



# 72

## Actes Pieux

*Pour les frères en Islam*

Une collection complète de lois islamiques et de Tariqah  
sous forme de questions

Par :

Shaykh Al-Tariqah, Amir Ahl Us-Sounnah, le fondateur  
de Dawat-e-Islami, Allamah, Maulana, Abu Bilal

# MUHAMMAD ILYAS

Attar Qadiri Razawi داعية بر الأئمة الرازي

Présenté par:  
**Markazi Majlis-e-Shoora**  
(Organe consultatif central de Dawat-e-Islami)



72

## Actes Pieux

*Pour les frères en Islam*

*Shaykh Al-Tariqah, Amīr Ahl Us-Sounnah,  
Fondateur du Dawat-e-Islami, 'Allamah Maulana*

دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَهُ

**Abu Bilal Muhammad Ilyas Attar Qadiri Razavi**



*Traduit en français par le*  
Département de traduction de Dawat-e-Islami

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ وَالصَّلٰوةُ وَالسَّلَامُ عَلٰى سَيِّدِ الْمُرْسَلِيْنَ  
 اَمَّا بَعْدُ فَاَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطٰنِ الرَّجِيْمِ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ط

## 56 actes pieux quotidiens

### Premier niveau : 19 actes Pieux

1. Aujourd'hui, avez-vous formulé au moins une **bonne intention** avant d'accomplir certaines actions permises ? (Pussions-nous encourager quelqu'un d'autre à le faire aussi ! Un acte pieux sera considéré comme accompli si une bonne intention est formulée avant trois actes).

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

2. **Aujourd'hui**, avez-vous accompli les **cinq prières quotidiennes** avec la Jama'at (en congrégation) ? (Pussions-nous jamais manquer d'accomplir la

	prière au premier rang avec le Takbīr-e-Oola [c'est-à-dire le premier Takbīr])															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>
3.	Aujourd'hui, Avez-vous <b>invité quelqu'un</b> à accomplir la prière avec vous, que ce soit à la maison, au marché ou à l'endroit où vous vous trouviez à l'heure de la prière, avant de la faire vous-même ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>
4.	Aujourd'hui, avez-vous récité ou écouté la Sourate Al-Mulk pendant la nuit ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>
5.	Aujourd'hui, avez-vous récité l'Ayat-ul-Kursi, la Sourate Al-Ikhlās et le Tasbih al-Fāṭimah رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا															

	au moins une fois après avoir accompli les 5 prières ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
6.	Aujourd'hui, avez-vous récité ou écouté au <b>moins trois versets</b> du Saint Coran avec la traduction Kanz-ul-Iman et le commentaire Khaza'in-ul-Irfan ou Noor-ul-'Irfan ; ou bien lu ou écouté au moins deux pages de Sirāt-ul-Jinān ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
7.	Aujourd'hui, avez-vous lu quelques Awraad (formules de Dhikr) de la <b>Shajarah</b> ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
8.	Avez-vous récité aujourd'hui la <b>Salāt sur le Saint Prophète</b> صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ au moins 313 fois ?															

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

9.	Aujourd'hui, avez-vous préservé vos <b>yeux des péchés</b> ? (C'est-à-dire en évitant de regarder des films, des séries, des images ou vidéos obscènes sur un téléphone, ou de regarder des femmes et des cousines non Maḥram, etc.)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

10.	Aujourd'hui, avez-vous préservé vos <b>oreilles des péchés</b> ? (Par exemple, en évitant la médisance, la musique, les conversations malveillantes ou obscènes, les sonneries musicales de téléphone, etc.)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

11.	Aujourd'hui, en marchant, en voiture ou en bus, avez-vous <b>baissé le regard</b> et évité les regards inutiles ? De plus, avez-vous évité de regarder ici															
-----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

et là inutilement ? (Pussions-nous garder le regard baissé lorsque nous conversons avec quelqu'un au lieu de fixer continuellement son visage sans nécessité ?)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

12. Aujourd'hui, avez-vous lu ou écouté un livre de A'l'a Hadrat رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ, ou un **livre ou livret** de Maktabatul-Madinah, ou le magazine mensuel “ Faizan-e-Madinah ” pendant au moins 12 minutes ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

13. Aujourd'hui, avez-vous **répondu à l'Adhān et à l'Iqamah**, en interrompant toute autre activité (conversation, appel téléphonique, etc.) ? (Si vous êtes déjà en train de manger et que l'Adhān commence, il n'y a pas de mal à continuer à le faire.

