

遇见伊斯兰教

Encountering Islam

作者：Haifeng 弟兄

2022-03-06 收稿

第二部分：教义

Part 1

穆斯林派别的产生

如前所述，穆罕默德生前没有对继任者任选有明确交代，因而引起了纷争。这就是后来的逊尼派和什叶派穆斯林的来历。

逊尼派（Sunnis）认为，穆罕默德的继任者应该是德高望重的，并被穆斯林公认和推举出来的。他们相信，只有前四任哈里发是符合这样的标准的。他们相信的经典包括可兰经和圣训（Hadith）。今天，约 75-90%的穆斯林属于逊尼派。

什叶派（Shi'a）认为，只有穆罕默德的宗族后代才有资格担任哈里发。他们认可的第一个哈里发 Ali Bin Talib 阿里 本 塔里布。

除了以上两派以外，还有一些非主流的派别，如苏菲派等，此处不再详述。

可兰经 (Koran) 的成书

穆罕默德去世以后，他的追随者将他口授的启示逐步整理记录，成为今日的可兰经。“可兰经”的意思是诵读（Recital）。

据载，在 632 年穆罕默德逝世及他的许多熟知《古兰经》的伙伴在叶麻默战役（Battle of Yamana）被穆赛利迈所杀之后，首任哈里发阿布·伯克尔下令收集《古兰经》成册，以作保存。宰德·伊本·萨比特“曾经替安拉的使者写下天启”，因此由他负责收集《古兰经》。以萨比特为首的一众抄写员把收集得到的经文抄录成一本完整的书籍。这部手稿一直被伯克尔保存，直至他去世。萨比特从载有《古兰经》内容的皮革、椰树叶茎、石板及“把《古兰经》牢记在心中的人们”那里收集经文，把收集得来的经文抄录在叶纸上。

穆罕默德逝世后，穆斯林的社群急速增长，那些通晓《古兰经》的人们遍布其中教授《古兰经》。第二任哈里发奥马尔将得到的一个复本作为遗产传给女儿哈福赛·宾特·奥马尔，她是穆罕默德的遗孀。约 650 年，由于伊斯兰教已经传播到阿拉伯半岛以外的波斯、黎凡特及北非，第三任哈里发奥斯曼注意到《古兰经》的读法在各地有细微的分别。为了保持经文的圣洁，他下令组成一个以萨比特为首的团队，负责编制《古兰经》的官方修订版，这个版本采纳古莱什人的方言，在完成把多个复本发送到帝国的各个重地。在奥斯曼的命令下，《古兰经》的其他版本都被回收及焚毁。《古兰经》的学者都一致认同，奥斯曼修订的《古兰经》延至今日仍然只字未改。

穆斯林相信《古兰经》是真主的指南，是真主透过天使加百列花了 23 年向人间传递的讯息，并把《古兰经》视为是真主对人类的最后启示。

《古兰经》共有 114 章，长短不一，《古兰经》的章节被称为苏拉（Surah），又根据章节是在穆罕默德移居至麦地那的前后区分为麦加篇章及麦地那篇章。不过，属于麦地那篇章的苏拉可能含有麦加篇章的节句，反之亦然。苏拉的名称是取自篇章里的一个字词、讨论的内容或者第一个字。先后次序约略是根据内容的多少顺序排列，而不是按降示的先后次序排列。除了第九章，每个篇章都以太斯米（奉至仁至慈的真主之名）开首。

每个苏拉有多段经文，段句被称为阿亚（Ayat），原意是指真主所示的迹象或真主能量的“证据”。每个苏拉的段句数量不一，有些段句只有数个字，有些段句则长达数行。《古兰经》全文共有 6,204 至 6,236 个段句。

