

Cette revue a été sponsorisée par
un Oummedwar
Pour issalé sawâbes de koul
marhoum mo'minines wal
mou'minâtes.

Cette revue est réalisée par les
jeunes filles de l'Association
Khoja Shia Isnashri de l'EST de
l'île de la Réunion.

Comité de rédaction :

Abidaly Nehmate
Cassamaly Lada Shahéda
Djaffaraly Sivjee Nazoura
Mamodaly Soukaina
Radiabaly Sidika
Mamodaly Samia
Vasram Chabnam
Mamodaly Jivan Tahéra

Contact : zahra_news786@yahoo.fr
Portail : www.zahra-news.ift.fr

Si vous voulez réagir
à l'un de nos articles,
faire partager votre
opinion sur un sujet
quelconque ou tout
simplement nous en-
courager ou émettre
une critique cons-
tructive sur cette re-
vue, n'hésitez pas à
nous écrire (par
mail). Vos messages
seront publiés dans
« le courrier des lec-
teurs » dans la pro-
chaine édition
insha'allah !



« La créature qui a le plus de valeur dans ce monde est une femme vertueuse »
[Imam Jaffar AsSadiq a.s]

Zahra News n°2

Shawwâl 1427

Octobre 2006

Coup de coeur : Musulmans, ambassadeurs de l'Islam en Occident (page 21)
Psycho : Partagez le bonheur en couple ! (page 17)

**Expulsée
à cause
de son
HIJABE**

PAGE 13

**« C'est l'Islam qui
me donne la force
sur le terrain »**



Ribéry

Pages 6/7

**...Et le bilan du mois
de Ramzâne à l'Est ...
c'est en page 5 !**



**c'est bon pour la
santé !!**

PAGES 8/9

SOMMAIRE

Edito.....	Page 03
Khojas News.....	Page 04
Sport.....	Page 06
Coup d'œil sur le monde	Page 08
Mille saveurs.....	Page 10
Féminissime.....	Page 11
• Une présentatrice de télé voilée	
• Expulsée à cause du hijab	
• Témoignage d'une chrétienne convertie	
• Interview du Jour	
Psycho.....	Page 17
VIE DE COUPLE : Partagez le bonheur	
Forme et santé.....	Page 19
Coup de cœur.....	Page 21
Musulmans, ambassadeurs de l'Islam	
Anecdotes.....	Page 22
Spiritualité	Page 23
Funland	Page 25
Divers	Page 26

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Tout d'abord, la publication de cette revue est l'occasion pour nous de vous souhaiter, d'ores et déjà, et très chaleureusement idd-ul-Fitr Moubàrak !

Qu'Allah (s.w.t) accepte nos prières accomplies durant ce mois béni et nous offre la possibilité de profiter à nouveau des innombrables bienfaits de ce mois l'année prochaine insha'allah !

Un jour, Janàbé Ibrahim (as) invita des voyageurs non musulmans à déjeuner en sa compagnie. Ces derniers acceptèrent et mangèrent chez le Prophète. Une fois fini, les voyageurs demandèrent à Janàbé Ibrahim (as) ce qu'il souhaitait en échange de ce service qu'il avait rendu, en leur offrant le repas et l'accueil. Le Prophète Ibrahim leur répondit qu'il les avait servis pour l'amour de Dieu et qu'en échange, il ne souhaitait donc rien mais les voyageurs insistèrent. Suite à cette insistance, le Prophète leur demanda de se prosterner afin de remercier Dieu de ce qu'ils ont profité. Les voyageurs une fois prosternés, le prophète Ibrahim leva ses mains vers le ciel, et invoqua le Tout Puissant : « Ô mon Dieu, mon travail était de faire prosterner physiquement ces gens devant Ta grandeur, c'est à Toi, ô Seigneur, de faire prosterner leur cœur ».

De la même façon, nous prions Allah(swt) de faire parvenir ce livre et les messages islamiques aux shiites de notre communauté.

C'est à Toi, ô notre Seigneur, de faire en sorte que ces messages atteignent le cœur de nos lecteurs.

Ilahi Amine.

« Ensemble, construisons l'armée de notre Imamé Zamana (as) » .

L'EQUIPE ZAHRA NEWS

Le mois de Ramzâne à l'Est

Comme l'a affirmé notre saint Prophète (saw), le mois de Ramzâne est par excellence, le mois du rassemblement et des réunions conviviales, car rappelons le, Allah (swt) privilégie amplement les invocations récitées en commun, comparées à celles prononcées isolément.

C'est ainsi que chaque soir, les membres de l'AKSIE se réunissaient au Mehfilé Mourtouza (a.s) pour accomplir leurs prières en congrégation, partager un moment convivial lors du iftaar, pratiquer la lecture du Saint Qour'an pendant les « qourâne Khànès » et enfin augmenter leurs connaissances grâce aux takrires.

Le service, assuré par les membres de **Hasnéni Groupe** chez les hommes et par celles de **Zahra Groupe** chez les femmes, ne mérite que l'éloge. En effet, ces jeunes volontaires oublièrent leur propre appétit pour conforter celui des autres rozédars.



Ce mois béni était de surcroît l'occasion pour nous de tester nos connaissances sur le Qour'ané Majid, à travers les QCM hebdomadaires mis en place par le **Hasnéni Groupe**, lequel proposait également les diaporamas de diverses invocations, telles le Douà é Iftétah et le Jawshané Kabir, en arabe et en français.

Enfin, invité spécial de notre jamàte à l'occasion de ce mois béni, Sheikh Moukhtar Bodjani nous présentait quotidiennement ses takrires, dans lesquels il commentait avec un brio particulier les discours relatifs au mois béni de Ramzâne, prononcés par notre Saint Prophète (saw) pendant le mois de Shàbàne (« khoutbé shàbàniyàs ») ainsi que la philosophie du Douà.



Le Mot du Président

Toutes mes félicitations à l'équipe Zahra News, ces jeunes filles de l'Est qui se donnent tant de peine pour nous informer et surtout augmenter le Ilm des membres de notre communauté Shia Isnàshri de la Réunion. Ce journal est une preuve que nos futures mamans sont prêtes à prendre la relève. Qu'Allah (swt) accepte leur tâche et leur donne encore plus de courage pour aller de l'avant dans l'accomplissement du Tabligh. Ilahi Amine !

**Le Président de l'AKSIE
H. Mamod H. Abdoulhoussem**

Le plus grand des vices est de critiquer un autre d'un défaut que l'on a soi même

Sheikh Mohammad Khalfan

Sheikh Khalfan, qui est le fils de la sœur de notre très illustre marhoum Moulah Asghar, délivre pendant ce mois béni des Darss très instructifs sur le rapprochement d'Allah (swt).



Sheikh Abdul Aziz

Invité spécial du jamàte AKSI Nord de la Réunion pour la récitation du Saint Coran et des diverses invocations.



