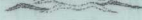


蘇非思想

伊斯蘭的心靈旅程

Emerald Hills of the Heart: Key Concepts in the Practice of Sufism

法士拉·葛蘭 (M. Fethullah Gülen) 著

希泉  HOPE

B368/968

蘇非思想

伊斯蘭的心靈旅程

Emerald Hills of the Heart: Key Concepts in the Practice of Sufism

法土拉·葛蘭 (M. Fethullah Gülen) 著

希泉 HOPE

宗教・知識 02

蘇非思想—伊斯蘭的心靈旅程（全球獨家中文版權）

作 者：M. Fethullah Gülen

譯 者：丁迺靜

審 稿：林長寬

主編及執行編輯：黃思恩

出版者：希泉出版

地 址：11054 台北市崇德街 44 號 4 樓

電 話：02-87327018 傳 真：02-87327972

網 址：<http://hopepublishing.com.tw>

電子郵件：hopepublishing@yam.com

郵撥帳號：19867207

印 刷：永望文化事業有限公司

出版日期：2005 年 10 月

定 價：NT. 300 元

ISBN: 986-80730-5-7

Emerald Hills of the Heart: Key Concepts in the Practice of Sufism

Copyright © 2005 by The Light Inc. New Jersey, USA

Publisher: Hope Publishing Ltd.

Address: 4F, no. 44, Chongde Street, Taipei 11054, Taiwan

Tel: 886-2-87327018 Fax: 886-2-87327972

Website: hopepublishing.com.tw E-mail: hopepublishing@yam.com

All Rights Reserved

目次

關於作者	1
他的志業 2/更進一步的要點 4/他的著作 9	
編者的話	11
蘇非思想及其起源	15
何謂蘇非思想 15/蘇非思想的由來 20/	
「索非」或「蘇非」 27	
懺悔(<i>Tawba</i>)、誠心悔罪(<i>Inaba</i>)、及向真主悔過(<i>Awba</i>)	33
自我批判或自省(<i>Muhasaba</i>)	39
深思(<i>Tafakkur</i>)	44
逃離(<i>Firar</i>)與尋求庇蔭(<i>I'tisam</i>)	48
索居(<i>Halwat</i>)與避靜(<i>'Uzlat</i>)	53
狀態(<i>Hal</i>)與階段(<i>Maqam</i>)	58
心(<i>Qalb</i>) 之一	61
心(<i>Qalb</i>) 之二	65
悲傷或苦楚(<i>Huzn</i>)	68

畏懼(<i>Khawf</i>)與尊敬(<i>Khashya</i>)	73
希望或期盼(<i>Raja</i>)	79
禁慾(<i>Zuhd</i>)	84
敬慎(<i>Taqwa</i>)	89
克制(<i>Wara'</i>)	95
禮拜('Ibada)、侍僕('Ubudiya)、及深摯的奉獻('Ubuda)	99
自我監督(<i>Muraqaba</i>)	105
誠懇或純潔的意圖(<i>Ikhlas</i>)	109
正直(<i>Istiqama</i>)	113
倚靠(<i>Tawakkul</i>)、臣服(<i>Taslim</i>)、交託(<i>Tafwiz</i>)、及信心(<i>Thiqa</i>)	118
善性(<i>Khuluq</i>)	125
謙遜(<i>Tawadu</i>)	130
年輕與進取(<i>Futuwwa</i>)	137
真誠(<i>Sidq</i>)	141
羞恥(<i>Haya</i>)	147
感恩(<i>Shukr</i>)	154
忍耐(<i>Sabr</i>)	160
認命(<i>Rida</i>)	166
舒展(<i>Inbisat</i>)	180
決心(<i>Qast</i>)與決定('Azam)	183