《古兰经》所记载的许多人物和事件都同时出现在犹太教及基督教的经书（《塔赫希》、《圣经》）及宗教文献（《伪经》、《米德拉什》）里。《古兰经》描述亚当、以诺、挪亚、呼德、示拉、亚伯拉罕、罗得、以实玛利、以撒、雅各、约瑟、约伯、叶忒罗、大卫王、所罗门、以利亚、以利沙、约拿、亚伦、摩西、撒迦利亚、施洗约翰及耶稣是真主的先知。事实上，比起其他的经书，《古兰经》提及摩西的次数更多，耶稣在《古兰经》里出现的次数比起穆罕默德还多，玛利亚在《古兰经》里出现的次数也比《新约圣经》多。《古兰经》的一些内容与《四福音合参》、《雅各福音书》、《多马的耶稣婴孩时期福音》、《伪马太福音》及《阿拉伯语耶稣婴孩时期福音》有相似之处。

圣训（Hadith）

Hadith，意为“叙述”，是伊斯兰教先知穆罕默德的言行录，由后人所编。圣训形成于 8 至 9 世纪，其主要内容是先知对教义、律例、制度、礼仪及日常生活各种问题的意见主张。也包括他的行为准则和道德风范。圣门弟子谈论宗教、经训和实践教理等的言行，凡经他认可和赞许的也被列为圣训的范围，但有的属于伪托。伊斯兰传统的教学法派皆认为圣训是用来落实逊奈（或译圣行，即穆罕默德的言行）的重要工具。

《古兰经》有多节经文要求穆斯林服从穆罕默德，或授权他裁决，例如：

“谁服从真主和使者，真主将使谁入那下临诸河的乐园，而永居其中。这是伟大的成功。”
(4:13)

“谁违抗真主和使者，并超越他的法度，真主将使谁入火狱，而永居其中，他将受凌辱的刑罚。”
(4:14)

“信道的人们啊！你们当服从真主，应当服从使者和你们中的主事人，如果你们为一件事而争执，你们使那件事归真主和使者（判决），如果你们确信真主和末日的的话。这对于你们是裨益更多的，是结果更美的。” (4:59)

“凡服从真主和使者的人，都与真主所祐祐的众先知，忠信的人，诚笃的人，善良的人同在。”
(4:69)

“谁服从使者，谁确已服从真主” (4:80)

“当真主及其使者判决一件事的时候，信道的男女对于他们的事，不宜有选择。谁违抗真主及其使者，谁已陷入显著的迷误了。” (33:36)

因此“真实”圣训内记述的穆罕默德言行，被视为可说明和补充《古兰经》，可作为伊斯兰教教义的一部分，其权威仅次于《古兰经》

逊尼派有六大圣训集，什叶派有四圣书。

穆斯林的五功

五功 (arkan al Islam 即伊斯兰支柱) 是伊斯兰教逊尼派所用的词汇，指信仰伊斯兰的所需遵守的五项基本原则。伊斯兰的五门功课要求穆斯林“**念、礼、斋、课、朝**”，即“证信、礼拜、斋戒、天课和朝觐”。

证信 (念，即信仰作证)：穆斯林要至少一次公开作信仰表白，念清真言“万物非主，唯有真主，穆罕默德，真主使者。”

礼拜 (礼，即谨守拜功)：一日祈祷五次。信徒应每日礼拜五次，分别在晨、晌、晡、昏、宵五个时间段举行。包括叩拜、立正、鞠躬，口中念诵信仰告白和《古兰》选段，面朝麦加克尔白方向祈祷。逢周五和重大节日，穆斯林需到清真寺集体礼拜、纪念真主。

斋戒 (斋，即封斋节欲)：穆斯林必须在莱麦丹月 (伊历 9 月)，每日自日升后至日落前施行斋戒。

天课 (课，即法定施舍)：捐献作为义务税项。即课税，穆斯林应慷慨施舍，每年交纳四十分之一的财产济贫税，作为给社会的奉献。济贫税起初为自愿缴纳，后成为国家赋税制度。

