

绿·色·中·华·宣·教·系·列

天經與聖訓中的祈禱詞

无花果 编译

主啊！

我们祈求你的佑助，

求你引领中华接近你的真理，

求你将幸福和喜乐赐给你的万民！

الصَّلَاةُ فَهُوَ الْكِتَابُ وَالْحِسَابُ

无花果 编译

绿色中华荣誉推出

献给至高无上的真主

前言

奉至仁至慈的真主之名

一切赞美，全归真主——众世界的抚育者，他超绝万物，永恒自立，不依赖任何物而存在，不需求任何物而大能，然而人类以及万物都是有所诉求的。我们仰赖于造物主的恩赐和抚育，才有了生命的延续，以及一切事物的运转不辍，生生不息。

真主是全知全能的，而相比之下，人却是软弱无能的。真主是拥有一切的，而相比之下，人却是一无所有的，他时时需要造物主的保佑和恩赐，以获得处境的平安，事业的顺利，而不至于在各种困境面前而无可奈何。

祈祷，顾名思义就是祈求和祷告，是人类向至高无上的造物主表达愿望和请求，以及恳请恩赐和保佑的一种重要途径。凭借祈祷，人能够直接与真主交流和沟通，将自己的心情和念头随时向主表白，将自己的幸福和忧伤随时向主倾诉，又将自

己的需要和渴望随时向主求助。同时，又能因祈祷真主而使我們了解自己的渺小和卑微，不至于夜郎自大；使我們学会对真主的感恩和赞美，不至于忘恩负义；使我們更加热爱真主，不至于冷漠无情，使我們的心与真主贴得更近，不至于远隔万里。

祈祷是人的天性，中国自古以来就有向上天祈祷福祉的传统。孔子曰“获罪于天，无所祷也。”意思是说，得罪了上天，再也没有祈祷的对象。正如《古兰经》所言：你说：“难道除真主之外，我还要寻求别的监护者吗？祂是开天辟地者，祂赐予饮食，而祂无须饮食。”（6：14）然而，由于错误的信仰，更多人却向无法听闻的偶像神佛祈求庇佑。中国民间祈祷神佛的时候，常常是带有功利性质的，人们只有在遭到灾难的时候，临时抱一下佛脚，且伴以香火和供奉来进行兑换，类似于尘世的请客送礼。而基督教的祈祷，却又是以耶稣基督作为中保，甚至神甫作为媒介的，在人和神之间隔了一道屏障。而伊斯兰教导的祈祷，则是无须任何祭品和中介的，任何人都可以直接向真主祈求，与造物主做最直接的交通。

伊斯兰是重视祈祷的宗教，在《古兰经》之中，既有真主对仆人们的亲切呼唤，也记载着众先知对真主的声声祷告。真主在经中命人多多祈祷，同时也许诺一定会答应人的祈祷。在先知穆罕默德的训诲之中，也强调了祈祷是一项功修，要求穆斯林随时祈祷。

作为穆斯林本应随时祈祷，但由于受到传统的错误影响，很多人以为必须要用阿拉伯语，祈祷才能有效。因此造成祈祷这一重要功修只成为少数人的专利，而大部分群众只有在集体祈祷的时候，在他人带领之下，才捧起手来，跟着做做样子，而平时却因不懂阿语，而与祈祷无缘。

即使集体祈祷，但每逢捧起手来，往往茫然无措，稀里糊涂，也不知道该说什么，只好沉默不语，跟着抹一把脸匆匆了事。也有的人，死记硬背了一些祈祷词的汉字注音，虽然祈祷

的时候勉强地念了下来，但却因不懂得祈祷词的含义，也只是枯燥无味，徒具形式。

祈祷是发自内心的告白，是真诚动人的诉说，而不是草率敷衍的礼仪和程序。而那些有口无心的祈祷，以及对祈祷内容一无所知的形式，无疑是没有任何意义的。

为了使更多兄弟姊妹学会祈祷，更好的祈祷，我编译了《天经与圣训中的祈祷词》，其中提到的《古兰经》经文我做了重译，并附加了说明。我在这本小册子里基本上收录了《古兰经》之中提到的所有祈祷词，其中有诸位先知们做的祈祷，也有部分优秀的信徒们做的祈祷。在圣训部分，则记载了先知穆罕默德所做的大部分优美的祈祷。

一些推崇神秘主义的教派，常常把先知们描绘成威力无比的超人，或者高高在上的教主。然而，当我们阅读《古兰经》时就会发现，先知们在他们各自的族人之中曾经是多么平凡无奇。他们拥有正常的喜怒哀乐，像常人一样也有痛苦，也有叹息。他们有软弱的时候，有无助的时候，也有失望和气馁的时候。他们虽然肩负了使命，但在真主面前，他们同样是有所诉求的凡人，他们像我们一样需要向真主诉说祈祷，也像我们一样渴望真主的垂听，渴望获得真主的安慰和鼓励。

当亚当和妻子失足之后，他们真诚地祈祷；当亚伯拉罕和儿子一起建好天房的时候，他们真诚地祈祷；当挪亚遭到族人的欺凌的时候，他真诚地祈祷；当约瑟身陷囹圄的时候，他真诚地祈祷；当左农险些葬身鱼腹的时候，他真诚地祈祷；当摩西与法老对峙的时候，他真诚地祈祷；当耶稣面临追杀的时候，他和门徒们也真诚地祈祷。

《古兰经》将先知们以及优秀的信徒们的祈祷真实地展现在我们的面前，让我们了解先知们以及信徒们在各种处境之中，是如何记念真主，如何祈祷真主的。他们留下的这些动人的言辞，足以成为我们祈祷的范本，供我们效仿和学习。

亲爱的兄弟姐妹，当你遭遇重重困难而孤立无援的时候，当你遭遇他人的冷眼和欺凌而无可奈何的时候，当你失去了生活的信心而沮丧万分的时候，不要忘记了真主在默默地看着你，不要忘记了真主在冥冥之中陪伴着你，请你回到真主的面前，向他捧起双手。他听着你的每一声叹息，听着你的每一声倾诉，他会消除你的恐惧，抚平你的伤口，安慰你的心境，坚定你的信念，给你带来生活的希望，在茫茫黑夜之中使你看见光明。

