

Mawlana Shaykh Muhammad Adil ar-Rabbani

切勿在健康方面多疑妄想 (Waswasa)

真主ﷻ的平安和慈悯以及吉庆在你们上。

我从被驱逐的恶魔上求主佑助.奉至仁至慈的真主之名:

愿美好的祝福和平安降临于我们的贵圣穆罕默德(愿主福安之)上, 今后两世的最高领袖。真主的使者ﷺ啊, 请相助我们吧; 至圣ﷺ尊贵的圣门弟子们(愿主喜悦圣门弟子们)啊, 请相助我们吧; 道统里的众谢赫们(愿主福安慈悯喜悦众谢赫们), 请相助我们吧; 请求许可与祝福, 毛俩纳·大筛赫·阿卜杜拉·发伊兹·达厄斯塔尼(愿主喜悦之)、毛俩纳·筛赫·纳泽姆·哈格尼(愿主喜悦之), 请相助我们; “我们的道统是陪伴(教导), 美好(善良)在集体之中”。

至高无上的真主, 创造人类尽善尽美。尊贵的《古兰经》有言: “لَقَدْ خَلَقْنَا
الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ”, 释义: 我们确已把人造成最美的形态。(《古兰经》95
章4节)。真主至高至尊, 祂以最完美的造化塑造世人。万物皆由真主完美创造, 人若遵循真主的法度、恪守主命行事, 身心万事皆能安然顺遂。

如今世人常深陷多疑妄想 (Waswasa): 稍有风吹草动, 便心生杂念: “我是不是生病了? 快去检查, 快去看医生。”些许细微不适, 便急于求医问诊。而后医者叮嘱: “需调理身体、频繁体检、悉心养护。”实则大多毫无必要。人若谨遵真主教诲端正生活, 肉身本就具备自我修复的本能——真主的造化本无缺憾。但如今世人境遇早已偏离正道: 饮食混杂、暴饮暴食, 自诩养生实则伤身; 再加上滥服药物、过度诊疗, 身体愈发亏损衰败。

因此, 最优之道, 是兼顾灵性与肉身, 清醒自持地生活。肉身层面, 当谨守入口之物、言行之举, 慎食慎饮、取舍有度。须知万事皆归真主意欲, 病疾有缘由, 安康亦有恩典, 在真主看来, 万般际遇皆非虚妄。切莫终日被多疑妄想折磨内心: 若确有剧痛不适, 可正常查验; 若无异常, 便不必自寻烦恼、扰乱心神, 深陷无端猜忌。真主已赐予我们健康与喜乐, 便当感恩顺行。愿真主慈悯悦纳今世执政者——他们兴办医院、推行免费体检诊疗。可许多人前去检查后, 反倒心生焦虑、意志消沉; 心绪低落之时, 身体康健亦会随之衰败。

Mawlana Shaykh Muhammad Adil ar-Rabbani

世人但凡问诊就医，便执念追问：“我是不是得了重病？身体是不是出了问题？是不是暗藏隐疾？”祈求真主慈悯安宁：我们有一位来自阿勒山的教胞，频繁就医、反复做核磁共振，终日惶惑：“我会不会患癌？我心智是否失常？我还算清醒吗？”甚至时常为此发来讯息倾诉。我们屡次劝慰：“教胞，你身体康健，勇健如狮，本无病患。”可不出一月，他又会重陷多疑。以此为诫，愿真主慈悯这位教胞，也愿真主赐予全体信众安康顺遂，若真主意欲。

诚如所言：若非剧痛难捱，无需过度诊疗。当笃信仰赖真主，食饮必先诵奉主之名（比斯敏俩），坚守清真饮食，节制食量、少食有度。承蒙真主恩准，身心自会安宁无忧，若真主意欲。愿真主赐予我们所有人健康与平安，若真主意欲。

一切成功，皆来自真主。发提哈（开端章）。

毛俩纳·筛衣海·穆罕默德·阿迪尔·冉巴尼（愿主喜悦之）

公历 2026 年 4 月 1 日 / 伊斯兰历 1447 年 10 月 13 日

伊斯坦布尔 阿克巴巴道堂 晨礼