朝觐 (朝，即朝觐天房)：至少一次到麦加朝圣。

通常在有生之年能完成五功者，则可在其名前冠以“哈芝/哈吉”一词以表明身份。

作为伊斯兰教中的少数派，什叶派对伊斯兰支柱的理解基本相同，但不认同这五个名字。部分什叶派将圣战视作信仰支柱之一，与上述五功统称为“六功”。

伊斯兰教的主要教义（五功）

五功（arkan al-Islam，即伊斯兰支柱 The Five Pillars of Islam）是伊斯兰教逊尼派所用的词汇，指信仰伊斯兰的所需遵守的五项基本原则。伊斯兰的五门功课要求穆斯林“念、礼、斋、课、朝”，即“证信、礼拜、斋戒、天课和朝觐”。

证信（念，即信仰作证）：穆斯林要至少一次公开作信仰表白，念清真言。

礼拜（礼，即谨守拜功）：一日祈禱五次。

斋戒（斋，即封斋节欲）：在斋戒月，从日出到日落禁食。

天课（课，即法定施舍）：捐献作为义务税项。

朝觐（朝，即朝觐天房）：至少一次到麦加朝圣。

通常在有生之年能完成五功者，则可在其名前冠以“哈芝/哈吉 Hajj”一词以表明身份。

作为伊斯兰教中的少数派，什叶派对伊斯兰支柱的理解基本相同，但不认同这五个名字。部分什叶派将圣战（Jihad）视作信仰支柱之一，与上述五功统称为“六功”。

以下详述五功。

证信（念） Shahada:

清真言，又称为作证词，是伊斯兰教的信仰基石。清真言代表的是穆斯林的认主独一信念，并接受穆罕默德为真主安拉的使者。清真言的读法如下：“Rash Hadu, an an, illaha ill Allah, wa, rash hadu, an la, Muhammadur Rasul Allah”，意为“万物非主，唯有真主，穆罕默德是真主的使者”。清真言又称为“凯里麦”，意为“美好的语言”。念诵清真言是穆斯林的五功当中最重要的一种，每日都必须诵读。非穆斯林若要信仰伊斯兰教则须公开诵读清真言，表示归信。

There is no god but God, Muhammad is the messenger of God. 万物非主，唯有真主，穆罕默德，真主使者

两重含义：（1）严格的一神论宗教；（2）穆罕默德是最后一位先知，纠正了犹太教徒和基督教徒对神的信仰的偏差。

证信在每日五次祈祷的时候都要说。婴儿出生时要对他说，穆斯林寿终时要对他说，因此，穆斯林从出生到离世，都伴随着这个证信。

动作

念“我作证，万物非主，唯有真主。”，此时右手食指伸出，其余 4 指握拳，比出 1，向上指天。

念“我作证，穆罕默德是真主的使者。”，此时右手食指收回，右手 5 指握拳。

诵读清真言的条件

诵读清真言有七个前提，缺一不可：

Al-`Ilm: 掌握清真言的真义、陟罚臧否之处。

Al-Yaqeen: 对清真言毫无疑异——完美的清真言知识，足以消除对信仰的怀疑之心。

Al-Ikhlaas: 从心底抛弃多神崇拜。

Al-Sidq: 不接受错误的信仰与虚伪的心。

Al-Mahabbah: 喜悦清真言及其真义。

Al-Inqiad: 服从正义的戒律，怀着虔诚之心寻求真主的喜悦

Al-Qubool: 诚心接受清真言，永不反对。

礼拜（祈祷，礼，Salah）

伊斯兰教的礼拜，又称萨拉特或萨拉赫（ṣalāh; ṣalawāt），是伊斯兰教信仰的实践之一。逊尼派五功之一，什叶十二伊玛目派十大实践之一，伊斯玛仪派七大支柱之一。中国穆斯林常俗称礼拜为“乃玛子”，为礼拜一词的波斯语音译。唯经派对于礼拜的方式没有统一的见解，许多人一天只礼拜两次，分别在清晨与黄昏，因为《可兰经》只提到这两次礼拜的名称。逊尼派穆斯林的礼拜，一天必须行五次，分别为晨礼、晌礼、晡礼、昏礼和宵礼；但什叶派人士，大多一天只礼拜三次。

