

181141 - 一个基督教感到沮丧，他想自杀

---

## السؤال

我信仰基督教已经有35年了，我在教堂中、或者在祈祷中从来没有感觉到我的内心世界，我不知道对与错，也不知道真理的证据是什么？基督教是正确的吗？或者伊斯兰教是正确的吗？还是犹太教是正确的？我们会因为误导人们而受到惩罚吗？我感到内心苦闷，并且想自杀，我几乎采取了自杀的决定，我现在觉得心烦意乱，我患有充满内心世界的抑郁症，我不知道为什么要在这个网站上写这些话？我曾经在基督教、伊斯兰教和犹太教的许多网站上写过类似的话，希望能够找到正确答案。

## الإجابة المفصلة

一切赞颂，全归真主。

1 我们非常高兴收到你的来信，我们多么希望全世界的养育之主赐福你，真主让你给我们的网站写信，我们认为你实心实意的寻找真理，消除内心当中的忧愁和苦闷。

2 你在这个世界上应该成为幸福的人；事实上，一个人如果内心中充满了忧愁、沮丧、担忧和不安，那么他的生活将会变得没有任何意义，所以患有抑郁症的许多人都自杀身亡，为了摆脱这种痛苦的生活；

3 但是你在研究周围世界的时候，你会发现穆斯林遭受了各种战争、贫穷、苦难和不幸，也许他们会是自杀率最高的人群？！其实这是完全错误的，了解自己的宗教和遵循教规的穆斯林从来不会自杀，不管他们遭受到怎样的苦闷、贫穷和磨难；他们希望真主在乐园中因此而给他们补偿幸福、高兴和欢乐；与此同时，你会发现非穆斯自杀的事件层出不穷，尽管他们在现世生活中非常幸福，吃香的，喝辣的，住着高楼大厦，甚至你会发现在世界上人均收入最高的国家中自杀率也最高！其中的原因就是他们为了现世而生活，当他们满足了世界上的物质享受，获得了他们想要的一切追求之后，生活对他们不再具有意义了！

4 在生活中遵循真主的命令而循规蹈矩的信士，他的遭遇不外乎两种情况：顺境或者逆境，你再看一看人们如何面对这两种境遇，在顺境中他们忘恩负义，在逆境中你会发现他们浮躁和沮丧；至于信士，

# 伊斯兰问答网站

总负责人谢赫穆罕默德·萨利赫·  
穆南志德

他在顺境中感谢真主，在逆境中坚韧不拔，这是一个真正的信士的情况，因为他知道感谢真主的恩典是他的义务和责任，只有通过感谢，真主的恩典才会持续不断；他也知道浮躁对他自己和他的心灵、理智、身体和宗教没有任何裨益，他知道坚韧不拔的人在真主的跟前拥有最伟大的报酬，你可以把这两种现象比较一下：物质生活非常幸福而厌世自杀的人和现世生活非常艰难而自杀的人；你会发觉穆斯林和非穆斯林之间的差别很大，他们之间的差异不可同日而语。

5 穆斯林不自杀，不论世俗的环境多么艰难困苦也罢，有以下几个原因：

第一：真主禁止他们自杀。

第二：如果他们自杀，将会损失后世的幸福生活，因为真主严厉的警告他们：谁如果在现世上自杀了，他在后世中永远会往复循环的自杀。

第三：他们所遭受的痛苦和生活的艰辛，真主会通过信仰伊斯兰和服从真主的快乐给他们补偿，我们伊斯兰认为真正的生活就是心灵的生活，我们伊斯兰认为真正的明察，就是心灵的洞悉和明亮；你会在《古兰经》中看到真主说：“一个人，原是死的，但我使他复活，并给他一道光明，带著在人间行走，难道他与那在重重黑暗中绝不走入光明的人是一样的吗？不信道的人，这样为他们的行为所迷惑。”  
(6:122)

你会看到真主说：“难道他们没有在大地上旅行，因而有心可以了解，或者有耳可以听闻吗？因为肉眼不盲，胸中的心眼却盲了。” (22:46)

所以穆斯林通过心灵的愉快和宽敞抵御现世生活的艰难，通过心灵的明亮替代眼睛的盲瞎。

6 须知，你所抱怨的不安、焦虑和沮丧，信仰你们宗教的许多人都在抱怨它，其原因就是一方面他们在自己的信仰中找不到乐趣，在他们的心灵中找不到幸福，另一方面他们找不到许多宗教问题的令人满意的答案，甚至于他们的著名学者也一样，所以他们遭遇那些心理疾病是非常自然的，但是通过自杀解决问题不是正常的，我们建议你像成千上万、甚至上百万的寻找真理和幸福的人那样去做，我们可以为你叙述一长串的艺术家的、运动员的、政治家的、作家的和知识分子的名单，他们进入伊斯兰教之后找到了他们的幸福和心灵的愉悦；当你看到这些人宣布信仰伊斯兰，念两个“作证词”的视频的时候，

