



هَيْبَةُ عَرَفَاتٍ
ARAFAT ENDS HERE

穆斯林朝覲手冊

صفة الحج



中沙文化交流中心 مركز دعوة الصينيين

٣٢٤٨ - ١٤٢٢٢ الرياض - المنار - الضحاک بن عمرو - المملكة العربية السعودية

الهاتف: +٩٦٦ ١٢٢٧٠٦٠٧ الجوال: +٩٦٦ ٥٣٤١١٤٤٤٤

Tel: +966 12270607 Mob: +966 534114444



SA 3680000 341608010039004

www.callingchinese.org



穆斯林朝觐手册

朝觐是伊斯兰教五大基本功课之一，为教法中的第五大功修要素。按教法规定，凡有条件的穆斯林男女，一生中均应朝觐一次，这是必须履行的主命。

一、朝觐功课的由来及宗旨

“朝觐”一词是阿拉伯语“哈吉”的译意，其字面含义是趋向崇高的事业，响应安拉的命令，寻求安拉的喜悦，是全世界穆斯林的盛大聚会，象征着万众一心、敬拜安拉的最雄威的壮举。教法含义是在特定的时间，以特定的方式、朝觐特定的场所。

这项功课是在伊历五年（公元626年）定为主命的，伊历九年公元630年光复麦加城后，穆圣（愿主福安之）率众履行了这项朝觐仪式。安拉在《古兰经》中说：“为世人而创造的最古老的清真寺，确是在麦加的那所吉祥的天房，全世界的向导。其中有许多明证，如易卜拉欣的立足地；凡入其中的人都得安宁。凡能旅行到天房的人，都有为安拉而朝觐天房的义务。”（3：96—97）

穆圣（愿主福安之）说：“众人啊！安拉确把朝觐定为你们的主命。谁为安拉而朝觐，并在朝觐中不做违禁之事，不做恶，则他朝毕回归时，便宛如初降生的婴儿那样纯洁无染。你们如为安拉完成几次副朝，罪过定会赦免，虔诚的朝觐者定会获得享受天堂的恩惠。”又说：“举行朝觐或副朝的人，就是等于来探访安拉（即诚心诚意，只为拜主而来），如果他们向主求助，安拉定会准许，如果他们向安拉求恕，安拉也会准许的。”朝觐的仪式就是根据《古兰经》第二章196—203节、第五章98—100节，第二十二章27—32节等章明文规定的。

朝觐的宗旨是：《古兰经》启示：“凡能行此路程的人，都应该为安拉去巡礼天房。”（3：97）举意朝觐者，须是为了服从安拉而去朝觐，要作出崇高的自我牺牲精神，即要把个人的安逸、世俗的享乐和忧虑，财帛的盈亏，亲友的情谊，外表的虚荣，出身的贵贱，种族的优劣，个人的成就、社会地位及尘世间的所有思虑、杂念全部抛弃，达到惟独敬主、拜主，为主而行的最高境界。同时，把为朝觐所需要的一切费用和旅途的安全、身体的健康等，当作承担这项义务的责任。如果没有对安拉坚定不移的信仰，仅以优厚的物质准备，仍然达不到预期的目的。《古兰经》明示：“你们当准备路费，的确，最好的路费是虔敬。”（2：197）

二、朝觐者的条件

- 1、成年人。按教法规定，男子必须超过十二岁，女子超过九岁，才有朝觐的义务。
- 2、身体健康，不疾残，无衰老，有能力朝觐。
- 3、自由公民，朝觐义务只适用于未触犯刑律、具有公民的基本权力者，无自由者朝觐对他不是义务。

- 4、具备充足旅费，包括留给家人的生活费用。
- 5、没有债务的人。如果有债务，需先还清债务，而后才能去朝觐。
- 6、路途安全。无战争祸患，无灾情险阻，往返旅途安全有保障。同时获得国家法律的许和。
- 7、妇女朝觐须有丈夫同行，或至亲骨肉陪同。