祈祷的作用

真主说：你们的上主说：“你们祈祷我，我必回应你们。不屑于侍奉我的人，将作为卑贱者进入地狱。”（40：60）如果我的万民向你询问我的情况，我的确近在咫尺。在祈祷者向我祈祷的时候，我会回应他的祷告。让他们响应我吧！让他们信仰我吧！但愿他们正直。（2：186）主所赐福的使者说：“祈祷是宗教功修。你们的上主说：‘你们祈祷我，我必回应你们。’”使者又说：“你们尊严崇高的抚育之主确是永生的，慷慨的，当他的仆人向他捧起双手的时候，他不好意思让其空手而归。”主所赐福的使者说：“只要有一个穆斯林在祈祷，祈祷词中没有恶言恶语，也不侵害他人，真主就会因此给予他三种恩泽中的任何一种，要么迅速实现他的要求，要么推迟到后世实现，要么使他远离那些他不希望遭遇的伤害。”大家说：“那么，我们一定多多祈祷。”主所赐福的使者说：“愿真主使你们多多祈祷。”

祈祷的礼节及蒙主接受的条件

- 1、虔诚为真主而祈祷。
- 2、以赞美颂扬真主并祝福先知开始结束。
- 3、在祈祷中执意强烈，并笃信祈祷会被接受。
- 4、祈祷中应再三恳求，不可急忙不迭。
- 5、祈祷中当内心恭敬。

- 6、无论在安乐或不幸之中，均应祈祷。
- 7、只可祈祷独一的真主。
- 8、不可祈祷真主伤害亲属、财产、子嗣及自身。
- 9、用柔和的声音祈祷，声音不高不低。
- 10、 表白罪恶，并因罪求饶，表白所受的恩惠，并因此而感谢真主。
- 11、 祈祷中不可堆砌词藻，强做韵律。
- 12、 要谦卑、庄重、央求、畏惧。
- 13、 弥补自己曾伤害过的人的损失并伴以忏悔。
- 14、 祈祷三遍。
- 15、 面对朝向。
- 16、 祈祷时捧起双手。
- 17、 祈祷完毕之后诵读“阿悯”（诚心所愿）。
- 18、 如果容易，则在祈祷前做小净。
- 19、 在祈祷时，不可殃及他人。
- 20、 祈祷者先为自身祈祷而后再为别人祈祷。
- 21、 用真主美好的尊名以及高洁的属性向他祈祷，或藉着祈祷者自己所行的某种善功向他祈祷。
- 22、 用自己能懂的语言向主祈祷。
- 23、 不可用恶言祈祷，也不可要求伤害他人。
- 24、 远离一切悖逆之徒而祈祷。

容易蒙主接受的祈祷时间和环境

- 1、 高贵之夜。
- 2、 深夜的末尾以及主命拜之后。
- 3、 在宣礼和成拜词之间。

- 4、夜晚的任何时候。
- 5、为主命拜而做宣礼之时。
- 6、天降时雨之时。
- 7、为主道战斗而行军之时。
- 8、聚礼日的任意一时：最可能被主接受的时间据说是聚礼日晡礼的最后一个小时，也有的说是聚礼日演讲或者聚礼（主命）拜的时候。
- 9、虔诚敬意饮用渗渗泉水之时。
- 10、叩头之时。
- 11、夜间睡醒之时，根据论述这一时刻的部分圣训而祈祷。
- 12、夜间在洁净的情况下入睡后，醒来祈祷的时候。
- 13、在祈祷时，附诵“万物非主，唯你是主，礼赞你，我确已自虐了。”
- 14、在礼拜坐定时念诵作证词之后，赞美真主祝福先知之后的祈祷。
- 15、祈祷真主时用他至尊的称号，以那些称号祈祷他将蒙接受，以那些称号恳求他将蒙赏赐。
- 16、穆斯林为现场缺席的穆斯林兄弟祈祷。
- 17、阿尔法日在阿尔法山上的祈祷。
- 18、斋月之中的祈祷。
- 19、在纪念真主的集会上穆斯林们聚众的祈祷。
- 20、在灾难时以此句祈祷：“我们都属于真主，我们必将只归于祂。”（2：156）真主啊！在我的灾难中赐予我报酬吧！从我的灾难中补偿我幸福吧！”
- 21、在无比虔诚地面对朝向祈祷真主的时候。
- 22、遭遇迫害者向真主请求庇护的祈祷。
- 23、父母为其子女而祈祷的时候，以及祈求真主庇护，使其避免子女负面影响的时候。

- 24、 旅行者的祈祷。
- 25、 斋戒者斋戒期间所做的持续到开斋的祈祷。
- 26、 斋戒者在开斋时分做的祈祷。
- 27、 遭遇迫害者的祈祷。
- 28、 公正的教长的祈祷。
- 29、 孝敬的子女为其双亲而做的祈祷。
- 30、 在小净之后用有关此时的传述圣训而做的祈祷。
- 31、 在朝觐投石驱魔时的祈祷。
- 32、 进入天房之内者的祈祷以及进入天房残墙禁地而做的祈祷。
- 33、 在索法山和麦尔维山上的祈祷。
- 34、 在朝觐禁标处的祈祷。

信徒无论身在何处均应常常向主祈祷，**如果我的万民向你询问我的情况，我的确近在咫尺。在祈祷者向我祈祷的时候，我会回应他的祷告。让他们响应我吧！让他们信仰我吧！但愿他们正直。(2：186)**只不过是以上的情况、时间和地点更应当注重。

