

简体中文版 · 思想随笔

恩典尚在，福泽却已离去

以感恩守护所得，以自省面对过错，却不把他人的苦难变成罪状

作者：Safwan AlModhayan · 发布于 2026年10月10日



清水、晨光与橄榄枝 · AI 生成的意象插画

<https://isafwan.com/zh-CN/personal/faith/keeping-blessings/>

一篇关于恩典、感恩与自省的信仰随笔：真正的感谢要落实在使用之中，而过错带来的提醒应首先指向自己，不能用来武断解释他人的遭遇。

恩典不是永久居留证

伊本·盖伊姆曾问：“有谁的恩典消逝，不是因为违抗所带来的恶果呢？”阿布·努阿伊姆也记述，富达勒·本·伊雅德说：“我违抗真主，便从我的驴和仆人的脾性中察觉到这件事的影响。”这两句话不是一把判断他人的尺子，更不是再说每一场灾祸都能直接对应某一项过错。它们首先要求信士留意自己的行为如何影响内心与生活，不要以为过错的后果只有一种形式，非得像写明缘由的罚单那样落到眼前。

有些损耗很难量化。心变得逼仄，做事失去原有的顺遂，关系少了一分温厚；看得见的东西仍在，看不见的福泽却在减退。这里所说的福泽，不是把财富增减解释成神秘征兆，也不是一种求富的迷信。它指恩典之中使人真正受益、安宁并行于正道的那份裨益。这样的省察只应先对准自己，因为它通向悔改与敬畏；若用它窥测别人命运背后的秘密，信仰就会被误作审判人的工具。

人很容易把已经得到的恩典当成办完交接手续的财产：薪水一到账，仿佛从此属于自己的版图；健康在身体里住得久了，仿佛已经签下互不侵犯的条约；爱一旦来到，仿佛自动取得永久居留；真主长久的遮护，也会被错认成理所当然的权利。

我们很会在恩典到来时清点它，却不太会追问它怎样才能留下。我们花很久祈求增加，得到之后，却像它不再需要照料。伊本·盖伊姆的话之所以令人警醒，正在于它把无人看见之处的选择，与内心后来成为的样子联系起来。比起先问自己拥有多少，也许更该先问：我正在怎样对待已经得到的一切？

账单上看不见的失去

过错不一定挥着锤子，当场把恩典砸碎。它的影响可能更细微：钱还在，带来的安定与益处却少了；房子还在，家中的宁静却淡了；工作还在，合宜的机会与判断却越来越难把握；身体还在，从前那种轻快的康健却不复存在；知识也还记得，真正需要时却不能使人受益。

真正可怕的失去，有时不是东西被拿走，而是它还在手里，却不再滋养你的生命。银行不会发来通知，说本周某次道德上的失守扣除了薪水的一部分福泽；健康应用也不会提醒你，某件尚未悔改的错事令内心的安宁指标下降。生命中重要的力量常常安静地运作，它们的衰弱也一样。

《古兰经》8章53节的经文大意是：真主不会改变赐予一个群体的恩典，直到他们改变自己内在的状况；真主确是全听的、全知的。这节经文让我们在思考恩典的变化时，不能遗漏人的内在：价值是否变了？原有的服从是否被违抗取代？但它并没有取消医学、经济、心理和社会等现实原因，也没有给人一条公式，可以把每一项个人损失都还原成一项已知罪过。

一个人刚开始犯错时，通常并不想毁掉整片生活。他也许只想要片刻快意、多一点利益、一次自尊上的胜利、一句发泄怒气的话，或一眼自以为无人知道的观看。火在开始时也没有要求整座森林；一根火柴就够了。若人不及时回头，事物自身的规律会把其余路程走完。

