

LIVRET HEBDO : 365



Une partie du livre " Faizan-e-Sounnah " écrit par  
Amir Ahl As-Sounnah *سلفیوں* intitulée

# Comment Obtenir les bénédictions de la nourriture ?

FRANÇAIS



Elargissez la table à manger

L'assiette invoque pour le  
Pardon

Se lécher les doigts après avoir  
mangé est Sounnah

Les aliments trop chauds  
sont interdits

Shaykh-e-Tariqat Amir Ahl As-Sounnah, fondateur de  
Dawat-e-Islami Hazrat Allama Maulana Abu Bilal

**Muhammad Ilyas**  
**Attar Qadri Razavi** محمد ایلّیاس  
اتقاری رازی

كھانے ميں بركت پانے كے طريقے

## Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

Ce livret a été présenté en ourdou par le centre de recherche islamique de Dawat-e-Islami (*Al-Madina-tul-'Ilmiyya*).

**Le département de traduction (Dawat-e-Islami)** l'a traduit en français. Si vous trouvez une erreur dans la traduction ou la composition, veuillez en informer le département de traduction à l'adresse postale ou électronique suivante dans le but de gagner des récompenses (Sawab).

### **Département de traduction (Dawat-e-Islami)**

Aalami Madani Markaz, Faizan-e-Madinah, Mahallah Saudagran,  
Purani Sabzi Mandi, Bab-ul-Madinah, Karachi, Pakistan

UAN : ☎ +92-21-111-25-26-92 – Poste. 7213

E-mail : ✉ [french.translation@dawateislami.net](mailto:french.translation@dawateislami.net)

## Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

Une traduction française de “ *Khane mein Barkat panay kay tarikay* ”



### TOUS DROITS RÉSERVÉS

Copyright © 2024 Maktaba-tul-Madinah

---

Aucune partie de cette publication ne peut être reproduite ou transmise de quelque manière ou forme que ce soit ou par quelque moyen que ce soit, électronique, mécanique, photocopie, enregistrement ou autre, sans l'autorisation écrite préalable de Maktaba-tul-Madinah.

---

**1ère parution :** Şafar-ul-Muzaffar – 1446 AH – (Août 2024)  
**Traduit par :** Le département de traduction (Dawat-e-Islami)  
**Éditeur :** Maktaba-tul-Madinah  
**Quantité :** -

### PARRAINAGE

N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez parrainer l'impression d'un livre religieux ou un livret pour Isaal-e-Sawab des membres décédés de votre famille.

### Maktaba-tul-Madinah

Aalami Madani Markaz, Faizan-e-Madinah Mahallah Saudagran,  
Purani Sabzi Mandi, Bab-ul-Madinah, Karachi, Pakistan

✉ **E-mail :** [global@maktabatulmadinah.com](mailto:global@maktabatulmadinah.com) | [feedback@maktabatulmadinah.com](mailto:feedback@maktabatulmadinah.com)

☎ **Téléphone :** +92-21-34921389-93

🌐 **Web :** [www.dawateislami.net](http://www.dawateislami.net) | [www.maktabatulmadinah.com](http://www.maktabatulmadinah.com)

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى خَاتَمِ النَّبِيِّينَ  
أَمَّا بَعْدُ فَأَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## Dou'ā pour lire le livre

Lisez la dou'ā (invocation) suivante avant d'étudier un livre religieux ou une leçon islamique, vous vous souviendrez de tout ce que vous étudiez إِنْ شَاءَ اللَّهُ :

اللَّهُمَّ افْتَحْ عَلَيْنَا حِكْمَتَكَ وَاَنْشُرْ  
عَلَيْنَا رَحْمَتَكَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ

### Traduction

Ô Allah عَزَّوَجَلَّ ! Ouvre-nous les portes de la connaissance et de la sagesse, et aie pitié de nous ! Ô Celui Qui est Le Plus Glorieux et Le Plus Honorable ! (*Al-Mustatraf, vol. 1, p. 40*)