《古兰经》中的祈祷词

- 1、奉大慈大爱真主之名，赞美真主，宇宙的上主，大慈大爱的主，统治报应日的主，我们只侍奉你，我们只求你佑助，求你指引我们康庄大路，是你所赐福者的路，不是遭受天谴者的路，也不是执迷不悟者的路。(1：1-7) (古兰经首章开宗明义的祈祷)
- 2、我的上主！求你使这里成为安宁的地方，求你以种种果实恩养这里的居民，就是那些信仰真主和末日的人。(2：126) (先知亚伯拉罕的祈祷)
- 3、我们的上主！求你接受我们，你确是广闻博知者。(2：127) (先知亚伯拉罕和以实玛利的祈祷)
- 4、我们的上主！求你使我们俩成为归顺你的人，求你从我们的后辈之中，设立一个归顺你的群体，求你把我们的礼仪昭示给我们，求你接受我们的忏悔，你真是宽恕者，大爱者。(2：128) (先知亚伯拉罕和以实玛利的祈祷)
- 5、我们的上主！求你在他们之中兴起一位同族的使者，对他们宣读你的迹象，教授他们经典和智慧，并且净化他们，你真是至尊者，睿智者。(2：129) (先知亚伯拉罕和以实玛利的祈祷)
- 6、我们的上主！求你在今世赏赐我们美好，在后世也赏赐我们美好，求你庇佑我们，避免烈火的刑罚。(2：201) (信徒们的祈祷)
- 7、我们的上主！求你将忍耐倾注在我们心中，求你坚定我们

的步伐，求你援助我们，以战胜悖逆的乱民。（2：250）（扫罗的属下做的祈祷）

- 8、我们听到了，我们服从了，求你赦免吧！我们的上主！唯你这里才是归宿。（2：285）（信徒们的祈祷）
- 9、我们的上主！如果我们遗忘或者失误，求你不要责问我们。我们的上主！求你不要使我们担负你曾责成古人的重任。我们的上主！求你不要给我们强加我们无法胜任的事物。求你原谅我们，求你赦免我们，求你慈爱我们。你是我们的保佑者，求你援助我们，以战胜悖逆的乱民。（2：286）（信徒们的祈祷）
- 10、我们的上主！在你指引我们之后，求你不要使我们心灵越轨，求你把你御前的慈爱赐予我们，你确是乐善好施者。我们的上主！在不容置疑的日子，你必集合全人类，真主绝不爽约。（3：8-9）（信徒们的祈祷）
- 11、我们的上主！我们确已信仰了，求你赦免我们的罪过，求你庇佑我们，避免烈火的刑罚。（3：16）（信徒们的祈祷）
- 12、真主啊！万王之王！你随意赏赐王权，也随意剥夺王权，你随意使人尊贵，也随意使人卑贱。一切福利只在你的手中，你是掌控万物者。你推动黑夜潜入白昼，推动白昼潜入黑夜，你从死物中生出活物，并从活物中生出死物，你不计其数地恩养你所意欲的人。（3：26-27）（信徒们的祈祷）
- 13、我的上主！我对你许愿，将我腹中的胎儿作为奉献，求你接受我。你确是广闻博知者。（3：35）（暗兰的女人做的祈祷）
- 14、我的上主！求你从你的御前赐予我纯良的后辈吧！你确是垂听祷告者。（3：38）（先知撒迦利亚的祈祷）
- 15、我们的上主！我们已经信仰你颁降的内容，我们已经追随使者，求你将我们记录在见证者之列。（3：53）（耶稣的门徒做的祈祷）
- 16、我们的上主！求你赦免我们的罪过，赦免我们的过失，

求你使我们步履稳健，求你援助我们，战胜悖逆的乱民。(3: 147) (遭遇失败而坚忍的明哲们做的祈祷)

- 17、 我们的上主！你并非徒然地创造这一切，礼赞你清静，求你庇佑我们，避免烈火的刑罚。我们的上主！你把谁投入烈火，你确已凌辱了谁。失道者寡助。我们的上主！我们已经听到一个人在为信仰而呼唤：‘你们当信仰你们的上主！’所以我们就信仰了。我们的上主！求你赦免我们的罪过，求你掩盖我们的过错，求你使我们伴随着正义者离开人世。我们的上主！求你把你给使者们的应许赏赐给我们，求你不要在复生日凌辱我们，你的确不会爽约。(3: 191-194) (常记真主的理智者们做的祈祷)
- 18、 我们的上主！我们已信仰了，求你将我们记载到见证者之中。我们怎能不信仰真主以及降临我们的真理呢？我们企盼我们的上主使我们与行善的民众一同进驻。(5: 83-84) (与信徒们亲近的基督徒们做的祈祷)
- 19、 真主啊！我们的上主！求你从天上为我们降下圣餐，以此作为我们前人和后人的一个节日，作为你的一个迹象。求你恩养我们，你是最好的恩养者。(5: 114) (先知耶稣的祈祷)
- 20、 我们的上主！我们确已虐待自己了，如果你不赦免我们，不慈爱我们，我们必定会成为亏损者。(7: 23) (人类始祖亚当夫妇的祈祷)
- 21、 我们的上主！求你不要使我们与不义的民众为伍。(7: 47) (高处的居民做的祈祷)
- 22、 我们的上主的知识包罗万象，我们只依托真主。我们的上主！求你在我们和我们的族人之间秉公裁决吧！你是最好的裁决者。(7: 89) (先知舒阿卜的祈祷)
- 23、 我们的上主！求你在我们的心中注入忍耐，求你使我们成为顺民而赴死。(7: 126) (皈依正道的术士们做的祈祷)

