当做可以为宗教服务的生意。⁸
2. 不要用神圣的词给商店命名，因为可能会有人对它们不敬，例如，穆罕默德饭店等。相反，应该取世俗的名字。⁹

¹ 伊历 1437 年莱买丹月 14 日，2016 年 6 月 19 日泰拉威哈拜

² 伊历 1443 年都尔喀尔德月 28 日，2022 年 6 月 28 日

³ 伊历 1437 年莱买丹月 16 日，2016 年 6 月 22 日，晡礼后

⁴ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 27 日，2016 年 2 月 6 日

⁵ 伊历 1437 年莱买丹月 14 日

⁶ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 19 日

⁷ 伊历 1435 年都尔黑哲月 4 日，2014 年 9 月 30 日

⁸ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 3 日，2014 年 10 月 27 日

⁹ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 5 日，2014 年 10 月 29 日

3. 早晨有独特的福赐。从黎明（即，晨礼时间开始时）到日出，全能的真主分配给养。¹
4. 理发师应该在他们的店铺里以书面形式展示以下内容：在这里，胡须既不能剃光，也不能修剪到短于一个拳头的长度。因为伊斯兰学者说：“剃光胡子和修剪到短于一个拳头的长度都是罪行，他们（理发师）拿这样的报酬是不允许的。”²
5. 在礼拜的时候，医生和店主应该在他们的商店等地方挂一个牌子，并参加集体礼拜。牌子上应该清楚地写着“礼拜中，请稍候”，并在下面写上：我爱达瓦特·伊斯拉米。³

关于财富和富人的 6 条忠告

1. 如果我们得到的是主的喜爱，而不是财富，那该有多好啊！⁴
2. 富人普遍缺乏宗教知识。也许，这就是他们最终看不起穷人的原因。⁵
3. 拥有更多财富的人被认为是富有的，但实际上，（真正的）富人是满足于全能的真主的任何赏赐的人。⁶
4. 一个人拥有财富，但心中却没有对财富的喜爱，这是极不可能的。因此，不应该说：我心中没有对财富的喜爱。如果这是真的，那就有炫耀的嫌疑；如果这不是真的（即，心中有对财富的喜爱），那就是一个谎言。⁷
5. （无条件的，即从各个方面）称呼在今世被赋予了财富的人为幸运者是不正确的。财富其实是一种考验。⁸
6. 对后世造成损害的世界是糟糕的。⁹

¹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 17 日，2015 年 2 月 6 日

² 伊历 1437 年穆哈兰姆月 10 日，2015 年 10 月 21 日

³ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 16 日，2015 年 2 月 5 日

⁴ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 13 日，2015 年 12 月 25 日

⁵ 伊历 1438 年赖比尔·阿色尼月 23 日

⁶ 伊历 1440 年赖比尔·阿色尼月 10 日

⁷ 伊历 1439 年色法尔月 29 日

⁸ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 13 日，2016 年 1 月 23 日

⁹ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 19 日，2016 年 1 月 29 日

关于压迫者和压迫的 5 条忠告

1. 压迫者和压迫的时代是短暂的。¹
2. 如果今天向一个受压迫的人道歉很难，那么后世的事情是最难的。²
3. 压迫是后世中的黑暗。³
4. （就后世而言）被压迫的人总是胜利的。⁴
5. 当一个人获得了委任和职位后，他最终往往会行压迫之事。

关于善行的 28 条忠告

1. 有时候，一个小善行会引出大善行。⁵
2. 不是每一个虔诚的人都是全能的真主的朋友，但全能的真主的每一个朋友都必定是虔诚的。⁶
3. 隐藏自己的善行是极好的行为。⁷
4. 要不断努力改造自己，因为虔诚的人对别人的猜测也是积极的，而邪恶的人也认为别人是邪恶的。⁸
5. 掠夺财富的人是盗贼，有几种方法可以保护自己免遭他们的掠夺，因为他们是可见的，而善行掠夺者是恶魔，它们不是可见的。因此，需要更多的努力来保护善行免遭它们的掠夺。⁹
6. 不要为缺乏世俗的财富而悲伤，要为缺乏善行而悲伤。¹⁰

¹ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 11 日

² 伊历 1441 年穆哈兰姆月 11 日

³ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 8 日，2015 年 1 月 28 日

⁴ 伊历 1444 年穆哈兰姆月 7 日，2022 年 8 月 5 日

⁵ 伊历 1441 年都尔黑哲月 7 日，2020 年 7 月 28 日

⁶ 伊历 1442 年赖哲卜月 4 日，2021 年 2 月 18 日

⁷ 伊历 1442 年赖哲卜月 15 日，2021 年 2 月 27 日

⁸ Shatan Kay Baz Hathyar, 第 35 页

⁹ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 1 日

¹⁰ 伊历 1437 年莱买丹月 29 日

7. 为了坚定不移地行善，最初时必须通过压制私欲来行善。¹
8. 一件被接受的善功优于世界上的所有财富和王权。²
9. 与其努力成为财富的拥有者，不如努力成为善功的拥有者。³
10. 恶魔在行善的道路上制造的障碍越多，就要越勇敢地行善。⁴
11. 我们不应该满足于我们的善功，相反，我们应该始终敬畏全能的真主的秘密计划。⁵
12. 不要依赖于自己的善功，相反，应该把注意力集中在全能的真主的慈悯上。⁶
13. 持续不断的号召他人遵循正道，勉强和犹豫将被消除。⁷
14. 一个想要行善的人必须是认真的。仅仅“想要”是不够的。⁸
15. 真正虔诚的人是在全能的真主的阙前也虔诚的人。仅仅做一个出名的人是不够的。⁹
16. 为了做善功，你要制服自己的私欲，尝试着强迫自己做善功。¹⁰
17. 通过观察行善的益处和思考生命的短暂，你将开始不断地行善。¹¹
18. 如果一个人得到了各种各样的赏赐，他们应该害怕，想着他们可能在今世就获得了他们的善行的报酬，而他们可能不会在后世受益于他们的善行。¹²

¹ 伊历 1436 年主马达·阿色尼月 29 日，2015 年 4 月 18 日

² 伊历 1443 年莱买丹月 23 日，2022 年 4 月 25 日

³ 伊历 1443 年闪瓦鲁月 6 日

⁴ 伊历 1435 年都尔喀尔德月 18 日，2014 年 9 月 13 日

⁵ 伊历 1435 年都尔喀尔德月 30 日，2014 年 9 月 25 日

⁶ 伊历 1435 年都尔黑哲月 23 日，2014 年 10 月 18 日

⁷ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 7 日，2014 年 10 月 31 日

⁸ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 29 日，2014 年 11 月 22 日

⁹ 伊历 1436 年色法尔月 21 日，2014 年 12 月 13 日

¹⁰ 伊历 1436 年舍尔邦月 27 日，2015 年 6 月 14 日

¹¹ 伊历 1436 年莱买丹月 14 日，2015 年 7 月 2 日，宵礼后

¹² 伊历 1437 年莱买丹月 19 日，2016 年 6 月 24 日，泰拉威哈拜后

19. 坚持行善的方法，是祈求全能的真主赐予你坚定不移的信念。如果你的内心对善行没有兴趣，那就努力培养这一兴趣。 **إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），你的内心中将培养出这一兴趣。不断地阅读关于行善的益处的文字吧。¹
20. 给穆斯林带来慰藉是能获得回赐的行为。²
21. 即使是为全能的真主降下的一个恩惠的千分之一，我们成千上万的崇拜行为也无法实现感谢全能的真主的权利。³
22. 脸会因为崇拜全能的真主而发光。⁴
23. 心因崇拜而感到局促，不是一件好事。⁵
24. 从事世俗事务不应使人在崇拜全能的真主和履行其它义务时犹豫不决。⁶
25. 找到兴趣、获得内心的平静、在崇拜中感到快乐就是灵性。⁷
26. 在青年时期，应该进行大量的崇拜。老年时，没有了青年时期的力量和体能，费力的崇拜变得困难。⁸
27. 为了获得力量崇拜，应该少吃一点。⁹
28. 礼夜间拜的人脸上容光焕发。¹⁰

关于罪恶的 26 条忠告

1. 唉！将罪恶和邪恶行为视为邪恶的趋势也在降低。¹¹

¹ 伊历 1437 年菜买丹月 24 日，2016 年 6 月 29 日，泰拉威哈拜后

² 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 13 日，2016 年 1 月 23 日

³ 伊历 1442 年色法尔月 25 日，2020 年 10 月 12 日

⁴ 伊历 1442 年赖哲卜月 15 日，2021 年 2 月 27 日

⁵ 伊历 1436 年菜买丹月 6 日，2015 年 6 月 23 日

⁶ 伊历 1436 年菜买丹月 6 日，2015 年 6 月 24 日，晡礼后

⁷ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 1 日，2015 年 12 月 13 日

⁸ 伊历 1437 年菜买丹月 15 日，2016 年 6 月 20 日，泰拉威哈拜后

⁹ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 18 日，2016 年 2 月 27 日

¹⁰ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 16 日，2015 年 2 月 5 日

¹¹ 伊历 1441 年都尔黑哲月 7 日，2020 年 7 月 28 日

2. 罪人的罪恶应受憎恨，但这个人值得同情，需要忠告。¹
3. 必须不惜一切代价避免对全能的真主的悖逆，因为无论罪恶是大是小，它都可能使人被投入火狱。²
4. 有必要避免一切使人犯罪的事。³
5. 不要靠近罪恶，更不用说犯罪了。⁴
6. 不应该犯罪，也不应该停止（为罪行而）哭泣。⁵
7. 对我来说，最好的日子是没有犯任何罪的日子。⁶
8. 为了避免犯罪，犯罪的原因必须被消除。⁷
9. 如果人们知道罪行将招致的惩罚，他们就会养成避免犯罪的思维倾向。⁸
10. 在教法不允许的情况下以使人感到不舒服的方式盯着他人也是一种罪行。⁹
11. 没有任何罪恶会带来安慰。¹⁰
12. 一个罪可能会危及信仰，失去信仰的风险也因此增大。¹¹
13. 罪恶的疾病比身体的疾病更危险。¹²
14. 即使是一个小罪也可能是人进入火狱的一个原因。¹³

¹ 伊历 1438 年赖比尔·阿色尼月 1 日

² 伊历 1437 年莱买丹月 16 日

³ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 8 日

⁴ 伊历 1441 年闪瓦鲁月 8 日，2020 年 5 月 30 日

⁵ 伊历 1442 年莱买丹月 3 日

⁶ 伊历 1442 年莱买丹月 29 日，晡礼后

⁷ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 6 日，2014 年 10 月 30 日

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 4 日，2015 年 1 月 24 日

⁹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 4 日，2015 年 1 月 24 日

¹⁰ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 8 日，2015 年 1 月 28 日

¹¹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 10 日，2015 年 1 月 30 日

¹² 伊历 1444 年主马达·阿色尼月 15 日，2023 年 1 月 7 日

¹³ 伊历 1436 年主马达·阿色尼月 1 日，2015 年 2 月 20 日

15. 除了显而易见的罪恶之外，也有必要了解关于隐藏的罪恶的信息。¹
16. 你们要时刻牢记，善功的重量绝不应该减少，罪恶的重量绝不应该增加。²
17. 对奉承的喜爱，即，对自己受到赞扬的渴望和热爱，是不好的。这是一种隐藏的疾​​病，因为它，人可能会因为许多罪恶而遭受痛苦。³
18. 如果犯了罪就要害怕，担心全能的真主不悦。即使你有幸做了一件善功，也要害怕，担心善功是否被接受了。⁴
19. 每一个罪人都必须对全能的真主的仁慈抱有希望，而每一个虔诚的人都必须害怕全能的真主的自给自足。⁵
20. 远离邪恶的意识是远离邪恶的一种手段。⁶
21. 难道可以通过让全能的真主不悦的行为来庆祝吗？（当然不可以）⁷
22. 违背全能的真主是撒旦的事，不是穆斯林的事。⁸
23. 非法的财富中没有任何福赐，人会以这样或那样的方式失去它。⁹
24. 将对全能的真主的悖逆视为小事使之变成了大事。¹⁰
25. 有时候，犯一个罪会导致犯很多罪。¹¹
26. 每一个罪，无论大小，都可能使人被投入火狱。¹²

¹ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 10 日，2016 年 2 月 19 日

² 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 9 日，2016 年 3 月 19 日

³ 伊历 1437 年菜买丹月 7 日，2016 年 6 月 13 日，晡礼后

⁴ 伊历 1437 年菜买丹月 12 日，2016 年 6 月 17 日

⁵ 伊历 1437 年菜买丹月 19 日，2016 年 6 月 25 日，晡礼后

⁶ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 4 日，2014 年 10 月 28 日

⁷ 伊历 1442 年菜买丹月 19 日，晚上

⁸ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 7 日，2014 年 10 月 31 日

⁹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 8 日，2015 年 1 月 28 日

¹⁰ 伊历 1437 年菜买丹月 16 日，2016 年 6 月 21 日，泰拉威哈拜后

¹¹ 伊历 1441 年都尔黑哲月 5 日，2020 年 7 月 26 日

¹² 伊历 1437 年菜买丹月 16 日，2016 年 6 月 21 日，泰拉威哈拜后

关于积极的猜测的 5 条忠告

1. 我们应该对全能的真主抱着一个积极的猜测——祂是宽宏大量的，会宽待我们，不会以祂的恩典羞辱我们，并且会宽恕我们。¹
2. 你对其抱有积极的猜测——他的祈祷是受准承的——的人，请他们为你不受清算就得到宽恕而祈祷吧。²
3. 不要引起任何穆斯林对其他穆斯林的厌恶。³
4. 抱有积极的猜测没有任何害处，抱有消极的猜测没有任何好处。⁴
5. 不要再无缘无故地怀疑穆斯林，要抱有积极的猜测，因为对穆斯林抱有积极的猜测是能获得回赐的行为。⁵

关于保卫眼睛的 4 条忠告

1. 即使眼睛所看的既没有回赐，也不是有罪的，人也将在审判日为此受到清算。⁶
2. 在当今时代，对眼睛施行“麦地那之锁”（即，保护眼睛，不让它们看有罪的和无用的东西）很难，但并非不可能。我们不应该在不必要的情况下离开家。如果有人必须出去，他应该保持他的视线向下。如果他的视线无心地落在某个属于非禁婚对象的女性身上，他应该立即转移视线。他应该尽可能少去那些妇女不戴头巾的地方，比如市场等。⁷
3. 我喜欢说话少、保持他们的视线向下、是圣行的化身的穆斯林兄弟。⁸
4. 在不必要的情况下东张西望不是一个好习惯。事实上，怀着良好的举意避免这样做是能带来回赐的行为。⁹