意志(<i>Irāda</i>)、意志向神者(<i>Murid</i>)、及神所意志者(<i>Murad</i>)	186
確信(<i>Yaqin</i>)	190
誦念真主之名(<i>Dhikr</i>)	195
至善(<i>Ihsan</i>)	201
洞見(<i>Basira</i>)與辨識力(<i>Firasa</i>)	205
寧靜(<i>Sakina</i>)與平和(<i>Itmi'nan</i>)	208
接近(<i>Qurb</i>)與遠離(<i>Bu'd</i>)	213
神智(<i>Ma'rifa</i>)	217
愛(<i>Mahabba</i>)	221
熱愛或狂愛(<i>'Ashq</i>)	226
愉悅的熱情(<i>Shawq</i>)與戀慕(<i>Ishtiyaq</i>)	231
真主的吸納(<i>Jadhb</i>)與被真主所吸納(<i>Injidhab</i>)	237
無比驚奇(<i>Dahsha</i>)與驚異(<i>Hayra</i>)	242
收縮(<i>Qabd</i>)與張放(<i>Bast</i>)	246
貧窮(<i>Faqr</i>)與富足(<i>Ghina</i>)	250
部分蘇非用語釋義	255
參考書目	261
索引	264

關於作者

法土拉·葛蘭（M. Fethullah Gülen）向來以其簡單、樸素的生活聞名，他是一位聲望卓著的重要學者，也是著作等身的作家和詩人；在土耳其，人們總不忘親切地喚他一聲「大老師」（Hocaefendi）。1941年出生於土耳其東部的埃爾祖魯姆（Erzurum）的他，一自經學院畢業便獲得講道的資格；他在佈道中除了闡述道德與精神價值，也不斷強調體諒和寬容的重要性。他的社會改革事業發軔於六十年代，至今仍方興未艾。多年的努力成果，使他成為土耳其最著名與最受敬重的公眾人物；世界上很多人皆有志一同，願意為其所揭櫫的理想而奮鬥。

雖然其外貌是那麼地簡單樸素，但他的內心卻蘊藏著無比的原創觀念和動力；他擁抱全體人類，極力反對不信、不義及偏差；他的信仰和感受是如此深刻，對問題往往能提出睿智、合理的看法與解決之道；他是愛、熱忱及感知的典範；他言行合一，說到做到。

現代的土耳其知識份子和學者，不管私下或公開，都承認法土拉·葛蘭是當今土耳其、甚至整個穆斯林世界裡，最深刻、最重要的一位思想家和作家，此外也是最有智慧的運動家之一。他亟欲將其所領導的新一波伊斯蘭智識、社會及精神復興運動推行至全世界；儘管如此，他卻

一刻不敢或忘—自己只不過是真主前的一個謙卑僕人及人們的友伴。「沽名釣譽是炫耀和矜張，是足以毀滅精神生機的有毒蜂蜜」，這句話便是他自我提醒的座右銘之一。

法土拉·葛蘭畢生都在為全人類（尤其是穆斯林）的悲痛和悔恨、以及信仰與渴望發聲。在懷抱悲願之餘，他對他人的感受亦若同己身切膚之痛。人類所遭遇的每一個打擊，都像第一次發生般地打在他的心坎上。他感到自己與造化間的關係是如此地深切，他曾說：「每當我在秋天看到一片葉子從枝頭落下時，就覺得彷彿是我的肩膀被切斷了。」

他的志業

法土拉·葛蘭在完成學業後前往埃迪爾內（Edirne）教書，並活躍於宗教和社會服務事業上。服完兵役後，他又重回埃迪爾內教書，之後才被派至伊茲密爾（İzmir）。在伊茲密爾的歲月可謂其人生的轉捩點。當彼之際，他全心奉獻於宗教生活，並開始對全人類的狀況產生濃厚的興趣。在伊茲密爾時，他走訪各個城市，發表演講，講題從達爾文的進化論到伊斯蘭的公義不一，並且常常到人們群聚的地方講述道理。

為良善的美好鼓掌；欣賞相信心靈的人；對信仰者要慈藹，並溫和地接近不信者，如此他們的妒忌與恨意便會消

融。要像麥西哈(al-Masih)，要用你們的呼吸接納人們。

長久以來，他就期盼能有一群年輕人把智識上的「啓蒙運動」和純潔的精神、智慧及熱切的行動力結合在一起。而他本人對於宗教與社會科學的知識也極爲淵博，同時嫻熟於物質科學的基本原則，他幾乎什麼學科都教過。他在伊茲密爾授課的第一位學生，後來便成爲自願去宣導其理想之生力軍的前鋒。這批生力軍從六十年代開始成形，而且擴展得極爲迅速。