早期的穆斯林和犹太人一样，面向耶路撒冷礼拜。根据伊斯兰传统的说法，有一次穆罕默德在双朝向清真寺内礼拜的时候，真主神示他放弃朝向耶路撒冷礼拜，改为向麦加的克尔白礼拜。至于改变礼拜方向的原因有很多种说法，大部分的历史学者认为是因为麦地那的犹太人始终不愿意皈依伊斯兰教的缘故。

通常处于生理期妇女不作礼拜。有的穆斯林懂得使用礼拜朝向专用指南针，因此不管他们身处何处都能够知晓礼拜的确切方向。这种指南针的使用方法是使用者要先把指针指北的一端对准指南针上的某一个点，这要视使用者所在的地点而定。指针调整好之后，使用者即可按照绘有宣礼塔

图案所指的方向开始礼拜。礼拜的朝向在指南针上显示的可能刻度众多，因此不同地区的对应刻度都详细列在使用手册或网络上。礼拜朝向专用指南针不一定是一个独立的指南针，也有镶在手表上的。

住在地球上的人们要进行礼拜较为容易，因为礼拜是以太阳日为准的。2007年10月，马来西亚籍太空人谢赫·穆扎法尔·舒库尔于晚间在哈萨克搭乘俄罗斯联合号火箭前往国际太空站。但由于国际太空站每天绕行地球十六次，于是他必须每天礼拜八十次。然而大马当局特许他一天礼拜五次即可，只要礼拜的朝向正确就可以了。事实上伊斯兰教法教导穆斯林的礼拜方式可因特殊情况而调整（并礼）、方便信徒的，例如在战争或旅行期间（船舶、飞机等）可减少礼拜或改变礼拜方式。

此外每个礼拜五被定为主麻日，穆斯林会在晌礼的时间前往清真寺参加“主麻礼拜”（也称为“聚礼”Jumu'ah）；然而在伊斯兰重大节庆，如：开斋节、宰牲节……，穆斯林也会聚集在清真寺中做礼拜，这种礼拜称为“会礼”。

五次礼拜的时间

晨礼 黎明前

晌礼 日出到日中

晡礼 日中到落日

昏礼 落日后

宵礼 入夜后

天课 Zakat

天课一词，含有“洁净”、“纯净”之意，也就是说通过交付“天课”使自己的财产更加洁净，这是穆斯林的重要功课之一。在产权范畴里，可转化为“穷人的份额”或“慈善施舍”的意思。因为，据相关教法规定，当穆斯林个人资产超过了一定限额，就应按一定的比率缴纳课税，用于施舍贫困者，唯其如此，其所占有的资财才算是合法纯洁的。“天课”制度是在伊历2年(公元623年)规定的。

“天课”是伊斯兰信仰的第四基柱。穆斯林认为天课是真主安拉对那些丰衣足食的穆民的主命（fard），指令他（她）们把其每年盈余财富的一部分用作帮助贫民和有需要的人。安拉说：“你们应当谨守拜功，完纳天课，并以善债借给真主。你们为自己做什么善事，都将在真主那里得到更好更大的报酬。你们应当向真主求饶，真主是至赦的，是至慈的。”（《古兰经》73: 20）安拉说：“正义是信真主、信末日、信天神、信天经、信先知，并将所爱的财产施济亲戚、孤儿、贫民、旅客、乞丐和赎回奴隶，并谨守拜功、完纳天课、履行约言、忍受贫困、患难和战争。这等人，确是忠贞的；这等人，确是敬畏的。”（《古兰经》2:177）

天课在接受对象在《古兰经》中有如下规定：“救济品惟归给穷困的、赤贫的、为此工作的、其心可得安定的、用以赎身的、拖欠外债的、用于安拉之道上、与旅客。这是安拉的规定，安拉是深知的、明哲的。”（古兰经第九章六十节）