	De même, il n'y a pas de mal à se préparer pour les prières ou à faire le Wuḍū).															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>
14.	Aujourd'hui, lorsque vous vous êtes mis en colère contre quelqu'un (à la maison ou à l'extérieur), avez-vous su calmer <b>votre colère</b> en restant silencieux ou en évitant de parler ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>
15.	Aujourd'hui, avez-vous rempli les <b>cases du livret “ Actes Pieux ”</b> en réfléchissant à vos actions ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>
16.	Aujourd'hui, avez-vous obéi à votre Nigran (responsable) conformément aux principes émis par le “ <b>Markazi Majlis-e-Shura</b> ” ? (Lorsque la Shari'ah le permet, l'obéissance à la Shura équivaut															



à m'obéir, et (Lorsque la Sharī'ah ne le permet pas) la désobéissance à la Shura équivaut à me désobéir. (Sag-e-Madinah عَفَى عَنْهُ)																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total	
17.	Avez-vous parlé poliment, à la maison comme à l'extérieur, avec les jeunes et les personnes âgées aujourd'hui (continuez à sourire lorsque cela est approprié) ?															
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total	
18.	Avez-vous enseigné ou appris le Saint Coran à la <b>Madrasa-tul-Madinah</b> (Bālighan) aujourd'hui ? Les responsables de Dawat-e-Islami qui ont terminé la lecture du Coran avec Tajweed (règles de récitation), et qui ne peuvent pas assister à la Madrasa-tul-Madinah (pour les frères en Islam) ce jour-là pour des raisons organisationnelles,															

devraient réciter une partie, la moitié ou au moins le quart d'une partie.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

19. Aujourd'hui, avez-vous essayé de dormir **dans les deux heures qui ont suivi la congrégation de la prière d'Isha** ? (À condition qu'aucun droit d'autrui ne soit lésé par un retard dû au fait de regarder Madani Muzākarah en direct à la télévision et d'assister à des rassemblements spéciaux, etc. de Dawat-e-Islami ou de prier et d'étudier après être rentré chez soi à temps, cet acte vertueux a été accompli.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

## Deuxième niveau : 19 Actes Pieux

20. Avez-vous consacré au moins **deux heures** aujourd'hui aux **activités islamiques** de Dawat-e-Islami, conformément au programme fourni par votre Nigrān (responsable) ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

21. Avez-vous réveillé d'autres musulmans aujourd'hui pour la prière de Fajr ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

22. Avez-vous évité de regarder inutilement à l'extérieur par les fenêtres de votre maison ou à **l'intérieur des maisons d'autrui** par leurs portes, fenêtres, etc. aujourd'hui ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

23.	Un <b>Dars (leçon religieuse)</b> a-t-il été donné à <b>votre domicile</b> aujourd'hui ou en votre absence pour une raison valable ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>
24.	Avez-vous prononcé ou écouté au moins <b>un Dars islamique</b> aujourd'hui (dans une mosquée, un magasin, un marché, etc., là où c'est possible) ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>
25.	Avez-vous porté des vêtements conformes à la Sounnah aujourd'hui (qui ne devraient pas être de la couleur que les femmes portent habituellement, par exemple une couleur vive, ou qui ne devraient pas être d'une couleur interdite par la Shari'ah) ? <sup>1</sup>															

---

<sup>1</sup> Il est Sounnah que la longueur du kurta atteigne la moitié du tibia et que la longueur des manches atteigne au maximum le bout des doigts,

	(Le port d'une longue robe arabe au-dessus des chevilles est sera considéré comme correct).															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
26.	Vous conformez-vous à la Sounnah en gardant vos cheveux conformément à la Sounnah ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
27.	Maintenir une poignée de barbe est Wājib. Aujourd'hui, vous êtes-vous abstenu de commettre le péché de <b>raser votre barbe ou de</b>															

---

et que la largeur atteigne l'envergure d'une main. (*Rad-dul-Muhtar*, vol. 9, p. 579) Les vêtements blancs sont meilleurs que tous les autres vêtements et le Saint Prophète ﷺ les a également appréciés. Il est rapporté par Sayyiduna Samurah رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ que le Bien-Aimé Prophète ﷺ a dit: “ Portez des vêtements blancs, car ils sont plus purs et meilleurs, et enveloppez-en vos morts. ”

(Tirmizi, *Kitab-ul-Adab*, vol. 4, p 370, *Hadith* 2819)

**la tailler à une longueur inférieure à une poignée ?**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

28. Aujourd'hui, **مَعَاذَ اللَّهِ**, si vous avez commis un péché, vous êtes-vous repenti immédiatement ? (Efforçons-nous de réciter l'Istighfar chaque jour, c'est-à-dire **أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ**, au moins 70 fois par jour).