Les enregistrements de ces deux invités sont disponibles sur www.shia110.com

Multimédia

Salon de tchat religieux

Depuis le vendredi 29 Septembre 2006 à 22 heures 30 (heure locale), les webmasters du site www.shia110.com ont mis en ligne un espace interactif permettant à tous ceux qui le souhaitent de débattre avec convivialité sur des thèmes très divers, tester leurs connaissances en matière de culture générale ou de connaissances islamiques grâce aux quizz ou encore de discuter, poser leurs questions et faire partager aux internautes les informations relatives à notre communauté.

Pour y prendre part, il suffit de vous connecter à Internet et de vous rendre à l'adresse suivante :

<http://www.shia110.com/tchat>



radiorkr

Radio des khojas de la Réunion

A l'instar de la radio RVS (radio voix de la sagesse) à Madagascar, de jeunes réunionnais ont créé la radio RKR (radio des khojas de la Réunion), audible sur le web. Ainsi, lorsque vous êtes connectés à Internet, vous pouvez écouter diverses invoquations, nawhàs et marassiàs. Il est également possible d'y faire partager un message personnel, préalablement enregistré. Pour plus d'informations, rendez vous sur <http://www.rkr.new.fr/>



RADIO RKR

L'avare est celui qui connaît le moins la tranquillité de l'esprit

Ribéry, révélation de l'année ?

Franck (Bilal) Ribéry est né comme une blague le premier avril 1983 à Boulogne-sur-Mer. La vie ne lui a pourtant pas souri de suite. A peine avait-il deux ans qu'il traverse le pare-brise d'une voiture. S'il n'a gardé souvenir de cet accident de la route, les cicatrices sur son visage s'en chargent pour lui. Aujourd'hui, s'il fait peur aux défenses adverses, c'est par un jeu manifestement punchi et offensif. L'enfant du Pas-de-Calais s'est imposé comme une valeur sûre du championnat français puis de l'équipe de France.

A 16 ans, Frank Ribéry quitte le centre de formation de Lille pour mauvais résultats scolaires. A deux doigts de tout plaquer après cet échec au LOSC, il regagne sa ville natale. Il débute alors la saison 2000-2001 en CFA avec son club de Boulogne-sur-Mer.

Repéré par Jean Fernandez, il arrive au FC Metz en 2004. Au terme de la 4e journée, Metz est leader avec 10 points et Ribéry est sacré meilleur joueur du mois d'août. Ce départ en fanfare lui vaut une sélection chez les Espoirs de René Girard. Pour sa première entrée avec les bleuets, il marque face à la Slovaquie. Malgré cette bonne introduction en Ligue 1, Ribéry quitte Metz en janvier pour rejoindre le club turc de Galatasaray. Adulé du public, il se voit surnommé «Ferraribéry» ou encore «Scarface» et remporte la Coupe de Turquie. A cause d'un non versement de salaire, Ribéry quitte la Turquie pour rejoindre l'Olympique de Marseille, où un autre Boulonnais s'était précédemment illustré : Jean-Pierre Papin.

Retrouvant le coach Jean Fernandez, il carbure durant toute la saison, est élu plusieurs fois meilleur joueur du mois, mais perd en final de la Coupe de France. Etoile d'or France Football 2005-2006, Ribéry est sélectionné en équipe de France par Raymond Domenech alors qu'il n'avait jamais joué en bleu.



Il vaut mieux avoir peu qui suffit que beaucoup qui distrait.



Avant ses entrées sur le terrain, il n'est pas rare de voir Ribéry prier. Son épouse est musulmane, il a lui-même choisi l'islam comme religion. Il a d'ailleurs déclaré : «C'est l'islam qui me donne la force sur le terrain et en dehors».

Sa motivation sans borne et son niveau de jeu ont séduit le sélectionneur tricolore. Domenech n'est pas apprécié des supporters, journalistes, voire des joueurs. Ses choix ne semblent pas souvent être les plus judicieux et les critiques tombent suite aux mauvais résultats (parfois même avant). Mais si le sélectionneur peut se targuer d'une bonne intuition, en dehors du duo Abidal-Malouda, c'est bien celle de la venue de Ribéry.

Depuis la coupe du monde en juillet en Allemagne, ses accélérations impressionnantes, sa complicité avec Zidane et surtout son but libérateur face à l'Espagne en ont fait une des dernières coqueluches des supporters. Ribéry porte ainsi tous les espoirs de l'équipe de France dans les compétitions internationales à venir.

[Source: www.saphirnet.info]

Si tu rencontres un opprimé, assiste-le contre l'opresseur

L'amitié bonne pour le cœur

Lu dans le journal espagnol Diario Médico : « Avoir des amis et de bonnes relations avec sa famille va de pair avec un risque moindre de crise cardiaque ou d'attaque cérébrale. » Les médecins considèrent depuis longtemps que le taux de cholestérol, la tension artérielle et le poids ont une grande incidence sur le cœur. Cependant, selon une étude menée il y a quelques mois auprès d'environ 500 femmes souffrant de douleurs thoraciques, il faudrait prendre en compte aussi l'ampleur et la densité du réseau de proches amis du malade. L'étude a révélé que « [les femmes] qui avaient les moins bonnes relations sociales avaient deux fois plus de probabilités de mourir [prématurément] en comparaison avec les femmes plus sociables ». Carl Pepine, coauteur de l'étude, ajoute que, même « avec un ou deux amis intimes, on a noté une réduction du risque » d'attaque cérébrale ou de crise cardiaque.



• Plus de la moitié des couples américains qui passent devant monsieur le maire vivent déjà maritalement. Ces couples sont presque deux fois plus susceptibles de divorcer que ceux qui se marient avant de vivre ensemble. (Psychology Today, États-unis).



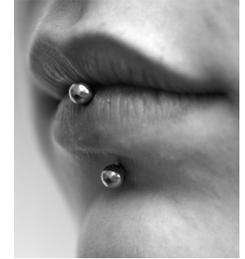
• D'après la table de mortalité présentée par l'Institut d'actuaire « fumer à 30ans diminue l'espérance de vie, de 5ans et demi pour les hommes, et de plus de 6ans et demi pour les femmes ». Néanmoins cesser de fumer à 30 ans réduit considérablement le risque de mourir d'une maladie liée à l'usage du tabac. (*The Times - Angleterre*).

• Aux États-unis, environ 1 personne sur 4 est atteinte d'au moins un trouble psychique en moyenne chaque année et près de 1 sur 2 le sera à un moment où à un autre de sa vie. (*Sciences News , États-unis*).

Donnez au salarié son salaire avant que ne sèche sa sueur.

Les risques du piercing

Il est très à la mode, surtout chez les jeunes, de se percer diverses parties du corps pour porter des bijoux. « Malheureusement, ils pensent rarement aux conséquences, lit on dans *Swiat Kobiety*, une revue polonaise. Passe la période de rébellion juvénile, et l'arcade sourcilière transpercée de morceaux de métal ne plaît plus » Bien que l'ornement puisse être ôté, des cicatrices restent. De plus la peau du visage peut endommager des nerfs ou des vaisseaux sanguins et provoquer une « perte de sensibilité » ainsi que « des infections et des blessures longues à guérir ». Les bactéries foisonnant dans « le milieu chaud et humide » de la bouche, le piercing provoque souvent à cet endroit là des infections et abîme les dents. Des kystes graisseux sous forme de papules apparaissent parfois dans des zones percées riches en cellules adipeuses, tels le nombril et les oreilles.