现代的大部分穆斯林国家对天课没有硬性的规定，但是有些国家有法律方面的强制，如：利比亚，马来西亚，巴基斯坦，沙特，苏丹，也门。

斋戒 Ramadan

斋戒、又称为伊斯兰斋月，是伊斯兰教的五功之一。完成斋戒的条件是在赖买丹月（Ramadan，伊斯兰历的九月）太阳出现的时段内禁止饮食与行房。

根据《古兰经》，未能恪守斋戒者，事后可以补行斋戒。无法补行的，可布施食物给老弱或贫民，即“抵斋”，来以此赎罪。**2022年伊历斋月为4月1日至4月30日。**

符合条件的穆斯林必须于该月份恪守斋戒如下：每天（自封斋饭完毕）从晨礼（Fajr，意为“日出”）到日落期间，停止饮食、行房等生理活动。当天日落之后直至次日晨礼之前，都可正常作息吃喝（包括食用开斋饭、行房等生理活动。）晨礼时分、唤拜一起，便再度进入斋戒状态。老人、病人（含生理期女性、孕妇及产妇、残障人士）等可受减免，而旅宿者则该在旅途结束后，适时补齐欠斋的日数。对于在传统伊斯兰社会之外所生活的部分穆斯林，倘若未能在斋月守斋，可被允许在往后相对固定的规限时段内进行，直到当季斋戒完成为止，具体执行情况则视乎个人自身的健康条件以及所在区域的气候时差而定

除了斋月以外，还有其他时间可以进行禁食。

Days of Oath 许愿日

若有人自己许愿，例如，“如果我考试得到好的分数，我就为安拉禁食三日”，那么，成就愿望后就必须要禁食三日。没有还愿被认为是一种罪。

Days for voluntary fasting 自愿禁食日

此外还有一个鼓励禁食的日子，有：每年一月（Muharram 月）的 9，10 日，或 10，11 日。第 10 日也是犹太人禁食的日子（赎罪日）。还有：

Shawwal 月（斋月后的那个月）的任意六日

如有可能，每周一和周五都可禁食；“白日 White Days”，即每月 13，14，15 日，因这几日夜晚，月色变白，故名。

Arafah 日（伊历 Dhu'l Hijja 月第 9 日）

斋月前的 Rajab 月和 Sha'aban 月，可尽量多日禁食

伊历 Dhu al-Hijjah 月的前 9 日，但是去朝觐的穆斯林不可禁食。

不可禁食日期

Eid al-Adha 和此后的三日。穆氏曾说：你们不可在这几日禁食，因为在这几日，你们当吃喝并纪念安拉。

也不可单独在周五禁食，因为周五是一个节期，除非你在之前或之后都连续禁食，否则不可单独在周五禁食。

此外，穆罕穆德还说，如果全年的每一天都禁食，就不会得到任何赏赐。

开斋节 (Eid al-Fitr, Feast of Breaking the Fast)

开斋节始于斋月结束后的头天晚上，天上现出新月的时候。如果当天晚上恰好没有月亮（例如多云天气，或者西方的天空仍然太亮），开斋节也可以等到第二天进行。开斋节的庆祝活动可以持续一到三天，各地有所不同。但是，共同的一点是，这天禁止禁食，另外也又一些特别的祷告活动。富人在开始祷告以前，需要施舍给穷人。

开斋节期间，人们彼此问候“Eid Mubarak!”谓祝福之意。此前，斋月已经持续了一个月时间，因此，开斋节期间可以预备很多美食。此外，还有装饰房间、彼此宽恕等习俗。在穆斯林为主体民族的国家，开斋节往往是公众假期，学校、商业关闭。

