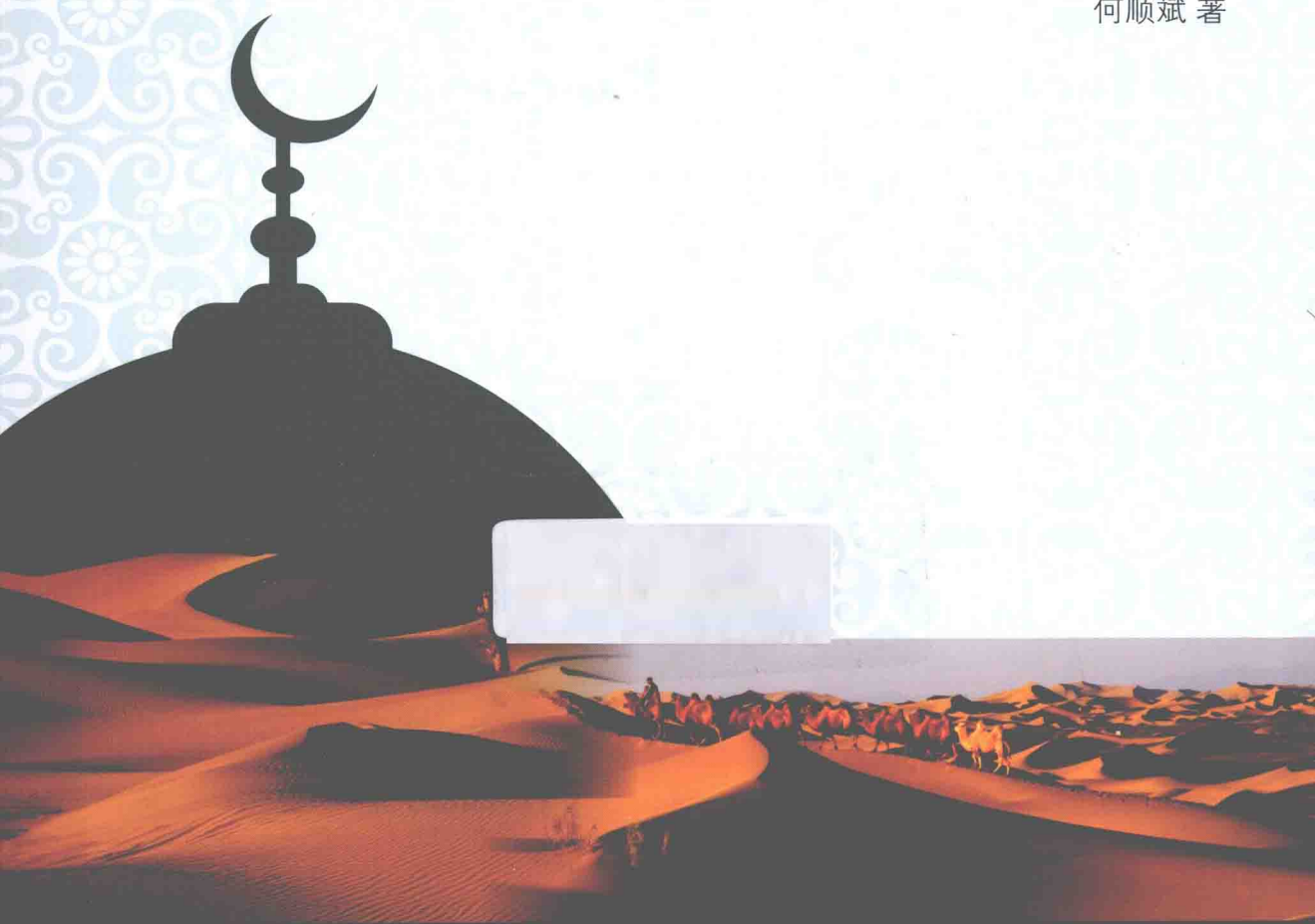


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الطعام الإسلامي

中国清真烹饪

何顺斌 著





中国清真烹饪

何顺斌 著

مطبخ
الطعام الإسلامي



中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国清真烹饪 / 何顺斌著. —北京: 中国轻工业出版社,

2014.8

ISBN 978-7-5019-9834-0

I. ①中… II. ①何… III. ①伊斯兰教 - 饮食 - 文化 - 中国
②清真菜肴 - 烹饪 - 中国 IV. ①TS971 ②TS972.117

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第154738号

责任编辑: 史祖福

策划编辑: 史祖福 责任终审: 劳国强 封面设计: 锋尚设计

版式设计: 锋尚设计 责任校对: 晋洁 责任监印: 张可

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 三河市万龙印装有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2014年8月第1版第1次印刷

开 本: 787 × 1092 1/16 印张: 15.25

字 数: 342千字 插页: 2

书 号: ISBN 978-7-5019-9834-0 定价: 39.00元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

131007K1X101ZBW

前言

万物非主，唯有真主，穆罕默德是安拉的使者。

真主为我们创造了世间万物，并教导我们：吃佳美合法之物，禁食丑陋污秽之物，用健康的食物来滋养我们的身体。

清真菜是在伊斯兰教基础上派生出来的，以土耳其为代表的清真菜是世界烹饪三大风味流派之一。美国皮尤研究中心PRC（Pew Research Center）的《皮尤宗教和公共生活论坛》（Pew Forum on Religion & Public Life）2009年10月发布的一项研究数据表明：全世界200多个国家，总人口约68亿，信奉伊斯兰教的穆斯林约为15.7亿，占世界人口的23%，亚洲穆斯林约有8亿，中国的穆斯林信众达两千多万人。全世界有55个国家把伊斯兰教作为国教，有22个国家把阿拉伯语作为国语。全世界每天至少有四分之一的人在吃清真菜。