**Note :** Récitez la Salât sur le Prophète ﷺ une fois avant et après la dou'ā.

## Table des matières

<b>Comment obtenir la bénédiction dans la nourriture ?</b> .....	i
Invocation d'Attar.....	1
L'excellence de la şalât sur le Prophète ﷺ.....	1
La vertu de manger un morceau de pain tombé au sol.....	2
Des morceaux de pain (Un récit).....	2
L'état d'esprit religieux.....	3
Elargissez la table à manger.....	4
Lorsque je lis un livret particulier.....	4
Distribuer des livrets.....	6
Se lécher les doigts après avoir mangé est Sounnah.....	7
Quelle partie de la nourriture est bénie ?.....	7
Comment obtenir les benedictions de la nourriture.....	8
Comment se lécher les doigts après avoir mangé ?.....	9
Il est Sounnah de se lécher les doigts trois fois après avoir mangé.....	9
Le nettoyage complet de l'assiette est Sounnah.....	10
Il y a plus de bénédictions à la fin.....	10
L'assiette invoque pour le pardon.....	10
Sagesses de léchage de l'assiette.....	11
Des mots qui inspirent.....	12

La récompense de l'affranchissement d'un esclave .....	12
Comment boire l'eau .....	13
Les gouttes qui restent après avoir bu.....	14
Résolution d'un problème de santé .....	14
Les aliments trop chauds sont interdits.....	15
À quel point refroidir les aliments ? .....	16
Les méfaits des aliments chauds .....	16
Mouche dans les aliments.....	17
Mâchez la viande lorsque vous la mangez.....	17
Un frère disparut retrouvé après 12 ans .....	18
Il y a aussi des sagesses dans l'invocation non-acceptée .....	19

أَلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى خَاتَمِ النَّبِيِّينَ  
أَمَّا بَعْدُ فَأَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ<sup>ط</sup>

## Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

### Invocation d'Attar

Ô Allah **عَزَّوَجَلَّ** ! Quiconque lit ou écoute le livret de 20 pages  
“ **Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?** ”  
Accorde-lui la capacité d’apprécier la nourriture et de toujours  
consommer uniquement du halal ! Je Te demande également de  
lui pardonner, ainsi qu’à ses parents, sans qu’ils aient à rendre  
de comptes.

أَمِينٌ بِجَاهِ خَاتَمِ النَّبِيِّينَ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ

### L’excellence de la **Ṣalāt** sur le Prophète **ﷺ**

Le dernier Prophète d’Allah, notre maître Muhammad **صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ**  
**ﷺ** a dit : “ Tant qu’un musulman m’envoie la **Ṣalāt**, les anges  
lui envoient continuellement la miséricorde. C’est à lui  
maintenant de décider s’il recite plus ou moins. ” <sup>1</sup>

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ      صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ

---

<sup>1</sup> Sunan Ibn Mājah, vol. 1, p. 490, hadith 907

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

## La vertu de manger un morceau de pain tombé au sol

Chers frères en Islam ! La miséricorde d'Allah ﷺ est immense, et souvent, un acte peut sembler petit mais avoir une grande signification.

Le compagnon ‘Abdullāh b. Umm Ḥarām رَضِيَ اللهُ عَنْهُ explique comment le Messager d'Allah صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ a dit : “ Faites preuve d'honneur au pain, car c'est un bienfait céleste et terrestre. Quiconque mange un morceau de pain tombé sur le tapis de la salle à manger sera pardonné. ”<sup>2</sup>

سُيْطِرَ اللهُ Chers frères en Islam ! Si seulement nous nous débarrassions de nos hésitations et mangions les morceaux de pain et les grains de riz qui tombent sur le tapis de la salle à manger, et nous nous rendions ainsi éligibles au pardon.

## Des morceaux de pain (Un récit)

Le compagnon ‘Abdullāh b. ‘Umar رَضِيَ اللهُ عَنْهُ vit un jour un morceau de pain par terre. Il dit à son serviteur : “ Nettoie-le et range-le. ” Lorsqu'il demanda plus tard ce morceau de pain au moment de l'iftār, le serviteur révéla qu'il l'avait mangé.