Les vertus des plantes d'intérieur

Lu dans le *Times* de Londres: « Des milliers d'élèves auraient de meilleures notes si on disposait des plantes un peu partout dans les écoles », déclarent des chercheurs. Le professeur Derek Clements-Croome, de l'université de Reading, a découvert que dans certaines salles de classe surchargées et mal aérées, le taux de gaz carbonique était de plus de 500% supérieur à celui recommandé, ce qui gênait la concentration des enfants et retardait leurs progrès. D'après une étude menée aux États-Unis, les plantes araignées sont le plus efficaces pour améliorer la qualité de l'air ambiant. Dragonniers, lierres, caoutchoucs, spatiphyllums et yuccas sont aussi de très bons destructeurs de polluants atmosphériques.



Diminue tes péchés, la mort te sera supportable, et diminue ton endettement, tu vivras libre.



CHAHI BIRYANI

Ingrédients :

- 1 poulet (ou escalopes de poulet)
- ½ Chou blanc (coupé en lamelle)
- ½ kg haricot vert (coupé en dés ou en lamelle)
- 4 carottes (coupé en dés ou en lamelle)
- 1 poignée de petit pois
- 1 gros oignon coupés en lamelle
- 2 poivrons vert coupés en lamelle

jirou, hardar, boîte tomate, moutarde, lassane, gingembre, jus de citron/vinaigre
Riz

Préparation :

Chauffer le beurre et huile et mettre 1 gros oignon, 1 cuil. a café jirou, les poivrons vert. Quand l'oignon devient transparent, mettre les légumes et laisser cuire à feu doux et mettre 1 cuil à café hardar (safran). Prendre un poulet coupé en morceau , et assaisonner avec de l'ail, du gingembre, 1 cuillère à soupe de moutarde, 1 cuillère à soupe de boîte tomate (ou plus), du jus de citron ou 1 cuillère à soupe de vinaigre. Laisser reposer ½ heure. Faites cuire dans une poêle avec 2 cuillères à soupe d'huile à feu doux. Faire cuire le riz avec du beurre, ensuite mélanger avec les légumes et en dernier lieu, avant de servir, mettre le poulet en haut.



Dessert à l'ananas

Ingrédients :

- 2 ananas mûrs
- 3 cuillères à soupe de sucre
- ½ verres d'eau
- 1 cuillère à soupe de custard
- 1 boîte de gloria
- 1 pot de crème fraîche
- le jus de 1 petit citron



Préparation :

Faire au préalable cuire au bain marie la boîte de gloria entière, environ 30 min. Couper en petits carrés l'ananas et y ajouter 2 cuillères de sucre. Faire cuire à feu doux, jusqu'à l'évaporation du jus. Puis laisser refroidir.

Faire cuire à feu doux ½ verres d'eau, 1 cuillère de custard et 1 cuillère de sucre jusqu'à ce que le mélange épaississe. Puis laisser refroidir. Mettre dans un bol le gloria, le mélange de custard et le pot de crème fraîche. Mélanger le tout à la batteuse. Rajouter petit à petit les petits morceaux d'ananas et le jus de citron. Mettre au réfrigérateur.

Au moment de servir, il est possible d'ajouter des morceaux de fruits ou de déguster avec des petits sablés au beurre.

Trois choses tuent l'homme: une avarice obéie, une passion suivie et l'infatuation de soi-même

Pour la première fois au Danemark, une présentatrice télé voilée

Pour la première fois au Danemark, une jeune fille voilée a présenté une émission sur la deuxième chaîne de télévision. L'émission en question traite de problèmes et de questions touchant directement la société danoise, la plus emblématique étant celle récente des caricatures. Le site Saphir-news a traduit de l'arabe les propos de la jeune Asmaa Abdel Hamid, lors d'un interview.

Agée de 23 ans, danoise d'origine palestinienne, Asmaa Abdel-Hamid a présenté pour la première fois le mercredi 29 mars 2006, en compagnie du journaliste Adam Holm, 36 ans, la première émission d'une série qui en comprend huit et qui s'attache à débattre, presque chaque fois en compagnie d'un invité, de sujets touchant directement la société danoise. Quant au choix de la chaîne de télévision qui s'est porté sur elle, Asmaa Abdel-Hamid raconte dans un entretien qu'elle a accordé au site Islamonline.net : « La télévision danoise m'a contactée pour m'informer de leur intention de diffuser une émission de ce type, et parmi quatre candidates, le choix s'est porté sur moi », précisant que sur les quatre candidates, elle était la seule voilée.

Asmaa Abdel-Hamid a démenti par ailleurs le fait que le choix de la chaîne s'est fait seulement dans le but de renvoyer au monde musulman une image positive du Danemark. « Je pense qu'ils m'ont choisie au vu de mes compétences, je ne peux imaginer qu'ils m'ont choisie pour mon voile. Je parle couramment la langue danoise et je maîtrise l'art du dialogue et du débat ». La jeune fille ajoute : « J'ai senti que c'était un pas important de la part de la télévision danoise, et c'est sans conteste un pas dans la bonne direction, car cela prouve qu'il n'est pas besoin pour une jeune fille de se défaire de ses principes pour pouvoir se faire une place dans la société danoise ».



La patience est la clé de l'issue et l'ascétisme est la richesse éternelle.

Ambassadrice de l'Islam

« Je pense que la décision de la chaîne de me nommer à ce poste me confère de grandes responsabilités en tant qu'ambassadrice de l'Islam, en m'efforçant toujours de donner une bonne image de la femme musulmane voilée dans tous mes faits et gestes, que ce soit au travail, dans mes études ou dans ma vie de tous les jours » précise Asmaa Abdel-Hamid.

Elle poursuit : « J'ai toujours été, en tant que musulmane et danoise, mais aussi Palestinienne et arabe, intimement convaincue qu'il nous fallait nous comporter entre nous sur une base humaine et que la base de notre vie commune devait être culturelle ».

S'agissant du soutien de la minorité musulmane et de celui de sa famille, Asmaa Abdel-Hamid raconte : « J'ai reçu un soutien sans faille de la part de ma famille. Depuis le début, ma mère et mon père m'ont laissé libre choix et m'ont soutenue et aidée dans tout ce que j'entreprenais ». « J'espère que j'obtiendrais le soutien nécessaire de la part de la minorité musulmane » poursuit-elle. « Il y en a beaucoup qui me soutiennent, mais il y en a aussi qui refuse l'idée même de mon apparition à la télévision. Mais ceux-ci sont une minorité. J'espère que les musulmans au Danemark se rendront compte de la nécessité et de l'importance de notre participation dans tous les domaines de la société danoise, afin que nous soyons une partie intégrante de celle-ci ».