《中国清真烹饪》全面系统地论述了中国伊斯兰文化、中国清真饮食文化、中国清真菜的形成与历史发展、中国清真菜烹饪实验等内容，开创性地提出了中国清真饮食文化自然生态观、营养卫生科学观、人文宗教观、中国清真烹饪两大思想体系等。这些学术观点，奠定了中国清真烹饪文化在中华烹饪文化中的核心地位。

万里丝绸之路，千年清真菜！《中国清真烹饪》的出版对各级各类学校的清真教学、对宾馆饭店的从业人员、对广大的旅游业工作者、门类文化的研究者以及家庭健康烹饪都大有益处！

穆罕默德·亨利·何顺斌

2013年10月22日于成都



目 录

第一章 Chapter	1	伊斯兰教与穆斯林	1
		第一节 伊斯兰与穆斯林 / 1	
		第二节 伊斯兰教复兴的原因 / 2	
		第三节 穆罕默德 / 6	
		第四节 伊斯兰教的伟大复兴与阿拉伯帝国的建立 / 8	
		第五节 伊斯兰教教义 / 13	
第二章 Chapter	2	中国伊斯兰文化的形成与发展	17
		第一节 伊斯兰文化与中国伊斯兰文化 / 17	
		第二节 中国伊斯兰文化的萌芽阵痛期 / 18	
		第三节 中国伊斯兰文化的交融发展期 / 21	
		第四节 中国伊斯兰文化成熟期 / 25	
		第五节 近代中国伊斯兰文化繁荣期 / 27	
第三章 Chapter	3	中国清真菜的形成与发展	29
		第一节 伊斯兰教传入中国前的“胡食”时期 / 29	
		第二节 以伊斯兰教为纽带的清真菜成长时期 / 35	
		第三节 以中国内地清真烹饪思想体系形成为标志的成形时期 / 49	
		第四节 中国清真菜繁荣时期 / 55	
第四章 Chapter	4	中国清真饮食文化	57
		第一节 自然生态观 / 57	

第二节 营养卫生科学观 / 61

第三节 人文宗教观 / 65

第五章
Chapter

5

中国清真菜及其特点

85

第一节 世界清真菜与中国清真菜 / 85

第二节 中国清真菜的特点 / 87

第六章
Chapter

6

中国清真菜常用烹饪原料

91

第一节 中国清真菜常用植物原料 / 91

第二节 中国清真菜常用动物原料 / 108

第七章
Chapter

7

中国清真菜烹饪实验

139

第一节 冷素菜烹饪实验 / 139

第二节 冷荤菜烹饪实验 / 152

第三节 热素菜烹饪实验 / 171

第四节 热荤菜烹饪实验 / 183

第八章
Chapter

8

中国清真菜的前景展望

235

伊斯兰教与穆斯林

第一章

Chapter 1

伊斯兰教与基督教、佛教一起被誉为世界三大宗教。权威组织美国皮尤研究中心2009年10月的一项研究数据表明：全世界200多个国家，约有15.7亿人信奉伊斯兰教。亚洲穆斯林约有8亿人，中国的穆斯林信众达两千多万人。全世界有55个国家把伊斯兰教作为国教，22个国家把阿拉伯语作为国语。全世界每天至少有四分之一的人在吃清真菜。

第一节 伊斯兰与穆斯林

一、伊斯兰

“伊斯兰”(al-Islam)，准确读音“伊斯俩姆”。伊斯兰是阿拉伯语的译音。原意是“和平”、“顺从”、“归顺”、“纯净”和“服从”^[1]。

伊斯兰教，兴起于公元7世纪的阿拉伯半岛，由麦加人穆罕默德所复兴，以指顺从和信仰创造宇宙的独一无二的主宰安拉及其意志，以求得两世的和平与安宁。伊斯兰教起初是阿拉伯人的宗教，其后的短短数十年时间，阿拉伯人在伊斯兰教的旗帜下迅速统一了阿拉伯半岛，并向外扩张，建立了横跨亚、非、欧三大洲的阿拉伯帝国，伊斯兰教随之成为世界性的宗教。《早期伊斯兰》一书说到：“从伊斯兰教开始出现，骑在马上和骆驼上的新宗教信徒自阿拉伯半岛涌出，到蒙古游牧民族于1258年劫掠伊斯兰首都巴格达，前后共六百余年，伊斯兰一直是世界上最具挑战性的宗教，最强大的政治势力和最有活力的文化。这种文化在历史上第一次把如此不同的、远隔千山万水的民族，如西班牙人、非洲人、波斯人、土耳其

[1] 张文建. 信主独一：伊斯兰教. 北京：世界知识出版社，1999.

人、埃及人和印度人等，联合起来。”^[1]《阿拉伯通史》在谈到伊斯兰教向外扩张时说：阿拉伯人“在教义上、语言上、血统上所同化了的异族人，比他们之前或之后的任何民族同化的还要多，希腊人、罗马人、盎格鲁-撒克逊人或俄罗斯人都赶不上他们。”^[2]

二、穆斯林

“穆斯林”（Muslim），是由“伊斯兰”一词派生的名词，是“和平者”、“顺从者”的意思。“伊斯兰”是教名，“穆斯林”是指信仰伊斯兰教的人。也有称“穆民”的，也有称“兄弟”的，源于《古兰经》：“凡信士确为兄弟”。穆斯林是伊斯兰教信众的统称。