上述七项条件，是每个朝觐者必备而不可缺少的。如果条件一时不具备、可推迟朝觐。倘若身体条件永不可能具备时，则用雇人代朝的办法来完成此项功课（但代朝者本人，必须曾经朝过一次觐）。

三、朝觐的礼仪

朝觐的主要仪式是：受戒，环游天房，在索法与麦勒外两山之间奔走，驻米那山，驻阿拉法特山，射石（打“易卜劣斯”），宰牲，辞朝。

（一）受戒：阿拉伯语“伊哈拉姆”一词的意译。通常自不同地方来的各国朝觐者在进入圣地麦加之前，必须在规定的“戒关”受戒，其内容是：

- 1、作大小净，以求内外清洁，立意纯正。
- 2、更衣，换上戒衣（即为两块宽3尺，长7尺不联缝的白布），男性上身用一块（称“勒达”）斜披肩头，一块（称“伊扎尔”）围住下半身，露顶踝足，不戴帽，不穿袜，只穿拖鞋。女性仍着日常洁净朴素的服装，袖长至腕，衣长到踝骨。并遮盖头发，不蒙面，不艳装，不踝足。
- 3、穿起戒衣，即礼两拜受戒拜，为嘉仪圣行（穆斯台罕卜）。
- 4、拜后举意，即立意为朝觐受戒。
5. 诵念应召词：
**لبيك اللهم لبيك . لبيك لا شريك لك لبيك .
إن الحمد والنعمة لك والملك لا شريك لك .**

意为：“真主啊！我应召来了！我应召来了！我应召来了！惟你独一无二，我应召来了！赞颂确归于你，惟你恩惠、权威，惟你独一无二！”

时间是受戒后的每日早晨起床时，每番拜后，旅途中上下坡和看到人群和车船之时，多念为佳。从此，即算正式进入受戒状态。亦标志已正式开始履行朝觐功课。受戒表示安宁、忘我和完全服从安拉，象征着抛弃了尘世中追求生活享乐等物质的欲念及各种典雅雍贵的装饰，一心倾向安拉。受戒期内，必须严格遵守禁戒事项：戒修饰，即不可穿其他服装和佩戴各种首饰，不可抹香水、剃发、剪须（毛发自然脱落无妨）、修指甲等；戒房事，戒求婚与缔结婚约、戒争吵、戒流血、戒狩猎、戒杀生、戒伤“禁地”的草木等，直至朝觐典礼完成，戒衣脱下为止。凡违反上述戒规者，要根据教法规定，按不同程度进行罚赎。即重则重朝，轻者宰羊一只或接济六位穷人或做三天的斋戒等。

（二）环游天房“克尔白”及抚摸玄石：“克尔白”系阿拉伯语译音，意为立方体，是麦加禁寺内的一立方体殿宇。环游天房，阿拉伯语称“塔瓦夫”，意即绕行，履行正朝、或副朝、或辞朝的功课都当游七圈。如十二月八日起进入正朝时，全体朝觐者开始集体进入禁寺后，应随即由玄石（即黑石，为直径30厘米的一块宝褐色方石，镶嵌于克尔白墙东南角部，离地约1.5米高）处起，按逆时外方向环绕克尔白七圈（先疾行三圈，后再缓行四圈；并抚摸或吻玄石。如果无法接近玄石，可招手或注目，并念：**بسم الله، الله أكبر**，以示敬意，此称“易斯梯俩目”，意即祝贺。在巡游中要边走边念每一圈的专门祈祷词。绕行结束以后，应在先知伊布拉欣站立处礼两拜副功拜。

需注意：

- 进入禁寺时起右脚进入，并诵念下句为佳：

أعوذ بالله من الشيطان الرجيم، اللهم افتح لي أبواب رحمتك !