¹ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 15 日，2015 年 12 月 26 日

² 伊历 1436 年菜买丹月 25 日

³ 伊历 1432 年穆哈兰姆月 11 日

⁴ 伊历 1432 年菜买丹月 18 日

⁵ 伊历 1437 年菜买丹月 24 日，2016 年 6 月 30 日，晡礼后

⁶ 伊历 1441 年都尔黑哲月 4 日，2020 年 7 月 25 日

⁷ 伊历 1437 年菜买丹月 2 日，2016 年 6 月 8 日，晡礼后

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 24 日，2015 年 2 月 13 日

⁹ 伊历 1437 年菜买丹月 1 日，2016 年 6 月 7 日，晡礼后

关于说话的 26 条忠告

1. 不要问可能会让对方暴露出他人的缺点或陷入背谈的罪恶中的问题。¹
2. 没有一本神秘主义的书没有提及沉默的益处。²
3. 除了不记住真主之外，人心变硬的原因之一还有说话过多。³
4. 不管是谁跟你说话不拘礼节，你都应该用合乎礼仪的话语和他说话。⁴
5. 一般来说，每个人都喜欢本性安静的人。⁵
6. 仔细思量你所说的话的内容及原因。⁶
7. 如果我们成功地避免了无用的谈话，这是我们理所当然应该做的，这是全能的真主降下的（巨大）恩惠。⁷
8. 说话过多有损一个人的尊严。⁸
9. 没有留在两片嘴唇内的观点不会留在其它任何地方。⁹
10. 要避免可能会让某个穆斯林感觉不舒服的任何话语或行为。¹⁰
11. 但愿我们想说话的时候，先停顿一下，想一想，然后再说！¹¹
12. 保持沉默可以带来今世和后世的益处。¹²

¹ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 13 日，2020 年 7 月 4 日

² 伊历 1437 年菜买丹月 1 日，2016 年 6 月 7 日，晡礼后

³ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 10 日

⁴ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 8 日，2015 年 1 月 28 日

⁵ 伊历 1441 年都尔黑哲月 1 日，2020 年 7 月 22 日

⁶ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 11 日，2015 年 3 月 2 日

⁷ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 8 日，2015 年 1 月 28 日

⁸ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 30 日，2020 年 7 月 21 日

⁹ 伊历 1432 年菜买丹月 6 日

¹⁰ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 10 日，2014 年 11 月 2 日

¹¹ 伊历 1436 年色法尔月 28 日，2014 年 12 月 20 日

¹² 伊历 1436 年色法尔月 7 日，2014 年 11 月 29 日

13. 根据对方的地位和身份，用令人愉快的话语与他人交谈。¹
14. 即使是跟一个只有一天大的婴儿说话，也不要说不拘礼节的话。²
15. 只要我们不把话说出来，那些话就还属于我们。一旦我们的舌头把话说出来了，它们就属于别人了，他们就可能做他们想做的事。³
16. 一个人应该知道在什么地方需要说什么。⁴
17. 一句友善的话包含能使无礼的人变得顺从的魔力。⁵
18. 不要用自己的嘴巴说赞扬自己的话语。⁶
19. 用听者希望你说得更多的方式说话。⁷
20. （采取）严肃的态度（但）不应该是板着脸。⁸
21. 因为无用的谈话可能最终会变成有罪的谈话，所以你要避免无用的谈话。⁹
22. 要避免无用的事物，以免你陷入罪恶。¹⁰
23. 严厉的话语包含有能让自己的孩子不听话的毒素。¹¹
24. 如果你有避免无用的谈话的思维倾向，你也会能够避免有罪的谈话。¹²
25. 不是不顾后果的沉默是好的。¹³

¹ 伊历 1436 年色法尔月 16 日，2014 年 12 月 5 日

² 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 8 日，2015 年 1 月 28 日

³ 伊历 1435 年都尔黑哲月 3 日

⁴ 伊历 1436 年都尔黑哲月 18 日，2015 年 9 月 27 日

⁵ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 4 日，2015 年 1 月 24 日

⁶ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 23 日，2015 年 2 月 12 日

⁷ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 11 日，2015 年 3 月 2 日

⁸ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 8 日

⁹ 伊历 1435 年都尔喀尔德月 4 日，2014 年 8 月 30 日

¹⁰ 伊历 1435 年都尔黑哲月 23 日，2014 年 10 月 18 日

¹¹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 4 日，2015 年 1 月 24 日

¹² 伊历 1441 年都尔黑哲月 5 日，2020 年 7 月 26 日

¹³ 伊历 1436 年闪瓦鲁月 10 日，2015 年 7 月 26 日

26. 渴望得到回赐而在说话之前先思考的那个人才是在真正意义上对宗教持谨慎态度的人（即，注意什么是允许的，什么是不允许的）。¹

关于亲切和礼貌的 33 条忠告

1. 俘获人心的一个好方法就是保持面带微笑。但要怀着践行圣行、使人靠近以便你劝人向善的举意微笑。²
2. 一个微笑可以解决很多问题。³
3. 人心是可以礼貌征服的，而不是用剑。⁴
4. 无论是孩子还是大人，你都会从你爱的人那里得到爱。⁵
5. 如今，对孩子表现出怜悯之爱的趋势已经降低了。这不是一件好事。⁶
6. **الْحَمْدُ لِلَّهِ**（感赞安拉），我天生就喜爱孩子。⁷
7. 不管别人对我们好不好，我们必须善待每一个人。⁸
8. 即使是动物，只要它是性情温和的，就会受到喜爱，更不用说人类了。⁹
9. 你当保持谦逊和温和。**إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），你将受到每一个人的喜爱。¹⁰
10. 承认错误会增加你的荣誉，而不会减少。¹¹
11. 把爱送给孩子、老人和病人。¹²

¹ 伊历 1436 年都尔黑哲月 18 日，2015 年 9 月 27 日

² 伊历 1442 年菜买丹月 25 日，晚上

³ 伊历 1442 年菜买丹月 16 日，2020 年 10 月 3 日

⁴ 伊历 1444 年色法尔月 1 日，2022 年 8 月 29 日

⁵ 伊历 1441 年都尔黑哲月 3 日，2020 年 7 月 24 日

⁶ 伊历 1437 年菜买丹月 3 日，2016 年 6 月 9 日

⁷ 伊历 1437 年菜买丹月 3 日，2016 年 6 月 9 日，晡礼后

⁸ 伊历 1437 年菜买丹月 12 日

⁹ 伊历 1441 年都尔黑哲月 3 日，2020 年 7 月 24 日

¹⁰ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 20 日

¹¹ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 4 日，2016 年 1 月 14 日

¹² 伊历 1442 年菜买丹月 15 日，晚上

12. 我们的性格应该是这样的：看到我们的性格后人们会说：我们应该效仿他。¹
13. 我们是全能的真主的谦卑的仆人。我们必须表现出谦逊，而不是做出流氓行径。²
14. 一生都记住别人对你的帮助。³
15. 给予尊重；你会得到尊重。⁴
16. 只有通过谦逊和谦虚，你才能进入一个人的内心。⁵
17. 你的一个微笑可能会使他人的几代人变得更好，而你的一个不顾及他人的行为可能会使他人的几代人远离正确的道路。⁶
18. 如果你不能通过你的存在让别人快乐，那么也不要使别人感到不舒服。⁷
19. 那些骂别人的人，人们会试图摆脱他们，逃离他们；那些给予爱的人，人们会寻找他们，接近他们。⁸
20. 我们必须温和的对待穆斯林。⁹
21. 信士是性情温和、说话也柔和的。¹⁰
22. 人们喜欢心地善良、和蔼可亲的人。¹¹
23. 弟弟妹妹应该尊重哥哥姐姐，即使哥哥姐姐在不必要的情况下吓唬他们。然而，长辈应该爱护年轻人并亲切和蔼地对待他们。¹²
24. 以温和的方式完成的任务不能以严厉的方式完成。¹³

¹ 伊历 1442 年莱买丹月 16 日，晚上

² 伊历 1443 年都尔喀尔德月 19 日 2022 年 6 月 19 日

³ 伊历 1442 年色法尔月 25 日，2020 年 10 月 12 日

⁴ 伊历 1442 年色法尔月 25 日，2020 年 10 月 12 日

⁵ 伊历 1442 年赖哲卜月 4 日，2021 年 2 月 18 日

⁶ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 11 日

⁷ 伊历 1436 年舍尔邦月 28 日，2015 年 6 月 15 日

⁸ 伊历 1439 年赖比尔·敖外鲁月 1 日

⁹ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 3 日，2015 年 12 月 15 日

¹⁰ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 4 日，2014 年 12 月 26 日

¹¹ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 4 日，2014 年 12 月 26 日

¹² 伊历 1437 年莱买丹月 9 日

¹³ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 24 日，2015 年 2 月 13 日

25. 不管你是多大的领导，你都要温和地对待你的下属并爱护他们。¹
26. 要严肃，但也要记住微笑和严肃并不矛盾。²
27. 人们会逃离这样的人：说话尖酸刻薄的，粗鲁无礼的，不注意保持衣服干净的，做生意不诚信的（例如，不偿还借款的），身体或衣服发出难闻的气味的，等等。³
28. 每个人都会赞同严肃而有礼貌的人。⁴
29. 要变得和蔼可亲。如果你天生不是和蔼可亲的，那就强迫自己变得和蔼可亲。⁵
30. 如果全能的真主赐予我们某个职位，我们应该态度谦逊，这样我们才能温和地对待我们的下属。当我们因为某个原因正要严厉地对待我们的下属时，我们应该想一想：我们敬爱的先知 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ 有没有以这种方式对待受主福佑的圣门弟子 رَضِيَ اللهُ عَنْهُ 呢？这样，我们的举止就会更得当， إِنَّ شَاءَ اللهُ （音沙安拉）。⁶
31. 如果你关爱每一个人并礼貌地对待他们，人们将会喜爱你。给予爱并接受爱。如果你给予憎恨，你就会得到憎恨。⁷
32. 谁重视每个人，爱他们，根据他们的身份尊重他们，谁就会得到每个人的喜爱。⁸
33. 微笑是圣行。人们会靠近喜欢微笑的人。人们会逃离总是哭泣的人。⁹

关于自我的改造的 24 条忠告

1. 向我指出我的错误的人是我的恩人。（我们都应该有这种心态。）¹⁰

¹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 24 日，2015 年 2 月 13 日

² 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 1 日，2015 年 2 月 20 日

³ 伊历 1436 年闪瓦鲁月 23 日，2015 年 8 月 18 日

⁴ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 11 日，2015 年 3 月 2 日

⁵ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 7 日，2016 年 1 月 17 日

⁶ 伊历 1437 年菜买丹月 19 日，2016 年 6 月 24 日，泰拉威哈拜后

⁷ 伊历 1438 年赖比尔·阿色尼月 17 日

⁸ 伊历 1437 年菜买丹月 7 日，2016 年 6 月 13 日，晡礼后

⁹ 伊历 1436 年菜买丹月 25 日

¹⁰ 伊历 1440 年闪瓦鲁月 19 日

2. 给我们忠告的人是我们的恩人。¹
3. 你不应该对忠告你的人生气；否则，你将关上自我改造的大门。²
4. 忠告者之门对之关闭的人是极其不幸的。³
5. 但愿我们专注于让我们的心发亮，而不是让我们的脸发亮！⁴
6. 没有人给他忠告的人是极其不幸的。⁵
7. 能容忍批评的人是伟大的人。⁶
8. 说起来容易，实际做起来很难。⁷
9. 为了使你内心的自我变得明亮而真正地忏悔吧。⁸
10. 每个人都应该避免向别人要东西。如果（避免要东西的）这种习惯变得根深蒂固，那么 **لَرْيَاءَ اللَّهِ**（音沙安拉）你也将获得许多世俗的益处。⁹
11. 在能将人带进天堂的行为中，其中一种行为是保卫穆斯林免受邪恶的侵害。¹⁰
12. 但愿我们在死亡之前成功地战胜我们的私欲！¹¹
13. 看似微不足道的善行有可能把我们带进天堂，而看似微不足道的罪恶却有可能把我们带入火狱。¹²
14. 事实上，富人是常做善功的人。¹³

¹ 伊历 1444 年赖比尔·敖外鲁月 19 日，2022 年 10 月 15 日

² 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 23 日，2015 年 2 月 12 日

³ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 7 日，2015 年 1 月 27 日

⁴ 伊历 1437 年穆哈兰姆月 11 日，2015 年 10 月 21 日

⁵ 伊历 1444 年赖比尔·敖外鲁月 19 日，2022 年 10 月 15 日

⁶ 伊历 1444 年赖比尔·阿色尼月 9 日，2022 年 11 月 4 日

⁷ 伊历 1444 年穆哈兰姆月 2 日，2022 年 8 月 2 日

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 5 日，2014 年 12 月 27 日

⁹ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 20 日，2015 年 12 月 31 日

¹⁰ 伊历 1439 年赖比尔·敖外鲁月 3 日

¹¹ 伊历 1437 年莱买丹月 20 日，2016 年 6 月 25 日，泰拉威哈拜后

¹² 伊历 1441 年都尔黑哲月 9 日，2020 年 7 月 31 日

¹³ 伊历 1437 年莱买丹月 8 日，2016 年 6 月 14 日，晡礼后

15. 当人培养出了赚取功修的思维倾向并热衷于此，那么除了义务功修以外，做副功修（自愿的善功）也会变得容易。¹
16. 我们的所有的行为的目的应该是获得全能的真主的喜悦。²
17. 我们的生活目标是取悦全能的真主及其使者 صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ，但我们正浪费精力去取悦别人。³
18. 珍惜生命中宝贵的每一天。⁴
19. 全能的真主的喜悦是最大的恩赏。凡是全能的真主喜悦的人，祂都会把他带入天堂。⁵
20. 控制私欲的方法就是要反对私欲所说的一切。⁶
21. 穆斯林的每一刻都是宝贵的。不要浪费任何一个时刻。⁷
22. 我们不应该为了救自己而让别人陷入困境。⁸
23. 时间就像是一旦浪费了就无法再获得的无价的钻石，而失去了的财富还可以再赚回来。⁹
24. 充满恶意的内心是不好的。¹⁰

