

CRASH COURSE DES JEUNES FILLES
ILE DE LA RÉUNION
1-15 JUILLET 2008
ORGANISÉ PAR L'A.K.S.I.N.

COURS DU 1^{er} JUILLET ASSURÉ PAR MASSOUMA BÉN
SUJET : HADITH DU SAINT-PROPHÈTE SAW

Il y a 5 choses qui *tuent* le cœur

Tuent le cœur = naçihat ne l'atteint plus

Ces 5 choses sont :

- trop manger
- trop dormir
- trop rire
- trop s'inquiéter pour le futur
- manger d'un rizq haram.

Il y a 5 choses qui *endurcissent* le cœur : (ne plus ressentir la pitié...)

- Sombrier dans le péché très souvent, à chaque pas
- Manger alors qu'on a le ventre plein
- Pratiquer l'injustice sur les gens
- Ne pas accomplir la prière à temps, sans raison valable
- Manger de la main gauche

Il y a 5 choses qui font *revivre* le cœur (il est à l'écoute du hidayat)

- Lire le sourat « Al Ikhlas » le plus souvent possible
- Manger modérément
- S'asseoir en compagnie de 'alims (gens qui ont le 'ilm)
- Accomplir le çalat oul layl (namaz e shab)
- Fréquenter le masjid

Il y a 5 choses qui rendent le cœur *lumineux* :

- S'asseoir en compagnie des 'oulémas
- Caresser la tête d'un orphelin
- Faire beaucoup de istighfar (demander pardon à Allah swt) à l'heure du sahar (période de la journée précédant l'aube, le fajr)
- Veiller longtemps la nuit pour faire 'ibadat
- Faire rodjas, jeûner.

Il y a 5 choses qui permettent *d'augmenter l'acuité de la vue* :

- Regarder vers la Ka'ba

- Regarder les écritures du Qur'an e Majid
- Regarder ses parents
- Regarder les visages des 'oulémas
- Regarder l'eau qui court, qui coule (mer, rivière, cascade)