意为：安拉啊！求你保护我免遭被诅咒的恶魔的伤害。安拉啊！求你为我打开慈悯之门！

- 游转 天房，转到有矮墙那侧时，须从矮墙外部绕过。
- 游转时，不要刻意高声念祷词，以免妨碍其他人。
- 避免男女相互拥挤。
- 环游天房时，可以诵念任何都哇（祈祷词）或纪念真主。在黑石处结束每一圈。
- 完成七圈环游后，如果可能，在伊布拉欣圣人立足处后面礼两拜。如果无法在伊布拉欣圣人立足处后面礼拜，可在禁寺中任何地方面朝天房礼拜。
- 可在三层（地面，第一层，顶层）中的任何一层作环游；建议男子（只对男子）在环游的头三圈快行（提高行走速度）。

（三）奔走：阿拉伯语“赛阿伊”的意译。即在索法与麦勒外两山的遗迹之间（现为奔走长廊）往返奔走七趟，（从索法到麦勒外算一趟，再从麦勒外返回到索法算第二趟，也就是三个半来回）奔走时要口诵念词。

登上索法山后的念词为

(إِنَّ الصَّفَا وَالْمَرْوَةَ مِنْ شَعَائِرِ اللَّهِ فَمَنْ حَجَّ الْبَيْتَ أَوْ اعْتَمَرَ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِ أَنْ يَطَّوَّفَ بِهِمَا وَمَنْ تَطَوَّعَ حَبِيرًا فَإِنَّ اللَّهَ شَاكِرٌ عَلِيمٌ) (البقرة: 158).

意为：索法与麦勒外，确是真主的标识。举行大朝或小朝的人，无妨游此两山。自愿行善者，（必得善报），因为真主确是厚报的，确是全知的。（《古兰经》黄牛章158）

并面向天房念：

لا إله إلا الله وحده لا شريك له . له الملك وله الحمد . وهو على كل شيء قدير .

لا إله إلا الله وحده أنجز وعده . ونصر عبده . وهزم الأحزاب وحده .

意为：除安拉外绝无真正应受崇拜者。他独一无二。一切国权和赞颂都归于他。他对万事是全能的。除安拉外绝无真正应受崇拜者。他独一无二。他履行了诺言，援助他的仆人，独自战胜了同盟军。念三次为佳，因为这是圣行。

奔跑时需要注意的是，除了在两绿色标志之间的一小段路要奔跑外，其他的地方要慢走。到达天房时向着天房招手示意。最后饮渗渗泉（即赞姆赞姆）水。这一礼仪象征着圣祖伊布拉欣贞妻哈哲尔为给稚子易司玛仪寻找泉水解渴的情景“赞姆赞姆”一词，源自哈哲尔当年发现外溢不止的泉水时异常兴奋、期望其“停住、停住”的意思。

（四）驻米那：朝觐者在伊历十二月八日必须离开麦加，进驻距城七公里的米那山、以便能于次日抵达阿拉法特山。米那（当地人读“穆那”），意为“期望。这是麦加与阿拉法特的一个间歇点，出于人祖阿丹被逐出天堂流落此地后，期望重返天堂的典故。朝觐者为了效法古代先知曾在此地间歇过的古圣遗风，就先到这个有圣迹的山谷住宿一夜。

（五）驻阿拉法特：系阿拉伯译音，意为“认识”。这里是人祖阿丹和妻子哈娃因违反主令而被逐出天堂，流落大地，夫妻失散后又重新相会的地点，“阿拉法特”即由此而得名。伊历十二月九日是朝觐的正典之日，所有朝觐者必须于此日从米那启程，

到达麦加东南二十五公里处的阿拉法特，面向天房站立进行祈祷；否则，即使来到麦加，也等于没完成朝觐功课。在这里，朝觐者身着戒衣，袒露臂膀，探头赤足，在庄严气氛中向着共同信仰的安拉祈祷，自我反省、忏悔，参悟天下穆民聚集盛会的真义，聆听伊玛目宣讲劝善戒恶的教义，这是整个朝觐活动的高潮。在这里响礼和哺礼一并履行。从响礼后朝觐者这里面向天房站立做“卧格夫”（伫立）功课，直到日落。对这项礼仪的贵重，安拉在《古兰经》中说：“如果我的仆人询问我的情状。你就告诉他们：我确是临近的，确是答应祈祷者的祈祷的”（2：186）穆圣（愿主福安之）曾说：“最好的祈祷，便是阿拉法特的祈祷；最好的拜功，就是在阿拉法特那天的礼拜。”所以，前来朝觐的穆斯林兄弟们：在这最尊贵的时刻，要多多的纪念真主，向真主忏悔，并多做祈祷。祈祷时要极为谦恭、温顺，举止如同身临尊大安拉的御前一般虔敬。