- 24、 我的上主！求你赦免我和我的兄长，求你使我们步入你的慈爱之中，你是最为慈爱者。（7：151）（先知摩西的祈祷）
- 25、 我的上主！假如你意欲，你之前必定毁灭了他们和我。难道因为我们中的一些愚人的行为，你就要毁灭我们吗？这只是你的考验，你借此任你所意欲者迷误，也借此使你所意欲者得道。你是我们的监护者，求你赦免我们，求你慈爱我们，你是最好的赦免者。（7：155）（先知摩西的祈祷）
- 26、 真主使我心满意足，万物非主，唯祂是主，我只依托祂，祂是伟大宝座的上主。（9：129）（先知穆罕默德的祈祷）
- 27、 真主啊！礼赞你清净。（10：10）（乐园的居民做的祈祷）
- 28、 我们只依托真主，我们的上主！求你不要让不义的民众迫害我们。求你凭着你的慈爱拯救我们脱离悖逆的乱民。（10：85-86）（先知摩西的祈祷）
- 29、 我的上主！我祈求你庇护，以免我向你请求我毫无把握的事情，如果你不赦免我，不慈爱我，我必成为亏损者。（11：47）（先知挪亚的祈祷）
- 30、 我只向真主诉说我的悲苦和忧伤，我只能从真主那里获知你们不明白的事情。（12：86）（先知雅各的祈祷）
- 31、 我的上主！对我来说，监狱比女人们的诱惑更令我所爱，除非你使我摆脱女人们的圈套，否则我必然倾向她们，而成为愚蠢的人。（12：33）（先知约瑟的祈祷）
- 32、 我的上主！你确已赏赐我部分权力，并教授我详解梦语，开天辟地者！在今世和后世，你都是我的监护者，求你使我在归顺的情况下离开人世，求你使我加入善人的行列。（12：101）（先知约瑟的祈祷）
- 33、 我的上主！求你让这个地方安宁，求你使我和我的子孙远离偶像崇拜。我的上主！偶像们已经误导了大众。所以谁若追随我，他就属于我；谁若违抗我，你毕竟是大赦者，大爱者。我们的上主！我确已使我的一些后代定居在

一个不长庄稼的山谷里，就是你的天房禁地跟前。我们的上主！为了让他们坚持礼拜，求你使众人同心同德追随他们，求你以果实恩养他们，但愿他们感谢。我们的上主！你必知道我们的隐私和我们的表达，地上和天上没有任何事情能够瞒过真主。赞美真主，祂在我上了年纪的时候，赐给我以实玛利和以撒，我的上主确是垂听祈祷者。我们的上主！求你接受我的祈祷。我的上主！求你使我和我的一些后代成为坚持礼拜者，我们的上主！求你接受我的祈祷。我们的上主！求你在实行清算的日子，赦免我和我的父母，赦免广大信徒。（14：35-41）（先知亚伯拉罕的祈祷）

- 34、 我的上主！求你慈爱他俩，正如我年幼时他俩抚育我那样。（17：24）（孝敬者为父母做的祈祷）
- 35、 我的上主！求你使我顺利地出入，求你用你那里的授权来援助我。（17：80）（先知穆罕默德的祈祷）
- 36、 我们的上主！求你将你阙前的慈爱赏赐我们，求你使我们的事业一帆风顺。（18：10）（山洞青年的祈祷）
- 37、 我的上主！我的身子骨已经老迈，我已白发苍苍，我的上主，但我没有对祈祷你而感到无望。我实在担心我的后继问题，我的妻子却不能生育，求你从你那里赐给我继任吧！让他继承我，继承雅各的族人。我的上主，求你使他受人喜爱。（19：4-6）（先知撒迦利亚的祈祷）
- 38、 我的上主！求你开阔我的胸襟，求你使我事业顺利，求你消除我的语言障碍，好让他们明白我的话。求你让我的家人做我的助手，就是我哥哥亚伦，你以他协助我强大，你让他参与我的事业，好让我们多多礼赞你，多多惦念你，你对我们一览无余。（20：25-28）（先知摩西的祈祷）
- 39、 我们的上主！我们真害怕他会折磨我们，甚至会暴力相加。（20：45）（先知摩西和亚伦的祈祷）
- 40、 我的上主！求你增加我的知识。（20：114）（先知穆罕默

德做的祈祷)

- 41、 万物非主，唯你是主。礼赞你清静，我确已成为不义者。(21: 87) (先知约拿的祈祷)
- 42、 我的上主！求你不要把我丢在孤单之中，你是最好的接管者。(21: 89) (先知撒迦利亚的祈祷)
- 43、 我的上主！求你秉公判决，我们的上主是大慈者，对于你们的描述，祂将会接受求助。(21: 112) (先知穆罕默德的祈祷)
- 44、 我的上主！求你援助我，因为他们否认了我。(23: 26) (先知挪亚的祈祷)
- 45、 我的上主！求你使我们在一个有福的地方登陆，你是最好的安置者。(23: 29) (先知挪亚的祈祷)
- 46、 我的上主！如果你一定要让我亲见对他们的警告，那么，我的上主！求你不要让我身处在不义的民众之中。(23: 93—94) (先知穆罕默德的祈祷)
- 47、 我的上主！我求你庇护，使我避免群魔作祟。我的上主！我求你庇护，使我避免他们的造访。(23: 97—98) (先知穆罕默德的祈祷)
- 48、 我们的上主！我们已经信仰了，求你赦免我们，求你慈爱我们，你是最好的慈爱者。(23: 109) (一部分前代的仆人们做的祈祷)
- 49、 我的上主！求你饶恕，求你慈爱，你是最好的慈爱者。(23: 118) (先知穆罕默德的祈祷)
- 50、 我们的上主！求你使我们避开地狱的刑罚，地狱之刑实在无休无止。那确是丑恶至极的定居所和落脚点。(25: 65—66) (大慈主的仆人们做的祈祷)
- 51、 我们的上主！求你赐予我们伴侣和儿女，作为我们的慰藉。求你使我们成为敬畏者的楷模。(25:74) (悔过自新且信仰并行善者的祈祷)