Mails de soutien

S'agissant de ses estimations concernant les réactions du public danois, Asmaa Abdel-Hamid s'est dite « consciente du fait que dans les débuts de la diffusion de l'émission l'audience se rapportera surtout à mon voile, mais je suis confiante dans le fait qu'avec le temps, les téléspectateurs oublieront mon voile pour écouter mes positions ».

La jeune présentatrice a précisé qu'elle avait reçu beaucoup de courriers de la part des danois, que ce soit par téléphone ou par mail, « pour certains non dénués de critiques et d'attaques, mais je me comporte à leur égard selon les principes islamiques en tentant de leur exposer mes points de vue ».

Rappelons que Asmaa Abdel-Hamid est arrivée au Danemark alors qu'elle était âgée de six ans, qu'elle a une formation d'assistante sociale, et qu'elle est titulaire d'un master en sociologie. Elle a par ailleurs contribué en octobre 2005 au dépôt d'une plainte contre le Jyllands-Posten, journal danois qui a soulevé un tollé international en publiant en septembre 2005 douze caricatures du Prophète Mohammad.

Expulsée à cause du hijab !

Une jeune musulmane britannique de neuf ans a été expulsée d'une compétition amicale de Judo en France, parce qu'elle portait le voile islamique. L'équipe britannique dont elle fait partie, qui était venue à Houilles (au nord ouest de Paris) pour participer à cette rencontre amicale de Judo, s'est d'abord retirée du stade pour protester contre cette discrimination. Les jeunes gagnantes de l'équipe britannique ont ensuite rejeté leur médaille en signe de protestation. L'entraîneur de l'équipe, Li Davos, a déclaré être très surpris et choqué par une telle décision, en ajoutant que Zeyneb, ceinture rouge de Judo, pratique ce sport avec son voile et sans aucun problème en Angleterre. "C'est supposé être une compétition amicale, et c'est la première fois en 7 ans de tournois de Judo que quelque chose de semblable se produit.", a-t-il ajouté. Gilles Limousine, l'organisateur français du tournoi, a déclaré à la presse que sa décision d'expulser la petite Zeyneb était basée sur le fait que porter le Hijab était contre les règles. Lorsqu'il lui a été dit que Zeyneb jouait en Angleterre avec son Hijab sans aucun problème, l'organisateur a déclaré que les règles du Judo en France interdisent au joueur de porter le Hijab, tout en avouant lui-même ne pas pouvoir en apporter une preuve concrète. "Zeyneb porte son voile de telle sorte qu'il ne puisse pas l'étrangler", rassure en outre l'entraîneur Li Davos. "La réelle raison pour laquelle elle n'a pas été en droit de participer à cette compétition, c'est sa religion", a-t-il déclaré, ajoutant qu'un responsable français lui avait révélé qu'il existait en France une large campagne contre le Hijab, qualifiée par le gouvernement d'objet de propagande religieuse. Dans les tribunes, la petite Zeyneb est en larmes. "Je suis triste d'être expulsée parce que je porte le voile. J'ai tellement travaillé pour ce tournoi". Son entraîneur, Li Davos, laisse lui aussi couler quelques larmes. "Nous ne reviendrons plus jamais ici", déclare-t-il. Les lois françaises tolèrent des symboles religieux comme la "kippah" juive, ou les croix chrétiennes autour du cou. La campagne officielle de discrimination envers les musulmanes est non seulement appliquée, mais surtout scandaleusement soutenue par la quasi-totalité des politiciens français, en contradiction flagrante avec la Déclaration des Droits de l'Homme tant vantée par la France. Ainsi, les musulmanes voilées n'ont officiellement pas le droit à l'éducation en France.

Témoignage d'une chrétienne convertie

Pourquoi les femmes se convertissent elles à l'Islam ?

A un moment où l'Islam souffre d'une couverture médiatique erronée, il peut paraître inouï qu'elle soit cependant la religion attirant le plus grand nombre de convertis. Le plus étonnant réside dans le fait, que les femmes sont les plus nombreuses à se convertir à l'Islam, en dépit des allégations mensongères qui concernent le statut de la femme chez les musulmans.

Le statut de la femme dans la société est un problème soulevé il y a déjà quelques décennies et reste encore d'actualité. Lorsque l'on parle de « femme musulmane », pour beaucoup se dessine immédiatement l'image d'une femme enchaînée, dépendante, soumise inconditionnellement à son mari, cantonnée aux tâches ménagères,

dénuée de toute individualité, battue par son conjoint, enfermée dans un « hijab » empêchant le développement de son esprit critique, réduite par un père ou un mari tout puissant, au silence et à l'inaction.

Je rejette toutes ces accusations infondées et je voudrais poser à tous ceux qui véhiculent et croient à ces préjugés, la question suivante : pourquoi tant de femmes, nées au sein d'une société, européenne ou américaine, dite « civilisée », souhaitent elles rejeter leur « liberté » et leur « indépendance » pour embrasser une religion censée les opprimer et leur retirer leurs droits ?

Étant chrétienne, convertie à l'Islam, je voudrais simplement présenter mon expérience personnelle et les raisons pour lesquelles j'ai rejeté cette forme de « liberté » aux dépens de cette Religion extraordinaire - l'Islam - qui a permis la réelle émancipation des femmes, en leur accordant une position unique et un statut qui ne peut être égalé par aucune autre religion ni idéologie.

Avant de me convertir à l'Islam, j'avais d'excessives tendances féministes et comme beaucoup d'autres femmes de mon entourage, j'accusais l'Islam d'être une religion sexiste, discriminatoire, oppressive et accordant aux hommes plus de privilèges. Toutes ces idées préconçues provenaient d'une femme qui ne connaissait même pas l'Islam, endoctrinée en raison de son ignorance et ayant accepté délibérément une définition mensongère de l'Islam.

Cependant, malgré mes critiques acerbes à l'égard de l'Islam, je n'étais moi-même pas satisfaite de mon propre statut, en tant que femme dans la société. Le terme « liberté », défini de façon superficielle, ne prenait pas en compte le rôle social de la femme. Il semblait y avoir une contradiction évidente entre le statut théorique de la femme et les faits concrets et quotidiens.

Peu à peu, je me rendis compte que mon insatisfaction en tant que femme dans la société n'était que le reflet de mon appréhension de la société tout entière. Tout ce qui se trouvait autour de moi semblait se dégénérer, bien que les années 90 s'annonçaient comme une décennie de succès et de prospérité. Quelque chose de vital semblait manquer à ma vie et pourtant, rien ne pouvait remplir ce vide existentiel que j'éprouvais. Étant chrétienne, je commençais alors à me poser des questions sur la validité de mes croyances, telles la Trinité ou la déification de Jésus.

J'entrepris alors quelques recherches approfondies sur l'Islam, en commençant notamment par étudier le statut et les droits de la femme musulmane. J'étais surprise de voir que l'Islam définissait de façon claire et précise le rôle vital de la femme dans la société - rôle aussi honorable que celui des hommes - et lui attri-

buait par conséquent des droits inaliénables dans tous les domaines, sans injustice ni préférence à l'égard des hommes.