# 伊斯兰问答网站

总负责人谢赫穆罕默德·萨利赫·  
穆南志德

你会看到他们在宣布“认主独一”的信仰的时候，幸福的道路就开始了，所以你看看到其中的许多人在念了“作证词”之后因喜而泣，说明我们所言属实的最好的证明就是你亲眼看到、亲耳听到那些人进入伊斯兰的实际情况，你会在真主的经典中发现真主说：“凡行善的男女信士，我誓必要使他们过一种美满的生活，我誓必要以他们所行的最大善功报酬他们。”（16:97）

幸福的美好生活不是物质生活，而是心灵的生活、以及心灵因为履行服从真主的宗教功修而感到喜悦和幸福，心灵因为信仰真主、以及真主的前定和天命而生机勃勃，因为确信真主的行为富有智慧而充满生命力。

与之相反，你会看到没有信仰真主的那些人，他们在现世上过着悲惨的生活，不是物质方面的窘迫，而心灵生活的窘迫；你会看到真主说：“谁违背我的教诲，谁必过窘迫的生活，复活日我使他在盲目的情况下被集合。”（20:124）

7 须知，我们号召你信仰伊斯兰教，我们认为你肯定会在其中找到治疗你内心苦闷和沮丧的良药，伊斯兰是最后的宗教，真主为了全世界的人类而派遣了他的先知穆罕默德（愿主福安之），这个宗教是符合人类天性的宗教，它的教法律例与人类的理性不会自相矛盾和互相抵触，它也是穆萨圣人（摩西）、尔萨圣人（耶稣）、易卜拉欣圣人（亚伯拉罕）和其他历代先知的宗教，我们并没有邀请你进入先知穆罕默德（愿主福安之）个人带来的、与以前毫无关系的宗教，而是历代先知和使者（愿主使他们平安）的宗教，所以谁如果信仰了这个宗教和这个先知（愿主福安之），那么他踏上了历代先知和使者（愿主使他们平安）的道路，最终会进入与天地一样宽敞的乐园，将与真主选择的那些先知和使者一起永居其中；如果你相信耶稣是神的儿子，或者他就是神——真主与这一切没有丝毫的关系——，你就不会发现任何一位先知和使者与你同路而行，更奇怪的是你不会看到耶稣（愿主使他平安）和你在一起！因为他是真主的仆人，他崇拜独一的真主，相信真主没有妻子和儿子；但你在这一路上会发现崇拜星星、星宿、佛像、偶像和其他神灵的人与你在一起。

8 我们只愿你获得幸福，我们忠告你趋向独一无二的真主，认主独一，拜主独一，相信终结所有使命的宗教——伊斯兰教，真主命令世界上所有的人要进入它，我们坚决果断、满怀信心和把握的告诉你：你进入伊斯兰教，将会消除你的忧虑和沮丧，你将会在这个唯一的宗教中找到心灵的幸福，你应该拯

# 伊斯兰问答网站

总负责人谢赫穆罕默德·萨利赫·  
穆南志德

救自己，使你免遭焚烧心灵的现世之火的痛苦；如果你拒绝进入伊斯兰，你在后世中的结局就是进入火狱。

9 须知，只要你作证真主是独一的，承认他的先知穆罕默德的使命，那么你就可以成为穆斯林，只崇拜创造天地万物的独一的真主，全身心的崇拜真主的人不会被真主弃绝，他也肯定会找到幸福，你在伊斯兰教中不会发现谁也不能涉足和无法回答的问题，伊斯兰的敌人散播的各种谬论和污蔑之词使我们更加相信伊斯兰是来自真主的真理，因为我们在那些谬论当中看到了他们的幼稚和捏造的谎言；所以你应该确信自己踏上了正确的道路，它将会使你直达独一的真主，获得今世和后世的幸福。

10 我们期待你遵循了正确道路的喜讯，期待你加入纯洁善良的先知和使者的队伍，我们欢迎你咨询你需要了解的与这个新宗教有关的所有问题。

我们祈求真主使你一帆风顺，使你信伊斯兰教，接受真主的款待！我们祈求真主赐予你以及热爱正道的人恩典！真主是最好的主宰，有求必应的主宰。

敬请参阅（[9607](#)）、（[14055](#)）、（[154022](#)）和（[12615](#)）号问题的回答。

真主至知！