关于改造他人的 9 条忠告

1. 如果你想要忠告某人，那么就采取一种贤明的态度，因为只有这样才能使改造成为现实；否则，咄咄逼人的态度会导致顽固不化。¹¹

¹ 伊历 1437 年舍尔邦月 27 日，2016 年 6 月 4 日

² 伊历 1436 年穆哈兰姆月 1 日，2014 年 10 月 25 日

³ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 1 日，2014 年 10 月 25 日

⁴ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 9 日，2014 年 12 月 31 日

⁵ 伊历 1437 年菜买丹月 23 日，2016 年 6 月 29 日，晡礼后

⁶ 伊历 1437 年菜买丹月 1 日，2016 年 6 月 6 日，晚上

⁷ 伊历 1437 年菜买丹月 3 日，2016 年 6 月 9 日，晡礼后

⁸ 伊历 1441 年都尔黑哲月 20 日，2020 年 7 月 11 日

⁹ 伊历 1438 年赖比尔·阿色尼月 5 日

¹⁰ 伊历 1441 年主马达·阿色尼月 7 日

¹¹ 伊历 1442 年赖哲卜月 15 日，2021 年 2 月 27 日

2. 忠告他人也是一种技能。如果你知道如何忠告他人，那就私下忠告吧，因为这样更有益。¹
3. 当有需要的时候，有人可以被公开改造。然而，现如今，一些愚蠢的人以改造他人为借口，通过社交媒体向数百万人揭露某个穆斯林的缺点，那个穆斯林的荣誉因而受到了损害。²
4. 如果你为改造某些人做出了努力，而他们开始践行圣行了，这就好像你改造了他们的后代。³
5. 劝人向善应该用温和、谦逊和恳求的态度。⁴
6. 根据每一个人的心智以不同的方式劝人向善。⁵
7. 通过人品表现出来的劝人向善的号召比通过言语表现出来的更有影响力。⁶
8. 无论你想要如何为宗教工作，都要在年轻的时候去做，因为一般来说，人在年老的时候是会力不从心的。⁷
9. 虽然挽救人的生命是一件好事，但挽救人的信仰更重要。⁸

关于乌尔都语的 2 条忠告

1. 学习乌尔都语吧，因为我们的很多宗教文献都是用乌尔都语写的。⁹
2. 我爱乌尔都语，因为《Kanz-ul-Iman》（《古兰经》译本）、《Tafsir Khazain al-Irfan》（《古兰经》注释）、《Fatawa Ridawiyah》（伊斯兰教令合集）和《Bahar-e-Shariat》（伊斯兰教法百科全书）等等都是用乌尔都语写的。¹⁰

¹ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 27 日，2016 年 2 月 6 日

² 伊历 1441 年穆哈兰姆月 5 日

³ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 4 日，2015 年 1 月 24 日

⁴ 伊历 1437 年莱买丹月 14 日，2016 年 6 月 19 日，泰拉威哈拜后

⁵ 伊历 1436 年色法尔月 28 日，2014 年 12 月 20 日

⁶ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 12 日，2015 年 3 月 3 日

⁷ 伊历 1436 年莱买丹月 13 日，2015 年 6 月 30 日，宵礼后

⁸ 伊历 1442 年莱买丹月 26 日，晚上

⁹ 伊历 1441 年都尔黑哲月 3 日，2020 年 7 月 24 日

¹⁰ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 1 日，2015 年 12 月 13 日

关于学习伊斯兰书籍和宗教知识的 23 条忠告

1. 获取宗教知识是一种极其重要的崇拜形式。¹
2. 通过学习也可以获得宗教知识这一无价之宝。²
3. 我极其喜爱那些喜欢宗教知识的人。³
4. 如果你获得了关于 Munjiyat（即，带来救赎的行为）和 Muhlikat（即，导致毁灭的行为）的知识，你将能够激烈地与撒旦作斗争。⁴
5. 获取宗教知识、按照宗教知识行事及传播宗教知识都是施舍的形式。⁵
6. 获取宗教知识优于诵念祈祷词。⁶
7. 在我看来，至少能正确地读《古兰经》的人是受过教育的。⁷
8. 写书不是一件容易的事。只有有资格的人才应该写书。⁸
9. 每个作者都应该就他所写的内容敬畏全能的真主。⁹
10. 阅读是宗教知识的本质。¹⁰
11. 我们的虔诚的前辈甚至会尊重一张白纸。但愿我们也尊重我们的笔和书！¹¹
12. 要发展互相分发（宗教）书籍的趋势。¹²
13. 宗教书籍应该以便宜的价格出售，以便越来越多的人可以从中受益。这是宗教规范（行为准则）的要求。¹³

¹ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 17 日，2015 年 1 月 8 日

² 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 9 日

³ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 4 日

⁴ 伊历 1435 年闪瓦鲁月 6 日

⁵ 伊历 1436 年莱买丹月 16 日，2015 年 7 月 3 日，宵礼后

⁶ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 7 日，2015 年 2 月 26 日

⁷ 伊历 1441 年都尔黑哲月 3 日，2020 年 7 月 24 日

⁸ 伊历 1435 年都尔黑哲月 1 日，2014 年 9 月 26 日

⁹ 伊历 1436 年莱买丹月 12 日，2015 年 6 月 29 日，宵礼后

¹⁰ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 8 日，2015 年 2 月 27 日

¹¹ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 10 日

¹² 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 20 日，2016 年 1 月 30 日

¹³ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 16 日，2014 年 11 月 9 日

14. 我喜欢把宗教书籍的价格称为“礼物”。¹
15. 《古兰经》经文不应该写在书籍和杂志的封面页上，因为如果有人故意在没有小净的情况下触碰它们，他们就会成为罪人。²
16. 怀着良好的举意，在每一座房子里的客厅等地设置一个书柜，并将其命名为“伊斯兰图书室”。³
17. 请先知的追随者们、穆斯林兄弟姐妹们都在自己的家中、工作场所、办公室、诊所、陈列室、等候室或客厅等地建立伊斯兰图书室。⁴
18. 《Bahar-e-Shariat》（教法百科全书）的全三卷应该存在于每一个家里。⁵
19. 《Tafsir Sirat al-Jinan》（《古兰经》注释）是一个巨大的知识宝库。⁶
20. 把马克塔巴·图·麦地那的书籍和小册子放在等候区，并在那里播放迈达尼频道。⁷
21. 避免在走路的时候学习，躺着学习，或以其它任何会给眼睛造成负担的方式学习，因为这可能会削弱视力。⁸
22. 确保家里一直有《Kanz al-Iman》（《古兰经》译本）。⁹
23. 如果有人给你一本书请你保管，未经他的允许不要打开它。¹⁰

关于改善个性的 15 条忠告

1. 要完成一项任务，就要认真对待。如果一个人认真地做某件事，他就会实现他的目标。¹¹

¹ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 13 日，2015 年 12 月 25 日

² 伊历 1437 年莱买丹月 24 日，2016 年 6 月 30 日，晡礼后

³ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 2 日，2015 年 12 月 14 日

⁴ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 2 日，2015 年 12 月 14 日

⁵ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 20 日，2015 年 12 月 31 日

⁶ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 19 日，2016 年 1 月 29 日

⁷ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 25 日，2016 年 3 月 5 日

⁸ 伊历 1439 年赖比尔·敖外鲁月 4 日

⁹ 伊历 1436 年都尔黑哲月 8 日，2015 年 9 月 22 日

¹⁰ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 3 日，2015 年 6 月 20 日

¹¹ 伊历 1435 年闪瓦鲁月 20 日，2014 年 8 月 16 日

2. 不要只听一面之词就做出判断。¹
3. 过分的多愁善感会使人陷入困境。²
4. 债务会导致压力和失眠。³
5. 运动中有一种福赐，因为流动的水能保持新鲜，不流动的水会变质。⁴
6. 让别人遵守原则的最好方法就是让自己也遵守原则。⁵
7. 与其担心如何改善你的个性，不如担心如何改善你的功过簿。⁶
8. 为了承认你的错误，你必须杀死你的私欲。⁷
9. 好的修养告诉我们，拿起碗或玻璃杯等物品时，大拇指不能伸进去，甚至不能碰到边缘。应该用手握住碗或杯子的底部。⁸
10. 尽量不要要求任何人给予帮助。这样，自给自足会增加尊严。⁹
11. 不要采取任何使他人远离宗教的行为或态度。¹⁰
12. 如果你无法给他人带来安慰，那也不要给他人造成痛苦。¹¹
13. 道歉不会减少你的价值，相反，它会增加你的价值。¹²
14. 紧张焦虑会导致成千上万的疾病。¹³
15. 时间是一种恩惠，而恩惠的价值只有在失去后才会显现。因此，珍惜时间，把它花在行善上吧。¹⁴

¹ 伊历 1436 年菜买丹月 17 日，2015 年 7 月 4 日，泰拉威哈拜后

² 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 18 日，2015 年 2 月 7 日

³ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 20 日，2020 年 7 月 11 日

⁴ 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 9 日

⁵ 伊历 1443 年色法尔月 18 日，2021 年 9 月 26 日

⁶ 伊历 1443 年色法尔月 18 日，2021 年 9 月 26 日

⁷ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 11 日，2015 年 3 月 2 日

⁸ 伊历 1436 年菜买丹月 23 日，2015 年 7 月 10 日，宵礼后

⁹ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 3 日，2016 年 1 月 13 日

¹⁰ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 30 日，2020 年 7 月 21 日

¹¹ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 13 日，2016 年 1 月 23 日

¹² 伊历 1435 年都尔黑哲月 23 日，2014 年 10 月 18 日

¹³ 伊历 1441 年闪瓦鲁月 29 日，2020 年 6 月 20 日

¹⁴ 伊历 1440 年赖哲卜月 4 日

关于伊斯兰学者的 18 条忠告

1. 伊斯兰学者是社会中最可敬且智力超群的阶层。不要批评伊斯兰学者，而要尊敬他们。¹
2. 我们必须在与逊尼派的学者保持联系的同时开展宗教工作。他们是我们头上的王冠。²
3. 虽然伊斯兰学者看起来很简朴，但他们因知识而有别于普通人，并具有最好的个性。³
4. 与拥有正确的信仰并积极履行宗教义务的逊尼派伊斯兰学者为伴的人既获得了知识，也获得了灵性。⁴
5. 要谦虚，不要用自己的嘴称呼自己为“阿拉玛”或“阿利姆”。⁵
6. 即使是伊斯兰学者和穆夫提也应该把《Ihya al-Uloom》（《宗教科学的复兴》）的内容牢记在心。إن شاء الله（音沙安拉），他们的“法特瓦”（伊斯兰教令会得到完善。⁶
7. 知识渊博的人应该仔细思量自己是否认为没有受过教育的人低自己一等。他们应该敬畏全能的真主，想着别人可能在全能的真主的阙前得到了认可。⁷
8. 知识渊博的人和那些真正与他们为伴的人（他们的追随者）不会自杀。⁸
9. 说属于先知的追随者的伊斯兰学者的坏话（侮辱伊斯兰学者）可能会危及信仰。⁹
10. 如果伊斯兰学者无意地陈述了错误的裁决，他们不应该羞于纠正它（即，承认他们的错误并陈述正确的裁决）。（敬畏主的伊斯兰学者就是这么做的。）¹⁰

¹ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 2 日

² 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 4 日，2016 年 2 月 13 日

³ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 12 日

⁴ 伊历 1436 年色法尔月 21 日

⁵ 伊历 1440 年闪瓦鲁月 19 日

⁶ 伊历 1440 年闪瓦鲁月 20 日

⁷ 伊历 1440 年闪瓦鲁月 20 日

⁸ 伊历 1437 年穆哈兰姆月 25 日，2015 年 11 月 7 日

⁹ 伊历 1437 年莱买丹月 17 日，2016 年 6 月 22 日，泰拉威哈拜后

¹⁰ 伊历 1441 年都尔黑哲月 3 日，2020 年月 24 日

11. 那些想要在经济上为我服务的人应该为他们当地的拥有正确的信仰的逊尼派伊斯兰学者服务。¹
12. 严肃是伊斯兰学者的装饰。²
13. 宗教人士应该更加小心，因为白色衣服上的污渍即使从远处也能看到。³
14. **每个人都应该努力成为一名伊斯兰学者。成为一名伊斯兰学者是一种极大的荣誉。**⁴
15. 至少买一本马克塔巴·图·麦地那（阿语书籍部门）的阿语书。如果你不会阿语，可以赠送给某位逊尼派学者。⁵
16. 伊斯兰学者和精神导师通过拜访人们的家来关心他们是否健康幸福，分担他们的烦恼和悲伤，以善良和温柔对待他们，在人们的心中占有一席之地。⁶
17. 在评估情况并征求学者的许可后，请伊斯兰学者告知裁决。如果可敬的伊斯兰学者拒绝，不要不高兴。⁷
18. 穆夫提是非常聪明的人。⁸

给学生和老师的 11 条忠告

1. 如果可能的话，宗教学生和阅读伊斯兰书籍的人应该自掏腰包购买宗教书籍。
إِنْ شَاءَ اللَّهُ（音沙安拉），福赐将会增加。⁹
2. 学生是国家的重要资本，可以改变国家的命运。¹⁰

¹ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 5 日

² 伊历 1444 年赖比尔·敖外鲁月 15 日

³ 伊历 1441 年都尔黑哲月 4 日，2020 年 7 月 25 日

⁴ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 18 日，2015 年 2 月 7 日

⁵ 伊历 1437 年色法尔月 22 日，2015 年 12 月 5 日

⁶ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 27 日，2016 年 2 月 6 日

⁷ 伊历 1437 年莱买丹月 7 日，2016 年 6 月 13 日，晡礼后

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 6 日，2015 年 1 月 26 日

⁹ 伊历 1441 年都尔黑哲月 6 日，2020 年 7 月 27 日

¹⁰ 伊历 1442 年莱买丹月 10 日，晚上

3. 如果学生的举止得到纠正，且他们真正培养出严肃认真的态度，他们可以极大地为宗教服务。¹
4. 老师应该有能力评估学生的心理。²
5. 老师的才能在于教导一个愚笨的学生并使他通过考试。³
6. 除了拥有对获得宗教知识的渴望外，我希望看到学生们拥有对伊斯兰活动的渴望。⁴⁻⁵
7. 尽可能多地尊重老师，尊重书本。 **إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），你将会获得知识的本质。⁶
8. 笔是学习知识的工具，应该受到尊重。⁷
9. 不应该在没有必要的情况下暴露自己是一个“尼格兰”（达瓦特·伊斯拉米的区域负责人）、老师或伊斯兰学者。⁸
10. 仅仅通过 Dars-e-Nizami（传统伊斯兰课程）的课程很难成为一名伊斯兰学者。为此，有必要阅读更多的伊斯兰书籍。⁹
11. 接受宗教教育的人的未来（即，坟墓和后世）是光明的。¹⁰

关于可敬的“哈菲兹”的 4 条忠告

1. 所有熟记《古兰经》的人都应该每天诵读《古兰经》的一个 Manzil（《古兰经》的七分之一，一个星期诵读完整部《古兰经》）。¹¹

¹ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 15 日，2014 年 11 月 8 日

² 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 11 日，2015 年 3 月 2 日

³ 伊历 1443 年都尔黑哲月 3 日，2022 年 6 月 2 日

⁴ 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 11 日

⁵ 在达瓦特·伊斯拉米的专门用语中，“伊斯兰活动”现在被称为“宗教活动”。

⁶ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 11 日，2014 年 11 月 4 日

⁷ 伊历 1436 年赖哲卜月 20 日，2015 年 5 月 9 日

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 23 日，2015 年 2 月 12 日

⁹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 23 日，2015 年 2 月 12 日

¹⁰ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 10 日

¹¹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 19 日，2015 年 2 月 8 日

2. 熟记尊贵的《古兰经》的人应该全年不断地诵读《古兰经》，这样《古兰经》就会被牢记在心。¹
3. 真正熟记尊贵的《古兰经》的人是接受《古兰经》的命令并按照这些命令行事的人。²
4. 按照发音和诵读规则诵读尊贵的《古兰经》的人是值得羡慕的。³