九日下午日落后，朝觐者离开阿拉法特，急步（有的乘车）返回约十公里处的穆兹德里法，将昏礼与霄礼的主命拜一并完成。并在这里每个人采集状如黄豆大小的四十九颗石子，准备在十、十一、十二日到米那的“射石驱魔处”投掷（如果在米那欲住四天，需拿七十颗石子），当晚在此地露宿一宵。

（六）米那山“射石驱魔”。伊历十二月十日早晨，在穆兹德里法举行晨礼后，返回米那去做“射石驱魔”。投掷石子的功课源自先知易卜拉欣带领他的儿子易司玛仪去米那为主命做牺牲，“易卑劣厮”（恶魔）变成人形，曾三次变换位置，企图迷惑、引诱他违背主命。他向安拉祈求引导，在安拉的庇护下，他连续三次分别投掷七颗石子驱跑易卑劣厮”，“射石驱魔”的礼仪即由此而来。

当天晨礼后在“阿格白磊”射石场只向大恶魔“杰麦勒而格白”投击七颗石子。次日，也就是十一日中午时，分三次打石头。首先打小石柱“杰麦勒素而热”七颗石子，后打中石柱“杰麦勒吾斯塔”七颗石子，再打大石柱“杰麦勒而格白”七颗石子，当天共打二十一颗石子；十二日中午后又依次各打一遍，若备七十颗石子者，则在十三日依次向三处石柱各投掷七颗石子。每投一石要念：

بِسْمِ اللَّهِ، اللَّهُ أَكْبَرُ!

意为：奉安拉尊名，安拉至大！

穆斯林兄弟们，在此处要注意几点：

- 有些朝觐者为了泄愤而一边辱骂，一边射石，这是不正确的。
- 有些朝觐者则用大块石头、鞋子或木快击打，这也是使者（愿主福安之）禁止的。
- 在射石场不要为了占据有利位置而拥挤，朝觐者应相互谦让，不要伤害到其他的穆斯林兄弟。
- 七个石子不能一次性掷出，若一次性掷出，则算为一次。
- 体弱有病者可以让别人代为射石。
- 在石柱桥上或桥下射石都可以。

投石驱魔的目的是为了保护朝觐者在朝觐期间或成了“哈吉”后不被恶魔导入歧途。中世纪著名的伊斯兰学者、伊玛目安萨里在其名著《复活宗教学》中说：“投石是为了服从命令，表现对安拉的奴仆地位，仅仅是为了从命，而人们的理智难以探讨此事。”“在这里一旦有魔鬼给自己的朝觐带来嫌疑或罪过，就应以石投之，使其绝望。”第一次射石时，即停止念应召词，意味着进入了开戒状态。射石完毕，即离开射石场；然后，朝觐者男性剪发、剃头，女性剪去一束长发（均在禁寺内进行，否则必罚），脱去戒衣，换上平日服装，并环游克尔白七圈，但不跑步，只按步行走，以象征“受戒”状态结束。

（七）宰牲：十二月十日“射石驱魔”后，要在米那宰牲，以纪念易卜拉欣导人遵从主命、准备牺牲自己儿子作最高奉献的虔诚心愿。这项礼仪由朝觐者本人履行，也可出资让人代为办理。凡是立意享受朝觐和连朝的人，或在朝觐中违犯戒令的人，为全美朝觐功课，这天都要在米那宰牲。宰牲的肉，除自食外要施舍给穷人，以表对安拉的虔诚和敬意。因为伟大的安拉说：“它们的肉和血，都不能达到安拉，但你们的虔诚，能达到他。”（22：37）教法规定，由阿拉法特下来后，住米那三天为圣行，射石驱魔为当然。值得特别注意的是，从阿拉法特回到米那第一天，宰牲开戒后去麦加环游克尔白是主命，否则，朝觐无效。