2022 年开斋节从 5 月 2 日晚开始，至 5 月 3 日晚结束。

朝觐

朝觐 (Hajj)，指的是伊斯兰教徒到麦加的朝觐，这是每年全世界穆斯林最大规模的聚会，也是伊斯兰教的五功之一。依据朝觐规范，每一个身体健康经济良好的穆斯林，一生中至少必须朝觐一次。伊斯梯塔 (istita'ah) 指的是身体及经济能力皆可进行朝觐的状态，达到此状态的穆斯林称为穆斯塔梯 (mustati)。朝觐是穆斯林团结及顺服真主的一种展示。朝觐字面意义是“参与一个旅程”，这意味着外在行为的旅程及内部心灵的旅程。

每年朝觐的日期是伊斯兰历 12 月的第 8 日到第 12 日。由于伊斯兰历法是阴历，每年比公历少 11 天，朝觐日期在西历中年年都不同。朝觐期间，朝觐者的衣着要求及身心状态称之为“伊兰” (Ihram)。朝觐与先知穆罕默德的一生息息相关，但穆斯林认为到麦加朝觐的仪式可上溯到数千年前易卜拉欣 (亚伯拉罕) 的年代。朝觐那一周，上百万朝觐者同时在麦加聚集，并进行一系列的仪式：每个人逆时针方向绕行卡巴天房七次，这个立方形的建筑也是世上所有穆斯林祈祷时的方向；在萨法 (Al-Safa) 和麦尔瓦 (Al-Marwah) 两个小丘间来回走动；饮用渗渗泉的井水；去阿拉法特平原守夜；在投石仪式中向魔鬼掷石块。然后朝觐者剃发，进行动物献祭的仪式，并庆祝全球性的牺牲节。

即使在穆圣生前的公元 7 世纪时期，朝觐根据的亦是古代的朝觐之旅。依传统，朝觐事迹可上溯到亚伯拉罕（易卜拉欣）的年代，大约前 2,000 年前。亚伯拉罕的妻子撒莱无法怀孕，应她的要求，亚伯拉罕娶了女仆夏甲为妾。夏甲怀了亚伯拉罕的儿子以实玛利。据信亚伯拉罕奉神之命将夏甲和以实玛利弃置于沙漠中。为了寻找遮蔽、食物和水，夏甲带着儿子在萨法和麦尔卧两个小山丘间来回奔走了七次。绝望之中，她将婴儿放在地上，祈求上帝的帮助。婴儿哭时脚跟撞到在地面（某些故事版本说天使加百列刮他的脚或是翼尖刮了地面），渗渗井的泉水就此涌现。

在伊斯兰时代之前，阿拉伯半岛所有的部落每年都会聚集在麦加朝觐。至于部落各自信奉何种神明并不重要，甚至信奉基督教的阿拉伯人也如同信奉异教的阿拉伯人一般的朝觐。穆斯林历史学家将这个年代称之为蒙昧时代。在那个年代，卡巴圣殿供奉了数百个阿拉伯半岛各部落所信仰的阿拉伯神话中的神明偶像，如胡巴尔，纬度，阿勒特和马纳特。

穆圣在接受启示之前，已定期执行副朝觐。历史上，穆斯林会在其他各大城市聚集，然后再集体向麦加出发，每群朝圣者可能有数万人。其中最著名的两个集合地点是大马士革及开罗，那里的苏丹会站在著名的珠威拉门上正式向朝圣者送行。

公元 630 年，穆圣率领追随者从麦地那到麦加朝觐。这是第一次仅有穆斯林参加的朝觐，也是穆圣唯一参与的一次。他毁掉所有异教偶像以净化卡巴天房，然后再次将此建筑献给真主。从此以后，朝觐成为伊斯兰教的五功之一。

对早期的朝觐者，朝觐是一趟危险的旅程。伊本·久拜尔指出在路途中有渴死信徒的骸骨。17 世纪时，一群埃及朝觐者丧失了超过 1500 多条人命和 900 头骆驼。1924 年，一群叙利亚朝觐者中约有五分之一死亡。两年后，又有 12,000 人在旅途中死亡。