关于莱买丹月（斋月）的 6 条忠告

1. 莱买丹月开始时感到快乐，莱买丹月结束时感到悲伤，这是幸运的人所独有的感受。⁴
2. 有些人认为必须用椰枣、水或盐开斋。不是那样的。事实上，可以用任何可食用或可饮用的东西开斋。⁵
3. 要在莱买丹月中诵读整部尊贵的《古兰经》。每天至少要留出一个小时用于诵读《古兰经》。⁶
4. 在莱买丹月中，要多注意赚取功修，而不是赚钱。⁷
5. 通过向穆斯林低价出售商品从而在莱买丹月赚取功修，因为莱买丹月是赚取功修而不是财富的月份。⁸
6. 莱买丹月是行善者的季节，他们注定要进入天堂。⁹

关于好的同伴和朋友的 12 条忠告

1. 为了识别一个好朋友，你可以和他一起旅行或做交易，比如跟他做买卖。¹⁰

¹ 伊历 1436 年色法尔月 28 日，2014 年 12 月 20 日

² 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 6 日，2014 年 12 月 28 日

³ 伊历 1444 年穆哈兰姆月 2 日，2022 年 8 月 2 日

⁴ 伊历 1443 年莱买丹月 28 日，2022 年 4 月 30 日

⁵ 伊历 1437 年莱买丹月 18 日

⁶ 伊历 1437 年莱买丹月 1 日，2016 年 6 月 7 日，晡礼后

⁷ 伊历 1442 年莱买丹月 22 日，晚上

⁸ 伊历 1443 年莱买丹月 1 日，2022 年 4 月 2 日

⁹ 伊历 1436 年莱买丹月 16 日，2015 年 7 月 4 日，晡礼后

¹⁰ 伊历 1435 年都尔黑哲月 1 日，2014 年 9 月 26 日

2. 我们应该和这样的人坐在一起：他们的行为、信仰和意识形态都完全符合《古兰经》和圣训。¹
3. 为了防止疏忽大意，我们必须避免与疏忽大意的人为伍。²
4. 增加对“卧里”的热爱的一个方法是与热爱可敬的“卧里”的人为伴。³
5. 与同伴相比，讨论的影响力较小。⁴
6. 坏的同伴是信仰的致命毒药。⁵
7. 我在尊贵的 Qutb-e-Madinah رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ 的身边待了一个月二十多天，但我从来没有见过他大声地笑出来。⁶
8. 一百本书与跟好的同伴在一处待一会儿是相等的。⁷
9. 有时候，命运可以通过跟一个虔诚的人坐在一处而改变。⁸
10. 与虔诚的人为伴对于防止自己的心疏忽于记住真主是必要的。⁹
11. 好的同伴即使没有绝迹，至少也很稀少。¹⁰
12. 好的朋友是看到他你就会记念真主的人。¹¹

给夫妻的 5 条忠告

1. 夫妻双方应该约定不把他们之间的纠纷告诉父母等人。¹²

¹ 伊历 1441 年都尔黑哲月 7 日，2020 年 7 月 28 日

² 伊历 1444 年穆哈兰姆月 29 日，2022 年 8 月 27 日

³ 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 8 日

⁴ 伊历 1435 年都尔黑哲月 25 日，2014 年 10 月 20 日

⁵ 伊历 1436 年莱买丹月 27 日，2015 年 7 月 12 日

⁶ 伊历 1437 年莱买丹月 25 日，2016 年 6 月 30 日，泰拉威哈拜后

⁷ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 1 日，2015 年 12 月 13 日

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 17 日，2015 年 1 月 8 日

⁹ 伊历 1436 年闪瓦鲁月 10 日，2015 年 7 月 26 日

¹⁰ 伊历 1442 年莱买丹月 28 日，晚上

¹¹ 伊历 1443 年莱买丹月 1 日，2022 年 4 月 2 日

¹² 伊历 1441 年都尔喀尔德月 13 日，2020 年 7 月 4 日

2. 如果媳妇服侍婆婆和公公，她将获得丈夫的喜悦。¹
3. 如果一个人为了全能的真主的喜悦而取悦自己的丈夫，这是一种崇拜。²
4. 为了全能的真主的喜悦而在伊斯兰教法的范围内取悦自己的丈夫是一种能获得巨大回赐的行为。³
5. 解决家庭问题的方法之一是双方（丈夫和妻子）中至少一方要保持耐心。⁴

给父母的 42 条忠告

1. 父母首先应该给孩子提供必要的宗教教育。⁵
2. 受主福佑的圣门弟子们 رضي الله عنهم 常常训练他们的孩子的勇气。我们的孩子应该像狮子一样勇敢。⁶
3. 让你的孩子像狮子一样。让他们阅读达瓦特·伊斯拉米的小册子。让他们远离鬼和仙女的故事。⁷
4. “怪物来了”、“鬼会吃掉你的”、“乞丐会把你带走”、“垃圾工会抓住你”，用这样的话吓唬孩子会让它们变得胆小怯懦。我们必须使我们的孩子变得勇敢，而不是懦弱。⁸
5. 孩子们天生就有模仿长辈的倾向。如果家里有做礼拜的氛围，那么孩子们也会模仿做礼拜，如果（真主禁止）有歌曲、音乐或跳舞的氛围，那么孩子们也会跳舞。⁹
6. 最好让孩子远离手机。¹⁰

¹ 伊历 1437 年莱买丹月 22 日，2016 年 6 月 27 日，泰拉威哈拜后

² 伊历 1437 年赖哲卜月 15 日，2016 年 4 月 23 日

³ 伊历 1437 年赖哲卜月 15 日，2016 年 4 月 23 日

⁴ 伊历 1437 年赖哲卜月 15 日，2016 年 4 月 23 日

⁵ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 13 日，2020 年 7 月 4 日

⁶ 伊历 1435 年都尔黑哲月 4 日，2014 年 9 月 29 日

⁷ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 2 日，2014 年 12 月 24 日

⁸ 伊历 1436 年赖哲卜月 13 日，2015 年 5 月 2 日

⁹ 伊历 1441 年色法尔月 19 日

¹⁰ 伊历 1442 年赖哲卜月 13 日，2021 年 2 月 2 日

7. 从小就教导你的女儿谦虚。妈妈不应该给（小）女儿穿紧身衣裤。¹
8. 先知的追随者们应该给他们的女儿穿长袖的女式衣服。²
9. 要让你的儿子和女儿记忆包含伊斯兰信息的问题和答案。³
10. 父母应该用爱和明智的策略来劝告孩子。因为鸡毛蒜皮的小事而打骂他们，或者通过大声吼叫来劝告他们，可能会使孩子们变得叛逆。⁴
11. 父母应确保在安排子女的婚姻前征得子女的同意；否则，子女结婚后有可能遭受家族伤害。⁵
12. 孩子们不应该被告知一些事情，比如未成年人犯罪会从轻或减轻处罚等等，因为这会让孩子们变得鲁莽无畏（无所畏惧），撒旦把他们当作他的玩具。如果孩子们心中有对主的敬畏，他们就会做崇拜功修。⁶
13. 父母不应该向孩子透露他们更爱哪个儿子或女儿，否则，其他孩子会产生自卑情结，这对他们来说是一个导致毁灭（损失）的原因。⁷
14. 父母应该不断鼓励已经熟记《古兰经》的孩子每天诵读尊贵的《古兰经》，使《古兰经》在他们的记忆中保持完整。⁸
15. 每个穆斯林都应该让自己的儿女中至少有一个成为伊斯兰学者。⁹
16. 当一个儿子出生时，你要举意通过送你的孩子去伊斯兰大学让他熟记《古兰经》并成为一名伊斯兰学者，**إن شاء الله**（音沙安拉）。¹⁰
17. 向孩子讲述简单的圣训和虔诚之士的故事并鼓励他们多做善功。¹¹

¹ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 13 日，2020 年 7 月 4 日

² 伊历 1437 年莱买丹月 17 日，2016 年 6 月 23 日，晡礼后

³ 伊历 1438 年主马达·敖外鲁月 20 日，2017 年 2 月 18 日

⁴ 伊历 1436 年赖哲卜月 13 日

⁵ 伊历 1439 年赖比尔·敖外鲁月 9 日

⁶ 伊历 1437 年莱买丹月 20 日，2016 年 6 月 25 日，泰拉威哈拜后

⁷ 伊历 1435 年都尔喀尔德月 18 日，2014 年 9 月 13 日

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 19 日，2015 年 2 月 8 日

⁹ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 10 日

¹⁰ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 18 日，2016 年 2 月 27 日

¹¹ 伊历 1437 年莱买丹月 9 日，2016 年 6 月 15 日，晡礼后

18. (真主禁止) 如果你在家里播放有罪的频道, 那么孩子们也将哼唱歌曲并说出电影中的对话, 而如果你播放迈达尼频道, 那么 **إِنْ شَاءَ اللَّهُ** (音沙安拉), 孩子们的信仰将因此而受到保护, 他们的性格将得到改善, 他们将时常诵念赞主词和赞圣词。¹
19. 如果某人的儿子不履行宗教义务, 以他的儿子的有罪嘲笑他是伤害他的一种形式。²
20. 如果你的家里一直播放着迈达尼频道, 你的孩子们将不断地改造自己, **إِنْ شَاءَ اللَّهُ** (音沙安拉)。³
21. 不要给孩子们吃巧克力、太妃糖、薯片等, 应该给他们牛奶、水果和蔬菜等, **إِنْ شَاءَ اللَّهُ** (音沙安拉), 孩子们将保持健康。⁴
22. 从一开始就培养孩子们对过量进食和讲究衣着的厌恶。⁵
23. 你满足孩子们越多的愿望, 他们的愿望就会增加越多。你应该从一开始就控制他们。⁶
24. 不要教孩子们说“拜拜”, 相反, 教他们记忆 **‘نِيْ اِمَانِ اللّٰهِ** (求主护佑你)、“求主保护你”或 **‘السَّلَامُ عَلَيْكُمْ** (赛俩目)。⁷
25. 怀着孩子们也会开始诵念 **‘اللّٰهُ اَللّٰهُ** (安拉安拉) 的举意在你的孩子们面前诵念 **‘اللّٰهُ اَللّٰهُ**。⁸
26. 不要从小就给孩子零花钱; 在家做饭给他们吃。⁹
27. 孩子们应该被教导要善待动物。¹⁰

¹ 伊历 1441 年色法尔月 19 日

² 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 16 日, 2015 年 2 月 5 日

³ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 6 日, 2020 年 6 月 27 日

⁴ 伊历 1444 年穆哈兰姆月 2 日, 2022 年 8 月 2 日

⁵ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 5 日, 2015 年 1 月 25 日

⁶ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 24 日, 2015 年 2 月 13 日

⁷ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 1 日, 2015 年 2 月 20 日

⁸ 伊历 1438 年主马达·敖外鲁月 14 日, 2017 年 2 月 11 日

⁹ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 9 日, 2015 年 2 月 28 日

¹⁰ 伊历 1435 年都尔喀尔德月 30 日, 2014 年 9 月 25 日

28. 那些对孩子撒谎的人应该被授予“愚蠢勋章”，因为他们亲手毁了孩子的道德。¹
29. 如果孩子们做了好事，他们应该受到表扬并得到一些礼物。²
30. 孩子们喜欢的衣服，如果没有问题或者伊斯兰教法相关的问题，比如衣服上没有生物的图像，衣服的质量也很好，那么就优先考虑孩子们的选择，让孩子们高兴。 **لَنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），你会因此而获得让孩子们开心的回赐，孩子们也会更倾向于穿那些衣服。³
31. 也应该培养孩子们对主的敬畏之心。⁴
32. 如果有人问候你的境况，你应该回答：‘**الحمد لله رب العالمين**’（感赞真主）。也应该教孩子们这样回答。⁵
33. 我们已向“哈拉姆”（非法的）饮食宣战。我们不会吃喝“哈拉姆”饮食，也不会给我们的孩子吃喝“哈拉姆”饮食。⁶
34. 对于让孩子们变得虔诚的热情是很好的，但为此而不必要地情绪激动是不好的。⁷
35. 说一个孩子在学习等方面迟钝或不擅长可能会让他们更迟钝。因此，要避免说这样的话。⁸
36. 在没有必要的情况下责骂自己的孩子或让他们感到难过是不允许的。应该通过用柔和的语气劝告孩子们而使他们做事。⁹
37. 有必要根据伊斯兰教的原则抚养孩子，并按照《古兰经》的戒律行事。¹⁰

¹ 伊历 1436 年赖哲卜月 13 日，2015 年 5 月 2 日

² 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 15 日，2015 年 12 月 26 日

³ 伊历 1437 年莱买丹月 20 日，2016 年 6 月 25 日，泰拉威哈拜后

⁴ 伊历 1437 年莱买丹月 20 日，2016 年 6 月 25 日，泰拉威哈拜后

⁵ 伊历 1436 年色法尔月 7 日，2014 年 11 月 29 日

⁶ 伊历 1436 年舍尔邦月 26 日，2015 年 6 月 13 日

⁷ 伊历 1436 年莱买丹月 17 日，2015 年 7 月 5 日，晡礼后

⁸ 伊历 1436 年莱买丹月 22 日，2015 年 7 月 10 日，晡礼后

⁹ 伊历 1436 年莱买丹月 17 日，2015 年 7 月 5 日，晡礼后

¹⁰ 伊历 1437 年莱买丹月 6 日，2016 年 6 月 11 日，泰拉威哈拜后

38. 可以让忍耐力强的未成年孩子封斋。¹
39. 我的愿望是使我们的每一个孩子牢记穆罕默德 ﷺ 是全能的真主的最后的使者。²
40. 在孩子的生日上，应该组织《古兰经》诵读或赞圣的聚会。必须完全避免音乐节目、男女混杂、鼓掌。只有能带来全能的真主的喜悦的事情才应该做。³
41. 有时，小女孩也应该戴上头巾，这样在她们长大之前就形成了戴头巾的观念。⁴
42. 也要努力使孩子们开心。⁵

给孩子们 11 条忠告

1. 有礼貌的孩子不会在父母面前提高嗓门；相反，他们尊重他们，亲吻他们的手和脚。⁶
2. 要服侍你的父母，而不是让他们服侍你。⁷
3. 孩子应该为父母提供医疗服务，即使他们不得不削减开支并面临贫困。⁸
4. 珍惜你的父母，因为没有人可以取代他们。⁹
5. 贫困的一个原因是对父母直呼其名。¹⁰
6. 希望父母在所有兄弟姐妹中最爱自己是不公平的。不过，孩子可以希望父母非常爱他们，为此，他们应该立即完成父母给出的**每一**项允许的任务，并好