（八）辞朝：辞朝是朝觐者在完成副朝和正朝的全部功课，即将辞别麦加前环游克尔白的功课，即称为辞朝。辞朝教法上定为当然，礼仪同初到时环游克尔白七圈的仪式一样，但不受戒，也不跑索法与麦勒外两山之间的奔走仪式。辞朝后若未离开麦加，若重见天房者，仍须在临行前再作一次辞朝。须在天房附近礼两拜副功拜，作祈祷后，最后面向天房，退步依依不舍地辞别或回顾而别。

四、朝觐的种类

朝觐功课从履行的时间上可分为正朝和副朝两大类；从履行的形式上正朝又可分为单朝、连朝、享受朝和副朝（小朝）

正朝：正朝又称大朝，为主命朝。其时是伊历十二月八日到十二日五天中，完成教法规定的全部朝觐礼仪。主要仪式为：受戒，驻阿拉法特，十二月十日环游天房和两山间的奔走。

副朝：是强调的圣行，字面含意是拜访，教法含意包括四部分：一、受戒；二、环游天房；三、奔走索法与麦勒外；四、剃发或剪发开戒。副朝不受时间限制，除十二月份以外，一年四季都可以自愿履行，朝觐者刚到麦加时，一般先进行副朝（小朝），而后再大朝。下面略述朝觐的类型。

（一）单朝：单朝专指为履行主命的正朝而受戒，不连带其他副朝。朝觐者只立意做大朝而不连带小朝。单朝者穿戒衣以后，要坚持受戒的条件，直到朝觐结束。单朝有四种功课，即：

受戒、环游克尔白，在索法与麦勒外两山之间奔跑，驻阿拉法特。单朝不需要宰牲，如果自愿宰牲更好。

（二）连朝：连朝就是把正朝与副朝连在一起进行的朝觐仪式。朝觐者到麦加时，要求一次受戒，先完成副朝，然后仍要保持受戒状态，直到完成大朝为止。其程序是：先举意连朝而后受戒，游转天房，在索法与麦勒外两山之间奔走，驻阿拉法特，驻米那，步行至穆兹德里法，射石、宰牲，而后再环游天房（十二月十日），并在索法与麦勒外两山之间奔走。连朝亦称双朝，必须宰牲。

（三）享受朝：享受朝亦称分朝，这也是将正朝与副朝连在一起进行的。先立意小朝，礼两拜副功拜。然后完成副朝的四件功课，即受戒、环游天房和在索法与麦勒外两山之间奔走、剃发或剪发开戒。享受朝与连朝的区别是：连朝一次受戒，享受朝则分两次受戒：即先为副朝受戒，完成功课后即可开戒。而后等到正朝日期到来时（即十二月八日）再次受戒，并举行正朝，然后按规定时间开戒。享受朝在副朝开戒后，此间不受任何戒规，有自由享受之意，故名享受朝。享受朝最后也要宰牲。连朝或享受朝之宰牲，是为其完善选定朝觐方式的补偿措施，而不是古尔邦节之宰牲。因为朝觐者作为旅行者（姆萨费勒），教法上无须做古尔邦节之宰牲。

（四）副朝：副朝是除正朝期限（十二月八日至十二日外），一年四季都可以进行的副功，只有受戒、环游克尔白，在索法与麦勒外两山之间奔走、剃发或剪发开戒四件功课。副朝即为小朝。

五、朝觐礼仪准则

（一）朝觐的主命共三件：

1、受戒；2、驻阿拉法特山；3、环游天房（十二月十日）。

（二）朝觐的当然（瓦直卜）：

1、穆兹德里法停留；2、索法与麦勒外之间奔走；3、射石驱魔；4、剪发开戒；5、连朝和享受朝者的宰牲；6、单朝者按次序“射石驱魔”和剪发；7、外地朝觐者离开麦加前的辞朝。