Ibn ‘Umar s'exclama :

---

<sup>2</sup> *Jāmi ‘-us-Şaghīr*, p. 88, *hadīth* 1426



Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

“ Pars ! Tu es libres ! J'ai entendu le Messenger d'Allah صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ dire : “ Celui qui ramasse un morceau de pain tombé et le mange, Allah عَزَّوَجَلَّ lui pardonne avant qu'il n'atteigne son estomac. ”

Comment puis-je te garder comme serviteur alors que tu as mérité le pardon ? ”<sup>3</sup>

## L'état d'esprit religieux

سَيِّدِ النَّاسِ Regardez la mentalité religieuse de nos pieux aînés. Un serviteur a ramassé du pain tombé par terre, l'a nettoyé et l'a mangé. Ce faisant, il a obtenu le pardon et a été libéré de la servitude par son maître.

Ô Seigneur du Prophète صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ ! par l'entremise du Prophète, accorde-nous une mentalité religieuse et un véritable amour pour la Sounnah ! Chaque fois que nous voyons un morceau de pain tombé, accorde-nous la capacité de le ramasser respectueusement, de le nettoyer et de le manger. Ô Allah عَزَّوَجَلَّ ! Supprime notre réticence à agir selon la Sounnah et pardonne-nous !

اٰمِيْنُ بِجَاهِ خَاتِمِ النَّبِيِّينَ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ

---

<sup>3</sup> *Tanbīh ul-Ghāfilīn*, p. 348, *hadith* 514

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

### **Élargissez la table à manger**

Les aînés pieux ne disaient pas “ Ramassez le tapis de la salle à manger ”. Ils disaient : “ Élargissez le tapis de salle à manger ” ou “ Augmentez la nourriture ”.

En disant cela, ils invoquaient pour que leur table à manger puisse accueillir plus de personnes, pour qu'il y ait plus de nourriture et pour qu'il y ait de grandes bénédictions. <sup>4</sup>

### **Lorsque je lis un livret particulier**

Chers frères en Islam ! Pour réussir dans les deux mondes, restez toujours attachés à l'environnement islamique de Dawat-e-Islami. Les avantages en sont innombrables.

Le texte qui suit est une déclaration résumée d'un frère en Islam de Calcutta (Inde). Il se souvient qu'il était autrefois éloigné de la Sounnah et fortement concentré sur les dernières tendances de la mode. Alors qu'il rentrait chez lui un soir, il est tombé sur un grand groupe de personnes portant des 'imāmahs. En s'approchant, il découvrit qu'un Madani Qafilah de Dawat-e-Islami était arrivé de Mumbai et qu'un rassemblement inspiré par la Sounnah était en cours.

---

<sup>4</sup> *Sunnī Bahishtī Zaywar, p. 566, résumé*

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

Il se dit : “ Ces gens ont fait un si long voyage pour venir dans cette ville. Je devrais écouter ce qu'ils ont à dire. ” Il s'est alors assis dans le rassemblement. Des livres et de la littérature de Maktabat ul-Madinah furent distribués à la fin. Il reçut lui aussi un livret et, en regardant le recto, constata qu'il s'agissait d'un livre intitulé “ *Un horrible chameau* ”.

En arrivant chez lui, il posa le livret et se dit : “ Je le lirai demain. ” Il se prépara à se coucher, mais avant de s'allonger pour dormir, il ouvrit le livret juste pour regarder à l'intérieur. Son regard tomba sur les mots suivants : “ Satan essaiera de te faire sentir paresseux, mais assure-toi de lire ce livret. **إِنَّ شَاءَ اللَّهُ** Tu sentiras un changement positif en toi. ” Cela le marqua profondément ”.

Il se rendit compte que Satan essayait de l'empêcher de lire ce livret. Réalisant que personne n'est promis à un lendemain et qu'il ne faut pas tarder à faire de bonnes actions, il commença à lire le livret au lieu d'aller se coucher.