Allah swt dit dans le Saint Coran : « Et quiconque, homme ou femme, fait de bonnes oeuvres tout en étant croyant, ceux-là entreront au Paradis et on ne leur fera aucune injustice » [4:124]

J'approfondissais peu à peu mes connaissances sur les croyances et les préceptes islamiques, à la recherche de ce qui pourrait remplir le vide existentiel qui se faisait ressentir dans ma vie.

C'est ainsi que je me rendis compte que l'Islam était une religion parfaite et universelle, fondée sur une sagesse indéniable, ayant pensé de façon juste et équitable les droits et devoirs de chaque être humain afin que la société puisse vivre dans une harmonie complète et où chacun atteindrait la plénitude.

L'interview du jour...

1) *Le statut des femmes chez les khodjas vous semble t'il être en adéquation avec celui prôné par l'islam ?*

Je dirais Oui, plus ou moins. En tout cas, nous sommes en progression. De nos jours, et dans la majeure partie des cas, nous avons déjà mis un terme aux différents abus exercés sur les femmes, au sujet par exemple de leur droit de propriété, de la gestion de leurs biens, du mariage, du divorce (encore un peu mal vu tout de même), de l'héritage etc.

2) *Quel est, selon vous, la place des femmes dans la communauté ?*

Selon moi, la femme a une grande place dans notre communauté, comme dans toutes les autres communautés. Sans nous, le monde d'ici bas s'arrêterait et le monde de l'au-delà serait l'enfer. Il est vrai qu'autrefois, la femme était une souillure (l'enfer était fait pour nous).

Lorsqu'on annonçait la naissance d'une fille, les visages se noircissaient. L'épouse était considérée comme une esclave. A la moindre erreur, elle était battue. Elle n'avait le droit ni à la parole, ni à aucune autre décision. Aujourd'hui, alhamdoulillah, nous ne connaissons plus ce genre de problèmes. Nous avons accès à de hautes études, et également à nos marjâhs (internet, téléphone...).

Nos mawlânas ont eux aussi amélioré le contenu de leurs prêches. Nous sommes en progression.

De surcroît, l'homme en général a conscience que le paradis se trouve sous les pieds de sa mère. Qu'il le veuille ou non. Il sait très bien que celui

qui a eu une fille et qui ensuite ne l'a pas causé du tort, ni ne l'a déshonoré, et qui n' a pas non plus donné préférence à ses fils sur elle, Allah (swt) le fera entrer au Paradis par l'intermédiaire de cette fille. Le père sait très bien qu'il ne pourra compter que sur sa fille après sa mort. Nous sommes donc chéries par nos pères.

Ayant compris l'importance de la femme, l'homme sait très bien qu'il doit se comporter d'une manière bienveillante avec son épouse.

Les jeunes filles d'aujourd'hui sont bachelières, voir plus. Par conséquent, elles arrivent à mener le monde extérieur, à prendre en main le travail de leurs maris, s'occuper de la comptabilité. Les hommes savent très bien que le monde est entre les mains des femmes, mais ils ne le montrent pas. Ils ne se rabaissent pas. Si nous restons sur cette bonne voie, incha'allah, nos filles seront leader. Qu'Allah (swt) nous guide tous vers son agrément et nous éclaire sur la beauté de notre religion, l'Islam. Amine.

La chose qui manque chez les hommes envers la femme, c'est le Silé Ra-hém (pitié).

3) Est il possible d'être une femme musulmane et pratiquer pleinement sa religion tout en vivant en Occident ?

Personnellement, je n'ai aucune contrainte à pratiquer ma religion tout en vivant en Occident. Mais si j'étais étudiante, cela pourrait poser problème pour mon hijàbe. Je n'aurais pas pu faire les études souhaitées. De plus avec le hijàbe, dans les pays occidentaux, il est très difficile de trouver un travail convenable. Excepté cela, les problèmes que doivent connaître les femmes (et les hommes aussi d'ailleurs) musulmanes en Occident, c'est le savoir être, le savoir faire et le savoir vivre.

Pour éviter cela et accroître notre savoir, nous devons organiser des séminaires d'activités sociales et culturelles (comment prendre la parole en public, la politesse, le respect, la diplomatie...), comme le veut notre religion. Etant musulmane, la chose que j'admire chez les Occidentaux, c'est leur soif de savoir ainsi que leur coté humanitaire, initiés certes par l'Islam et cependant non appliqués chez nous.

4) Pour finir, quels projets soumettez vous pour l'émancipation des Femmes au sein de la communauté des Khojas ?

Il serait très intéressant de mettre en place une salle de sport, des cours ou autres, tant pour les hommes, les femmes et les enfants.

(Interviewée : D.S)

Spécial vie de couple : partagez le bonheur !

Le monde se divise en deux catégories : ceux qui cherchent leur moitié et ceux qui l'ont trouvée ! Vous faites partie des chanceux qui partagent leur bonheur à deux et qui ont donc déjà sauvé la moitié de leur foi (comme l'a affirmé notre Saint Prophète s.a.w) ? Mais comment préserver votre couple durant les épreuves ? Comment gérer les conflits ou la jalousie ?

Faire durer son couple

Quoi de plus exaltant que de s'engager dans une relation à deux avec l'âme soeur ? La vie de couple est un formidable bonheur, qu'il faut savoir préserver. Mais elle connaît souvent des hauts et des bas. Il n'y a certes pas de recettes miracles, mais quelques principes de base peuvent contribuer à faire durer son union. Savoir écouter l'autre, l'accepter tel qu'il est... Petit guide du bonheur à deux.

Les secrets du bonheur à deux :

L'homme et la femme sont faits pour s'entendre. Mais le quotidien apporte son lot de soucis, discordes, incompréhensions et fatigue, qui assombrissent la vie de couple...

Garder du temps à deux

Travail, enfants, télé, factures... Et le couple, dans tout ça ? Chaque jour, il faut parvenir à se ménager un temps d'écoute, un vrai moment d'intimité pendant lequel on ne se parle ni du boulot, ni d'argent ni d'éducation des enfants. Chacun ne se soucie que de l'autre, de son état d'esprit ou de ce qu'il a envie de raconter. Cette sollicitude mutuelle est valorisante car elle donne l'impression d'exister vraiment aux yeux de son compagnon. Instaurez le «quart d'heure» pour vous seuls, lors du dîner (à deux) ou une fois couchés...



Ne pas décider pour soi tout(e) seul(e)

Les décisions importantes doivent être prises après concertation et acceptation par les deux parties d'un compromis satisfaisant. Les membres du couple se trouvent ainsi sur un pied d'égalité, synonyme de dialogue, d'écoute, en un mot de respect mutuel.

Les conflits sont souvent inévitables, notamment dans le couple. Mais s'ils sont un mauvais moment à passer, ils sont également une forme de communication qui peut être constructive.