- 52、 我的上主！我真怕他们否认我。我的心情烦闷，笨嘴拙舌，请你也委派亚伦。他们曾经加罪于我，所以我害怕他们杀了我。（26：12-14）（先知摩西的祈祷）
- 53、 我的上主！求你赐给我智慧，求你使我加入善人之列。求你为我在后代中留下一个诚实的口碑。求你使我接管恩泽的天堂。求你赦免我的父亲，他本来就是個迷誤者。在众人复活之日，求你不要凌辱我。在那日，财产和子孙都无济于事。（26：83-88）（先知亚伯拉罕的祈祷）
- 54、 我的上主！我的族人确已否认我了。求你在我们之间给一个裁决，求你拯救我和与我一起的信徒。（26：117-118）（先知挪亚的祈祷）
- 55、 我的上主！求你拯救我和我的亲人，摆脱他们的勾当。（26：169）（先知罗得的祈祷）
- 56、 我的上主啊！求你默示我，让我能感谢你赐予我和我父母的恩典，让我能做你喜悦的善行，求你以你的慈爱，使我居于你的义民之列。（27：19）（先知所罗门的祈祷）
- 57、 我的上主啊！我确实虐待自己了，我已经与所罗门一起归顺了真主，宇宙的上主。（27：44）（示巴女王的祈祷）
- 58、 我的上主！我确已虐待自己，求你赦免我吧！（28：16）（先知摩西的祈祷）
- 59、 我的上主！由于你的赐福，我绝不再助纣为虐。（28：17）（先知摩西的祈祷）
- 60、 我的上主！求你拯救我摆脱不义的民众。（28：21）（先知摩西的祈祷）
- 61、 我的上主！我真渴望你为我垂赐幸福。（28：24）（先知摩西的祈祷）
- 62、 我的上主！求你援助我，以对抗为非作歹的民众。（29：30）（先知罗得的祈祷）
- 63、 我的上主！我求你赐我一个善人。（37：100）（先知亚伯

拉罕的祈祷)

- 64、 我的上主！求你赦免我，并赐给我下一任皇权，这并非任何人都能胜任，你确是乐善好施者。(38：35) (先知所罗门的祈祷)
- 65、 真主啊！开天辟地者，深知天机与表象者，你必在你的万民之间来仲裁他们的争论。(39：46) (先知穆罕默德的祈祷)
- 66、 我们的上主！你的慈爱 and 知识包罗一切，求你赦免悔过自新并追随你的道路者，求你庇佑他们，避免火狱的刑罚。我们的上主！求你使他们进入你应许的伊甸园，协同他们的祖先，他们的伴侣，以及他们后代中的善人，你确是至尊者，睿智者。求你庇佑他们避免过错，在那日，你庇佑谁避免过错，你已慈爱了他，那乃是伟大的胜利。(40：7—9) (天使们为信徒们做的祈祷)
- 67、 我的上主啊！求你启迪我，让我感谢你赐予我和我父母的恩典，并让我做你所喜悦的善行，求你改善我的后代，我已向你忏悔，我是一个顺民。(46：15) (孝敬父母者的祈祷)
- 68、 我们的上主！求你赦免我们，赦免先于我们而信教的兄弟们，求你不要让我们对那些信众心生抱怨，我们的上主！你确是怜悯者，大爱者。(59：10) (迁士们为辅士们做的祈祷)
- 69、 我们的上主！我们只依托你，我们只依赖你，归宿只在你那里。(60：4) (先知亚伯拉罕及其门徒们的祈祷)
- 70、 我们的上主！求你不要让我们受到那些逆徒的折磨，求你赦免我们，我们的上主！你确是至尊者，睿智者。(60：5) (先知亚伯拉罕及其门徒们的祈祷)
- 71、 我们的上主！求你为我们完成我们的光明！求你赦免我们，你确是掌控万物者。(66：8) (乐园居民的祈祷)
- 72、 我的上主！求你在你阙前的天堂里为我建造一座房子，求你拯救我摆脱法老，摆脱他的操控，求你拯救我摆脱不义的民众。(66：11) (法老妻子的祈祷)

- 73、 我的上主，他们确已违抗我，而追随那因财产子嗣而
贫困交加的人。那些人筹划了一个重大的阴谋。他们说：“你
们切勿放弃你们的众神，切勿放弃瓦德，苏瓦尔，耶巫斯，
耶欧格，奈斯尔。”他们误导了很多人，求你不要给不义者
增添什么，任其迷误！（71：21-24）（先知挪亚的祈祷）
- 74、 我的上主，求你不要在此地留下逆徒的任何住户。如
果你留下他们，他们只会误导你的臣民，他们只会养育道
德败坏的逆子。我的上主，求你赦免我和我的父母，赦免
进入我家中的信众，赦免信男信女们，求你不要给不义者
增添什么，任其灭亡！（71：26-27）（先知挪亚的祈祷）
- 75、 你说：我求曙光之主庇护，避免天生蕴含的流毒；夜
幕降临的流毒；念咒女巫的流毒；妒火中烧的流毒。
（113:1-5）（先知穆罕默德的祈祷）
- 76、 你说：我求人类的主，人类的王，人类的神，护我免
于鬼祟的妖言，那鬼祟在人心中作乱，出自灵界，也出自
人间。（114:1-6）（先知穆罕默德的祈祷）

纯洁圣训中的祈祷词

- 1、真主啊！求你在今生和后世赏赐我们美好的生活，求你保佑我们，免遭火狱的刑罚。
- 2、真主啊！求你保佑我们，使我们避免火狱的考验，避免火狱的刑罚，避免坟墓的考验，避免坟墓的刑罚，避免财富的诱惑带来的伤害，避免贫困的祸患带来的伤害。真主啊！求你保佑我，使我避免欺骗者诱惑的伤害。真主啊！求你用冰雪的溶水洗涤我的心灵，求你涤净我心中的过错，就像你洗涤白衣上的污渍一样。求你使我远避我的过错，就像你使东西方相距那么遥远一样。真主啊！求你保护我，使我避免懒惰、罪恶和亏折吧。
- 3、真主啊！求你保护我，使我避免无能与懒惰；使我避免胆怯、衰弱和吝啬，求你保佑我，使我避免坟墓的磨难，避免生死的忧患。
- 4、真主啊！求你保佑我，使我避免灾难的艰辛，避免不幸的降临，避免命定的祸患，避免仇敌的幸灾乐祸。
- 5、真主啊！求你为我改善我的宗教，它是我事业的保障；求你为我改善我的今世，其中有我的生活所需；求你为我改善我的后世，它是我最后的归宿；求你使生命能为我成为各种福利的积累，求你使死亡能为我成为各种邪恶的解脱。
- 6、真主啊！祈求你赐予我引导与敬畏，赐予我贞洁和富贵。
- 7、真主啊！求你保佑我，使我避免无能和懒惰，避免胆怯、吝啬和衰竭，避免坟墓的刑罚。真主啊！求你赏赐我内心的敬畏，求你净化我的内心，你确是最优美的净化者，你是我内心的保佑者，是我内心的主。真主啊！求你保佑我，