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

29. Avez-vous mangé selon la Sounnah aujourd'hui et récité les invocations avant et après le repas ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

30. En allant au travail ou en rentrant chez vous, dans les transports, avez-vous **adressé le salām aux musulmans** aujourd'hui ? De même, en

passant dans la rue, avez-vous salué par le <b>salām</b> les <b>musulmans</b> assis ou debout sur votre chemin ?																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total	
31. Avez-vous mis en pratique les Sounnahs suivantes aujourd'hui ? (Miswak, entrer et sortir de la maison, dormir, se réveiller, s'asseoir face à la Qibla, etc.)																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total	
32. Aujourd'hui, avez-vous accompli les quatre unités de prière Sounnah qui précèdent les unités Fard de <b>Dhohr</b> ? (Rappelez-vous que ces quatre Sounnahs sont Sounnah Mou'akkadah, c'est-à-dire fortement recommandées, et les accomplir avant les quatre Fard de Dhohr fait également partie de la Sounnah-Mou'akkadah).																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	

	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
33.	<p>Aujourd'hui, avez-vous accompli la prière de Tahajjud ?</p> <p>Et si vous n'avez pas dormi durant la nuit, avez-vous tout de même accompli la Salāt al-Layl (prière nocturne) ?</p>															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
34.	<p>Aujourd'hui, avez-vous accompli les prières surérogatoires d'Ishrāq, Chasht ou Awwābīn ?</p>															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
35.	<p>Aujourd'hui, avez-vous accompli les Sounnahs qui précèdent les unités de prière fard de 'Asr et de 'Ishā' ?</p> <p>Puissions-nous avoir le privilège d'accomplir régulièrement les Sounnahs qui précèdent 'Asr</p>															



	et 'Ishā', ainsi que les Nawāfil après les prières de Dhohr, Maghrib et 'Ishā'.															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>
36.	Aujourd'hui, avez-vous <b>encouragé quelqu'un</b> , par un effort individuel, à accomplir au moins une des 12 <b>activités islamiques</b> de Dawat-e-Islami ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>
37.	Aujourd'hui, avez-vous utilisé un objet appartenant à quelqu'un d'autre (comme des pantoufles, un tchador, un téléphone portable, un chargeur, une voiture, etc.) après l'avoir emprunté ?															
	Si vous avez l'habitude d'emprunter des objets à autrui, efforcez-vous d'éliminer cette habitude.															

Conservez en toute sécurité l'objet nécessaire après l'avoir marqué.																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total	
38.	Aujourd'hui, vous êtes-vous abstenu de dire ou d'écouter un mensonge, de commettre ou d'écouter la médisance, et de participer à des commérages ?															
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total	
<b>Troisième niveau : 18 Actes Pieux</b>																
39.	Avez-vous regardé “ <b>Madani Channel</b> ” pendant un certain temps aujourd'hui ?															
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total	
40.	Entretenez-vous des <b>amitiés</b> ou des liens étroits avec certaines personnes ? (les amitiés et les															

groupes deviennent un obstacle à la progression des activités de l'organisation).																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total	
<p>41. Aujourd'hui,                    avez-vous                    <b>retardé</b>                    <b>le remboursement d'une dette</b>, alors que vous étiez en mesure de le faire, sans le consentement du créancier ?</p> <p>Et si vous aviez emprunté un objet pour un usage temporaire, l'avez-vous restitué dans le délai convenu, une fois votre besoin satisfait ?</p>																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total	
<p>42. Aujourd'hui,    vous    êtes-vous    abstenu    de commettre le péché d'hypocrisie ou de prétention en prononçant des paroles <b>d'humilité</b> que votre cœur ne reconnaît pas ?</p>																

Par exemple, dire : " Je suis inférieur " ou " Je suis faible " dans le but de susciter l'admiration ou le respect des autres, alors qu'au fond de soi, on ne se considère ni inférieur ni faible.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