Il le dit lui-même :

“ Je le jure par Allah **عَزَّوَجَلَّ**, devant Qui je me tiendrai le jour du Jugement dernier pour répondre de mes actes. Lorsque j'ai ouvert ce livret et que j'ai lu l'effroyable injustice infligée au Prophète **صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ** par les mécréants, cela m'a rendu insomniaque. J'ai commencé à pleurer pendant longtemps. ”

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

Cette nuit-là, il formula l'intention de voyager dans un Madani Qafilah dès le lendemain matin. Lorsqu'il alla voir ses parents pour leur demander la permission de voyager dans le Madani Qafilah, ils lui répondirent joyeusement qu'il pouvait le faire. Il partit donc pour y passer trois jours.

Le fait d'être entouré de ceux qui aiment le Messager d'Allah صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ le transforma complètement. اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ Il devint ponctuel dans l'accomplissement de la prière. Il commença à porter un 'imamah sur la tête et des vêtements conformes à la Sunnah.

Sa mère fut ravie de ce changement positif et invoqua beaucoup pour lui. Ses amis et sa famille ne pouvaient que se réjouir pour lui. اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ Aujourd'hui, il est à la tête d'une organisation qui travaille dur pour répandre la Sunnah.

صَلُّوا عَلَيَّ الْحَبِيبِ صَلَّى اللهُ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ

## Distribution de livrets

Chers frères en Islam ! Regardez l'impact positif de Dawat-e-Islami sur un jeune homme. Après avoir manqué la prière, il est devenu ponctuel et poursuit son chemin vers la réussite religieuse.

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

Cela souligne également les mérites de la distribution de la littérature de Maktabat ul-Madinah. Lorsque ce jeune homme lut le livret, il décida de rejoindre immédiatement le Madani Qafilah et orna sa tête d'un 'imāmah.

Pour transmettre la récompense aux membres de votre famille qui sont décédés, achetez de la littérature auprès de Maktabat ul-Madinah et distribuez-la lors des rassemblements islamiques, des mariages, des funérailles, des processions du Mawlid et d'autres événements.

Vous pouvez également placer un livret dans les cartes de mariage. Si la littérature que vous offrez laisse une impression indélébile sur quelqu'un, l'amenant à accomplir la prière et à agir selon la Sounnah, vous réussirez dans les deux mondes.

### Se lécher les doigts après avoir mangé est Sounnah

Le compagnon 'Āmir b. Rabī'ah رَضِيَ اللهُ عَنْهُ rapporte : “ Le Messager d'Allah صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ mangeait avec trois doigts et les léchait en terminant. ”<sup>5</sup>

### Quelle partie de la nourriture est bénie ?

Le compagnon Jābir رَضِيَ اللهُ عَنْهُ transmet :

---

<sup>5</sup> *Majma' uz-Zawā'id*, vol. 5, p. 23, hadith 7923

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

“ Le Prophète ﷺ nous a ordonné de lécher nos doigts et nos bols. Il a dit : “ Vous ne savez pas quelle partie de la nourriture abrite les bénédictions. ”<sup>6</sup>

### Comment obtenir les bénédictions de la nourriture

Chers frères en Islam ! Malheureusement, à voir la façon dont les musulmans mangent aujourd'hui, il semble qu'il y ait très peu de gens qui ont la chance de manger conformément à la Sunnah et de gagner les avantages qui en découlent.

Comme le hadith que nous venons de lire explique que nous ne savons pas quelle partie de la nourriture contient des bénédictions, nous devons nous efforcer de ne pas gaspiller la moindre particule de nourriture. Nous devrions retirer la viande des os de manière à ce qu'il n'en reste plus du tout. On peut également secouer les os dans une assiette, de manière que les morceaux de viande qui s'y sont coincés tombent dessus.

Si possible, essayez de manger aussi les épices cuites du plat, comme la cardamome, le poivre noir, le clou de girofle, la cannelle, etc. **إِنْ شَاءَ اللَّهُ** cela sera bénéfique. Au lieu de jeter les piments verts entiers du biryani et d'autres plats, retirez-les avant de les manger et conservez-les quelque part. Vous pourrez ainsi les mixer et les utiliser dans un autre plat.