中国穆斯林。中国信奉伊斯兰教的民族有回族、维吾尔族、哈萨克族、乌孜别克族、柯尔克孜族、塔塔尔族、保安族、撒拉族、塔吉克族、东乡族等，以回族和维吾尔族人数最多。

第二节 伊斯兰教复兴的原因

一、自然地理条件

阿拉伯半岛是伊斯兰教的摇篮，也是阿拉伯人的发源地。阿拉伯半岛位于亚洲西南，面积约320万平方公里^[3]，是世界上最大的半岛。阿拉伯半岛北接美索不达米亚平原和叙利亚沙漠，西北是约旦谷地，东临波斯湾、阿曼湾，南濒阿拉伯海、亚丁湾和印度洋，西临红海。阿拉伯半岛的西部和南部为山脉环抱，西部因红海海岸断裂下沉，边缘掀动而上翘，形成希贾兹山脉，沿着西部海岸，直至也门，绵亘1800千米。也门的哈杜尔舒艾卜峰，是半岛的最高峰，海拔3760米，由希贾兹山脉向东，地势逐渐低缓，大多是平坦高原和低地。沿南部海岸，山脉连绵起伏，直到东端的阿曼。阿曼湾西岸，分布一条南北走向的山脉，主峰海拔3352米，峭壁陡坡，高耸入云，俯视印度洋。这些山脉构成了挡住海风带来潮湿空气的天然屏障，是半岛内陆成为广袤沙漠旷野的主要原因。

阿拉伯半岛从地形上可分为两部分：中间地带和边沿地带。中间地带即半岛的中心，是起伏的山脉，间或有些绿洲，少雨，人烟稀少，居民多逐水草而生的游牧民族，住帐篷、吃羊肉、喝羊奶、穿羊毛，生活主要依靠骆驼，这些游牧民被称为贝杜因人（一译贝都因人），“贝杜因”是“游牧者”的意思。阿拉伯半岛从自然条件与地理位置相结合这个角度来讲，大体上可分为三部分：红海沿岸及其平原地区、南部海岸及其平原地区、东部海岸及

[1] 德斯蒙德·斯图而特. 时代—生活书编辑合著. 早期伊斯兰. 中文版. 纽约：时代出版公司，1979.

[2] 希提. 阿拉伯通史. 北京：商务印书馆，1995.

[3] 中国伊斯兰教协会全国经学院统编教材编审委员会. 世界伊斯兰教史简明教程. 试用本. 北京：宗教文化出版社，2007.

其平原地区。红海沿岸及其平原宽窄不一，最宽处达75千米，但有的地方很狭窄。红海沿海及其平原炎热潮湿，生长着适合放牧的青草和荆棘，境内有大片沼泽和盐碱地。南部海岸即阿拉伯海岸，最有名、最重要的港口是亚丁港，自古以来就是商业繁华之地，连接红海和印度洋，是亚洲、非洲、欧洲海上交通要道。南部海岸也包括亚丁平原、保护地平原、哈达拉毛平原、马赫拉平原和阿曼平原。整个平原炎热少雨，自然条件恶劣。东部海岸从霍尔姆兹海峡向北延伸到科威特。东部沿海平原位于波斯湾和内地沙漠之间，包括阿拉伯联合酋长国、科威特、卡塔尔，宽度达150千米。科威特平原干旱缺水，不适宜植物生长，阿拉伯联合酋长国、卡塔尔土地干旱，离海岸不远的地方有沼泽。

阿拉伯半岛处于热带和亚热带，是世界闻名的炎热干燥地区。夏季为5~9月，沿海平原炎热潮湿，平均气温在40℃左右，最高可达50℃。冬季沿海地区温度适中，内地和高山地区的温度较低。除也门部分地区外，其他地区的四季昼夜温差都很大。平原地区的气温，有时候白天高达50℃，晚上在20℃左右。除少数地区外，所降水量不足200毫米。但也门地区、阿曼山区雨量充沛。半岛北部和中部缺水，半岛西部地区的希贾兹地区偶尔会出现暴雨形成山洪。

阿拉伯半岛自古以来便是亚洲、非洲、欧洲三大洲商路的战略要冲之地。从也门东南穿过沙特阿拉伯西部的麦加和麦地那、北至叙利亚是世界闻名的“红海商道”，是东西交通贸易的枢纽。中国的丝绸、瓷器和茶叶，印度的香料和布匹，波斯的地毯和首饰，南阿拉伯的乳香和没药，埃塞俄比亚的象牙和驼毛，经过红海商道，往北经地中海东岸港口，源源不断地转运到欧洲各国。阿拉伯半岛内有沙特阿拉伯、阿拉伯也门共和国、巴林、科威特、卡塔尔、阿联酋、阿曼7个阿拉伯国家，除狭窄的海边低地外，半岛绝大部分是草原和沙漠，境内无常年河流，农业和居民生活主要依靠地下水。世界三大宗教中，基督教和伊斯兰教都诞生于沙漠背景之中，在阿拉伯语中“沙漠”与“宗教”都是“恐惧和敬畏”的同义词，是沙漠唤醒了人们的宗教意识，沙漠是宗教信仰的良田沃土。

阿拉伯半岛物产丰富，家畜动物有骆驼、马、绵羊、山羊、驴等；植物有咖啡、没药、乳香、檀香、橄榄、阿拉伯胶树、指甲花、大小麦、高粱、玉米等；水果有椰枣、桃子、李子、杏子、梨子、葡萄、无花果、芒果、苹果、西瓜、石榴、柠檬、甘蔗等，椰枣是阿拉伯半岛最重要的水果，麦地那的椰枣最有名，椰枣树有“树王”之誉；阿拉伯半岛海产品丰富，但多作饲料和肥料。波斯湾是世界著名的珍珠产地。