使我避免学而不益，有心不恭，贪心不足，祈祷而却不蒙垂听。

- 8、真主啊！求你引导我，求你指正我，真主啊！我向你祈求引导和指正。
- 9、真主啊！求你保护我，不要使我遭遇你恩惠的消失，不要使我遭遇你原谅的改变，不要使我遭遇你惩罚的突然降临，不要使我遭遇你各种各样的恼怒。
- 10、真主啊！求你保佑我，使我避免自己所做之事的伤害，使我避免自己未做之事的罪恶。
- 11、真主啊！求你增加我的财产，增加我的子孙，求你在你对我的赏赐之中赐予喜乐。
- 12、万物非主，唯有真主，至尊至容的主；万物非主，唯有真主，伟大宝座的上主；万物非主，唯有真主，拥有天地的上主，尊贵帝位的上主。
- 13、真主啊！我希望获得你的恩惠，我信靠你，求你不要抛弃我，让我依靠我自己，我只信靠你，即使是每一个瞬息。
- 14、万物非主，唯你是主，礼赞归你，我确已自虐了。
- 15、真主啊！我是你的仆人，是你仆人的子孙，是你的婢女的子孙，我的额发在你的手中，你对我的执法是严厉的，你对我的判决是公正的。我以你的每个尊名祈求你，无论你自己知晓的称谓，还是你颁降在经中的美名，无论是你教给你仆人们的尊名，还是你在未知世界中所独自享用的尊名。求你使《古兰经》成为我心灵的春天，成为我胸襟的光明，成为我医治忧愁的希望，成为我免受伤害的盾牌。
- 16、真主啊！改善心灵的主！求你改善我的心灵，使其顺从你的安排吧。
- 17、真主啊！拨转心眼的主！求你拨转我的心眼，使其坚信你的宗教吧。

- 18、 我的上主啊！求你帮助我，不要使我无助，求你援助我，不要使我无援；求你赐我智谋，不要使我受骗；求你赐我引导，让引导易于遵循；求你援助我，让我战胜虐待我的人。我的上主啊！求你使我成为一个感谢你的人，成为一个顺服你的人，成为一个向你诉苦、向你叹息、向你悔罪的人。我的上主啊！求你接受我的忏悔，涤除我的罪过，答应我的祈祷，巩固我的证据，引导我的心灵，指正我的口误，抹去我心中的怨气吧。
- 19、 真主啊！求你赐给我，你所赐福的先知穆罕默德曾向你祈求的幸福；求你庇护我，使我避免你所赐福的先知穆罕默德也曾求你庇护的伤害；你是帮助的主，你是拥有大能的主，我无能为力，只有祈求真主。
- 20、 真主啊！求你保佑我，使我的听觉避免罪恶，使我的视觉避免罪恶，使我的口齿避免罪恶，使我的内心避免罪恶，也使我的意念避免罪恶。
- 21、 真主啊！求你保佑我，使我避免疯癫、痴傻和残疾，求你保佑我，使我避免顽症的伤害。
- 22、 真主啊！求你保佑我，使我避免邪恶和恼怒，避免算计和私欲。
- 23、 真主啊！你确是至恕的，慷慨的主，你乐于谅解，求你谅解我吧。
- 24、 真主啊！我求你使我弃恶从善，求你使我慈爱贫民，求你赦免我，慈爱我！如果你要使人遭受惩罚，求你使我避免惩罚而归去，求你赐我你的爱，求你赐我你对我善功的爱，我藉着它来接近你的爱。
- 25、 真主啊！求你赐我先后所有的福利，求你赐我所知道的和不知道的福利，求你保佑我，使我避免先后所有的伤害，求你保佑我，使我避免我所知道的和不知道的伤害。真主啊！求你赐予我，你的仆人你的先知曾向你祈求过的幸

福，求你保佑我，使我避免你的仆人你的先知曾求你庇护过的伤害。真主啊！求你赐我乐园，以及能够接近乐园的言行；求你赐我一切优美的判决。

- 26、 真主啊！当我站立，求你以伊斯兰保护我，当我安坐，求你以伊斯兰保护我；当我入睡，求你仍以伊斯兰保护我。不要让我因仇视和嫉妒而幸灾乐祸！求你赐予给我你手中宝藏的各种裨益，求你保佑我，使我避免你手中宝藏的各种不利。
- 27、 真主啊！求你把对你的畏惧划归给我们，因为它能将我们和违抗你的人区别开来，求你把对你的顺从划归给我们，因为它能使我们进入你的乐园而心满意足；求你把对你的笃信划归给我们，因它能使我们承受今世的灾难。真主啊！求你以我们的听觉、视觉和力量安度你所恩赐的生命。求你将生命做为我们的财富，使我们对抗压迫我们的人。求你援助我们，战胜与我们为敌的人。求你不要让我们的宗教遭到患难，求你不要使今世成为我们最大的烦恼，也不要使今世成为我们知识的颠峰，求你不要让你不愿慈爱的人来统治我们。
- 28、 真主啊！求你保佑我，使我避免胆怯，求你保佑我，使我避免吝啬，求你保佑我，不要让我复返于卑贱的邪教；求你保佑我，不要使我遭受今世的考验与坟墓中的刑罚。
- 29、 真主啊！求你赦免我的错误，赦免我的无知，赦免我事业中的过失。你深知我的一切。真主啊！求你赦免我的轻佻，赦免我的刻板，赦免我无意和有意的错误，求你赦免我各种各样的错误。
- 30、 真主啊！求你赦免我，求你慈爱我，求你引导我，求你保护我，求你赏赐我。
- 31、 真主啊！我确已深深地伤害自身了，只有你能够赦免我，求你赦免我吧，赦免来自于你，求你慈爱我吧，你确