---

<sup>6</sup> *Ṣaḥīḥ Muslim, p. 1122, hadith 2023*

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

De nombreuses personnes jettent également la peau du poisson, mais celle-ci doit être consommée. En résumé, toutes les parties des aliments doivent être prises en compte et toutes les parties consommables doivent être consommées. Les doigts et l'assiette doivent également être nettoyés afin qu'aucune particule de nourriture ne subsiste.

### Comment se lécher les doigts après avoir mangé ?

Le compagnon Ka'b b. 'Ujrah رَضِيَ اللهُ عَنْهُ explique :

“ J'ai vu le Messager d'Allah صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ manger avec son pouce, son index et son majeur, en les joignant.

Je l'ai vu se lécher les doigts avant de les essuyer, en commençant par le majeur, puis l'index, et en terminant par le pouce. ”<sup>7</sup>

### Il est Sounnah de se lécher les doigts trois fois après avoir mangé

Chers frères en Islam ! Se lécher les doigts trois fois après avoir mangé est Sounnah. S'il reste de la nourriture sur les doigts même après cela, vous pouvez continuer à les lécher jusqu'à ce qu'il n'en reste plus.

---

<sup>7</sup> *Majma' uz-Zawā'id*, vol. 5, p. 29, hadith 7941

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

Comme rapporté dans *Shamā'il ut-Tirmidhī* : “ Le Messager d'Allah صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ se léchait les doigts trois fois (après avoir mangé). ” <sup>8</sup>

### Le nettoyage complet de l'assiette est Sounnah

Le Dernier Prophète صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ a déclaré : “ Quiconque nettoie soigneusement l'assiette (en la léchant avec ses doigts pour la nettoyer) et ses doigts est rassasié par Allah عَزَّوَجَلَّ dans ce monde et dans l'au-delà. ” <sup>9</sup>

### Il y a plus de bénédictions à la fin

Le Messager d'Allah صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ a annoncé :

“ Une assiette de nourriture ne doit pas être emportée tant qu'elle n'a pas été léchée par la personne qui mange ou par quelqu'un d'autre. Il en est ainsi parce qu'il y a (plus) de bénédictions à la fin du repas. ” <sup>10</sup>

### L'assiette invoque pour le pardon

Le compagnon Nubaysha رَضِيَ اللهُ عَنْهُ rapporte que le Prophète Muhammad صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ a déclaré : “ Les assiettes demandent le pardon de celui qui les lèche après avoir mangé (en utilisant ses

---

<sup>8</sup> *Shamā'il ut-Tirmidhī*, p. 61, hadith 138

<sup>9</sup> *Al-Mu'jam ul-Kabīr*, vol. 18, p. 261, hadith 653

<sup>10</sup> *Kanz ul-'Ummāl*, vol. 15, p. 111, hadith 40 824



Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

doigts pour le faire). ” <sup>11</sup>

Une autre narration décrit comment l'assiette dit : “ Ô Allah, libère-le de l'Enfer tout comme il m'a sauvé de Satan. ” <sup>12</sup>

Le mufti Aḥmad Yār Khān رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ commente : “ Si un plat reste sale sans être nettoyé, Satan commence à le lécher. ” <sup>13</sup>

### Les Sagesses du léchage de l'assiette

Le mufti Ahmad Yār Khān رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ a également mentionné :

“ En léchant l'assiette, on respecte la nourriture et on évite de la gaspiller. La laisser sale attire les mouches. Les morceaux de nourriture qui y restent sont lavés dans l'évier, voire jetés à la poubelle, ce qui constitue un manque de respect majeur.

Si chaque personne ne laisse que quelques morceaux de nourriture dans son assiette et les laisse à la poubelle, cela représente une grande quantité de nourriture par jour. Cela montre qu'il y a de nombreuses sagesses dans le fait de lécher l'assiette. ” <sup>14</sup>

---

<sup>11</sup> Sunan Ibn Mājah, vol. 4, p. 14, hadith 3271

<sup>12</sup> Kanz ul-'Ummāl, vol. 15, p. 111, hadith 40822

<sup>13</sup> Mir 'āt ul-Manājīh, vol. 6, p. 52

<sup>14</sup> Mir 'āt ul-Manājīh, vol. 6, p. 38, résumé

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

## Des mots qui inspirent

Le dernier Prophète صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ a dit : “ Le nettoyage complet d'une assiette (en utilisant les doigts pour la lécher) m'est plus cher que le don d'une assiette entière de nourriture en guise de charité. ”<sup>15</sup> Lécher une assiette de cette manière est un acte d'humilité, et mérite donc plus de récompense que de faire la charité.