二、社会背景

公元5世纪到7世纪，阿拉伯半岛正处于奴隶制社会向封建社会转变时期，剧烈的社会变革，使半岛阿拉伯人的政治形态由游牧氏族社会逐渐向民族和国家过渡。伊斯兰教兴起

前,阿拉伯社会在总体上还处于以血缘关系为基础的氏族制社会^[1],社会细胞是有共同血缘的氏族组成的部落,是基本的社会单位。由于自然环境的差别,半岛的社会经济、政治发展极不平衡。半岛西南部的也门,早已进入奴隶社会。而在其东部的希贾兹地区,虽然奴隶制已占优,但仍保持氏族部落制的残余^[2]。半岛上主要以游牧为生的贝杜因人,他们逐水草而居,分成许多氏族部落,各氏族部落各据一方,彼此之间经常为争夺牧场、水源、土地而发生战争,血亲复仇盛行。连年战争使社会动荡,生产停滞,氏族内部阶级分化加剧,部落贵族应运而生,他们占有绿洲、水源、牲畜、奴隶。奴隶来源于战俘、贩卖的黑奴以及白奴。他们各自成为一个部落,各霸一方。他们对内压迫、剥削奴隶,致使大批游牧民濒于破产;对外则强取豪夺。游牧经济在半岛大部分地区一直占据统治地位。史称阿拉伯“蒙昧时期”的5世纪末到7世纪初,显著特点是社会动荡、战乱频繁、民不聊生、迷信流传、思想混乱。半岛上的部落之间连绵不断的战争,有迹可寻的就有一千七百多次,这些大多发生在同宗部落间的战争,加速了氏族制度和部落宗教的解体,推动了部落向地域亲属部落联盟发展。此时,由于南阿拉伯部落大量北迁,民族融合加剧,促进了阿拉伯民族共同语言的形成和发展,唤醒了阿拉伯人的民族意识,阿拉伯人的游牧社会逐渐向民族和国家过渡。

经济的发展促进了伊斯兰教的复兴。6世纪末,国际商路的改变,对半岛社会影响甚重,伊斯兰教诞生在希贾兹商路的摇篮里。希贾兹地区的城镇前身大多是南阿拉伯商队的中转站,或犹太人的农垦区。这些城镇的生存,一方面取决于转运贸易的兴衰成败,另一方面还依赖于游牧的贝杜因人的合作和结盟。麦加-希贾兹商队中转站之一的名称,就来源于南阿拉伯语(圣地)。《古兰经》第14章第37节说麦加是“一个没有庄稼的山谷”。麦加地处南往也门、北达叙利亚、东至波斯湾、西接红海和东非商路的交叉口上。因有井泉和一座古神庙,自古就以圣地和商站著称于世。5世纪末,散聚于麦加周围的一些半游牧半掠夺的贝杜因人,本以出租骆驼和护送商队为生,后在库塞伊的领导下,从南阿拉伯的胡扎阿人手中夺取了麦加,贝杜因人由游牧转入定居,发展成为一个专业的商业部落,获得了“古莱氏”的名称,“古莱氏”本义是鲨鱼,后有敛财聚富之意。古莱氏部落大约有20个氏族,各自保留自己的长老会议和圣石、圣物,部落联盟将各氏族的圣石、圣物供奉在一起,他们共同的神庙——克尔白(天房),是麦加政治统一的象征。随着古莱氏部落转运贸易经济和集市贸易经济的发展,阿拉伯人到麦加从事商业活动空前高涨,文化交流日趋兴旺。在古莱氏部落的苦心经营下,禁地和禁月的惯例得到了保证,阿拉伯人每年的禁月,即1月、7月、11月、12月,到圣地麦加朝觐,使朝觐麦加和阿拉法特(哈吉)成了半岛中西部普遍认可的宗教崇拜仪式,古莱氏在各个部落中的影响和威信不断提升。大约在6世纪末,麦加已成为一个经济繁荣的商业城市。商业经济的发展,私有观念的思想意识逐渐显

[1] 金宣久. 伊斯兰教概论. 西宁: 青海人民出版社, 1987.

[2] 张文建. 信主独一: 伊斯兰教. 北京: 世界知识出版社, 1999.

现，贸易带来竞争，削弱了部落统一的纽带——血缘关系，加剧了贫富分化和对立，麦加社会矛盾突出。经济的发展把古老的氏族社会引向灭亡，麦加迅速向阶级社会过渡，过渡时期所带来的各种社会矛盾，使阿拉伯部落之间进行无休止的战争、掠夺和仇杀，社会陷入深重的灾难之中，为伊斯兰教的产生提供了肥沃的土壤。

三、宗教原因

阿拉伯半岛原始宗教盛行^[1]，人们崇拜各种自然物，诸如日、月、星、辰，麦加唯一的渗渗泉被视为圣泉，麦加天房墙上的黑石被视为圣物等。崇拜灵魂和祖先、相信精灵。各部落都有自己的部落神，其中拉特（即太阳神）、乌扎（即万能神）和默那（即命运神）最受崇拜。偶像崇拜盛极一时，在麦加城中心的克尔白神殿就供奉有360多尊氏族部落神的偶像，向其祭祀、祈祷、献牲，致使当时的阿拉伯社会出现了严重的思想混乱，道德风尚极端败坏。随着社会的动荡不安，原始宗教信仰开始动摇，之前犹太教和基督教已传入半岛，但不适应半岛的社会政治生态。只有打破半岛阿拉伯人固有的氏族壁垒、消除氏族仇杀、实现政治统一和社会安宁，才能摆脱日益加深的社会危机。