（三）朝觐的圣行（逊奈）

1、外地朝觐者到达麦加时，首次莅临天房的环游（单朝或连朝者）；2、以黑玄石为起点，从克尔白右侧环游，举意之后在索法与麦勒外之间奔走；3、十二月八日（饮驼日）驻米那，并在当晚露宿一夜；4、十二月九日日出后，从米那前往阿拉法特山；5、宰牲节当日留宿穆兹德里法；6、在阿拉法特山做大净；7、宰牲期留宿米那。

以上功课不得随意抛弃，未完成主命的，其朝觐无效。凡有能力（即身体健康、神志清楚、财力足够者）不亲自去做正朝，而请他人代朝是不容许的。丢失“瓦直布”的，要进行罚赎，宰牲或斋戒，以补其缺。

六、拜访圣陵

在麦加顺利完成朝觐的各项义务之后，前往相距450公里的麦地那瞻仰圣陵、拜访先知清真寺及古巴寺、胜利寺等著名清真寺，参观“百格尔”陵园等许多具有辉煌历史和光荣历程的圣洁之地，这是朝觐者享有的伟大、荣幸的赐福和神圣职责。麦地那，这座灿烂的城市，每一寸土地都充满着盛大的恩典。

这里是信仰汇集的场所，是“伊斯兰的堡垒”与发祥地，是至圣迁徙与归真的圣地。这里还有至圣的挚友、继任者大贤艾卜·白克尔的陵墓，有穆民的统帅、大贤欧麦尔与奥斯曼和圣妻、圣女，以及为圣教捐躯献身的上万名圣门弟子的陵墓，有吉祥的“绕朵”（天堂的花园）等。

穆斯林兄弟们，在拜访圣陵时需注意：不要拥挤，不要去刻意抚摸圣陵前的窗户，也不要面向圣陵做祈祷，做祈祷时应面向朝向“克尔白”。

拜访每一处圣洁的古迹，多做善功，从中将获得无与伦比的恩赏。穆圣（愿主福安之）说过：“谁在我归真后探访我，同在我活着（时）探访我一样。”又说：“探望我的陵墓的人，我有搭救他的义务。”

穆圣（愿主福安之）说：“在我这所圣寺中礼一番拜，胜过其他清真寺的一千拜，但禁寺例外。在禁寺中礼一番拜，即得十万番拜的回赐。”马立克之子艾奈斯的传述，穆圣“说：“谁在我的这座清真寺，一番不漏地礼了四十番，那么，安拉为他写下：他与火狱无关，与惩罚无关，与伪信无关。”因此，在麦地那待够八天，礼足四十番拜为佳。穆圣（愿主福安之）又说：“谁在家中做了沐浴，然后到古巴清真寺礼两拜，谁就获得一次副朝的功价。”

七、朝觐后自省清单：

01. 在多大程度上朝觐提升了你？
02. 在多大程度上你认识到了朝觐的重要性？
03. 在多大程度上你实践了团结穆斯林？
04. 在多大程度上你体会到了穆斯林的平等？
05. 在多大程度上你为全体穆斯林做了杜阿？
06. 在多大程度上需要准确的伊斯兰知识？
07. 在多大程度上你体会到了伊斯兰的伟大？
08. 在多大程度上你想再次朝觐（正朝/副朝）？
09. 在多大程度上穆斯林在生活中需要遵守纪律？
10. 在多大程度上你想要主动为伊斯兰而工作？
11. 在多大程度上你承担了伊斯兰义务？
12. 在多大程度上朝觐纠正了你的信仰？
13. 在多大程度上你购买了伊斯兰书籍给自己的图书馆和给其它穆斯林朋友？
14. 你为自己过去的罪恶而认真忏悔了吗？

亲爱的穆斯林朝觐者们，最后希望您能此书中获益，也希望安拉接受和准承您的朝觐功课，使您在朝觐的旅途中得到身心全方位的体验和感受，平安而来，顺利而归。

《完》