¹ 伊历 1436 年菜买丹月 13 日，2015 年 7 月 1 日，晡礼后

² 伊历 1441 年都尔黑哲月 2 日，2020 年 7 月 23 日

³ 伊历 1437 年菜买丹月 26 日，2016 年 7 月 1 日，泰拉威哈拜后

⁴ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 19 日，2015 年 1 月 10 日

⁵ 伊历 1436 年舍尔邦月 28 日，2015 年 6 月 15 日

⁶ 伊历 1436 年菜买丹月 6 日

⁷ 伊历 1435 年都尔黑哲月 16 日，2014 年 10 月 11 日

⁸ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 21 日

⁹ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 7 日

¹⁰ 伊历 1436 年色法尔月 16 日，2014 年 12 月 6 日

好服侍父母。¹

7. 给父母造成烦恼会导致今世和后世的损失。²
8. 对父母的恩惠表示感激的一种方式就是服从他们。³
9. 如果儿子是伊斯兰学者，而父亲不是学者，即使这样，儿子也有义务尊敬父亲。如果他尊敬他，他将在今后两世都得到福赐，**إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉）。⁴
10. 如果家里有人的权利需要实现，例如，母亲生病了，需要我们的服侍，那么，这个时候参加迈达尼卡飞拉之旅（宣传伊斯兰之旅）就是不允许的。⁵
11. 如果家人不允许你留胡子，那就用你的良好品格和眼泪说服他们。⁶

给婆婆和儿媳的 3 条忠告

1. 我必定已经告诉过我的女儿大约一百次，要服侍她的婆婆和公公，把他们当作她的父母。同样，我也一直在敦促我的外孙女们好好服侍她们的爷爷奶奶。⁷
2. 如果婆婆把儿媳看得比女儿重要，家里就会变成一个和平的中心。⁸
3. 当穆斯林姐妹们回娘家时，她们应该举意维护亲属关系的纽带。她们不应该在去了父母家后说她们的公婆的缺点，也不应该在来了公婆家后说她们父母家的优点。**إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），她们家将一直是和平的中心。⁹

关于坟墓和后世的 20 条忠告

1. 一个明智的人会以后世为优先，也会在今世获得这样做带来的福赐。¹⁰
2. 时常去探访坟墓，因为这样会让你时常警醒。¹¹

¹ 伊历 1437 年菜买丹月 4 日，2016 年 6 月 10 日，晡礼后

² 伊历 1437 年菜买丹月 15 日，2016 年 6 月 20 日，泰拉威哈拜后

³ 伊历 1437 年菜买丹月 16 日，2016 年 6 月 22 日，晡礼后

⁴ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 11 日

⁵ 伊历 1437 年色法尔月 15 日，2015 年 11 月 28 日

⁶ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 10 日

⁷ 伊历 1437 年菜买丹月 22 日，2016 年 6 月 27 日，泰拉威哈拜后

⁸ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 9 日，2016 年 1 月 19 日

⁹ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 22 日，2016 年 1 月 2 日

¹⁰ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 24 日，2015 年 2 月 13 日

¹¹ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 8 日，2014 年 11 月 1 日

3. 墓地是一个让人深思的地方。¹
4. 就后世而言，坟墓是第一个目的地。²
5. 看到破败的坟墓可以得到一个教训。³
6. 在听到宣礼声时，我经常想像自己处在坟墓之中，而宣礼声来自我的坟墓之上。⁴
7. 记住，今世的浮华没有给任何人带来好处，也不会给任何人带来好处，也不会坟墓里陪伴任何人。⁵
8. 除了房子的亮度之外，我们还应该担心坟墓里的亮度。⁶
9. 搬进新房子的时候，记得（你终将）搬进坟墓。⁷
10. 唉！现如今，疏忽大意盛行。在闪电和打雷等骇人的时刻，人们不去忏悔并寻求宽恕，而是跳来跳去、乐在其中。⁸
11. 看到强风或暴雨等场景时，我们应该从中吸取教训，而不是乐在其中。⁹
12. 随着每个孩子的出生，他们的离开（即，死亡）也在逼近。¹⁰
13. 为了记着死亡，在你经常看到的地方写上“死亡”两个字。¹¹
14. 用通常放在亡人的床架上的垫子睡觉，这样你就能一直记着“死亡”。¹²
15. 给亡人的最好的礼物是为他们得到宽恕而做的祈祷。¹³

¹ 伊历 1442 年赖哲卜月 15 日，2021 年 2 月 27 日

² 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 10 日，2015 年 1 月 30 日

³ 伊历 1437 年穆哈兰姆月 1 日，2015 年 10 月 15 日

⁴ 伊历 1436 年莱买丹月 4 日，2015 年 6 月 21 日，宵礼后

⁵ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 1 日

⁶ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 3 日，2015 年 12 月 15 日

⁷ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 30 日，2020 年 7 月 21 日

⁸ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 5 日，2014 年 10 月 29 日，非录制广播

⁹ 伊历 1441 年都尔黑哲月 18 日，2020 年 8 月 8 日

¹⁰ 伊历 1441 年都尔黑哲月 4 日，2020 年 7 月 25 日

¹¹ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 7 日

¹² 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 3 日，2015 年 12 月 15 日

¹³ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 3 日，2015 年 12 月 15 日

16. 死后，**每个人**都会希望自己没有存下一分钱，而是把钱捐了出去。¹
17. 真正的**荣誉**是后世的荣誉；世俗的**荣誉**没有任何意义。²
18. 看到别人的命运后，从中吸取教训并警示自己是明智的。³
19. 急救车的汽笛声有警醒意义。⁴
20. 今世的痛苦是火狱的痛苦的提醒。⁵

关于动物的 4 条忠告

1. 不要在不必要的情况下杀死蚂蚁。事实上，甚至不要把它们和它们的群落分开，因为它们和它们的群体生活在一起。⁶
2. 在没有教法许可的情况下，即使是伤害一只苍蝇也是不允许的。⁷
3. 一个人在被抓住灵魂时所经历的痛苦比动物在被宰杀时所感受到的痛苦高出许多倍。⁸
4. 如果某只动物正处于某种痛苦之中，那么减轻它的痛苦就是一种能获得回赐的行为。⁹

关于尔德节和牺牲的 11 条忠告

1. 尔德节不仅仅是穿着五颜六色的衣服，出去娱乐，吃美味的食物。尔德节是向全能的真主表示感谢、施舍和做讨主喜悦的事情的日子。¹⁰

¹ 伊历 1436 年菜买丹月 23 日，2015 年 7 月 11 日，晡礼后

² 伊历 1444 年赖比尔·阿色尼月 3 日，2022 年 10 月 30 日

³ 伊历 1438 年赖比尔·阿色尼月 23 日

⁴ 伊历 1436 年主马达·阿色尼月 29 日，2015 年 4 月 18 日

⁵ 伊历 1436 年菜买丹月 24 日，2015 年 7 月 11 日，宵礼后

⁶ 伊历 1437 年色法尔月 8 日，2015 年 11 月 21 日

⁷ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 3 日，2015 年 12 月 15 日

⁸ 伊历 1441 年都尔黑哲月 5 日，2020 年 7 月 26 日

⁹ 伊历 1437 年菜买丹月 10 日，2016 年 6 月 15 日，晡礼后

¹⁰ 伊历 1443 年菜买丹月 29 日，2022 年 5 月 1 日

2. 开斋节不是那些错过斋戒的人的；相反，它是那些守斋戒的人的。¹
3. 我们应该以庄重的方式拥抱他人。拥抱时按压或抱起对方是不合适的，可能会造成对方的疼痛。²
4. 尔德节穿新衣服不是必要的。按照圣行缝制的洗干净了的旧衣服也可以穿。³
5. 开斋节是表达感激之情的日子。在这一天，我们应该远离罪恶，向全能的真主表达感激之情。⁴
6. 当一只动物被宰杀时，不要把这个场景当作壮观的场面来欣赏，而应该为那只动物感到遗憾，并记着你自己的死亡。⁵
7. 宰杀用作牺牲的牲畜时，要选在不会给行人或骑行者造成不便的地方。⁶
8. 在真主的道路上牺牲的动物是非常幸运的。⁷
9. 如果你能负担得起，你就买下城里最好的牲畜，将献牲的回赐呈送给穆圣 ﷺ，并谦恭地说：

敬爱的先知啊，我们能献上什么呢？我们拥有什么呢？

这颗心是你的，这灵魂也是你的。⁸

10. 如果可能的话，就把牺牲的肉（先）送给没有能力献牲的人。⁹
11. 如果你不希望把肉给任何乞讨者，与其斥责他们，不如礼貌地拒绝。¹⁰

¹ 伊历 1442 年莱买丹月 29 日，晚上

² 伊历 1436 年都尔黑哲月 11 日，2015 年 9 月 26 日

³ 伊历 1437 年莱买丹月 3 日，2016 年 6 月 9 日，晡礼后

⁴ 伊历 1436 年莱买丹月 21 日，2015 年 7 月 8 日，宵礼后

⁵ 伊历 1440 年闪瓦鲁月 19 日

⁶ 伊历 1441 年都尔黑哲月 1 日，2020 年 7 月 22 日

⁷ 伊历 1441 年都尔黑哲月 11 日，2020 年 8 月 1 日

⁸ 伊历 1443 年都尔黑哲月 3 日，2022 年 6 月 2 日

⁹ 伊历 1441 年都尔黑哲月 11 日，2020 年 8 月 1 日

¹⁰ 伊历 1441 年都尔黑哲月 11 日，2020 年 8 月 1 日

关于国家、民族和社会的改善的 4 条忠告

1. 伟人不是跟随社会的人，而是让社会跟随他的人。¹
2. 不违背伊斯兰教法的国家法律应该得到遵守。²
3. 如果所有人都节约用电，那么全国范围内的断电情况会减少。³
4. 一辆摩托车上坐三个人是违反法律、违反道德的，而且会危及生命。⁴

关于精神治疗的 8 条忠告

1. 灵魂的食物是对全能的真主的记念。⁵
2. 祈祷中包含了所有疾病的疗法。⁶
3. 诵念‘يا الله’49 遍然后对着某只动物吹气。إِنْ شَاءَ اللَّهُ（音沙安拉），这只动物将免于邪眼和各种疾病的侵害。⁷
4. 每天诵念‘يَا مُهَيِّبُنْ’29 遍的人将免于各种灾难，إِنْ شَاءَ اللَّهُ（音沙安拉）。⁸
5. 上床睡觉时诵念‘يا الله’100 遍将保护你免受邪恶精灵的伤害以及中风和瘫痪的灾难，إِنْ شَاءَ اللَّهُ（音沙安拉）。⁹
6. 养成吃药前诵念‘بِسْمِ اللَّهِ الشَّامِي بِسْمِ اللَّهِ الْكَافِي’的习惯吧 إِنْ شَاءَ اللَّهُ（音沙安拉），你将会被治愈。¹⁰
7. 如果你无法入睡，就诵念‘يَا كَرِيمُ يَا كَرِيمُ’。¹¹

¹ 伊历 1436 年菜买丹月 24 日，2015 年 7 月 12 日，晡礼后

² 伊历 1436 年菜买丹月 25 日

³ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 17 日，2015 年 2 月 6 日

⁴ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 21 日，2014 年 11 月 15 日，非录制广播

⁵ 伊历 1442 年菜买丹月 16 日，晡礼后

⁶ 伊历 1437 年赖哲卜月 8 日，2016 年 4 月 16 日

⁷ 伊历 1441 年都尔黑哲月 1 日，2020 年 7 月 22 日

⁸ 伊历 1443 年菜买丹月 20 日，2022 年 4 月 22 日

⁹ 伊历 1443 年菜买丹月 26 日，2022 年 4 月 28 日

¹⁰ 伊历 1436 年菜买丹月 7 日，2015 年 6 月 25 日，晡礼后

¹¹ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 25 日，2016 年 3 月 5 日

8. 精神治疗是有力量的。¹

关于疗法和治疗的 23 条忠告

1. 如果某种传染病在某个城市中传播着，应该在人口稠密区域之外诵念宣礼词，应该进行大量的施舍和捐赠。²
2. 只请一位医生（治疗），因为他了解我们的身体状况（知道哪些药适合我们，哪些不适合）。³
3. 不应自行治疗，而应通过咨询医生寻求治疗。⁴
4. 人的身体情况各不相同。因此，在没有咨询医生的情况下，禁止使用圣训中指定的治疗方法。⁵
5. 应当向值得依赖的、敬畏真主的医生求医。⁶
6. 选一位敬畏真主的专业医生或草药医生作你的家庭医生。⁷
7. 最好尽可能从同一个医生那里寻求治疗，因为他们会一直了解你的身体状况。如果你不断地换医生，那么每个医生都会重新开始治疗，你可能会一直面对尝试。⁸
8. 你可以从医生那里得到药，但不能得到治愈。只有当全能的真主意欲时，药物才会成为治愈的手段。⁹
9. 病人将一直处在全能的真主的慈悯的荫庇之下。¹⁰
10. 对于治疗，在服药的同时也要坚持祈祷。¹¹

¹ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 27 日，2020 年 7 月 18 日

² 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 23 日，2015 年 4 月 14 日

³ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 10 日

⁴ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 6 日，2020 年 6 月 27 日

⁵ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 6 日，2020 年 6 月 27 日

⁶ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 11 日，2015 年 1 月 2 日

⁷ 伊历 1436 年莱买丹月 10 日，2015 年 6 月 27 日，宵礼后

⁸ 伊历 1444 年主马达·敖外鲁月 15 日，2023 年 1 月 7 日

⁹ 伊历 1444 年主马达·敖外鲁月 15 日，2023 年 1 月 7 日

¹⁰ 伊历 1444 年主马达·敖外鲁月 15 日，2023 年 1 月 7 日

¹¹ 伊历 1444 年主马达·敖外鲁月 15 日，2023 年 1 月 7 日

11. 吃完米饭后立即喝水可能会引起咳嗽。¹
12. 如果从草药医生、精神治疗师、医生那里接受治疗后没有任何效果或疼痛加剧，那么，你要保持坚忍。在没有任何正当需要的情况下，通过提到任何人的名字来把这件事告诉别人并不是一种能获得回赐的行为，而是有可能犯下背谈、让别人心里不悦及其它罪行。²
13. 没有疾病是不能治愈的。然而，医生们还无法找到治疗许多疾病的方法。³
14. 不要把注意力集中在医生身上，而应该集中在全能的真主的慈悯上。即使医生给予了最好的治疗，病人也只有在全能的真主的意欲下才能康复。⁴
15. 如果某个医生做出的治疗没有积极效果，不要说他的坏话。只有全能的真主才能治愈（病人）。⁵
16. 尽可能避免药物治疗，并尝试食疗。⁶
17. 如果你需要做手术，你应该咨询至少两名外科医生。⁷
18. 一个健康的人应该每 92 天做一次血液检查（血脂检查）。⁸
19. 如果一个医生以积极的意愿和真诚对待病人并同情他们，这将给他的生计带来福赐，他也将后世获得其报酬。⁹
20. 医生绝对不应干涉病人的与伊斯兰教法相关的问题，而应建议他们去找可敬的穆夫提，或给他们逊尼派 Dar-ul-Ifta（教义问答部门）的联系电话：+92-311-7864100、+92-311-3993312、+92-311-3993313。¹⁰
21. 如果一个医生不知道如何治疗某个病人，他应该毫不掩饰地说：我对于治疗