外部势力的入侵使阿拉伯社会矛盾进一步加深，促进了伊斯兰教的产生。公元525—628年，拜占庭和波斯两大帝国为争夺也门到叙利亚的商道，对也门进行了一系列战争，525年，埃塞俄比亚人在拜占庭的支持下派兵侵占也门。570年埃塞俄比亚驻也门总督亚布拉哈率兵进犯麦加；途中因遭瘟疫而退兵，但战乱破坏了当地的社会生活。575年，波斯出兵逐走埃塞俄比亚人，在也门确立了统治。频繁的战争和掠夺，使阿拉伯南部的社会经济遭到严重破坏，土地荒芜，灌溉工程被毁，道路淹没，商旅不前，人口锐减，使富庶的也门地区迅速衰落。波斯占领也门后，开辟了波斯湾和两河流域到达地中海的商道，废止原由也门经半岛西部红海岸到达叙利亚的商路。新商道的开辟，造成了半岛南部和西部经济的衰退，使昔日繁荣的阿拉伯城市经济萧条，商道中心城市麦加过境贸易骤减，断绝了靠商队谋生的贝杜因人的生路，商业贵族将商业资本转化为高利贷资本，重利盘剥使中、小商人破产，沦为商业的债务人，奴隶生活痛苦不堪。即使是一般的自由民众也是民不聊生、怨声载道，社会矛盾被激化。这为伊斯兰教的复兴创造了一定条件。

伊斯兰教的先知穆罕默德在半岛阿拉伯人人渴望和平、安定和团结的历史潮流面前，以“安拉唯一”为号召，提出了“禁止高利贷”、“施舍济贫”、“和平与安宁”等主张，充分反映了社会上下不同阶层阿拉伯人的心声，伊斯兰教在半岛阿拉伯社会的历史转折关头，为适应经济的变化和建立统一国家的需要而复兴。

伊斯兰教是阿拉伯半岛社会经济、政治和宗教发展演变的必然产物。

[1] 马贤. 伊斯兰教基础知识. 上海: 东方出版中心, 1997.

第三节 穆罕默德

先知穆罕默德，是世界历史上著名的思想家、政治家和社会活动家。《古兰经》说：“穆罕默德不是你们中任何男人的父亲，而是真主的使者，和众先知的封印”。先知穆罕默德是伊斯兰教的继承者和复兴者。然而，先知穆罕默德在伊斯兰史上的地位最伟大之处不在于只是一位传道神旨的使者，最伟大之处乃是在麦地那时期为穆斯林社群奠定了政教合一的体制^[1]。这种整合宗教、政治权力相互配合的制度一直都是穆斯林社群追求的理想。

一、穆罕默德的诞生

穆圣诞生在麦加地区古莱氏部族，麦加的古莱氏人最早是一些半游牧半掠夺的贝杜因人，活动在麦加周围，以出租骆驼和护送商队为主，麦加在此时仅仅是“一个没有庄稼的山谷”。易卜拉欣和他的儿子伊斯玛仪在麦加定居和建立天房后，麦加才得到发展，进入文明或半文明的生活，成为阿拉伯半岛政治、经济、文化、宗教、商业中心^[2]。公元5世纪，古莱氏人古萨·本·开莱布来到麦加城，此人便是穆圣的前五代祖父。他建立部落联盟，从南阿拉伯人胡扎可部落手中夺取了麦加的领导权。使古莱氏由游牧转入定居，成为一个专营商业的部落。从此以后，在麦加城中，古莱氏成为掌握大权、实力雄厚的部族。为阿拉伯各部族所敬仰的古迹“克尔白”归古莱氏部族掌管，同时还负责招待各地到麦加“克尔白”朝觐的人，为他们提供膳食和水源，古莱氏部族获得阿拉伯各部族的好评。古萨有两个儿子，大儿子阿卜都·达尔，小儿子阿卜都·迈奈夫。古萨死后，古莱氏人内部因争夺权力发生冲突，部落民众分成两派，一派支持阿卜都·达尔的儿子们，另一派支持阿卜都·迈奈夫的儿子们，最终形成两个部族集团“联盟集团”和“香料集团”，并为权益之争差点诉诸武力，经双方长老调解，阿卜都·迈奈夫的儿子们掌管膳食和供饮，阿卜都·达尔的儿子们守卫天房、承担掌旗和集会之职。这一局面一直维持到伊斯兰教兴起之前。穆罕默德出生时，他的祖父阿卜都·穆塔里布是古莱氏部族之长，麦加的首领。阿卜都·穆塔里布在麦地人心中有“慷慨义士”之美誉。阿卜都拉·本·阿卜都·穆塔里布是阿卜都·穆塔里布的儿子，穆罕默德的父亲。穆塔里布为儿子选定了名门闺秀阿米娜做妻子，并在阿卜都拉24岁时完婚。阿米娜不久受孕，为了妻子和将要出生的孩子，阿卜都拉吻别怀孕的妻子，随商队到叙利亚经商去了。在返回途中，距穆罕默德出生两个月的时间，客死他乡。公元570年3月12日，全世界的穆斯林把伊斯兰教历的这一天当作穆圣的诞辰节，穆圣的母亲阿米娜生下婴儿，穆塔里布在天房给孙子取名为“穆罕默德”，阿拉伯语义是“受称赞的人”。

[1] 凯伦·阿姆斯特壮. 穆罕默德：先知的传记. 王琼淑译. 台湾：究竟出版社，2001.

[2] 王俊荣. 穆罕默德. 沈阳：辽海出版社，1998.