43. Observez-vous la **propreté** et les **bonnes manières** au quotidien ?

La propreté inclut le soin apporté à son corps, ses vêtements, sa maison, son lieu de travail, ainsi qu'aux objets qu'on y utilise. Les bonnes manières englobent la ponctualité, le respect des espaces partagés, le fait de ne pas frapper inutilement aux portes (chez soi, dans une voiture ou ailleurs), et de toujours remettre à sa place tout objet emprunté, que ce soit à la maison, à l'école, au bureau ou chez autrui.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----

	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
44.	Aujourd'hui, si vous avez eu connaissance d'un défaut ou d'une erreur d'un musulman, vous êtes-vous abstenu de l'exposer à quelqu'un d'autre (en dehors des cas permis par la loi islamique) ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
45.	Aujourd'hui, avez-vous participé à un Halqah (cercle d'étude) pour lire ou écouter le Tafsir du Coran ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
46.	Aujourd'hui, avez-vous récité بِسْمِ اللَّهِ avant chaque tâche permise et respectueuse ? Ce simple acte de piété, s'il est accompli au moins trois fois dans la journée, est considéré comme accompli pour la journée entière.															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total

47.	Avez-vous livré ou écouté un Chowk Dars (en place publique) aujourd'hui ?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
48.	Aujourd'hui, avez-vous imploré le pardon de vos parents et de votre Pīr-o-Murshid (votre guide spirituel), et fait l'Isāl-e-Sawāb pour eux ? <sup>1</sup> (Même une seule récitation de la Salāt sur le Prophète ﷺ suivie d'un Isāl-e-Sawāb peut être une source immense de récompense pour eux).															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
49.	Aujourd'hui, avez-vous fait des efforts pour vous abstenir de l'Isrāf (le gaspillage) à la mosquée, à la maison, au bureau, ou ailleurs ? <sup>2</sup> À la mosquée, à la maison, au bureau, etc. ? (Par															

---

<sup>1</sup> Transmission de la récompense

<sup>2</sup> Gaspillage

exemple : utiliser l'électricité (lumières, ventilateurs, appareils) sans nécessité, laisser couler l'eau inutilement, ou consommer plus que ce qui est raisonnable.)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

50. Aujourd'hui, avez-vous respecté **le code de la route** ?

Cela inclut des gestes simples mais essentiels comme : porter un casque à vélo, ne pas utiliser le téléphone en conduisant, attacher sa ceinture de sécurité (y compris pour le passager avant), respecter les feux de signalisation, ne pas rouler à contresens, etc.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

51.	Si, <b>مَعَاذَ اللَّهِ</b> , un frère en Islam — en particulier un frère responsable — a commis une faute qui nécessitait une réforme, avez-vous tenté de le corriger avec douceur, par écrit ou par message ? ou, <b>مَعَاذَ اللَّهِ</b> , avez-vous commis le péché de médisance en révélant sa faute à autrui sans autorisation de la Shari‘ah ? Si vous n’avez pas réussi à le corriger vous-même, il n’y a aucun mal à en informer une personne capable de le réformer. Et si cette faute nuit à l’islam ou à Dawat-e-Islami, il est permis de traiter l’affaire selon les procédures établies par l’organisation.															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
52.	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>
	Aujourd’hui, avez-vous préservé <b>votre langue des péchés</b> ?															



C'est-à-dire : vous êtes-vous abstenu d'accuser injustement, de blesser les sentiments d'autrui, de proférer des insultes ou des jurons, ou de tenir des propos nuisibles ?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

53. Aujourd'hui, afin d'inculquer à votre langue l'habitude de se préserver des **conversations inutiles** — c'est-à-dire sans bénéfice religieux ni mondain — avez-vous essayé de communiquer quelque peu par des gestes ?

Puissions-nous avoir le privilège de converser au moins quatre fois par écrit et trois fois par des gestes chaque jour, afin de discipliner notre parole et préserver notre langue.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

54. Aujourd'hui, avez-vous fait des efforts pour vous abstenir de plaisanter, de vous moquer, de blesser les sentiments des autres et de rire à haute voix — que cela soit à la maison ou à l'extérieur ? (Rappelez-vous que c'est un péché majeur de blesser les sentiments d'un musulman sans exemption de la loi islamique).

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

55. Aujourd'hui, avez-vous porté le béni 'Imāmah (turban islamique) ?

Celui qui le porte pendant au moins une heure et douze minutes dans la journée aura accompli cet acte pieux.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

56. Aujourd'hui, avez-vous fait preuve de respect et de révérence envers vos parents ? Cela inclut : écouter leurs paroles tant qu'elles sont conformes à la Sharī'ah, leur baiser les mains, ne pas élever la voix devant eux etc. Pour plus d'informations, lisez le livret " Le Dôme Océanique ".