Toute situation relationnelle entraîne nécessairement des conflits. Ensuite, tout dépend du degré de liberté d'expression et d'égalité entre les individus. A l'origine d'un conflit, on trouve des intérêts divergents, des sentiments heurtés ou des désirs différents. En fait, le conflit pose la question de l'autre, qui a parfois la mauvaise idée de ne pas vouloir ce que l'on veut ! Tout le monde est amené à vivre des conflits ! Les moments de crise sont d'ailleurs inévitables et nécessaires dans une relation humaine aboutie. En cas de divergence, il est même souhaitable que l'affrontement arrive à maturité et puisse s'exprimer. Il pourra alors se résoudre au mieux. Il est nécessaire que chaque individu aille jusqu'au bout de l'expression de sa position, sans qu'il y ait domination ou écrasement de l'un par l'autre. Bien sûr, le conflit ne doit pas non plus devenir la règle.

Comment réussir à gérer un conflit ?

Il faut que chacun soit entendu par l'autre. De même, le but n'est pas qu'une sorte de vérité objective se dégage du conflit : ce n'est pas un tribunal ! Il ne doit pas y avoir un gagnant et un perdant. Enfin, l'objectif n'est pas non plus de fixer la responsabilité de l'un par rapport à l'autre.

Ce qui compte dans les conflits, c'est que chacun puisse exprimer ce qu'il a sur le coeur, et sache qu'il a été entendu. Bien sûr, cela est difficile et suppose que chacun accepte le point de vue de l'autre, sans pour autant abandonner le sien. Il faut accepter d'écouter et de reconnaître des opinions divergentes, ce qui demande une certaine maturité. Mais cette étape est nécessaire à la résolution du conflit. Il y a ensuite forcément un temps de "métabolisation".

La conclusion : Savoir accepter la différence

Considérez les défauts et les faiblesses de l'autre avec indulgence. Ils ne lui enlèvent en rien ses qualités, celles pour lesquelles vous l'avez choisi. Dans la vie quotidienne, apprenez à relativiser les petits conflits, à les hiérarchiser. Ce n'est pas parce que le ton monte qu'une relation est en danger. Au contraire, exprimer ses ressentiments ou son désaccord, montrer de la colère, c'est sortir de soi-même un mal-être qui, s'il restait enfoui, pourrait prendre, par la suite, des proportions catastrophiques.

Ecoutez donc ce que vous dit votre partenaire sans confondre systématiquement remarque un peu vive et critique. Et n'amalgamez pas le refus et le rejet.



Vous avez apprécié le sujet ?..La suite dans la prochaine édition !!!

Les bienfaits du sport

La pratique régulière d'une activité sportive associée à une alimentation équilibrée fait aujourd'hui partie intégrante de notre hygiène de vie quotidienne .

Stabilisation du poids

La sédentarisation de nos activités professionnelles et une alimentation souvent trop riche rendent nécessaire une dépense physique régulière. Un sport intensif de courte durée peut faire dépenser 200 à 300 calories mais ce sont les stocks glucidiques qui sont utilisés. Pour perdre du poids, mieux vaut opter pour des activités d'intensité moyenne, régulières et prolongées afin de brûler les graisses : marche, course à petites foulées, natation, ski de fond ...

Les dépenses énergétiques par sport sont difficiles à quantifier car elles dépendent de l'individu.

Marche à pied : 5 km en 1h ou 2h font brûler la même quantité de calories. La marche rapide fait brûler davantage de calories : les marcheurs des JO sur 20 km à 14-15 km/h brûlent plus d'énergie que s'ils avaient couru.
Jogging et course : 10 km en 1/2h ou en 2 h permettent de brûler 800 calories pour un homme de 80 kg. Allonger la foulée permet de brûler 15% de plus. Le muscle pesant davantage que le tissu adipeux, le résultat sur la balance est atténué. Le sport favorise cependant la réduction de la graisse sous-cutanée et la silhouette est plus fine et tonique. En cas d'entraînement intensif et régulier, le tissu adipeux s'abaisse à 10% du poids corporel pour les filles et à 5% pour les garçons. Dans un corps entraîné, les calories des repas sont utilisées par le muscle plutôt que stockées dans la graisse.

Pendant la grossesse

Sauf contre-indications, une activité sportive peut être maintenue tout au long de la grossesse. A partir du 2ème trimestre, il est cependant préférable de prendre des précautions. Le sport ne doit pas solliciter exagérément le coeur ni imposer trop de secousses. Les réflexes sont diminués et l'équilibre un peu modifié. Le sport contribue à maintenir la tonicité de la peau et à entretenir la musculature abdominale. Il stimule le retour veineux et permet de lutter contre les jambes lourdes et les varices.

Sports conseillés : marche (20mn/jour), natation, gymnastique , yoga, vélo sur terrain plat

Sports inadaptés : tennis, jogging (les ligaments sont plus fragiles durant la grossesse)

La pratique sportive doit s'accompagner :

d'une alimentation équilibrée riche en potassium, calcium, magnésium (légumes, fruits, viandes...) afin d'éviter les crampes plus fréquentes chez la femme enceinte d'une hydratation suffisante avant, pendant et après l'effort d'un temps de repos adapté.

MAUX DE TÊTE :

Une migraine peut être à une exposition au soleil prolongée. Si c'est votre cas, prenez une infusion de camomille ou allongez vous dans l'obscurité, yeux fermés avec quelques feuilles de menthe fraîche appliqués sur le front

FATIGUE :

Adoptez un tonique naturel dès que la fatigue se fait sentir ;le **sésame**. Consommez-le en graine ou en huile utilisez le en assaisonnement. Préparez une compote « anti-coup de pompe » en mélangeant cuillère à café de graines de sésames, cerneaux de noix et abricots (frais ou secs, selon la saison) dans de l'eau bouillante. Faites cuire à feu très doux pendant / heure. Laissez refroidir et mangez votre compote dans le journée.

INSOMNIE :

Si vous voulez dormir, commencez à bailler Tête en arrière, fermer fortement les yeux, ouvrez la bouche et bailler le plus largement et le plus longtemps possible. Ce profond bâillement agira par action réflexe sur les centres de sommeil.

POUR SOULAGER LES COUPS DE SOLEIL :

Ingrédients :160g de yaourt et 2 cuillères à soupe d'eau de rose.

Préparation : Mélangez les deux ingrédients

Mode d'emploi : utilisez ce mélange immédiatement car il ne se conserve pas

Appliquer le sur les zones douloureuses. Laissez agir 10 minutes.

Conseils plus :Choisissez toujours des yaourts nature en raison de leurs ferments actifs. Ils contiennent des enzymes destructrices qui combattent efficacement l'acné.

MASQUE RELAXANT :

un jaune d'œuf et une cuillère à soupe d'huile d'olive

Battez énergiquement un jaune d'œuf avec l'huile d'olive

Appliquez sur votre visage et votre cou pendant 20 minutes.

MASQUE ANTI RIDES :

Du miel liquide. Appliquez le miel sur votre visage et votre cou. Laissez agir une vingtaine de minutes puis rincer.

UNE BRULURE LEGERE :

Plusieurs méthodes peuvent être employés pour calmer une brûlure légère.

Vous pouvez baigner la partie brûler dans du vinaigre ;

Vous pouvez aussi appliquer une compresse de lait bouilli dessus ;

Enfin, vous pouvez saupoudrer l'endroit brûler d'un peu de bicarbonate de soude.