這批年輕人爲他的眼淚、真誠、推己及人及愛所感，進而不間斷地服務人群，且不求任何物質上的回饋。他們四處傳道、教書，並在世界各地建立私人教育機構；出版書籍、雜誌、報刊；參與電視和廣播節目；爲貧苦的學生設立獎學金。他們避免任何政治的汙染，如今，他們已於丹麥、澳洲、美國、俄羅斯、日本及南美洲各地成立上百所學校與大學。他們也透過一個電視頻道，與包括美國、中亞及澳洲在內的各個地區交流。

唯有那些滿溢著愛的人會建立快樂與照亮未來的世界。他們的嘴唇泛著愛的微笑，他們的心飽漲著愛，他們的眼睛

* 編註：麥西哈爲《古蘭經》對先知爾撒(Isa，即 Jesus，《聖經》中的耶穌)的稱呼，希伯來文爲“Messiah”(彌賽亞)。



閃爍著愛的光輝和最溫煦的人類情感。正是這些愛的英雄們，不斷地接收那來自日昇日落、及星光的愛的訊息。

更進一步的要點

法土拉·葛蘭竭力促進人與人之間的團結，就如同他那扣人心弦的言語所指出的：界入我們之中與我們產生關係環節的人，遠比那些與我們毫不相涉的人來得多。他基於這份信念，為誠懇、平和的對話與寬容奮鬥不懈。他是「記者與作家基金會」（Journalists and Writers' Foundation）的創始人之一；這個以促進社會各階層的對話和寬容為主旨的基金會，已廣受各行各業的歡迎。此外，他定期拜訪與接待土耳其及國際上的領導人物：如梵蒂岡駐土耳其大使、土耳其東正教社群的主教、土耳其亞美尼亞社群的主教、土耳其猶太人社群的大主教、以及知名的新聞記者、專欄作家、電視電影明星、和抱持不同觀點的思想家。

法土拉·葛蘭聲稱：「如果想要控制群眾，那就剝奪他們的知識。唯有透過教育，才可推翻暴政。」他相信通往社會公義的道路，是由妥善、普及的教育所鋪成，也只有教育才能使人們擁有足夠的諒解和寬容、去尊重他人的權利。為達此目的，他鼓勵各個社群的領袖、社會菁英、企業家和商人領袖贊助貧苦大眾，使之也能接受良好教育。

要寬容，使你的胸懷廣如大海。讓信仰與愛激發你成為一個真正的人吧！就讓所有靈魂再無煩擾，你毋需再拉它們一把，或是為他們憂心忡忡。

他不間斷的努力終於開花結果，一批批在土耳其及中亞設立的學校所造就出來的學生，進入大學後都有優異的表現，並進而在奧林匹亞科學競賽中獲得首獎。這些學校都由私人興辦，並以獨立法人型態經營。目前已為物理、化學、生物及數學等領域培養出大批的世界冠軍人才。

唯有當一個人學習、教導、與激勵他人時，才算是一個真正的人。無知、毫無學習慾望之人是很難被視作真正之人的。而一個學富五車之人，倘若竟不精益求精、為他人立下典範，那他是否算是一個真正的人，也很值得商榷。

法土拉·葛蘭一直認為，如果一個國家希望在文明的情況下維持無知和自由，那麼，莫說那個希望在過去是遙不可及的，就算在未來也不可能實現。在教育上，他鼓勵人們運用大眾傳媒，尤其是電視，以令那些沒有受過正式教育的人得知社會動態。

他亦堅稱：「就政治及管理系統而言，民主是當前世界最可行的方式。」儘管它仍有其缺陷，但目前尚未有人能夠設計出一個比它更好的管理系統。故我們必須善加運用它。人們對自己的事務應有選擇的自



由，特別是在表達其精神與宗教價值上。

個人行為及其內在生命間，存著著一種相輔相成的關係。我們可以稱之為「善性循環」(virtuous circle)。諸如決心、毅力、以及堅決等態度會照亮其內在良知；其內在良知的的光芒亦會強化其意志力，堅決則激發他到達更高的境界。