朝觐也是中世纪伊斯兰国家国王对付政敌的手段，是仅次于死刑的惩罚。

预备知识

朝觐期间，男性朝圣者只需穿上戒衣 (ihram)，一种由两片无缝边白布组成的服装，上半身从上垂下包住身体，下半身由白色的腰带绑住，再穿一双凉鞋。女性仅须穿上一般的希贾布，露出手部及脸部。

穿上戒衣，以示所有朝圣者在真主面前一律平等，不分绫罗绸缎的王公贵族或葛衣粗布的贩夫走卒。戒衣也象征圣洁的美德，且免于过去的一切罪孽。换戒衣的特定场所称为米嘎特(Miqat)。

穿上戒衣后，朝圣者禁止：结婚、行房、理发、刮胡子、剪指甲、抹香水、说脏话、争执、喧哗、打架、无故砍伐植物（砍柴）、无故杀害野生动物（打猎、捕鱼）、穿超过脚踝的靴子、携带武器。男性不得盖住头部、女性不得盖住脸部和手。

朝觐仪式

大朝觐在伊斯兰历 12 月(Dhu al-Hijjah)的第八天正式开始。朝觐的第二天（此月的第九日），穿好戒衣的朝圣者会离开麦加，到附近的小城米纳，在那里他们度过那一天。这时，沙特阿拉伯政府已经在米纳搭了数千个白色大帐篷，为所有朝圣者们提供住宿。

绕行天房 (Tawaf 塔瓦夫)

朝圣者首先需要进行第一次塔瓦夫(Tawaf)，以逆时针方向绕行天房七次。每绕行一圈，他们皆可亲吻黑石 (Al Hajar Al Aswad)。如果人群众多以至于吻不到黑石，也可在每一圈中仅用右手指向黑石。每完成一圈，朝圣者会称颂说：“真主啊！我在这里服务你。我在这里服务你，你是独一无二的。赞美祢泽被万物，是一切的主宰，你是独一无二的。”七周绕行完毕后便完成了塔瓦夫。绕行七周的场所称之为穆踏福(Mutaaf)。

根据规定，朝圣者只需在前三圈称颂真主，但是几乎所有朝圣者皆在全部七周绕行中称颂真主。而在进行塔瓦夫期间，朝圣者不许吃东西，但由于麦加温度高有脱水之虞，喝水是可以的。教规鼓励朝圣者在绕行的前三圈加快步伐，而在后四圈放慢脚步走。

传统上，绕行天房需于地面上进行，但由于现今朝圣者太多，现时清真寺屋顶的长廊也开放作绕行天房之用。完成塔瓦夫后，所有的朝圣者必须在靠近天房的亚伯拉罕之地(Muqaam Ibrahim)进行两次祈祷(Rakaat)。与塔瓦夫本身一样，由于现今朝圣者太多，朝圣者现在已获允许在清真寺内随处祈祷。

刹伊(sa`i)

朝圣者需在完成塔瓦夫的同一天进行刹伊(sa`i)，即在萨法和玛尔瓦两个小山丘间来回走七趟，旨在重现亚伯拉罕的妾夏甲，为她的儿子以实玛利疯狂找水的一幕。朝圣者原本需在两座小山之间露天来回走动，但现在这段路完全在大清真寺范围内，朝圣者可于设有空调的大走廊来回走动。朝圣者基本上只能走路，但是大清真寺内设有两根绿色柱子，标示朝圣者可以跑步的小区域，而大走廊中间还有一条残障人士专用的通道。

饮用渗渗泉的井水也是此仪式的一部分，而大清真寺内各处皆有渗渗井的冷水容器，供朝圣者饮用。

完成萨伊后，朝圣者即算完成第一天在大清真寺的朝觐，可返回各自的帐篷中休息。

朝圣月的第九天，朝圣者们到米纳彻夜祷告。

朝圣月的第十天，他们离开米纳到阿拉法特山。在那里，一个靠近穆罕默德最后一次布道的小山丘，他们站着冥想、祈祷，并背诵古兰经文。这山丘被称为阿拉法特山的宽恕丘 (Jabal al Rahmah)。这个名为屋古夫(Wuquf)的仪式，是整个朝觐的精华。从午后直到日落，朝圣者们必须在阿拉法特平原的特定区域内度过。这期间并不需特别的仪式或祈祷，但是许多朝圣者会花时