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	<b>Total</b>

Suivi de la pratique du Qufl-e-Madinah			
(Mois _____ Année 20__ )			
Date	Communiquer par écrit	Communiquer par les gestes	Parler sans fixer le visage de la personne
	au moins 12 fois	au moins 12 fois	au moins 12 fois
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			
<b>Total</b>			

## 9 Actes Pieux hebdomadaires

- |     |  |
|-----|--|
| 57. | Cette semaine, avez-vous envoyé une sœur en islam de votre foyer (sœur, fille, mère, épouse, etc.) au Ijtimā' (rassemblement) des sœurs en islam ?                                 |
| 58. | Avez-vous regardé ou écouté le <b>Madani Muzākarah hebdomadaire</b> ? (Durée : Au moins 1 heure et 12 minutes à partir du moment où la session de questions et réponses commence.) |
| 59. | Avez-vous assisté au <b>Ijtimā' hebdomadaire inspiré par la Sounnah</b> du début à la fin (c'est-à-dire de Maghrib jusqu'à Ishrāq et Chasht) ?                                     |

60.	Avez-vous eu le privilège d'observer l'I'tik āf pendant les vacances cette semaine ?	
-----	--	--

61.	Avez-vous rendu visite à une personne malade ou en détresse cette semaine, que ce soit à son domicile ou à l'hôpital, en <b>prenant de ses nouvelles</b> ou en lui apportant du réconfort ? En cas de décès d'un proche, avez-vous présenté vos <b>condoléances</b> conformément à la Sounnah ? (Pensez à lui conseiller la lecture de “ Les remèdes spirituels ” et à en offrir la récompense spirituelle.)	
-----	--	--

62.		
-----	--	--

	Au cours de cette semaine, avez-vous observé un jeûne le <b>lundi</b> (ou un autre jour si vous avez manqué celui du lundi) ? »	
63.	Avez-vous lu ou écouté le <b>livret hebdomadaire</b> de cette semaine ?	
64.	Avez-vous participé à “ <b>l'appel à la droiture de votre quartier</b> ” au moins une fois cette semaine ?	
65.	Avez-vous fait des efforts cette semaine pour rechercher au moins un frère en Islam (qui était autrefois associé à l'environnement islamique, ou qui assistait à l'Ijtima hebdomadaire mais n'y assiste	

	plus) et essayé de le faire rejoindre à nouveau <b>l'environnement islamique</b> ?	
--	--	--

#### 4 Actes Pieux mensuelles

- |     |   |  |
|-----|---|--|
| 66. | Avez-vous rempli le livret des “ Actes Pieux ” du mois dernier et l’avez-vous remis à votre Nigrān ainsi qu’au frère responsable dans votre environnement islamique ? |  |
| 67. | Avez-vous voyagé dans un Qafilah d'au moins 3 jours ce mois-ci ?  |  |
| 68. | Avez-vous fait un <b>don monétaire</b> ce mois-ci à un savant de l’Islam sunnite, ou à un imam, un Mu’azzin ou un gardien de mosquée ?                                |  |



69.	Dans le but de prendre l'habitude de s'abstenir de toute conversation inutile, avez-vous accompli le Qufl-e-Madinah pendant 25 heures (soit un jour) après avoir lu le livret " Le Prince Silencieux " le premier lundi de ce mois ? Ou bien avez-vous observé le Jour de Qufl-e-Madinah pendant 72 heures (soit trois jours) ?
-----	---

### 1 Acte Pieux annuel

70.	Avez-vous voyagé avec un Qafilah de 30 jours cette année, selon le planning ?
-----	---

### 2 Actes Pieux d'une vie

71.	Avez-vous suivi le cours d'une vie ? (Avez-vous lu ou écouté Minhaj-ul-'Aabideen, Jaa-Al-Haq, Bahar-e-Shari'at, Bayan (discours) sur l'apostasie de la partie 9, Bayan sur le commerce de la partie 16,
-----	---