火柴与推销话术

伊本·盖伊姆在《Bada'i al-fawa'id》（书名意译：种种珍贵裨益）中把违抗比作毒物：其中可能混着人所喜爱的滋味，结局却是伤害。难处正在这里。若过错从第一刻起就令人厌恶，人也就太需要劝诫了。毒往往裹在悦耳的承诺里：利息交易许诺增值，谎言许诺脱身，背后议论许诺谈资，傲慢许诺威严，嫉妒替人的挫败提供一个省事的解释，而推迟悔改，则许诺一段从未有人替我们签字保证的长寿。

几乎每一种过错都有一套动人的推销话术，副作用却藏在小字里。生活一旦不顺，我们会检查世界经济、性格类型、情绪管理，甚至重新整理书桌，却唯独绕开自己。这些现实分析和工具完全可能有用，也确实应该使用；只是检查清单若没有容纳那个更难的问题，仍是不完整的：我自己改变了什么？

这不是让人放弃就医、忽略经济条件或拒绝心理帮助，也不是把某个星期二的汽车故障解释成前一晚犯错的惩罚。它只是把道德责任放回众多原因之中：我是否亏待了谁？是否拖欠了别人的权利？是否对来路可疑的钱睁一只眼闭一只眼？是否任由舌头伤害别人的名誉？是否正在用一项恩典做使它腐坏的事？

自省不是替天意作解释

自省与审判别人之间，有一道不能抹去的界线。依启示的尺度，遭逢考验并不自动意味着真主恼怒。可靠圣训告诉我们，受考验最重的是众先知，随后是品格与他们最接近的人。苦难可能使人品级提升、过错得赦，也可能是考验、净化，或一时看不清面目的慈悯。因此，没有人有权看见别人的疾病、贫困或丧失，便替对方搜寻一项“配得上”这场遭遇的罪过，仿佛自己受雇于天意的调查机关。

另一方面，人也不能因此否认行为对自己生命的影响。《古兰经》42章30节的经文大意是：你们所遭遇的灾难，是由于你们双手所做的，而真主赦免的很多。经文的后半句同时挡住绝望与自负。我们活在广阔的宽宥之中，蒙受着自己无法衡量的遮护；我们享用的给养，也不是因为自己的行为已经付清了全部价款。

所以，最诚实的问题应当在一个人独处时回到自己的心里：他净礼，来到真主面前，问自己还有什么需要修复。自省是把问题带回自己面前，不是拿别人的苦难给自己的判断作证。若一个人结束独处后，手里多了一张清单，专门解释别人为什么患病、贫穷或失去亲人，他便错过了自省的目的，还把它变成了冷酷。

感恩先是行动，然后才是言语

服从真主，不只是为来世记录善功，也是在守护今天。礼拜是守护，施舍是守护，节制目光是守护，善待父母是守护，远离来源可疑的钱是守护，求恕也是守护。把一项无人知道你拿走的权利还回去；忍住一句足以毁伤他人名誉的话；因为知道真主看见而关掉一块屏幕——这些行动都像围栏，护住人已经得到的恩典。

感恩因此远比口中说一句“万赞归于真主”更宽广。人会感谢真主赐予钱财，转身却用钱财违抗祂；感谢健康，却让健康成为走向禁忌之事的工具；感谢聪明，却用聪明欺骗；感谢口舌，却在一场聚会里用它撕扯他人的尊严。这就像有人感谢朋友赠他一辆车，随后开着它去撞毁赠车人的家。

《古兰经》34章13节的经文大意是：达伍德的家人啊，你们应以行动表示感谢；而我的仆人中，真正感恩的很少。这里的感谢被落实为行动，因为言语不足以表达恩典的全部。恩典也有自己的语言，那就是你如何使用它。懂得感恩的眼睛知道该看什么，懂得感恩的钱财走向合法所得与施舍，懂得感恩的知识使人敬畏而不膨胀，懂得感恩的职位让弱者不必害怕掌权者的欺压，懂得感恩的力量使弱者感到保护，而不是威胁。