Le Prophète صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ a proclamé : “ Qu'Allah remplisse leurs estomacs dans ce monde et dans l'au-delà ; ceux qui lèchent l'assiette et leurs doigts. ”

Cela signifie qu'une personne est protégée de la pauvreté dans ce monde et de la faim le jour du Jugement. Il s'agit également de la protection contre l'Enfer, car personne n'y sera rassasié.<sup>16</sup>

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ

## La récompense de l'affranchissement d'un esclave

L'imam Muḥammad al-Ghazālī رَحِمَهُ اللهُ عَلَيْهِ écrit : “ Quiconque lèche son assiette, y verse de l'eau, la lave et boit l'eau qui en résulte reçoit la récompense de l'affranchissement d'un esclave. ”<sup>17</sup>

---

<sup>15</sup> *Kanz ul- 'Ummāl*, vol. 15, p. 111, *hadith* 40821

<sup>16</sup> *Mu 'jam ul- Kabīr*, vol. 18, p. 261, *hadith* 653

<sup>17</sup> *Iḥyā ' ul- 'Ulūm*, vol. 2, p. 7

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

## Comment boire l'eau

Chers frères en Islam ! Nous devons également faire attention aux autres ustensiles que nous utilisons pour manger et veiller à les lécher complètement pour les nettoyer.

Chaque fois que vous buvez du thé, du lait ou du jus, etc., dans une tasse, veillez à mettre de l'eau dans la tasse après l'avoir terminée et à la boire, afin que toute la boisson soit consommée correctement et sans gaspillage.

Si de la nourriture est vidée d'une casserole ou d'un grand récipient et qu'il en reste une petite quantité, il convient d'utiliser une cuillère pour la retirer si possible. Il ne faut pas que la nourriture reste dans les casseroles et soit gaspillée. Il faut retirer autant de morceaux de nourriture que possible ; il ne faut pas en gaspiller un seul.

Lorsqu'une marmite contient encore de la nourriture après avoir été vidée, on peut y verser de l'eau, la conserver au réfrigérateur et l'utiliser pour préparer d'autres repas. Mais cela n'est possible que si Allah عَزَّوَجَلَّ le veut.

Lorsque l'on nettoie un pot ou une tasse par léchage, ou que l'on y verse de l'eau pour boire, il est essentiel de garder à l'esprit que toute trace de nourriture doit être éliminée. Si des aliments restent dans le récipient, ce n'est pas considéré comme un lavage.

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

D'après mon expérience, une assiette n'est généralement pas nettoyée après avoir été lavée et bue une fois. Il est préférable d'y mettre de l'eau deux ou trois fois, de frotter son doigt tout autour de l'assiette, puis de la boire.

### **Les gouttes qui restent après avoir bu**

Quelques gouttes resteront après avoir lavé et bu dans l'assiette, cueillez-les avec votre doigt et consommez-les.

Après avoir bu dans un verre ou une bouteille, bien qu'il semble vide, vous verrez au bout de quelques instants des gouttelettes se rassembler au fond après avoir roulé le long des bords. Vous devriez également boire ces gouttes, car les hadiths expliquent clairement que nous ne savons pas quelle partie de notre nourriture contient des bénédictions.

Qu'il nous soit donné la capacité de laver et de boire dans nos assiettes et nos tasses de telle manière qu'il ne soit pas possible de savoir si l'on vient d'y manger ou d'y boire quelque chose.