Bayan sur les droits des parents, (si vous êtes marié à ce moment-là), discours sur Muharramaat et les droits du conjoint de la partie 7, discours sur l'éducation des enfants, le divorce, Hurmat-e-Musaharat, Zihaar et Talaq-e-Kinayah dans la partie 8, les livres écrits par A'la Hadrat رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ intitulés “ Tamheed-ul-Iman ” et “ Hussam-ul-Haramayn ”, les livres publiés par le Maktaba-tul-Madinah intitulés “ Kufriyah Kalimat kay baray mayn Suwal Jawab ”, “ Questions et réponses sur les dons”, “ Bunyadi 'Aqaaid Aur Ma'mulaat-e-Ahl-e-Sunnat ”, “ 'Aqeedah-e-Aakhirat ”, “ Das Aqeeday ”, “ Islam kay Bunyadi Aqeeday ”, “ Al Haq-ul-Mubeen ”, “ Les bases de l'islam (les 3 parties) ”, “ Kitab-ul-'Aqaaid ”, “ Guldastah Aqaaid-o-A'maal ”, “ 35

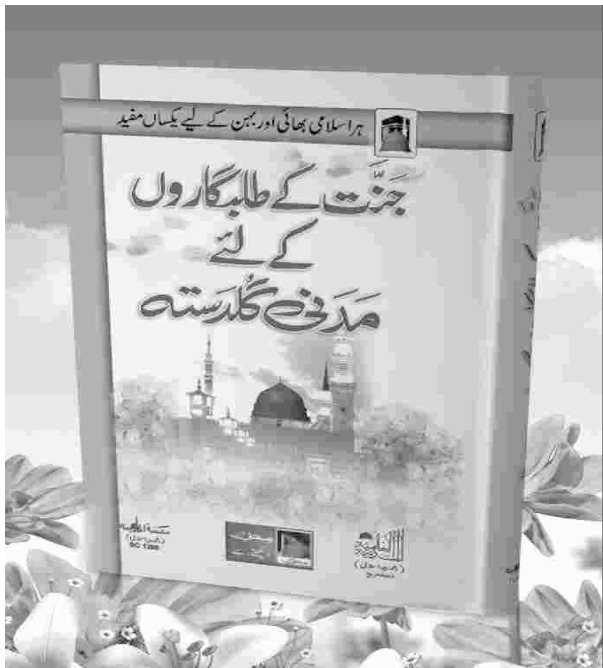
	<p>Kufriyah Ash'aar ”, “ 28 Phrases de Kufr (Mécréance) ”, “ A'la Hadrat رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ say Suwal Jawab ”, “ 'Ilm-ul-Quran ”, “ Les règles de la prière et tous les chapitres de Faizan-e-Sunnat ” ? (Pussions-nous lire le chapitre intitulé “ Les bénédictions du Ramadan ” de Faizan-e-Sunnat chaque année au mois de Sha‘bān ?)</p>	
72.	<p>Dans votre vie, avez-vous eu le privilège de voyager avec un Qafilah pendant 12 mois consécutifs, ainsi que celui de suivre <b>différentes formations</b> telles que : la formation sur les 12 activités Madani, les 7 jours de formation de l'Islah-e-A'maal, et les 7 jours de formation de Faizan-e-Namaz ?</p>	

## Bien-aimé d'Attar

Amīr Ahl Us-Sounnah دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةُ a déclaré : “  
Quiconque pratique régulièrement les quatre  
activités suivantes est mon “ **bien-aimé** ” :

1. Communique par écrit au moins 12 fois par jour
2. Communique par des gestes au moins 12 fois par jour
3. Garde les yeux baissés en parlant aux autres au moins 12 fois par jour
4. Met en pratique au moins 63 actes pieux par mois

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ





31 cases à cocher correspondant à 31 jours en dessous de chaque "Acte pieux" ont été données dans ce livret. Cocher la case à l'aide d'une "coche inversée" si vous avez eu le privilège d'accomplir des actes pieux. Dans le cas contraire, cochez la case avec un cercle "O". Vous progresserez dans les actes pieux, tout en éprouvant de la rancœur à l'égard des péchés. Il est mentionné dans un hadith béni : "Méditer un instant (sur les affaires de l'au-delà) vaut mieux qu'une adoration de 60 ans !" (Al-Jami' us-Sagheer lil-Suyuti, p. 365, Hadith 5897). Invocation d'Attar : **اَللّٰهُمَّ !** Quiconque agit selon les Actes Pieux pour gagner Ton agrément en remplissant le livret tous les jours et en le transmettant tous les mois au responsable local, accorde-lui la constance dans les actes pieux et fais de lui Ton serviteur élu.

**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)