间祷告、思考他们的一生。一个朝圣者如果没在阿拉法特度过这整个下午，他的朝觐会被认为是无效的。

穆兹达理法(Muzdalifah)

太阳一下山，朝圣者们就离开阿拉法特到穆兹达理法，一个介于阿拉法特和米纳之间的区域。朝圣者们在此于露天睡了一夜，第二天清晨，他们收集小石子，以准备回到米纳后用石头砸魔鬼的仪式。

掷石拒魔(Ramy al-Jamarat)

在米纳，朝圣者们掷石拒魔 (Ramy al-Jamarat)，一种向魔鬼投掷石块以示抗拒的仪式。这象征易卜拉欣在受神之命，以自己的儿子献牺牲时所经历的考验。魔鬼挑战他三次，在加百列天使的指示下，三次都被他以石击退了。每根柱子标记着拒绝时的位置。开始掷石拒魔仪式时，朝圣者们首先向最大的柱子(Jamrat'al'Aqabah)扔石头。朝圣者们从坡道爬上多层的加马拉桥(Jamaraat Bridge)，从那里向此柱扔石头。接着再向其他柱子掷石头，每次掷七块石头。因为群众太多，为了安全起见，2004年时由26米长的墙壁取代柱子，墙角下有收集石子的盆子。

宰牲节

投掷完石头后，接着宰杀动物来纪念亚伯拉罕和以实玛利的故事。传统上，朝圣者们亲自宰杀动物或监看屠宰过程。现在许多朝圣者在朝觐开始前，在麦加购买牺牲证书，这证书确认在第10日时，会有牲口在他们的名下宰杀献祭而毋需亲自参与。中央屠宰场会在每位朝圣者的名下，以一头羊当牺牲品；或以一头骆驼充当七位朝圣者的牺牲品。宰杀后的肉会在打包后捐给慈善机构，运送给世界各地的穷人。在麦加宰杀牺牲时，全世界的穆斯林也会在为期四天的全球性宰牲节(Eid al-Adha)执行类似的牺牲献祭。

再次绕行天房(Tawaf Al-Ifaadah)

此日或次日，朝圣者回到麦加大清真寺再次绕行天房，称之为塔瓦夫依发达(Tawaf al-Ifadah)。此乃象征匆忙回应神的呼唤并显示对祂的爱，这是朝觐中不可或缺的一部分。10日的晚上在米纳度过。

朝圣者必须在11日及12日的下午，再度对位于米纳的三根柱子进行掷七个石子的投石仪式。

朝圣者必须在12日的日落前离开米纳到麦加。如果无法在日落前离开米纳，则在13日返回麦加前，他们必须再次执行投石仪式。

告别天房(Tawaf al-Wida)

最后，在离开麦加前，朝圣者对天房执行告别的绕行(Tawaf al-Wida)，Wida意即告别。

副朝觐

不同于朝觐，副朝觐可在一年中的任何其他时间进行，也不是必要的，副朝觐的仪式较朝觐简单。准备副朝觐时，虔诚的身心状态“伊兰”是必要的，也须完成如上所述的绕行天房及两个小山丘。通常，程序最后一步是理发，象征朝圣者有一个新的开始。

中国穆斯林的朝觐活动

中国的伊斯兰人口约有 2500 万，以伊斯兰教为主要信仰的民族有回、维吾尔等十个。数百年来，每年都有虔诚的中国穆斯林长途跋涉去麦加朝觐。目前，中国有官方组织的朝觐，通过伊斯兰教协会等官方组织甄选“爱国”人员参加。但是也有一些穆斯林不愿意通过官方的渠道，而是通过第三国辗转前往。