他強調：「當面臨逆境之時永遠不要絕望，不要向無政府主義者低頭」，否則我們將喪失希望。對他而言，絕望是埋沒人們之進步、及扼殺成功之意志的流沙，也是令人窒息、溺斃的漩渦。

他感知到全球人類的精神狀態正朝著好的方面發展，也因此對於人類的前途保持樂觀。他預見二十一世紀將是一個精神勃興的時代，我們內在蟄伏已久的道德必將油然而興，這將是一個相互容忍和了解的時代，最後終將促成不同文明的大團結。人們的精神將在文明間的對話及價值相互體認的大道上唱起凱歌。

法土拉·葛蘭成功地把過去和其對未來的遠景銜接起來，他深切地渴望找到一個解決當代社會問題的良方，而他的這份期望，正反映在其字字珠璣的著作和演講中。他獨特優美的遣詞用句及寫作風格，提供了當世身陷「物質慾望流沙」中的我們一條脫困之路。

一個沒有愛的靈魂，無法被提昇到完美人性的境界。即使他已至百歲之年，他仍舊在追求完美的道路上止步不前。凡是被剝奪了愛的人，自私之網已將他牢牢縛住，他無法再愛任何人。他到閤眼之時，都無法明瞭愛實已深植在每個存有之中。

法土拉·葛蘭聲稱：「今日的人們都在栖栖遑遑地追尋求他們的「造物者」（Creator）及其被造化的目的。」我們總是問這些問題，如我們為什麼出生？我的生命目的為何？死的意義何在？死亡又何求於我？而法土拉·葛蘭提出有效而令人信服的答案。在他的演講和寫作中，我們會看到如下陳述：「人類已來到了一個十字路口：一邊是通往絕望之途，一邊是救亡之路。願真主賜給我們作出正確選擇的智慧。」他的作品即代表對真理的尋求。

法土拉·葛蘭認為現今世界上已不再有物質短缺；也看不出有任何正當的理由可以為今天世界上仍有數以百萬的人們飢餓待斃作出辯護。在呼籲全世界動員私人力量以富濟貧的同時，他不惜親自上陣，創辦慈善機構以救助需要幫助之人。

當人們迫切需要領導者的時候，我們在法土拉·葛蘭身上找到了真正的改革家與領袖的特質。身為一位特殊的社會改革者，他融合了實證科學與神學，弭平二者間的「明顯」歧異。他在其演講和著作裡拉近東

西方的哲學和意識形態。

慈憫是存有之始；沒有它，萬物將是一片渾沌。透過慈憫，萬物就存在了。藉由慈憫，萬物和諧地永存。憑靠來自諸天另一邊的訊息，大地變得井井有條。由於慈憫，萬物無論龐然或渺若沙塵，皆不尋常地和諧共處。

法土拉·葛蘭告訴我們：「若要使他人接受你的方式，則以暴力獲得支持者的日子已一去不返，在今天這個民智大開的時代，該有的是教誨和令人信服的道理。那些訴諸暴力以達目的之人，他們的靈魂智識無疑是破產的。」我們如想保有清明之氣和獲得真正的快樂，就必須在每天的生活上保持物質和精神兩者的平衡，因此我們必須緊收一發不可收拾的貪心。

法土拉·葛蘭是一位真正的領導者，他以身作則，為人表率。他是「聖訓」(*hadith*)、*《古蘭經》經注學(*tafsir*)、伊斯蘭法理學(*fiqh*)、蘇非思想(*Sufism*)及哲學的潛心研讀者，在當代伊斯蘭學問大家中占有一席尊位。

近年來，他仍繼續為追求全人類的更好未來而努力。眾多學子從他那裡習得伊斯蘭知識，也因而人們咸信他為土耳其最具影響力、最為人

* 編註：「聖訓」是後代對於先知穆罕默德生前言行的傳述記錄，亦即穆罕默德言行錄之意。

所重的六個人物中之一，許多人皆起身響應他的呼求。而他的傳記迄今也已印行了十五版。

愛是每個存有的最根本要素，它是最耀眼的光芒，也是偉大的力量，能夠抵抗與征服其他外力。愛提昇了每個汲取它的靈魂，使之作好前去永恒之旅的準備。靈魂可以透過愛與永恒產生連結，並將得之於永恒的所有事物植入其他靈魂中。它們將其一生獻給這份神聖的職責，為此它們咬緊牙關、苦忍著煎熬直到最後；而如同它們用其最後的一口氣宣稱「愛」一般，當它們在「審判之日」（the Day of Judgment）被提昇時，也會呼吸著愛的空氣。