« Trois pincées de sel avant le repas et trois autres après le repas éloignent de l'homme 72 maladies, dont la folie, l'éléphantiasis et la lèpre » [Le Saint Pophète saw]

Les musulmans , ambassadeurs de l'Islam

Un nouveau imam a été affecté à une mosquée de Londres. Pour se rendre en ville, il prenait toujours le même bus, et souvent avec le même conducteur. Un jour, en achetant son ticket le conducteur se trompe et lui rend 20centimes de monnaie en trop. L'imam se rend compte de l'erreur une fois assis lorsqu'il a recompté sa monnaie. Il s'est dit qu'il devait rendre les 20centimes au conducteur, puis son naffs lui dit que c'est une somme ridicule et que le conducteur s'en moque! L'entreprise des transports en commun gagne beaucoup d'argent et ce ne sont pas ces 20 centimes qui affecteront leurs comptes. Il s'est dit qu'il pouvait les garder et les considérer comme un cadeau du ciel.

Arrivé à son arrêt, l'imam se lève et change d'avis, et avant de descendre il va voir le conducteur et lui rend les 20 centimes en disant:

- Vous m'avez rendu en trop

Le conducteur sourit et lui dit:

- Vous êtes le nouveau imam de la mosquée n'est-ce pas? En fait, ça fait quelque temps que je pense rendre visite à votre mosquée pour apprendre l'Islam, et j'ai fait exprès de vous rendre de la monnaie en trop pour voir votre réaction.

En descendant, l'imam a senti ses jambes flancher et a faillit s'effondrer. Il se ressaisit en s'appuyant à un poteau, puis il regarda le ciel les yeux en larmes: "Ô Allah! J'ai failli vendre l'Islam pour 20 centimes!!! "



La morale: Les musulmans, hors de la terre d'Islam, vous êtes en première ligne. Des ambassadeurs de l'Islam! Peut-être que vous êtes la seule, et la première, image concrète de l'Islam pour beaucoup de non-musulmans.

Soyez à la hauteur! Ne déshonorez pas la Oumma de Mohamad! N'oubliez jamais qu'à travers vous, on fera, malheureusement, le procès de l'Islam!

La blessure causée par la langue est pire que celle causée par la lame d'une épée

Hassan aimait tendrement sa mère et passionnément Leïla, sa femme. Mais Leïla n'aimait pas la mère d'Hassan, dont elle était terriblement jalouse. Sans cesse, elle torturait son mari avec ses exigences. « Si tu m'aimais vraiment, tu ne tolérerais pas qu'une autre femme me dicte sa loi sous notre toit. » Et Hassan chassa sa mère de leur maison. « Si tu m'aimais vraiment, tu n'irais plus voir cette femme qui médite de moi en secret. » Et malgré sa peine, Hassan ne rendit plus visite à sa pauvre mère. Mais la jalousie de Leïla était sans bornes. Un jour, elle exigea d'Hassan la plus cruelle des épreuves. « Si tu m'aimais vraiment, tu irais tuer cette femme qui me torture jour et nuit, et tu me rapporterais son cœur. » Hassan prit son couteau. Il alla voir sa mère et lui arracha le cœur. Mais tandis qu'il rapportait en pleurant son trophée à sa bien-aimée, il trébucha sur un caillou du chemin, et le cœur tomba sur le sol. Alors, du morceau de chair sali par la poussière, sortit une petite voix qui lui demanda : « Hassan, mon fils, tu ne t'es pas fait mal au moins ? »

Il était une fois, un roi qui se trouvait à la tête d'un pays prospère. Un jour, il fit un très long voyage. De retour dans son palais, il s'est plaint qu'il avait très mal aux pieds car c'était la première fois qu'il voyageait si loin et que les routes étaient très rocailleuses. Il ordonna alors à ses manœuvres de couvrir de cuir toutes les routes de son royaume.

Bien entendu, cela coûterait très cher et il faudrait pour cela sacrifier des milliers de bêtes.

Toutefois, un des serviteurs sage du roi osa faire une proposition : « Pourquoi voulez-vous dépenser une telle somme d'argent ? Pourquoi ne pas vous contentez de couvrir vos pieds avec du cuir ? »

Le roi fut très surpris par la suggestion faite par le serviteur, mais finit par accepter l'idée et fit ainsi fabriquer pour lui une paire de chaussures en cuir.

Voici une très belle leçon à tirer de cette histoire : ***pour rendre votre vie agréable, apportez des changements en vous et dans votre cœur, mais ne tentez pas de changer le monde***

Quand tu parles, évite de trop parler. Dis juste ce qu'il faut pour te faire comprendre

Aucune Issue

L'Islam nous enseigne de ne pas oublier notre mort et notre tombe et nous devrions être préparés pour cela en tout temps. Nos Prophètes et nos Imâms nous ont enseigné pour nous préparer pour notre mort, et le voyage subséquent vers le Paradis. Un jour nous mourrons tous, mais en même temps, si nous sommes bien préparés pour cela, alors nous ne serions pas effrayés par l'idée de mourir. C'est ce que les martyrs de Karbala nous ont enseigné : ***Vivez comme Ali et Mourrez comme Houssen !***

Il est hautement recommandé de lire le ***Souré-joum'ah*** au moins une fois par semaine, spécialement le Vendredi pendant le namazé Joum'ah. Dans cette sourate le Saint Coran dit " Dis-leur (Prophète Mohammad) en réalité la mort que vous fuyez vous atteindra en fait, puis vous retournerez vers le connaisseur de l'invisible et du visible, puis il vous informera de ce que vous oeuvriez.-(52:8)

Après la mort, tout notre pouvoir, force, santé, position sociale, intelligence, etc... nous quitteront. Après la mort ***un roi ne sera plus un roi, un homme riche ne sera plus un homme riche, un "quelqu'un" ne sera plus ce "quelqu'un", un professeur ne sera plus ce professeur. Personne n'échappe à la mort.*** Plus essayerons nous de nous éloigner de la mort, plus fermement elle s'approchera de nous.

L'événement suivant s'est passé du temps de notre Prophète Suleiman (as). Le Prophète Suleiman (Salomon) était également le Prophète des Chrétiens et des Juifs. Il était un Prophète très puissant. Il avait le contrôle sur l'air, la mer, les animaux, les gens et les esprits (Jinn). Un jour, un des compagnons du Prophète Suleiman vint le voir et dit " Mon grand Prophète, j'ai besoin de votre aide, je viens de voir un étranger au marché de la ville ".

Je sais que c'était l'Ange de la Mort. Mon temps est arrivé et l'Ange de la Mort prendra ma vie aujourd'hui. Je ne veux pas encore mourir. Mon Prophète je veux que vous m'aidez. Vous qui êtes si puissant, je vous supplie de m'envoyer dans une île très éloignée, où l'Ange de la Mort ne peut me trouver " Le Prophète Suleiman a accepté d'aider son compagnon. Le compagnon fut mis dans un bateau et le Prophète Suleiman ordonna à la mer par son pouvoir miraculeux de l'emmener vers une île très éloignée où personne n'a jamais été auparavant. Le compagnon du Prophète Suleiman a pensé avoir dupé l'Ange de la Mort qui, croyait-il, n'irait pas le chercher à une place aussi lointaine.