二、从孤儿到先知

穆罕穆德有着不幸的童年。穆罕默德出生后的第二天，母亲因亡夫过于悲痛而没有乳汁，祖父从麦加街上找来贝尼·赛义德部落的哈利玛做乳母，按照阿拉伯的习俗，穆罕默德被带到沙漠深处的部落中去生活，以便让穆罕默德学会坚忍的生活态度，直到6岁回到麦加母亲的身边。母亲阿米娜带穆罕默德去麦地那走亲，归途中，母亲在麦地那与麦加之间的艾卜瓦村去世。穆罕默德从此成为孤儿，起初由父亲的女仆媼姆·艾义曼抚养，后来，由祖父收养，8岁时，祖父病逝，便由贫穷而受人尊敬的伯父艾卜·塔里卜收养^[1]。

家族从此式微。正所谓“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”穆罕默德小时候不识字，童年时便有一颗善良的心，为减轻伯父的负担，经常帮助有钱人家牧羊。少年穆罕默德就是一个意志坚强的人，不怕沙漠旅行的艰辛，12岁就跟着伯父到叙利亚经商，曾到叙利亚、巴勒斯坦和地中海东岸一带经商，并广泛接触和目睹了阿拉伯半岛和叙利亚地区的社会状况，对阿拉伯半岛的原始宗教、犹太教、基督教有了初步的了解。15岁勇敢的穆罕默德参加了历经4年的“伏贾尔”之战，并作为“同盟会”成员参加了部族会议。不论是赶着羊群，还是跟骆驼队漫步在一望无际的茫茫沙漠之中，沙漠的一切无时无刻不在滋润和丰富着穆罕默德的内心世界，使他具备了沙漠赋予阿拉伯人所特有的性格：由于土地贫瘠，生活资源匮乏，仁义者备食济贫，或者燃炬待客，形成了高尚仁慈的美德；由于环境艰苦，致使他们生性好夺，形成赞美牺牲、斥责怯懦的风尚；由于处于你攻我夺的生活境遇中，世道不安，形成勇敢豪侠、忠诚守信的美德。25岁时，穆罕默德为富有而高贵的阿萨德商人赫蒂彻再次带领骆驼队去叙利亚经商，并在叙利亚与基督徒、犹太教徒广泛接触，此时的穆罕默德已见多识广，对各宗教已形成自己独特的看法。经商回到麦加后，40岁的赫蒂彻被穆罕默德的才气所征服，两人相爱并结为夫妇，婚后过着富裕而安定的生活。据说从那时起，每年伊斯兰教历9月，穆罕默德会到麦加附近的希拉山上一个山洞里独居隐修、沉思冥想。35岁时，克尔白重建事件以及成功化解玄石风波对穆罕默德的社会地位和威望影响巨大。相传，在穆罕默德40岁时，即公元610年，斋月27日夜晩，正当穆罕默德在希拉山洞里朦胧修炼之时，突然间在他头上出现了天使吉卜利勒，天使展开手中的“金卷”叫他念，穆罕默德惶恐不安，不知道念什么，天使便说：“你，奉以血块创造人类的真主之名念吧！”穆罕默德念了一遍，天使幻影幽然而去，穆罕默德如梦初醒，神志恍惚，惶恐不安地跑回家，对妻子说：“快，快给我盖上被子！”盖上被子情绪稳定后，穆罕默德把山洞里梦幻中发生的一切告诉了他妻子，他妻子成为穆罕默德第一个受道的人^[2]。时隔五个月的一天早晨，当穆罕默德再次在希拉山洞里默修时，天使吉卜利勒再次现身，穆罕默德跑回家对妻子说：“快给我盖上被子！”在被窝里他听到天使的声音：“盖

[1] 艾克拜尔·米吉提. 穆罕默德. 北京：民族出版社，2001.

[2] 张文建. 信主独一：伊斯兰教. 北京：世界知识出版社，1999.

被的人啊！你应当起来，你应当警告，你应当颂扬你的主宰，你应当洗涤你的衣服，你应当远离污秽，你不要施恩而求厚报，你应当为你的主而坚忍”天使停了一会儿，继续说道：“当晨曦初现和夜深人静之时，你的主把他的训诫授予你。最好是你第一个走向‘后世’，主将会给予令你满意的报偿。”真主的启示，被看作是穆罕默德作为圣人的开始，穆罕默德已被真主选定为使者，向世人传达真主的意志，成为人类的先知，告诉人们主的“永恒真理”——“万物非主，唯有真主；穆罕默德是真主的使者；万物皆属于真主，一切须顺从于他。”穆罕默德宣称接受了真主赐予的“使命”，开始了长达23年的伊斯兰弘教活动，让伊斯兰教走上复兴之路。

第四节 伊斯兰教的伟大复兴与阿拉伯帝国的建立

一、穆罕默德是真主派遣给人类最后的使者

先知穆罕默德不是伊斯兰教的创始人，而是伊斯兰教的承传者和复兴者。伊斯兰教是真主安拉开天辟地之后所创立的。穆斯林对《古兰经》中记载的阿丹（亚当）、努哈（诺亚）、易卜拉欣（亚伯拉罕）、穆萨（摩西）、尔撒（耶稣）和穆罕默德并称为安拉的六大使者，穆罕默德是真主派遣给人类复兴伊斯兰教的最后使者。清代刘智认为：“维初太始，万物未形，惟一真宰，无方无似。命弘开辟之功，始立亿兆之类。天地万物备，而真宰之妙用贯彻乎其中。造人祖于天方，降圣贤于中极，创制宏观……，惟我天方，得众圣薪传，道统不绝，迄穆罕默德出，道愈昭明矣”^{〔1〕}。中国的穆斯林将伊斯兰教尊称为“开天古教”，其意是伊斯兰教与亚当所奉宗教一脉相承。伊斯兰教发展到尔萨圣人时代，之后中断了五百多年，到穆罕默德时，伊斯兰教才得以复兴。