是至赦的，至慈的主。

- 32、 真主啊！我归顺你，我信仰你，我信任你，我依托你，我凭着你而与人辩论。真主啊！求你以你的尊威保佑我。万物非主，唯你是主。精灵和人类都将死亡，只有你是永生不灭的主。
- 33、 真主啊！求你赐予我们，你慈恩的动因，与你赦免的意向，求你赐予我们平安，使我们避免于各种危害，求你赐予我们纯洁的财富，以及进入乐园的成功和脱离火狱的拯救。
- 34、 真主啊！在我年迈和临终之时，求你将你丰厚的给养赏赐于我。
- 35、 真主啊！求你赦免我的罪恶，求你拓宽我的家园，求你在我的衣禄之中赐予吉祥。
- 36、 真主啊！求你赐予我只有你才能掌握着的恩惠和仁慈。
- 37、 真主啊！求你保佑我，使我避免打击和摧残；避免洪水的淹没和火灾的烧灼；求你保佑我，在我临终时，不要让魔鬼使我挣扎痛苦；求你保佑我，不要让我在你的道路上逃遁而死，求你保佑我不要让我被野兽吞噬而死。
- 38、 真主啊！求你保佑我，使我避免饥饿，这种相伴真恶劣；求你保佑我，使我避免叛逆，这种行为真可悲。
- 39、 真主啊！求你保佑我，使我避免无能和懒惰，避免胆怯和吝啬，避免摧残和暴虐，避免疏忽和清贫，避免卑贱和困苦。求你保佑我，使我避免穷困和背信，避免不义和磨难，避免虚伪和沽名钓誉。求你保佑我，使我避免聋哑、痴傻，以及麻疯病等各种顽症的伤害。
- 40、 真主啊！求你保佑我，使我避免贫穷、匮乏和卑贱，求你保佑我，不要使我迫害他人，也不要使我被人迫害。
- 41、 真主啊！由于旷野中的邻居是迁徙不定的，所以求你保佑我，避免所居宅院中有些恶邻的伤害。

- 42、 真主啊！求你保佑我，使我避免毫无虔诚的心境，避免不被垂听的祈祷，避免不知满足的私欲，避免毫无裨益的知识，求你保佑我避免这四种伤害吧。
- 43、 真主啊！求你保佑我，使我避免那些罪恶的白昼，罪恶的黑夜，罪恶的时光，罪恶的伴侣，以及所居宅院中一些罪恶的邻居。
- 44、 真主啊！祈求你赐给我乐园，我向你求救，求你使我避免火狱。
- 45、 真主啊！求你让我精通宗教知识吧！
- 46、 真主啊！求你保佑我，不要使我明知故犯地对你做多种崇拜，我为我无知的罪恶而向你求饶。
- 47、 真主啊！求你以你所教授我的知识益济我，求你以你所益济我的知识教授我，求你增加我的知识吧。
- 48、 真主啊！祈求你赐我益济的知识，佳美的给养以及被接受的善行。
- 49、 真主啊！我祈求你，啊！真主，你确是独一的，惟一的，万物仰赖的主，你没有生产，也不被生，你无与伦比，求你赦免我的罪恶，你确是至赦的，至慈的主。
- 50、 真主啊！我祈求你，因为一切赞美全归你，万物非主，唯你是主，独一无二的慈爱主，天地万物的创造主！拥有尊严和大德的主啊！永生不灭的主啊！维护万物的主啊！祈求你赐予我乐园，祈求你保佑我，使我避免火狱的刑罚。
- 51、 真主啊！我祈求你，因为我作证，你确是真主，万物非主，唯你是主，独一的，万物仰赖的主，没有生产，也不被生，你无与伦比。
- 52、 我的主啊！求你赦免我，求你接受我的忏悔，你确是宽恕的，大赦的主。
- 53、 真主啊！凭着你对天机的洞悉，凭着你对众生的大能，如果你知道生命对我有益，就使我在世吧，如果你知道死

亡对我有益，就使我归真吧。真主啊！求你使我在秘密之中畏惧你，在公开场合也畏惧你。求你在我喜悦之时赐给我真理的言辞，在我哀怨之时也赐给我真理的言辞。求你在我富裕之时赐给我虔诚的意念，在我贫穷之时也赐给我虔诚的意念。求你赐给我永不枯竭的恩典。求你赐给我永不断绝的愉悦，我祈求你在判决之后，能够喜爱我。祈求你在我结束今生之后，享受舒适的生活。求你赐予我目睹你面容的幸福，求你赐予我向往着没有阻碍、没有迷途而觐见你的那一时刻。真主啊！求你以信仰之美装饰我们，求你使我们成为遵循正道的典范。

- 54、真主啊！求你赏赐我你的爱，赏赐我益济我的人的爱，他们的爱来自于你。真主啊！你所赏赐我的，是我的所爱，求你使它作为你所爱的能量。真主啊！求你用我的所爱点缀我，求你使它为我成为你所爱的成果。
- 55、真主啊！求你洗涤我的罪恶和错误。真主啊！求你涤清它，正如涤去白衣上的污渍一样，真主啊！求你用冰雪和冷水洗涤我。
- 56、真主啊！求你保佑我，使我避免吝啬、胆怯，避免年长时的罪恶，避免心胸的考验和坟墓中的刑罚。
- 57、真主啊！加百列和米卡里的上主，伊斯拉菲的上主啊！求你保佑我，使我避免火狱的烧灼和坟墓中的折磨。
- 58、真主啊！求你启迪我，指导我，保全我，使我避免自身的伤害。
- 59、真主啊！求你赐给我有益的知识，求你保佑我，避免无益的知识。
- 60、真主啊！七层高天的上主，大地的上主，伟大宝座的主上啊！我们的上主啊！抚育万物的主啊！使谷粒和果核绽开的主啊！降示律法、福音和明鉴的主啊！求你保佑我，使我避免万物之中的伤害，你是攫取它额发的主。真主啊！