他的著作

法土拉·葛蘭終其一生幾乎未曾稍嚐任何世俗的娛悅。他未曾婚娶，畢生都在讀書、教書、旅行、寫作及演講中渡過。他對於二十世紀的人們處在精神空虛的困境裡感到神傷。

除了著書，他也在一些報刊雜誌上發表文章，並為 *Yeni Ümit*（新希望）、*Sızıntı*（滲漏）、*Yağmur*（甘霖）及 *Fountain*（活泉）等四本刊物撰寫社論；他的佈道與演說被製成數以千計的錄音帶和錄影帶，他的許多文章、講演及問答亦被編纂成冊。以下即為其中一部分：

- *Asrın Getirdiği Tereddütler* (時代帶來的猶疑)：共 4 冊，第 1 冊有英文版，書名為 *Questions and Answers about Faith* (有關信仰的問題與解答)。
- *Çağ ve Nesil* (時代與當代年輕人)
- *Ölçü veya Yoldaki Işıklar* (準則或路上的明燈)：共 4 冊，第 1 冊有英文版，書名為 *Pearls of Wisdom* (智慧之珠)。
- *Zamanın Altın Dilimi* (時間的黃金面)
- *Renkler Kuşağında Hakikat Tomurcukları* (色帶上的真理之芽)：共 2 冊，第 1 冊有英文版，書名為 *Truth through Colors* (穿透顏色的真理)。
- *Kırık Mızrap* (破碎的琴撥)：他的詩集。
- *Fatiha Üzerine Mülâhazalar* (有關《古蘭經》首章〈開端〉的思考)
- *Sonsuz Nur* (永恒之光)：共 3 冊，前兩冊有英文版，書名為 *Prophet Muhammad: Aspects of His Life*。(編按：前兩冊的中文版亦由希泉出版社於 2004 年推出，書名為《最後的先知—穆罕默德的生命面貌》。)
- *Yitirilmiş Cennet'e Doğru* (迎向失落的天堂)
- *İnancın Gölgesinde* (信仰的恩蔭)：有英文版，書名為 *The Essential of Islamic Faith* (伊斯蘭信仰的本質)。

其中如 *Asrın Getirdiği Tereddütler*、*İnancın Gölgesinde* 及 *Kırık Mızrap* 等作品皆已被譯為阿拉伯文、德文、俄文、阿爾巴尼亞文、保加利亞文、以及印尼文等版本。

編者的話

本書將一一介紹及描述「蘇非思想」(Sufi Path)的各個階段。不熟諳伊斯蘭或蘇非思想的讀者應該先了解以下各點。

首先，一旦任何一個男、女感覺在伊斯蘭中，萬物萬事的表象之後其實隱藏有更多的義理，或是意圖更接近真主時，他們就會開始跟隨蘇非思想。以此意圖為基礎，他們遵循一種更嚴格的自我淨化之路，以求洞悉伊斯蘭儀式之「內在」層面及意義，並能對神之行爲的意義和目的有更進一步的了解，然後由此獲致真主的知識和愛。當達成這一點時，真主就開始用一種適合該特定個人的步調將他們帶領至祂身邊。在精神導師的協助下，「蘇非」(Sufi，編按：在此可作精神清修者解)新手運用沿此路前進所需的指導和技巧，展開回歸真主的旅程；在此必須注意的是，那位精神導師只是從旁給予入門者建議、助其釐清一些事物，而非強迫性地指示。當入門者的意志和「真主之意志」(God's Will)更加接近、契合時，他們便成了個別的蘇非，可以各自自由地選擇更深的進展；絕無任何外在的力量或壓力。

蘇非思想並非只是遵循命令、順服於一位精神領袖、從事常態的自我批判、或藉由各式各樣的方法來「改進」或「淨化」個人的性格或心