二、先知麦加布道艰难与战略中心的转移

穆圣刚布道时期，麦加正好是阿拉伯世界多神教的统治中心，奴隶主贵族控制了麦加的政治、经济和文化，这样的社会背景下，景况可想而知。先知在公元610年接受启示后，便开始在麦加进行宣教，首先从家庭宣教开始，第一个皈依伊斯兰教的是穆圣的妻子，第二个皈依伊斯兰教的是穆罕默德的堂弟阿里，第三个皈依伊斯兰教的是妻子的仆人宰德，后来成为穆斯林帐下的一员猛将。第四个皈依伊斯兰教的是妻子前夫的遗子，再后来，先知的四个女儿也相继皈依了伊斯兰教。穆圣便开始向亲朋好友传教，从前跟

〔1〕刘智.天方典礼.天津：天津古籍出版社，1988.

他一起经商的挚友，在古莱氏人当中有相当声望的富商艾卜·伯克尔在穆圣思想的感召下皈依了伊斯兰教，成为穆罕默德一只坚强的巨膀，艾卜·伯克尔后来成了穆罕默德建国事业的第一位继承人（哈里发）。在艾卜·伯克尔的影响下，古莱氏部落倭马亚家族成员奥斯曼皈依伊斯兰教，后来成为穆罕默德的二女婿，穆罕默德事业的第三位继承者。妻子的外甥祖拜尔也皈依了伊斯兰教，后来成为穆斯林远征军的著名将领，这些最早的穆斯林，名曰“塞哈布”即圣门弟子，约40人，每天聚在一起，聆听穆罕默德宣教思想，并向真主祈祷，过着神秘虔诚的宗教生活。穆罕默德的思想如脱缰的野马，最终走向社会各阶层。而此时，麦加的统治集团是倭马亚家族，顽固地坚信多神教和偶像崇拜^[1]，他们担心伊斯兰教冲击阿拉伯各部落崇拜的多神教，动摇人心，危及其统治，破坏麦加作为朝拜中心的地位，损害其经济利益。开始时他们嘲弄、诋毁穆罕默德，斥责为“异端邪说”，进而发展到人身攻击和迫害。奴隶主贵族统治阶级集团唆使多神教徒对穆罕默德发起围攻，在他回家的路上向他扔石块。穆罕默德无畏地面对挑战，他登上麦加塞法山顶，对前来的民众大声朗诵真主安拉的“天启”和“训诫”，告诫麦加的人们：放弃多神信仰和偶像崇拜，谴责多神信仰给阿拉伯人带来的愚昧和社会道德的堕落，宣扬末日审判和死后复活的观念，警告多神教徒如不归顺安拉，将在末日审判时遭到惩罚，堕入火狱，归顺安拉者将在后世得到奖赏，进入天堂。安拉才是宇宙万物的真正创造者，是世界万物的唯一主宰，人们应当信奉独一无二的真主。穆罕默德认为穆斯林不分氏族部落，皆为兄弟，应联合起来，消除血亲复仇，并提出禁止高利贷盘剥，行善施舍赈济贫弱孤寡和善待、释放奴隶等一系列社会改革的主张。随着穆罕默德在麦加各部落布道活动的逐渐展开，其思想影响力越来越大，许多麦加人纷纷皈依伊斯兰教。麦加的奴隶主贵族统治集团怒不可遏，变本加厉地残酷迫害穆斯林：有的被捆绑后丢在沙漠中晒死，有的被用火活活烧死，等等。在万般无奈的情况下，穆罕默德让一部分穆斯林移居东非埃塞俄比亚，约公元615年，在奥斯曼的带领下，两批83名穆斯林渡过红海，来到当时的阿比西尼亚，两年后才相继回到麦加。尽管形势逼人，但伊斯兰教向前发展的脚步从来就没有停止，就在这无比困难时期，在麦加又有两位对伊斯兰教健康发展极其重要的人投入到伊斯兰运动中来，一位是后来成为穆罕默德建国事业的第二位继承人，在古莱氏人中有极高威望、既勇敢又智慧谋略的欧麦尔；另一位是勇冠三军的穆斯林大将军、先知的二叔海木宰。随着伊斯兰运动在麦加各部落影响的扩大，统治集团改弦易张，用金钱、名誉、地位来收买穆圣，先知不为所动。统治集团对先知、穆斯林以及支持同情他们的家族都进行残酷迫害。公元618年年初，麦加贵族统治者发动多神教徒，将穆罕默德及其信徒和同情他们的哈希姆家族男女老少，强行驱赶到麦加城外的“谢卜”深山沟里，封锁所有出口，断绝粮食供应，直到公元620年贵族统治者才解除了封锁。不久叔父艾

[1] 张文建. 信主独一：伊斯兰教. 北京：世界知识出版社，1999.

布·塔里布和爱妻去世，在多神教统治中心的麦加，布道困难重重，在这种不利的局面下，先知考虑另辟蹊径，最终确定“迁士”麦地那。

三、伊斯兰文明的曙光在麦地那冉冉升起，政教合一的神权国家诞生

麦地那社会矛盾复杂。麦地那在麦加以北400千米处，是一座由不同民族杂居和多种宗教并存的老城。麦地那居民大多数是阿拉伯人，其次是犹太人，以及基督教徒商人。社会的主要矛盾是奥斯和海兹勒支两个阿拉伯人部落之间为争夺麦地那的统治权，经常发生流血事件，犹太人在中间煽风点火^[1]，助长了阿拉伯人的仇杀，引起社会动荡，百姓生活不宁。人们期待一种全新的社会关系来到麦地那。