你是前无始的，没有任何物超你之前而存在，你是后无终的，没有任何物在你之后而存在。你是大无外的，没有任何物超你之外而存在，你是细无内的，没有任何物在你之内而存在。求你使我们偿清债务，求你使我们富裕，使我们避免穷困。

61、 真主啊！求你联合我们的心，求你调解我们之间的不和，求你引导我们和平之道，求你拯救我们从重重黑暗走向光明。求你使我们远离公开的和私下的丑事。求你在我们的耳中，我们的眼中，我们的心中，以及我们的眷属之中，我们的伴侣之中赐予吉祥。求你接受我们的忏悔，你确是宽恕的，大爱的主。求你使我们成为对你感恩的人，使我们成为对你赞美的人，使我们成为享受你恩典的人，求你为我们完成你的恩典。

62、 真主啊！祈求你赐我美好的请求，赐我美好的祈祷，赐我美好的成功，赐我美好的行为，赐我美好的生活，赐我美好的死亡。求你使我坚定，加重我信仰的份量，求你完美我的信仰，提升我的品级，求你接受我的礼拜，赦免我的错误，求你赐我乐园中最高的品级。真主啊！求你赐我美好的开端，赐我美好的结局，赐我美好的结合，赐我美好的伊始，赐我美好的外表，赐我美好的内在。求你赐我乐园中最高的品级。阿悯！真主啊！我祈求你，求你赐我美好的劳动，赐我美好的工作，赐我美好的行为，赐我内在的美与外表的美，求你赐我乐园中最高的品级。阿悯！真主啊！我求你提升我的名誉，求你卸下我的重担，求你改善我的事业，求你洗涤我的心灵，求你保守我的贞洁，求你照亮我的胸怀，求你赦免我的罪恶，求你赐我乐园中最高的品级。真主啊！我祈求你将喜乐赐予在我的心中，我的耳中，我的眼中，求你将喜乐赐予在我的灵魂，我的外表，我的情操，我的眷属之中，求你将喜乐赐予在我的

生活，我的死亡，我的善行之中。求你接受我的善行吧！
祈求你赐我乐园中最高的品级！阿悯！

- 63、真主啊！求你使我远离伦常的丑事，私欲的丑事，行为的丑事，以及疾病的丑事。
- 64、真主啊！求你使我满足于你的赏赐，求你在其中赐予喜乐，求你用幸福来补偿我的损失。
- 65、真主啊！求你使我接受简单的审判！
- 66、真主啊！不要使我因疲倦而疏忽对你的惦念，疏忽对你的感谢，疏忽对你仆人们的嘉言懿行。
- 67、真主啊！求你赐我永不背离的信仰，求你赐我永不枯竭的恩典，求你赐我与先知穆罕默德同居在那最高的、永久的乐园之中。
- 68、真主啊！求你保佑我，使我避免自身的伤害，求你帮我决断自身事务的方向。真主啊！求你赦免我，秘密的错误和明显的错误，无意的错误和有意的错误，以及我已经意识到的错误和未曾察觉到的错误。
- 69、真主啊！求你保佑我，使我避免债务的侵扰，避免敌人的攻占，避免仇敌的幸灾乐祸。
- 70、真主啊！求你赦免我，求你引导我，求你赏赐我，求你保全我，我求真主保佑，使我避免复生日窘迫的处境。真主啊！求你使我的听觉，我的视觉成为我的享受，求你使其成为我的财富，求你援助我，战胜伤害我的人，求你为我复仇而将其抓获。阿悯！

附录：绿色中华网站的祈祷词

真主啊！至高无上的主！永生不灭的主！全知全能的主，大慈大爱的主！

一切赞美全归你，宇宙万物赞美你，日月星辰赞美你，山川河流赞美你，飞禽走兽赞美你，就连水中的鳞介也在赞美你。

今天，我们在赞美你，来自东方的仆人在赞美你，来自华夏的臣民在赞美你，我们同着万物一起，加入到赞美你的行列，我们的男女老少，都在赞美你的伟大，都在仰望你的慈爱，真主啊，求你观看，真主啊，求你倾听。

我们是一群贫弱的仆人，我们是一群卑微的信徒，我们无能为力，唯有仰赖你的帮助。求你赦免我们的罪过，求你洗涤我们的灵魂，求你纠正我们的偏执，求你开阔我们的胸襟。

我们祈求你撒播你的慈爱，施行你的恩典，求你眷顾我们，求你保佑我们。

今天，我们为伊斯兰而向你祈祷，求你发扬你的光辉，求你荣耀你的宗教，求你指引我们的道路，求你稳定我们的步伐，求你联合我们的心灵，求你扩大我们的队伍。

今天，我们为华夏而向你祈祷，求你照耀神州大地，求你拯救华夏民族，求你慈爱这多灾多难的炎黄子孙，求你赐福这生生不息中华儿女。

求你拯救我们脱离愚昧和患难，求你施予我们喜乐与和平。求你引导十三亿中国人享受你的荣光。

今天，我们为绿色中华而向你祈祷，求你赐予我们智慧，求你赐予我们力量，求你赐予我们无穷的动力，求你赐予我们坚持不懈的精神。

求你使我们从昏聩与沉睡中觉醒，求你使我们在奋斗与传

教中生存。求你使我们肩负使命，求你使我们勇往直前，求你使我们摆脱困境，求你使我们获得成功。

求你在我们意想不到的地方给我们出路，求你在我们一筹莫展的时候绝处逢生。

求你使我们实现我们的理想，让我们的有生之年获得安慰。求你使我们的同胞成群结队的信仰你的宗教，求你使我们的亲人前仆后继地奔赴你的阙前。

拥有尊严和大德的真主啊！求你接受我们的祈祷！一切赞美、祝福和荣耀都只归于你！

阿悯！

无花果

初稿于二〇〇七年十二月十三日

修改于二〇一九年五月二十一日