### **Résolution d'un problème de santé**

En voyageant dans les Madani Qafilahs de Dawat-e-Islami, de nombreux problèmes sont résolus et d'innombrables maux disparaissent. Un frère en Islam raconte qu'à son retour d'un Madani Qafilah de 12 jours au Balouchistan, lui et d'autres voyageurs s'arrêtèrent dans une gare. Alors qu'ils

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

commençaient à parler aux gens et à les inviter à la droiture, ils rencontrèrent un frère qui avait une expérience étonnante concernant les Madani Qafilahs.

Ce frère raconta qu'il avait un jour souffert de douleurs intenses dues à des calculs rénaux. Son médecin lui conseilla de se faire opérer. Pourtant, un contemporain bienveillant lui conseilla de ne pas s'inquiéter et de voyager dans un Madani Qafilah, car les invocations y sont acceptées et Allah عَزَّوَجَلَّ fera disparaître ses problèmes.

Cette invitation, présentée avec amour, conquiert son cœur et il se mit en route pour un Madani Qafilah de trois jours.

أَلْحَدُّ لِيْهِ Dans ce laps de temps, son problème de calculs rénaux fut éliminé. Son médecin fut choqué d'apprendre cela, car les calculs étaient d'un type qui ne pouvait être enlevé que par une intervention chirurgicale.

صَلُّوْا عَلَيَّ الْحَبِيْبِ صَلَّى اللهُ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ

## Les aliments trop chauds sont interdits

Le compagnon Jābir رَضِيَ اللهُ عَنْهُ rapporte que le Dernier Prophète d'Allah صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ a dit :

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

“ Vous devez refroidir les aliments chauds, car il n’y a pas des bénédictions en eux. ”<sup>18</sup>

### À quel point refroidir les aliments ?

Sayyidatunā Juwayriya رَضِيَ اللهُ عَنْهَا élucide : “ Le Prophète صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ n'aimait pas manger de la nourriture avant qu'elle ne cesse de fumer (de dégager de la vapeur). ”<sup>19</sup>

### Les méfaits des aliments chauds

Chers frères en Islam ! Nous devons laisser refroidir la nourriture avant de la manger, mais cela ne signifie pas que nous la laissons refroidir au point qu'elle durcisse ou qu'elle devienne désagréable. Il faut la laisser refroidir jusqu'à ce que la vapeur cesse de s'en dégager.

Le mufti Ahmad Yār Khān a dit : “ Laisser la nourriture refroidir un peu et ne pas souffler dessus est une source de bénédictions et la manger ainsi permet d'éviter les problèmes de (santé). ”<sup>20</sup>

La consommation d'aliments et de boissons extrêmement chauds peut provoquer des cloques dans la bouche et la gorge, ainsi qu'une inflammation de l'intestin.

---

<sup>18</sup> *Al-Mustadrak*, vol. 4, p. 132, *hadith* 7125

<sup>19</sup> *Majma' uz-Zawā'id*, vol. 5, p. 13, *hadith* 7883

<sup>20</sup> *Mir'āt ul-Manājīh*, vol. 6, p. 52

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

De plus, boire de l'eau froide immédiatement après est néfaste pour les gencives et les intestins.

### Mouche dans les aliments

Si une mouche tombe dans un aliment ou une boisson, c'est un gaspillage et un péché de le jeter. Plongez la mouche dans la nourriture, retirez-la et consommez la nourriture sans vous inquiéter.

Le Prophète Muhammad ﷺ a expliqué :

“ Immergez une mouche lorsqu'elle tombe dans la nourriture (et retirez-la ensuite), car l'une de ses ailes contient un remède et l'autre une maladie. Lorsqu'elle tombe dans la nourriture, elle place d'abord l'aile qui contient la maladie, alors immergez-la complètement. ” <sup>21</sup>

### Mâchez la viande lorsque vous la mangez

Sayyidatunā 'Ā'isha As-Ṣiddīqah رَضِيَ اللهُ عَنْهَا rapporte que le Messager d'Allah ﷺ a déclaré : “ Ne coupez pas la viande avec un couteau car c'est la façon des non-Arabes. Mordez-la avec vos dents et mangez, c'est plus savoureux et plus satisfaisant. ” <sup>22</sup>

---

<sup>21</sup> Sunan Abī Dāwūd, vol. 13, p. 511, hadīth 3844

<sup>22</sup> Ibid, vol. 3, p. 511, hadīth 3844

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

S'il s'agit d'une grosse pièce de viande, comme un gigot rôti, il n'y a pas de mal à la découper au couteau comme il se doit.