政教合一的神权国家诞生，使伊斯兰教复兴进入历史的新纪元。公元622年，穆斯林从麦加成功迁徙到麦地那，后来被定为伊斯兰教历元年，伊斯兰教的复兴进入到一个新的历史时期，穆罕默德在麦地那把一个宗教思想家的灵性、一个社会活动家的机智和一个政治家的雄才大略展现得淋漓尽致。在麦地那进行了一系列的政治、经济、宗教改革。从麦加迁到麦地那的穆斯林叫“迁士”，麦地那本地的穆斯林叫“辅士”，加上麦地那的阿拉伯人、犹太人以及基督教徒商人构成了麦地那社会的主流人群，如何将这些不同文化背景、不同信仰的人群有机地统一在一起，穆罕默德采取了符合当时政治生态的措施。对穆斯林而言，高举教旗，提出“凡穆民皆兄弟”、“凡穆民同属一民族”，形成“安拉的民族”。麦地那人非常欢迎穆罕默德前来麦地那，麦地那人认为他能给麦地那带来安宁与幸福，在这种背景下，先知非常顺利地安排自己的弟子到麦地那各阿拉伯部落传教，并使当地绝大多数居民很快皈依了伊斯兰教，在麦地那形成一个强大的穆斯林社团。对整个麦地那社会，穆罕默德制定了“行动宪章”，确保生活在麦地那的各民族信仰与言论自由、各民族有权处理自己的事务、各民族团结一致共抗外敌、打击犯罪、保护私有财产和生命安全、各民族各部落发生纷争时由“安拉的使者”作出裁决。“行动宪章”是麦地那社会各民族的润滑剂，让阿拉伯人、犹太人、基督教徒商人、迁士、辅士实现和平相处。穆罕默德利用伊斯兰教“宽容”、“平等”、“互助”、“友爱”、“兄弟情谊”的精神，正确处理了不同部落、不同民族、不同信仰者之间的关系，消除了彼此之间的隔阂和分歧，使社会秩序走向稳定，经济开始复苏。将艾布·伯克尔、欧麦尔、奥斯曼等12位忠实信徒委任为大臣，成立政府，先知作为“安拉的使者”掌握最高宗教和世俗大权，以“乌玛”（意为“共同体”、“民族”、“国家”）为形式的政教合一的神权国家走上阿拉伯世界的历史舞台。伊斯兰教共同信仰代替了部落血缘关系，在“凡穆斯林皆兄弟”的号召下，将迁士和辅士团结在乌玛的周围。

[1] 张文建. 信主独一：伊斯兰教. 北京：世界知识出版社，1999.

四、伊斯兰教义体系及各项社会制度的建立

穆罕默德以安拉“启示”的名义，利用其掌握的国家权力，完成了伊斯兰教义体系及各项制度的创建，确立了以信奉独一安拉为核心的五大信仰纲领，规定了穆斯林必须履行的五项天命功课，制定了包括宗教教规、民事、刑事、商事、军事等方面的法律制度，确定了以惩恶扬善为核心的一系列行为规范和社会道德准则，建立了穆斯林武装。在麦地那先后建立了库巴清真寺、告知寺。伊斯兰教没有等级森严的教队组织，没有僧侣阶层，没有中央教廷，没有教会组织，真主至高无上主宰一切，所有信徒地位一律平等，穆罕默德是“真主的钦差”，“封印”的圣人。伊斯兰教思想运动，进入到一个崭新的历史时期。

五、伊斯兰教的全面复兴与阿拉伯帝国的建立

1. 三大战役与“侯代比亚和约”

公元624年发生了白德尔之战，公元625年吴侯德之战，公元627年壕沟之战，严重地打击了麦加贵族的锐气，从此，穆斯林由防御转入战略进攻。几次战役后，此前没有皈依伊斯兰教的那部分麦地那人，都接受了伊斯兰教，承认穆圣的领导地位。公元627年末，伊斯兰教成了麦地那独一无二的宗教^[1]。628年，穆罕默德率领庞大的代表团到麦加朝觐，麦加人拒绝穆斯林代表团入城，经过谈判麦加贵族最终被迫妥协，签订了历史性的“侯代比亚和约”，决定双方休战10年（有的史学家认为是休战两年）。和约签定后，穆圣利用时机进行布道，使麦地那周边地区的贝杜因人纷纷皈依伊斯兰教。公元629年3月，根据达成的和约，穆圣率领1000多名穆斯林到麦加小朝，有一些麦加人随即加入了穆圣的队伍，成为伊斯兰教徒，当中值得一提的是阿慕尔·本·阿斯和哈里德·本·瓦利德，在后来统一阿拉伯半岛的战役中战功卓著，成为著名的穆斯林统帅而名垂青史。

2. 伊斯兰教阿拉伯帝国的建立

穆罕默德是伊斯兰教伟大的复兴者，是阿拉伯帝国的缔造者。阿拉伯帝国年代有公元630—1258年，是中世纪阿拉伯人建立的政教合一的伊斯兰教国家，中国唐代以来的史书称之为大食国。

公元630年征服麦加，阿拉伯帝国建立。公元630年，穆罕默德率领穆斯林大军征服麦加，以艾布·苏富扬为首的麦加贵族被迫请降，接受伊斯兰教，并承认穆罕默德的先知地位。穆圣攻克麦加后的第一个任务就是清除一切偶像，他下令捣毁克尔白神庙里的所有偶像，永久地清除了这座圣地里以人为崇拜的象征。只保留了玄石作为伊斯兰教圣物，并改

[1] 中国伊斯兰教协会全国经学院统编教材编审委员会编. 世界伊斯兰教史简明教程：试用本. 北京：宗教文化出版社，2007.