从这个角度看，过错不只是抽象地违背命令，有时还是拿真主的赐予来违抗祂：祂赐你口舌，你用口舌犯错；赐你钱财，你用钱财犯错；赐你目光，你用目光犯错；赐你一处避开众人视线的空间，你却先忘了祂的鉴察。之后，我们又惊讶于生活中美好的事物为何渐渐失去光泽。

为所爱之物心存谨慎

面对一项恩典，不妨在“我是怎样得到它的”之外，再问两个问题：我怎样履行它的权利？我应避开什么，才不会亲手败坏它？一个人可能花二十年建成某样东西，却只用二十分钟将它烧毁。数十年建立的声誉，可能毁于一条信息；多年经营的家庭，可能毁于一次背叛；几代积累财富，可能被贪念吞噬；熟记于心的学问，可能被傲慢败坏；许多行动培养出的爱，也可能被一次次微小的轻蔑耗尽，直到心里再没有修补的余地。

巨大的损失未必都来自一次巨大的事故。一个小原因反复出现，也会慢慢长成命运。因此，虔敬者惧怕过错，就像人担心伤害自己所爱之物。他们悔改，不只是为了逃避惩罚，也因为害怕失去祈祷时的甘美、曾经熟悉的顺遂，害怕被交还给孤立无援的自己。

一个人被留给自己的聪明、计划、人脉、力量和精密计算，也可能是一种镜头拍不到的考验。他似乎握有一切现实条件，缺少的却是来自真主的引导与成全。这样的顺遂一旦离开，聪明有时只会让人用更精巧的方式作出错误决定。

因此，隐秘的悔改是人可以用来祈求恩典得蒙守护的美好方式：离开一项旧过，处置一笔来源可疑的钱，主动修复一段争执，归还权利，请受过伤害的人宽宥，关上那扇曾通向违抗的门。旁人也许看不出这些行动与眼前忧虑有什么关系。我们对原因的认识终究有限，真主却知道完

整的因果网络。人仍要采取看得见的现实措施，也要修复自己与真主的关系，但不能声称已经参透祂的智慧，更不能保证某个行动必然换来某个结果。

让恩典仍然是恩典

也许我们需要重新理解富足。富足不只在拥有多少，也在于所拥有的仍然是恩典。若钱财偷走睡眠，它还有多少价值？若声望占据内心，它还有多少价值？若成功让你变成自己所认识的人中最糟糕的一个，它还有多少价值？一座华美的房子里，若只有入口处的装饰牌提到真主，它又意味着什么？问题不只在失去事物，更严重的是，恩典可能在人的手里变成对他的证据。

看见生活美好时，以服从真主的方式为它谨慎，是一种清醒。那不是惊慌，而是出于爱与珍惜的敬畏，像双手捧着一只珍贵的杯子，因为知道它的价值，脚步自然放轻。对待恩典也需要这样的轻缓：少一点“我理应得到”的喧嚣，不把真主的赐予说成单凭个人能力夺来的成果。世上有比我们聪明的人，没有得到我们所得；也有比我们勤奋的人，面前的门却没有像我们面前这样打开。

恩典不只需要喜悦，也需要礼数：认得赐予者，按照祂所喜悦的方式使用所得，跌倒时回到祂面前。伊本·盖伊姆说：“守护真主的恩典，没有什么比服从祂更有效；求得恩典增加，也没有什么比感谢祂更有效。”这番劝诫不是让人惧怕生活，而是教人热爱生活，却不作生活的奴仆：为自己所得而欢喜，感谢赐予者，犯错时求恕，不把回归一拖再拖，因为我们不知道家中的哪一项恩典，此刻正蒙着宽宥的遮护。

我们并非总需要一项新的恩典。有时，真正需要的只是停止焚毁旧有的恩典。最深的贫乏，也许是一个人在夜里举手祈求：“我的主啊，请再赐我一些。”而他使用既有一切的方式，却一直在对它们说：“离开吧。”