¹ 小书册：Kabab Samose

² 伊历 1444 年主马达·敖外鲁月 15 日，2023 年 1 月 7 日

³ 伊历 1444 年主马达·敖外鲁月 15 日，2023 年 1 月 7 日

⁴ 伊历 1444 年主马达·敖外鲁月 15 日，2023 年 1 月 7 日

⁵ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 9 日，2014 年 11 月 2 日

⁶ 伊历 1436 年莱买丹月 10 日，2015 年 6 月 27 日，宵礼后

⁷ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 20 日，2020 年 7 月 1 日

⁸ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 18 日，2016 年 2 月 27 日

⁹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 19 日，2015 年 2 月 8 日

¹⁰ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 19 日，2015 年 2 月 8 日

你的方法不熟。这样，他在人们的眼中的价值会上升。¹

22. 如果一个医生因为病人增多而为他的穆斯林兄弟的病感到高兴，那么，他应该深思一下自己的内心状况。如果是这样的话，他应该寻求宽恕。²
23. 医生和草药医生应该对病人仁慈且同情。³

关于健康秘诀和家庭疗法的 10 条忠告

1. 解除疲劳的一种方法是在睡觉前用温水淋浴并诵念 Tasbih Fatimah（即，**سُبْحَانَ اللَّهِ** 33 遍、**أَلْحَمْدُ لِلَّهِ** 33 遍和 **اللَّهُ أَكْبَرُ** 34 遍）。⁴
2. 每天喝 12 杯（即，大约 3 公升）水。**إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），你将不会患上肾脏疾病和便秘。⁵
3. 如果在房子里**养**了阿魏草，蚂蚁就会跑掉。⁶
4. 用任何一种油按摩脚底都能保持皮肤细嫩，防止皮肤开裂。此外，这样做还会提高智力，因为脚底与大脑相关联。⁷
5. **养成每天喝 12 杯水的习惯**；你不会受到便秘的困扰，皮肤也会保持细嫩。在冬季，人们喝水的量较少，因此这两种问题都更严重。⁸
6. 关节痛的治疗：**将秋葵从头到尾对半切开，在水中浸泡至少 12 小时**。然后，在用于浸泡的水中挤压浸泡后的秋葵，喝下融入了秋葵汁的水。你将摆脱关节痛，**إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉）。⁹
7. 在胡萝卜的季节，每天吃一根胡萝卜可以使视力更好。¹⁰

¹ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 2 日，2015 年 2 月 21 日，非录制广播

² 伊历 1436 年莱买丹月 10 日，2015 年 6 月 27 日，宵礼后

³ 伊历 1437 年赖哲卜月 8 日，2016 年 4 月 16 日

⁴ 伊历 1436 年都尔黑哲月 1 日

⁵ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 9 日

⁶ 伊历 1437 年都尔喀尔德月 2 日

⁷ 伊历 1437 年色法尔月 8 日，2015 年 11 月 21 日

⁸ 伊历 1437 年色法尔月 8 日，2015 年 11 月 21 日

⁹ 伊历 1437 年莱买丹月 21 日，2016 年 6 月 26 日，泰拉威哈拜后

¹⁰ 伊历 1438 年穆哈兰姆月 1 日，2016 年 10 月 3 日

8. 空腹吃几瓣大蒜可以降低胆固醇，缓解牙痛。¹
9. 如果因为吃生大蒜而嘴里有了异味，可以通过咀嚼香旱芹籽来消除。²
10. 每天吃七颗无花果可以缓解背痛。³

关于饮食和保持身体健康的 41 条忠告

1. 愿全能的真主赐予我们健康，使我们有足够的力量崇拜。⁴
2. 为了获得全能的真主的喜悦而少吃是一种崇拜行为。⁵
3. 决心减肥的人应该先做血脂、胆固醇和糖尿病检查。然后，他们应该每个月逐渐地减肥。⁶
4. 年轻时避免吃多糖多油的食物等，你晚上年会过得很舒心。而在老年时避免这类食物是至关重要的。⁷
5. 从年轻时开始注意饮食，这样你年老时就会少受痛苦。⁸
6. 当你炖肉的时候，加入南瓜、萝卜、土豆或其他蔬菜。这样将消除肉的有害影响。⁹
7. 如果你把大麦面粉和小麦面粉混合在一起，然后做吃的，面饼就会达到一个平衡的效果，因为大麦有凉爽的效果，小麦有温暖的效果。¹⁰
8. 要避免（过量）食用酸的东西，因为它们会产生痰，而痰会削弱记忆力。¹¹
9. 再好的饮食，过量食用也是有害的。¹²

¹ 伊历 1438 年穆哈兰姆月 2 日，2016 年 10 月 4 日

² 伊历 1438 年穆哈兰姆月 2 日，2016 年 10 月 4 日

³ 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 6 日，2016 年 12 月 5 日

⁴ 伊历 1437 年莱买丹月 1 日，2016 年 6 月 6 日，晚上

⁵ 伊历 1436 年莱买丹月 3 日，2015 年 6 月 20 日，宵礼后

⁶ 伊历 1436 年莱买丹月 16 日，2015 年 7 月 3 日，泰拉威哈拜后

⁷ 伊历 1436 年都尔黑哲月 4 日，2015 年 9 月 18 日

⁸ 伊历 1437 年赖哲卜月 29 日，2016 年 5 月 7 日

⁹ 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 4 日

¹⁰ 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 4 日

¹¹ 伊历 1438 年穆哈兰姆月 2 日

¹² 伊历 1441 年都尔黑哲月 18 日，2020 年 8 月 8 日

10. 与其贪恋今世的美食，不如贪恋天堂的美食。¹
11. 在食物中加盐要适量，因为过量会导致肾衰竭。²
12. 奶是全能的真主的恩赐，既含水又含食物。然而，最好的奶是山羊奶，而且消化得很快。³
13. 和别人一起吃饭时，不要有使人反感的举止。你应该有最文明的举止。⁴
14. 糖是甜的毒药。⁵
15. 用粗糖泡制的茶很好。我喝的是粗糖茶。⁶
16. 最好避免吃烤肉串和油炸食物。⁷
17. 80%的疾病起因于吃太多。⁸
18. 吃完饭马上喝水对健康有害。饭后喝软饮料的趋势是非常有害的。⁹
19. 在夏天，两种饮品，酸奶奶昔和柠檬 sikajabeen（一种酸甜薄荷饮料）是有益的。¹⁰
20. 运动是避免许多疾病的一种手段。¹¹
21. 树木对人类健康有益。树木是人类的仆人。在房子周围种上树木是有益的。¹²
22. 在日出或日落的时候，20 到 25 分钟的阳光对每个人都是有益的，无论是年轻人还是老年人。¹³

¹ 伊历 1441 年都尔黑哲月 11 日，2020 年 8 月 1 日

² 伊历 1437 年都尔黑哲月 21 日

³ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 5 日

⁴ 伊历 1435 年都尔黑哲月 24 日，2014 年 10 月 19 日

⁵ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 18 日，2016 年 2 月 27 日

⁶ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 18 日，2016 年 2 月 27 日

⁷ 伊历 1437 年赖哲卜月 29 日，2016 年 5 月 7 日

⁸ 伊历 1437 年菜买丹月 3 日，2016 年 6 月 9 日，晡礼后

⁹ 伊历 1437 年菜买丹月 6 日，2016 年 6 月 11 日，泰拉威哈拜后

¹⁰ 伊历 1437 年菜买丹月 6 日，2016 年 6 月 11 日，泰拉威哈拜后

¹¹ 伊历 1437 年菜买丹月 17 日，2016 年 6 月 23 日，晡礼后

¹² 伊历 1437 年都尔喀尔德月 30 日，2016 年 9 月 2 日

¹³ 伊历 1437 年都尔黑哲月 29 日，2016 年 10 月 2 日

23. 据说苹果是水果中最能使人精力充沛的。¹
24. 大蒜不需要剥皮，可以连着皮一起用。²
25. 不要把热的食物放在塑料袋和塑料餐具里。这样，化学物质就会和食物混在一起，危害健康。³
26. 在煤上烤鱼是有益的。鱼汤也对健康有益。油炸会减少它的益处。⁴
27. 黄瓜要连皮吃。它们的皮也有益于健康。⁵
28. 封斋饭应该吃清淡的食物，而且量要少，不要吃重口味的食物，**إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），你会保持健康的。⁶
29. 治疗肥胖的最好方法是运动和避免过度饮食。⁷
30. 对于穆斯林姐妹来说，最好是曲折着腿坐在小腿上吃东西（就像我们在礼拜中的中坐那样坐着）。⁸
31. 无论是宰牲节还是开斋节，我们都应该少吃，而且要小心。⁹
32. 说“我完全遵行了禁戒的要求”这样的话是不正确的，因为有些放纵总是会发生。¹⁰
33. 医学研究证明，吃得少的人寿命长。¹¹
34. 宁可不吃而后悔，也不要吃了之后悔。¹²

¹ 伊历 1438 年穆哈兰姆月 1 日，2016 年 10 月 3 日

² 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 1 日，2016 年 11 月 30 日

³ 伊历 1438 年主马达·敖外鲁月 1 日，2017 年 1 月 29 日

⁴ 伊历 1438 年主马达·敖外鲁月 1 日，2017 年 1 月 29 日

⁵ 伊历 1437 年都尔黑哲月 2 日，2016 年 9 月 4 日

⁶ 伊历 1436 年莱买丹月 3 日，2015 年 6 月 20 日，宵礼后

⁷ 伊历 1437 年穆哈兰姆月 5 日，2015 年 10 月 19 日

⁸ 伊历 1437 年穆哈兰姆月 25 日，2015 年 11 月 7 日

⁹ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 1 日，2014 年 10 月 25 日

¹⁰ 伊历 1436 年莱买丹月 16 日，2015 年 7 月 3 日，宵礼后

¹¹ 伊历 1437 年莱买丹月 1 日，2016 年 6 月 6 日，晚上

¹² 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 3 日，2016 年 12 月 2 日

35. 吃饱不是罪过。然而，吃得太多的人的自我可能更倾向于罪恶。¹
36. 希望保持健康的人应该从年轻时就避免过度饮食，以获得力量用于崇拜。²
37. 绝大多数人吃得太多。过量食用食物会使心变硬。³
38. 没有一本神秘主义的书没有提及饥饿的益处。⁴
39. 嚼槟榔叶和嚼烟叶的瘾就像花钱买疾病一样。⁵
40. 过量嚼食槟榔是有害的。⁶
41. 吸烟是极其有害的。它能引起肺结核。吸烟的人在年老时很痛苦。我们甚至不应该靠近香烟。⁷

关于好客和宴会的 7 条忠告

1. 客人高兴地吃了食物会让主人感到高兴，因为他们会认为客人喜欢他们准备的食物。⁸
2. 我们绝不能不请自来地参加别人的宴会。如果曾经发生过这样的事情，那就在忏悔的同时获取主人的宽恕。⁹
3. 看到现如今的人们的贪婪，感觉像是自尊已经消失了。¹⁰
4. 要学会节俭，如果某天的食物没有吃完，就留到第二天再吃，而不是扔掉。¹¹

¹ 伊历 1437 年菜买丹月 16 日

² 伊历 1436 年菜买丹月 9 日，2015 年 6 月 26 日，宵礼后

³ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 4 日，2016 年 1 月 14 日

⁴ 伊历 1437 年菜买丹月 1 日，2016 年 6 月 6 日，晚上

⁵ 伊历 1436 年都尔黑哲月 7 日，2015 年 9 月 21 日

⁶ 伊历 1436 年都尔黑哲月 7 日，2015 年 9 月 21 日

⁷ 伊历 1437 年菜买丹月 4 日，2016 年 6 月 9 日，泰拉威哈拜后

⁸ 伊历 1436 年舍尔邦月 17 日，2015 年 6 月 4 日

⁹ 伊历 1436 年舍尔邦月 19 日，2015 年 6 月 6 日

¹⁰ 伊历 1436 年舍尔邦月 19 日，2015 年 6 月 6 日

¹¹ 伊历 1435 年都尔黑哲月 16 日，2014 年 10 月 11 日

5. 在婚礼上，烹煮的食物的量要能够全部吃完而不会浪费。在审判日，清算会因为**每一个**微粒而施行。¹
6. 在喜庆的场合，比如婚礼或生日等等，给现金作为礼物是更有益的，而不是摆件或其它一些物品，因为现金可以满足收礼者的需求。²
7. 如果要举行某个仪式，应该有一个宗教主题。如果要庆祝生日，那么在诵读《开端章》后呈送回赐。不应该鼓掌，也不应该男女混杂在一起（也不应该有其它违反伊斯兰教法的行为）。³

关于迈达尼频道的 3 条忠告

1. 充分利用迈达尼频道的恩惠，并不断地呼吁其他人观看这个频道。⁴
2. 怀着良好的举意观看迈达尼频道是崇拜的一种形式，因为这是一个纯粹的宗教频道。⁵
3. 迈达尼频道是一本有声书。观看这个频道，并呼吁其他人也观看这个频道吧。这是能获得回赐的行为。⁶

给传道者和赞圣诗诵念者的 12 条忠告

1. 当只诵念真正的伊斯兰学者的作品或经其验证的作品。⁷
2. 人们通常会说：“真主说了这个。《古兰经》是这样说的。”这是一种极其错误的方式。除非你绝对确定，或者从某个穆夫提或真正的伊斯兰学者那里进行了验证，否则你不应该自己这么说。⁸