Trois jours plus tard, l'Ange de la Mort vint voir le Prophète Suleiman. Quand le Prophète a vu l'Ange de la Mort, il se souvint de son compagnon. Il demanda " Ô Ange de la Mort, te rappelles-tu avoir vu mon compagnon il y a trois jours au marché de la ville ? "L'Ange de la Mort a répondu " Oui je me souviens avoir vu votre compagnon au marché. J'étais très surpris de le voir là car Allah (swt) m'avait ordonné de mettre fin à sa vie ce même soir. On m'avait dit que votre compagnon se trouverait dans une île éloignée d'ici. Quand j'ai vu votre compagnon au marché, je me suis demandé comment cet homme pourrait être dans une île qui était à plusieurs jours de voyage d'ici. Ce soir là comme on m'avait dit, j'ai trouvé votre compagnon sur l'île et, comme ordonné par Allah (swt), j'ai mis fin à sa vie sur la terre. Le Prophète Suleiman a raconté à l'Ange de la Mort comment son compagnon a essayé de s'enfuir de sa mort, mais en réalité son voyage l'a enfermé vers sa mort.

Personne n'échappe à la mort et rien (l'argent, le pouvoir, la position...) ne peut nous aider à s'en échapper.

Un jour nous aurons tous à faire face à l'Ange de la Mort et commencer ce long voyage vers le Paradis ou l'Enfer.

La mort est juste la première petite partie du voyage vers le Paradis. Préparons nous pour cela dès maintenant pour que ce voyage soit confortable et facile.

Extrait du livre « la Voie du Paradis »

Le mois de Ramazâne

Dans sa sagesse infinie, Allah (swt) a prescrit à ses créatures les règles inaltérables leur assurant une vie digne dans ce monde et la félicité dans l'Au-delà. Parmi ces règles, figure le jeûne qu'il a ordonné aux communautés successives de croyants. Loin de se réduire à l'abstinence alimentaire, le jeûne exige de l'homme la mobilisation de tout son être. L'observation extérieure des règles du jeûne doit s'accompagner d'une maîtrise des sens et plus particulièrement de la langue. L'exercice spirituel que représente le jeûne doit démontrer à l'homme sa capacité de se priver pour un temps de ce qui lui semblait indispensable. Il doit lui révéler que, dans ce domaine, comme dans bien d'autres, vouloir, c'est pouvoir, à condition que l'intention soit ferme et que le but recherché soit l'agrément d'ALLAH.

Le but d'un tel acte d'adoration a été clairement défini comme la recherche de

l'état de crainte révérentielle de Dieu (la piété) critère de supériorité d'un individu sur un autre. Cette qualité ne se mesure que par celle des oeuvres qui en sont les témoins.

L'école du jeûne est sans équivalent et doit amener à faire taire en chacun la tendance à la domination des autres, l'ostentation, la crainte d'autre que Dieu et toutes les formes insidieuses de l'appel du diable, seul véritable ennemi du genre humain. Le diplôme sanctionnant le mois du jeûne est une somme de vertus nourrissant le croyant durant le court séjour terrestre qui, rappelons-le, est une somme d'épreuves à laquelle seul le retour à Dieu mettra fin. Dans un monde où la matière devient l'unité de mesure sacralisée, le jeûne du mois de Ramadan est là pour relativiser la conception dominante et pour fournir à ceux qui le désirent une arme à toute épreuve.

Le prophète (SAW) a dit:

«C'est le mois de la patience, et la récompense de la patience est le Paradis. C'est le mois du don. C'est un mois dans lequel les ressources du croyant augmentent. Un mois dont le début est miséricorde, dont le milieu est pardon et la fin affranchissement du feu de l'Enfer».

Prions donc Allah (swt) qu'il accepte nos ibâdates effétuées cette année en nous affranchissant du « feu de l'Enfer » et qu'il nous accorde encore le privilège de profiter des bienfaits de ce mois l'année prochaine ! Amine !

Le plus avare des gens est celui qui est avare de salutation [Le Saint Prophète]

• Une femme épouse un homme dans l'espoir qu'il changera et il ne change pas. Un homme épouse une femme dans l'espoir qu'elle ne changera pas et elle change.

• Une femme se préoccupe de son avenir jusqu'à ce qu'elle trouve un mari. Un homme ne s'inquiète jamais de l'avenir jusqu'à ce qu'il trouve une femme.

• Lorsqu'un couple se dispute, une femme a toujours le dernier mot. Tout ce qu'un homme peut dire après n'est que le commencement d'une nouvelle dispute.

• Le mariage est comme un mirage dans le désert : Palais, cocotiers, chameaux... Mais soudain tout disparaît et il ne reste que le chameau.

• Le petit demande à son père : "Papa, quand je suis venu au monde, qui m'a donné mon intelligence ?
- C'est sûrement ta mère, car moi, j'ai encore la mienne.

• Un père dit à son fils :

- Finalement, ta mère et moi on a été heureux pendant 25 ans.

- Et après ?

- Après on s'est rencontré...

• Une fois, deux gars se parlaient :

- Moi, ma femme c'est un ange !

- T'es bien chanceux, la mienne est toujours en vie!

• Quel est le féminin de "Assis dans le salon" ?

Debout dans la cuisine..

• Un patient gravement malade est à l'hôpital. La famille est réunie dans la salle d'attente.

Un médecin entre, fatigué et dit désolé : "Je vous apporte de mauvaises nouvelles. L'unique chance de survie est une greffe de cerveau. C'est une opération expérimentale, très risquée et dont les frais seront totalement à votre charge" La famille reste abasourdie.

Un des membres demande : "

Combien coûte un cerveau ? "

" Ça dépend, répond le médecin, 5000 Euro pour un cerveau d'homme, 200 Euro un cerveau de femme "

Alors un long moment de silence s'installe. Les hommes de la famille se retiennent de rire et évitent de regarder les femmes.

Un curieux ose quand même poser la question : " Docteur, pourquoi une telle différence de prix ? "Le docteur sourit face à une telle question, puis répond : " Les cerveaux de femme coûtent moins, car ce sont les seuls à avoir été utilisés "

Retrouve, dans la grille ci contre, les noms des 5 panjétnes ainsi que les noms suivants : Saki-na, Abasse, Sadjad, Baqir, Sadik, Kazim, Raza, Naqi.

C	Y	S	H	K	L	V	W	X	A
F	N	A	B	A	S	S	E	T	R
H	M	E	A	M	S	E	W	I	I
M	S	O	S	N	Z	S	R	Q	K
I	A	I	H	S	I	L	A	A	A
Z	D	U	R	A	U	K	Z	N	B
A	J	H	K	C	M	O	A	S	Q
K	A	L	L	A	H	M	H	S	R
J	D	U	A	M	E	T	A	F	G
K	I	D	A	S	Z	Q	O	D	Y