### Un frère disparut retrouvé après 12 ans

Chers frères en Islam ! Pour apprendre et enseigner la Sounnah, continuez à voyager dans les Madani Qafilahs de Dawat-e-Islami. En plus d'acquérir des connaissances islamiques, vos problèmes terrestres seront également résolus - **إِنْ شَاءَ اللَّهُ**.

Un jour, lors d'un Madani Qafilah, un frère en Islam mentionna que son frère aîné avait voyagé à l'étranger pour son travail et qu'il n'avait plus de contact avec lui depuis 12 ans. C'est à lui qu'incombait la responsabilité de subvenir aux besoins des trois enfants de son frère et de leur mère, et leur situation financière était difficile.

Ce frère en Islam déclara qu'il s'était joint au Madani Qafilah avec l'intention d'y invoquer. Environ une semaine après la fin du Madani Qafilah, le frère en Islam se rendit à un rassemblement de Dawat-e-Islami, où il se mit à pleurer et révéla avec émotion qu'il avait reçu un appel téléphonique de son frère, avec lequel il n'avait plus de contact depuis 12 ans. Le frère, aujourd'hui retrouvé, lui avait également envoyé 125 000 roupies.

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ



Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

## Il y a aussi des sagesse dans l'invocation non-acceptée

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ Il y a beaucoup d'histoires comme celle-ci, décrivant comment ceux qui ont voyagé dans les Madani Qafilahs ont eu leurs invocations exaucées. Il y a aussi beaucoup d'autres personnes dont les souhaits ne se sont pas manifestés. Même si l'on ne voit pas de signes d'accomplissement de son invocation, il faut se contenter du décret d'Allah عَزَّوَجَلَّ. Comme c'est souvent le cas, il est parfois préférable de ne pas obtenir ce que l'on souhaite.

Le savant Mufti Naqī ‘Alī Khān رَحْمَةُ اللّٰهِ عَلَيْهِ écrit dans son livre, *Aḥsan ul-Wi‘ā* :

“ Telle est la sagesse d'Allah. Vous lui demandez sans le savoir quelque chose de mauvais pour vous, et Il rejette votre demande et vous sauve du mal.

Par exemple, vous cherchez à devenir riche. Or, la richesse peut nuire à votre foi. Vous cherchez à être en bonne santé et le bien-être, alors qu'en la connaissance d'Allah, être en bonne santé peut vous porter préjudice dans l'au-delà.

Un tel rejet est meilleur qu'une acceptation (c'est-à-dire qu'une telle invocation qui n'est pas acceptée est bénéfique pour vous).

Comment obtenir les bénédictions de la nourriture ?

عَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ رَكْمٌ ط

“ Il est proche que vous aimez quelque chose et c'est mauvais  
(en fait) pour vous. ”<sup>23</sup>

Lisez ce verset et soyez reconnaissant pour ce rejet (c'est-à-dire le fait que l'invocation ne soit pas acceptée). Parfois, à la place de l'invocation, on reçoit la récompense dans ce monde et dans l'au-delà. Vous recherchez les mauvaises richesses de ce monde alors qu'Allah عَزَّوَجَلَّ vous réserve les immenses richesses de l'au-delà. C'est le moment d'être reconnaissant et non de se plaindre. ”<sup>24</sup>

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ

---

<sup>23</sup> Saint Coran, partie 2, Al-Baqarah, verset 216 ; traduction de Kanz ul-īmān

<sup>24</sup> Faḍā'il-e-Du'ā', p. 159

Prochain livret hebdomadaire



**Dawate Islami France**

19 rue de Paris, 93380 Pierrefitte-sur-Seine, France

**Tel :** +33 6 58 94 83 51

**Web:** [www.maktabatulmadinah.com](http://www.maktabatulmadinah.com) | **E-mail:** [french.translation@dawateislami.net](mailto:french.translation@dawateislami.net)