¹ 伊历 1436 年莱买丹月 12 日，2015 年 6 月 29 日，宵礼后

² 伊历 1439 年赖比尔·敖外鲁月 6 日

³ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 2 日，2016 年 1 月 12 日

⁴ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 4 日，2015 年 1 月 24 日，非录制广播

⁵ 伊历 1436 年色法尔月 7 日，2014 年 11 月 29 日

⁶ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 9 日，2015 年 12 月 21 日

⁷ 伊历 1437 年色法尔月 25 日，2015 年 12 月 7 日

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 2 日，2014 年 12 月 24 日

3. 在穆哈兰姆月中陈述神圣的圣裔 رَضِيَ اللهُ عَنْهُمْ 的真实的事迹吧，这样，这些受主福佑的人物的伟大才能在人们的心中根深蒂固。¹
 4. 注重沉默、虔诚和功修，不要有辩论的态度，要成为一个传道者。 إِنْ شَاءَ اللهُ（音沙安拉），你的民族将开始追随你。²
 5. 如果一个人想要获得成为一个传道者的**荣誉**，他应该获得宗教知识，并努力不断地发表演讲。³
 6. 在演讲中使用好听的话语并**渴望**获得名气，这就像一只白蚁，会不断地把演讲带来的回赐吃掉。⁴
 7. 演讲的内容应该根据听众的心智进行修改，以便使他们保持兴趣。⁵
 8. 传道者应该使用简单的词语而不是晦涩难懂的词语。⁶
 9. 在赖哲卜月中，每当达瓦特·伊斯拉米的传道者发表演讲或迈达尼频道的传道者录制节目时，他们应该让每个人怀着践行圣训的举意诵念赖哲卜月的祈祷词：اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِي رَجَبٍ وَسَعْيَانٍ وَبِغِنَا رَمَضَانَ（即，全能的真主啊，求祢在赖哲卜月和舍尔邦月中给我们降下福赐，求祢让我们到达莱买丹月）。⁷
- 清真寺的伊玛目应该熟记这一祈祷词并在礼拜后诵念这一祈祷词。⁸
10. 对于传道者来说，知识、忍耐力和宽容、温和和明智的策略是至**关**重要的。⁹
 11. 每当你陈述受主福佑的圣训时，不要自己添加任何字词。¹⁰
 12. 诵念赞圣诗是崇拜的一种形式。¹¹

¹ 伊历 1444 年穆哈兰姆月 9 日，2022 年 8 月 8 日

² 伊历 1441 年穆哈兰姆月 5 日

³ 伊历 1437 年穆哈兰姆月 25 日，2015 年 11 月 7 日

⁴ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 19 日，2019 年 9 月 19 日

⁵ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 9 日，2016 年 3 月 19 日

⁶ 伊历 1436 年都尔黑哲月 1 日，2015 年 9 月 15 日

⁷ Mu'jam Awsat, 3/85, 圣训： 3939

⁸ 伊历 1437 年赖哲卜月 1 日，2016 年 4 月 19 日

⁹ 伊历 1436 年赖哲卜月 20 日，2015 年 5 月 9 日

¹⁰ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 17 日，2015 年 2 月 6 日，非录制广播

¹¹ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 5 日，2015 年 12 月 17 日

关于网络、手机和社交媒体的 12 条忠告

1. 在得到真正且可靠的伊斯兰学者的证实之前，不要分享任何伊斯兰教规或文字作品。¹
2. 不要分享你写的任何没有经过真正的伊斯兰学者的验证的东西。²
3. 在电话通话过程中，如果你需要打开扬声器，那就要先征得对方的同意；也许，对方想说一些他不想让别人知道的事情。³
4. 从电话的通话录音系统中我们可以得到一个教训：在录音时，我们说话会很谨慎，但我们却不害怕永远与我们同在的 Kiraman Katibeen（记录我们的功过的两位天使）。⁴
5. 在短信、语音信息、视频短片和值得纪念的图片中提到年月日是非常有用的。这样做可以完好地保存记忆。⁵
6. 不要将妻子和其他女性亲属的照片存储在手机上，因为手机可能会丢失或被盗，这样，家庭成员的照片可能会被泄露给非禁婚对象的男性。⁶
7. 一般来说，人们不喜欢把自己的手机交给别人。手机里面也有秘密。因此，我们不应该向任何人要手机。⁷
8. 手机的危害大于它的益处。⁸
9. 在社交媒体上给别人忠告实际上并不是忠告，而是类似于羞辱他们。⁹
10. （唉！）如今，穆斯林正通过社交媒体和印刷媒介互相羞辱，然而，伊斯兰教是要求穆斯林做彼此的**荣誉保护者**的。¹⁰

¹ 伊历 1436 年莱买丹月 12 日，2015 年 6 月 29 日，宵礼后

² 伊历 1437 年穆哈兰姆月 10 日，2015 年 10 月 21 日

³ 伊历 1436 年莱买丹月 5 日，2015 年 6 月 22 日，宵礼后

⁴ 伊历 1436 年莱买丹月 5 日，2015 年 6 月 22 日，宵礼后

⁵ 伊历 1441 年闪瓦鲁月 29 日，2020 年 6 月 20 日

⁶ 伊历 1438 年色法尔月 26 日

⁷ 伊历 1437 年穆哈兰姆月 10 日，2015 年 10 月 21 日

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 8 日，2014 年 12 月 30 日

⁹ 伊历 1442 年赖哲卜月 15 日，2021 年 2 月 27 日

¹⁰ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 5 日

11. 我不喜欢把自己的照片放在自己创建的社交媒体账号上。删除你的照片，试着消除对名声的热爱吧。¹
12. 远离社交媒体吧。它浪费了很多时间，且带来了陷入罪恶的巨大风险。²

关于公众的误解的 2 条忠告

1. 请别称呼我“赛义迪”！有些人可能会有误解，认为我是假装成赛义德人，而我是一个门蒙人。因此，他们会成为罪人。我希望保护这样的人免于犯下这一罪行。³
2. 阅读《10 位女士的故事》、《萨伊达女士的故事》和其它虚构的故事，和发誓要阅读这些书是不允许的。即使有人已经发了誓要阅读这些书，履行这样的誓言也是不允许的。⁴

关于旅行的 3 条忠告

1. 当我上车时，我通常会诵念或让别人诵念坐车的祈祷词，忏悔并更新我的信仰，并诵念《古莱什》这一《古兰经》章节。⁵
2. 车主应在车内展示以下内容：本车内不能播放歌曲、音乐、电影等。乘客们不应该坚持要求播放。⁶
3. 司机应该在有小净的状态下开车。⁷

给每一个人的 51 条忠告

1. 在全能的真主的道路上花费钱财对私欲来说是极其沉重的负担。这就是每当你有意在主的道路上花费时，你都应该立即捐赠的原因，因为人心是不断变

¹ 伊历 1435 年都尔喀尔德月 18 日，2014 年 9 月 13 日

² 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 16 日，2016 年 3 月 26 日

³ 伊历 1437 年色法尔月 22 日，2015 年 12 月 5 日

⁴ 伊历 1441 年穆哈兰姆月 5 日

⁵ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 25 日，2016 年 3 月 5 日

⁶ 伊历 1436 年穆哈兰姆月 3 日，2014 年 10 月 27 日

⁷ 伊历 1437 年莱买丹月 22 日，2016 年 6 月 27 日，泰拉威哈拜后

- 化的。¹
2. 向别人透露你的秘密就像是成为他们的奴隶。²
 3. 要更关注质量，而不是数量。
 4. 分享成功的人很多，分担烦恼的人却很少。³
 5. 工作不是靠希望而是靠行动来完成的，因为行动中有福赐。⁴
 6. 用药膏治愈伤口，而不要在伤口上擦盐。⁵
 7. “感觉”是爱的基础。⁶
 8. 破碎的心应该修补好，不要打碎完好的心。⁷
 9. 如果你的热情是真诚的，成功会亲吻你的脚。⁸
 10. 对名气的喜爱是一种邪恶的东西。它会导致今世和后世的毁灭。⁹
 11. 我们必须只为全能的真主而生，只为全能的真主而死。¹⁰
 12. 最大的灾难是不信道和以物配主。¹¹
 13. 一个多愁善感的人会把好事做得非常好，而把消极的事做得非常糟糕。¹²
 14. 给自己的房子命名是个好习惯。我住的房子被命名为“Bait al-Fana”（必死之屋），因为万物皆终有一死。¹³

¹ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 29 日

² 伊历 1441 年都尔黑哲月 9 日，2020 年 7 月 30 日

³ 伊历 1444 年穆哈兰姆月 9 日，2022 年 8 月 8 日

⁴ 伊历 1444 年赖比尔·阿色尼月 4 日，2022 年 10 月 30 日

⁵ 伊历 1444 年色法尔月 1 日，2022 年 8 月 29 日

⁶ 伊历 1444 年色法尔月 3 日，2022 年 8 月 31 日

⁷ 伊历 1444 年赖比尔·阿色尼月 9 日，2022 年 11 月 4 日

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 4 日，2015 年 1 月 24 日

⁹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 8 日，2015 年 1 月 28 日，非录制广播

¹⁰ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 8 日，2015 年 1 月 28 日，非录制广播

¹¹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 16 日，2015 年 2 月 5 日

¹² 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 17 日，2015 年 2 月 6 日，非录制广播

¹³ 伊历 1436 年莱买丹月 14 日，2015 年 7 月 2 日，晡礼后

15. 当公鸡不停地说“我我”（喔喔叫）时，它（很可能）正要被宰；当人说“我我”（强烈地指向自己），他（很可能）会受到人们的羞辱。¹
16. 出于娱乐目的拍摄日食（或月食）的照片是不好的。²
17. 在全能的真主阙前鞠躬的人会获得品级的提升。³
18. 如果有人获得了名气，这并不能保证他们也获得了全能的真主的喜悦。⁴
19. 世俗的快乐是暂时的，它隐藏着许多悲伤。⁵
20. 那些在没有任何符合伊斯兰教法的正当目的的情况下做危险的动作或事情的人不是勇敢，而是愚蠢。⁶
21. 有了激情，就有一千种方法。没有激情，就有一千个借口。⁷
22. 我们从世界历史的研究中认识到，革命总是由一个人带来的，其余的人是协助那个人。⁸
23. 对于任何穆斯林，不要说“他死了”。最好说“他归真了”。⁹
24. 一般来说，员工不会忠于一个爱责备的老板。¹⁰
25. 当对于一项任务没有责任心时，这项任务的进程会先慢下来，然后完全停止。¹¹
26. 精神疗法的领域是相当微妙的。避免对其中的名气和地位的热爱是极难的。¹²

¹ 伊历 1441 年都尔黑哲月 10 日，2020 年 7 月 31 日

² 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 8 日，2015 年 1 月 28 日，非录制广播

³ 伊历 1441 年都尔黑哲月 6 日，2020 年 7 月 27 日

⁴ 伊历 1438 年赖比尔·阿色尼月 22 日

⁵ 伊历 1443 年赖比尔·阿色尼月 28 日，2021 年 12 月 5 日

⁶ 伊历 1443 年菜买丹月 1 日，2022 年 4 月 2 日

⁷ 伊历 1434 年都尔喀尔德月 27 日，2022 年 6 月 28 日

⁸ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 10 日，2015 年 1 月 1 日

⁹ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 19 日，2015 年 1 月 10 日

¹⁰ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 4 日，2015 年 1 月 24 日

¹¹ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 4 日，2015 年 1 月 24 日，非录制广播

¹² 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 7 日，2015 年 2 月 26 日，非录制广播

27. 破坏容易，建设难。有时，建造一座建筑物需要花费数年的时间，但拆除它只需要很短的时间。¹
28. 如果一个人又累又饿，坏消息会给他带来更大的冲击。在这种情况下，要避免透露某人死亡的消息。²
29. 上面写有神圣的字词的报纸不可随意丢弃。³
30. 在让自己感到舒适的同时，也要注意让别人感到舒适。⁴
31. 不理睬恶魔的低语也是应对它们的一种方法。⁵
32. 不要努力尝试梦见你已故的亲人。如果你看到他们处于不舒服的状态，你会在很长一段时期内处于震惊状态，尽管就伊斯兰教法而言梦境并不是证据。⁶
33. 当需要发工资给工人时，不可无故扣而不发，要立即发放。不要让他们陷入艰难的境地。⁷
34. 当有人在根据《古兰经》和圣训发表演讲时，不要做出任何分散自己或他人注意力的行为。⁸
35. 如果你想要活着，那就以被世界引为榜样的方式活着吧。⁹
36. 报纸上可能有神圣的字词。因此，不要用报纸擦手。¹⁰
37. 把你想要记住的祈祷词写下来，展示在家里你经常会看到的地方。 **إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），你很快就会记住的。¹¹

¹ 伊历 1436 年都尔喀尔德月 13 日，2015 年 8 月 29 日

² 伊历 1436 年赖哲卜月 13 日，2015 年 5 月 2 日

³ 伊历 1436 年莱买丹月 12 日，2015 年 6 月 29 日，宵礼后

⁴ 伊历 1436 年莱买丹月 13 日，2015 年 6 月 30 日，宵礼后

⁵ 伊历 1436 年莱买丹月 18 日，2015 年 7 月 5 日，晡礼后

⁶ 伊历 1436 年莱买丹月 19 日，2015 年 7 月 6 日，晡礼后

⁷ 伊历 1437 年莱买丹月 2 日，2016 年 6 月 8 日，晡礼后

⁸ 伊历 1437 年穆哈兰姆月 3 日，2015 年 10 月 17 日

⁹ 伊历 1437 年莱买丹月 20 日，2016 年 6 月 25 日，泰拉威哈拜后

¹⁰ 伊历 1437 年莱买丹月 3 日，2016 年 6 月 8 日，泰拉威哈拜后

¹¹ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 8 日，2016 年 1 月 18 日

38. 不要认为自己是个名人。一个名人实际上是以信士的身份死亡、进入天堂、受全能的真主喜悦的人。¹
39. 有时候，问题是信息的来源。²
40. 在别人的房子前面扔垃圾会给那家人造成苦恼。你当向那家人道歉，并在全能的真主的阙前忏悔。³
41. 当你打喷嚏时，你应该赞美全能的真主，用一块手帕或纸巾等捂住嘴来降低声音是无害的。事实上，这样做很好。⁴
42. 成名也是一种**种**考验。⁵
43. 说服别人不是我们的责任；我们的责任是给出忠告。⁶
44. 凡是能负担得起的人都应该承担起资助他们的贫穷的亲戚或孤儿的责任，并以一种他们甚至不知道是谁在帮助他们的方式帮助他们。⁷
45. 选择结婚对象时先考虑性格，再考虑外貌。⁸
46. 虔诚的人不认为自己是虔诚的，这是必要的，也是虔诚的前辈们的习惯心态。⁹
47. 在你家附近的清真寺参加完集体宵礼后的两个小时内回家睡觉。¹⁰
48. 无论是生病还是欠债，我们的性情中都不应该有“苛刻”这个特点（即，我们不应该粗鲁无礼）。¹¹
49. 人会因为愤怒而犯下许多罪。控制怒火是必要的。为此，请阅读马克塔巴·

¹ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 12 日，2016 年 1 月 22 日

² 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 12 日，2016 年 1 月 22 日

³ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 13 日，2016 年 1 月 23 日

⁴ 伊历 1437 年莱买丹月 7 日，2016 年 6 月 13 日，晡礼后

⁵ 伊历 1436 年色法尔月 21 日，2014 年 12 月 13 日

⁶ 伊历 1435 年都尔黑哲月 23 日，2014 年 10 月 18 日

⁷ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 9 日

⁸ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 29 日，2016 年 1 月 9 日

⁹ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 10 日，2016 年 2 月 19 日

¹⁰ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 9 日，2016 年 3 月 19 日

¹¹ 伊历 1443 年闪瓦鲁月 5 日，非录制广播

图·麦地那出版的小册子——《Cure for Anger》（对怒火的控制）。¹

50. 获取外国的签证时应该百分百说实话。²
51. 在新房子里最先把尊贵的《古兰经》放进去是件好事。³

关于开展达瓦特·伊斯兰米的宗教活动的那些人的 20 条忠告

1. 所有的穆斯林兄弟必须积极参与 12 项宗教活动。⁴
2. 开展我的达瓦特·伊斯兰米的宗教活动并收获我心中的祈祷吧。⁵
3. 你要下定决心：即使有人打我、推我，我也不会离开达瓦特·伊斯兰米的宗教环境。事实上，你要紧紧地抓住达瓦特·伊斯兰米，以至于即使你被分成不同的部分也没有谁能使你离开达瓦特·伊斯兰米。⁶
4. 从最小团队的队长到“舒拉”（战略团队）成员的每一个人都必须完成 12 项宗教活动课程。⁷
5. 如果穆斯林姐妹不方便出门参加宗教活动，那么她们就应该参加能在家里进行的其它宗教活动。⁸
6. 当我得知有人参加了达瓦特·伊斯兰米的宗教活动时，我会感到很高兴。⁹
7. 受主福佑的圣门弟子 رضي الله عنهم 常常外出旅行，以传播伊斯兰教。达瓦特·伊斯兰米的宗教工作不是通过召唤其他人而是通过拜访他们来完成的。如果你想要 11 个人，那就给他们打电话；如果你想要至少 111 个人，那就去拜访他们。

¹ 伊历 1437 年舍尔邦月 13 日，2016 年 5 月 21 日

² 伊历 1437 年莱买丹月 17 日，2016 年 6 月 22 日，泰拉威哈拜后

³ 伊历 1441 年都尔喀尔德月 20 日，2022 年 7 月 11 日

⁴ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 4 日，2016 年 2 月 13 日

⁵ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 9 日，2016 年 3 月 19 日

⁶ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 7 日，2015 年 1 月 27 日，非录制广播

⁷ 伊历 1438 年主马达·敖外鲁月 7 日，2017 年 2 月 4 日

⁸ 伊历 1438 年主马达·阿色尼月 5 日，2017 年 3 月 5 日

⁹ 伊历 1444 年赖比尔·阿色尼月 7 日，2022 年 11 月 3 日，非录制广播

（意思是，如果你打电话叫别人来开会，那么一小部分人会来；如果你拜访他们，那么更多的人会聚集起来。）¹

8. 那些在宗教环境中感到焦虑不安的人，他们就像不喜欢药物的病人一样。²
9. 没有牺牲，工作是无法完成的，因为种子要经历磨难才能开花。³
10. 首先，你自己得担负生命危险，然后，才会有愿意牺牲的人。⁴
11. 心要像海洋一样宽广。一个经常感到受伤的人，连世俗的工作都做不了，更不用说宗教工作了。此外，他们几乎没有朋友。⁵
12. 我希望达瓦特·伊斯拉米的每一位代表都是对主的敬畏、对穆圣 ﷺ 和良好举止的热爱的化身，同时也是圣训的遵守者。⁶
13. 伊斯兰“穆扎卡拉赫”（教义问答节目）是一个信息宝库。⁷
14. 如果你不断地参加伊斯兰“穆扎卡拉赫”，你会学到很多你以前不知道的裁定。⁸
15. 实际地与达瓦特·伊斯拉米的宗教环境保持关联，**إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉），你将获得今后两世的福赐。⁹
16. 组织代表只有在其所在部门进行协商后才能决定所有事项。¹⁰
17. 有能力履行责任的，应当承担起宗教活动的责任。如果达瓦特·伊斯拉米的所有同伴都决心开展宗教活动，我们的社会将变成一个美好的群体，**إِنْ شَاءَ اللَّهُ**（音沙安拉）。¹¹

¹ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 27 日，2016 年 2 月 6 日

² 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 1 日，2015 年 12 月 13 日

³ 伊历 1436 年主马达·敖外鲁月 10 日，2015 年 3 月 1 日

⁴ 伊历 1443 年闪瓦鲁月 5 日，非录制广播

⁵ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 11 日，2015 年 1 月 2 日

⁶ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 9 日，2016 年 3 月 19 日

⁷ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 17 日，2015 年 1 月 8 日

⁸ 伊历 1436 年都尔黑哲月 9 日，2015 年 9 月 23 日

⁹ 伊历 1437 年赖比尔·敖外鲁月 9 日，2015 年 12 月 21 日

¹⁰ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 2 日，2016 年 3 月 12 日

¹¹ 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 6 日，2016 年 12 月 5 日

18. 中央执行委员会（的成员）是达瓦特·伊斯拉米的管理人。不要不正当地批评他们，而应该与他们一起努力，为宗教服务。¹
19. 通过承担任何组织责任可以保持责任感，这种责任感使宗教工作得以完成。²
20. 每一个穆斯林兄弟都应该下定决心：当他被赋予了一项责任时，他必须完成那项宗教工作，即使被解除了责任，他也必须继续参与宗教活动。唯一的目的应该是获得全能的真主的喜悦。³

关于 72 项善行的 6 条忠告

1. （《善行自查册》上的）72 项善行是记念全能的真主的源头。平和只在于记念全能的真主。⁴
2. “（72 项）善行”的真正实践者即使在成千上万人中也能被识别出来。⁵
3. 如果有人在真正意义上践行“（72 项）善行”，他就会变得虔诚而有节制。⁶
4. 达瓦特·伊斯拉米中那些倾向于践行“（72 项）善行”的人不要大声笑，因为大声笑不是圣行。不过，大声笑也不是罪行。⁷
5. 《善行自查册》相关工作的责任应该被分配给积极履行义务、有能力、对这个部门有兴趣的人。⁸
6. 接受《善行自查册》相关工作的责任可以增加实践。⁹

关于迈达尼卡飞拉之旅（宣传伊斯兰之旅）的 4 条忠告

1. 当有高级代表参加迈达尼卡飞拉之旅（宣传伊斯兰之旅）时，其他穆斯林兄弟也会很快做好准备。所有的代表必须定期参加迈达尼卡飞拉之旅（宣传伊

¹ 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 6 日

² 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 20 日，2016 年 1 月 30 日

³ 伊历 1437 年主马达·敖外鲁月 4 日，2016 年 2 月 13 日

⁴ 伊历 1434 年都尔喀尔德月 27 日，2022 年 6 月 28 日

⁵ 伊历 1436 年赖比尔·敖外鲁月 12 日，2015 年 1 月 3 日

⁶ 伊历 1436 年赖比尔·阿色尼月 8 日，2015 年 1 月 28 日，非录制广播

⁷ 伊历 1437 年莱买丹月 1 日，2016 年 6 月 7 日，晚上

⁸ 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 30 日，2016 年 12 月 29 日

⁹ 伊历 1438 年赖比尔·敖外鲁月 30 日，2016 年 12 月 29 日

- 斯兰之旅)。¹
2. 一个人应该在每个月都参加一次为期三天的迈达尼卡飞拉之旅（宣传伊斯兰之旅），因为这样做电池能保持一直有电。²
 3. 当你使某人举意参加一次迈达尼卡飞拉之旅（宣传伊斯兰之旅）或任何课程时，你要确保跟他定下一个日期。这样也能确保他保持坚定不移。³
 4. 参加迈达尼卡飞拉之旅（宣传伊斯兰之旅）长达 12 个月的人，其效果也应该会体现在他的品格中，例如，他成为了圣训的遵守者，他的礼拜方法得到了纠正，他学会了正确地诵读尊贵的《古兰经》。⁴

关于每周的集会的 8 条忠告

1. 在每周集会之后，在参加伊斯兰 Halqas（若干人围成一圈学习宗教知识）并吃饭后要尽快睡觉，以便你能很容易地醒来做夜间拜。⁵
2. 每周集会（的第一部分）应该在日落后的两个小时内结束，这样穆斯林兄弟们在完成学习环节并吃饭后就能很快去睡觉，然后醒来做夜间拜。然后，他们一起做都阿、光辉拜和上午拜，一直到赞圣。⁶
3. 在每周集会中，从最小团队到“舒拉”（战略团队）成员的每一个人都应该在第一排礼光辉拜和上午拜，他们应该在清真寺里或清真寺外部睡觉，而不是在“法伊赞麦地那”的办公室睡觉。⁷
4. 如果每周集会的参与者很少，就不应该用麦克风发表演讲。⁸
5. 每周集会是达瓦特·伊斯拉米的第一项宗教活动。⁹

¹ 伊历 1438 年主马达·敖外鲁月 7 日，2017 年 2 月 4 日

² 伊历 1437 年穆哈兰姆月 1 日，2015 年 10 月 15 日

³ 伊历 1437 年都尔喀尔德月 23 日，2016 年 8 月 27 日，宵礼后

⁴ 伊历 1437 年都尔喀尔德月 23 日，2016 年 8 月 27 日，宵礼后

⁵ 伊历 1436 年都尔黑哲月 23 日，2015 年 10 月 10 日

⁶ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 9 日，2016 年 3 月 19 日

⁷ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 9 日，2016 年 3 月 19 日

⁸ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 9 日，2016 年 3 月 19 日

⁹ 伊历 1438 年赖比尔·阿色尼月 22 日，2017 年 1 月 20 日

6. 在每周集会中，除了其他的福赐之外，参与者的心会变柔软，也会因为对主的敬畏和对穆圣 ﷺ 的热爱而哭泣。¹
7. 在激励圣行的集会之后，要跟穆斯林兄弟们互相问候。不要不打招呼就离开。当你热情地问候他们并跟他们交流时，他们将融入这个宗教环境。²
8. 定期参加每周集会吧。إِنْ شَاءَ اللَّهُ（音沙安拉），你也将成为准时参加集体礼拜的人。³

关于工作表现的 3 条忠告

1. 不应该说：“在某两个穆斯林兄弟的工作表现中，某某的表现很好。”不过，你可以只提及一个人，说某某的表现很好。⁴
2. 智者也要求对工作表现进行评估。没有问责制的任务进程会先变慢，然后逐渐停止。⁵
3. 当一项任务没有问责制时，它首先会放慢速度，然后完全停止。问责制强的地方，宗教工作也强。⁶

关于会议的 5 条忠告

1. 参加会议是一项组织和道德责任。⁷
2. 向敬畏主的、值得信赖的人寻求忠告。⁸
3. 如果忠告是基于伊斯兰教法和真诚，且不会让任何人感到受伤或受到羞辱，

¹ 伊历 1436 年都尔黑哲月 23 日，2015 年 10 月 10 日

² 伊历 1437 年赖比尔·阿色尼月 7 日，2016 年 1 月 17 日

³ 伊历 1443 年都尔喀尔德月 24 日，2022 年 6 月 24 日

⁴ 伊历 1436 年闪瓦鲁月 9 日，2015 年 7 月 25 日

⁵ 伊历 1436 年闪瓦鲁月 9 日，2015 年 7 月 25 日

⁶ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 2 日，2016 年 3 月 12 日

⁷ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 2 日，2016 年 3 月 12 日

⁸ 伊历 1442 年菜买丹月 16 日，晚上

那么 这个行为将带人进入天堂。¹

4. 举行磋商会议也能为下级的穆斯林兄弟提供指导。²
5. 建议毕竟是建议，而不是命令。因此，如果它不被接受，不要感到沮丧。³

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ صَلَّى اللهُ عَلَى مُحَمَّدٍ

¹ 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 2 日，2016 年 3 月 12 日

² 伊历 1437 年主马达·阿色尼月 2 日，2016 年 3 月 12 日

³ 伊历 1436 年赖哲卜月 27 日，2015 年 5 月 16 日

给谢赫阿卜杜勒·卡迪尔·吉拉尼的弟子的喜讯

谢赫阿卜杜勒·卡迪尔·吉拉尼 رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 说：全能的真主已许诺我，祂将让我的弟子进入天堂。

(Bahjah al-Asrar, 第 193 页, 摘要)

以下是我的忠告！

اَلْحَمْدُ لِلَّهِ 道乘筛赫、逊尼派之领袖、阿拉玛、毛拉、穆罕默德·伊里亚斯·阿塔尔·卡迪里·拉扎维 دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةِ 是这个时代的学术和精神上的伟大人物，因为他，成千上万的非穆斯林成为了穆斯林，数百万穆斯林的生活得到了改变，他们开始走上了践行圣行的道路。怀着对希望穆斯林变得更好的热情，我给你的忠告是，你也应该通过逊尼派之领袖 دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةِ 成为尊贵的谢赫阿卜杜勒·卡迪尔·吉拉尼 رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ 的弟子，如果你已经是某个精神导师的弟子，那么就成为 Talib（类似于助教）以获得 Bay'at 带来的福赐。 اِنْ شَاءَ اللَّهُ （音沙安拉），你将在今生和后世收获它带来的大量福赐。

通过 WhatsApp（一种即时通讯软件）成为弟子

要成为弟子或让某人成为弟子，你可以写下想要成为弟子的人的名字及其父亲的名字和年龄，并将其通过 whatsapp 发送+92-321-2626112。

- 这个号码不会接听通话。请只以文本的形式发送这些信息。



给谢赫阿卜杜勒·卡迪尔·吉拉尼的弟子的喜讯

谢赫阿卜杜勒·卡迪尔·吉拉尼 رحمة الله عليه 说：全能的真主已许诺
我，祂将
让我的弟子进入天堂。

(Bahjah al-Asrar, 第193页, 摘要)

以下是我的忠告！

العمدة 道乘筛赫、逊尼派之领袖、阿拉玛、毛拉、穆罕默德·伊
里亚斯·阿

塔尔·卡迪里·拉扎维 دامت برقاؤه العالمة 是这个时代的学术和精神上的
的伟大人物，

因为他，成千上万的非穆斯林成为了穆斯林，数百万穆斯林的生活
得到了改变，

他们开始走上了践行圣行的道路。怀着对希望穆斯林变得更好的热
情，我给你的

忠告是，你也应该通过逊尼派之领袖 دامت برقاؤه العالمة 成为尊贵的
谢赫阿卜杜勒·

卡迪尔·吉拉尼 رحمة الله عليه 的弟子，如果你已经是某个精神导师的
弟子，那么就成

为 Talib (类似于助教) 以获得 Bay' at 带来的福赐。 بإذن الله
(音沙安拉)，你将在

今生和后世收获它带来的大量福赐。



Aalami Madani Markaz, Faizan-e-Madinah, Mahallah Saudagaran
Purani Sabzi Mandi, Bab-ul-Madinah, Karachi, Pakistan

UAN: +92 21 111 25 26 92 | Ext: 7213

Web: www.maktabatulmadinah.com | E-mail: feedback@maktabatulmadinah.com