

NAJM US SAQUIB

n° 2 Année 2021-2022



LA MÈRE EN ISLAM



Le serment d'allégeance de la Lajna Ima'illah

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ
وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ

**Ash-hadu Alla ilaha illAllāhu Wahdahu La Sharika
Lahu Wa Ash-hadu Anna Muhammadan Abduhu Wa
Rasuluhu.**

Je témoigne qu'il n'y a d'autre Dieu excepté Allāh. Il est Unique et sans partenaire. Et je témoigne que Muhammad (paix et bénédiction d'Allāh soient sur lui - pssl) est Son Serviteur et Son Messager.

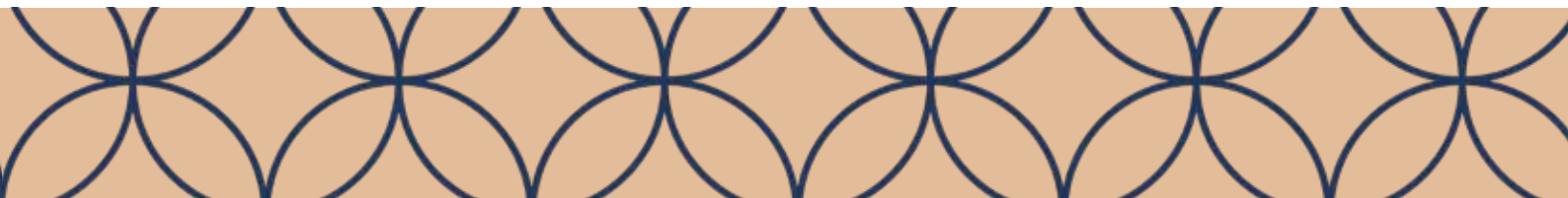
J'affirme que je serai toujours prête à sacrifier ma vie, mes biens, mon temps et mes enfants pour la cause de la foi et de la nation.

J'adhérerai à la vérité et je serai toujours prête à faire tout sacrifice pour la perpétuité du Khilafat e Ahmadiyya, Insh'Allāh.



Sommaire

Verset du Saint Coran <i>Sourate Luqman, verset 15</i>	04
Ahadith <i>La bienveillance envers les enfants</i>	05
Malfoozat <i>Non aux châtiments corporels sur les enfants !</i>	06
Perles de Sagesse <i>La mère, la première école</i>	07
Éditorial	08
Devenir mère	10
Ma mère, mon bouclier	14
Allāh avant tout	18
AMWSA <i>Pourquoi devrions-nous être vaccinés ?</i>	22
Bien-être et Santé <i>Comment trouver la paix intérieure ?</i>	24
Le Calendrier de la Lajna Ima'illah Nationale <i>De décembre 2021 à février 2022</i>	26
En cuisine <i>Poulet crémeux à l'ail</i>	30



Verset du Saint Coran

Sourate Luqman, verset 15

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ ^جحَبْلَتُهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ وَفِصْلُهُ
فِي عَامَيْنِ أَنْ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ ^طإِلَى الْبَصِيرِ

« Et Nous avons enjoint à l'homme au sujet de ses parents – sa mère le porte de faiblesse en faiblesse et son sevrage prend deux ans – ‘Sois reconnaissant envers Moi et envers tes parents. Après de Moi est la destination *finale*’. »

Commentaires

Ce verset coranique fait référence au deuxième devoir le plus important de l'homme, après son devoir envers Dieu - ses obligations envers l'humanité, qui commencent par ses obligations envers ses parents. Il lui est dit qu'il doit être bon et bienveillant envers ses parents. Luqman n'a fait référence qu'au devoir de l'homme envers Dieu, mais Dieu Lui-même complète son exhortation en ajoutant le devoir de l'homme envers ses parents et donne également la raison de le faire, à savoir que les parents subissent toutes sortes de sacrifices pour leurs enfants, en particulier la mère. Elle a donc droit à une mention spéciale.

(The Holy Quran with English translation and commentary, vol. 4, pp. 2081-2082)

Ahadith

La bienveillance envers les enfants

Hadrat Nu'man ibn Bashir (qu'Allāh soit content de lui - ra) rapporte que son père l'a emmené auprès du Saint Prophète (pssl) et a dit :

« J'ai fait don d'un de mes esclaves à mon fils ».

Le Saint Prophète (pssl) a demandé : « Avez-vous fait cela pour tous vos enfants ? »

Il répondit : « Non. »

Le Saint Prophète (pssl) a dit : « Souvenez-vous de vos obligations envers Allāh et faites preuve de justice entre vos enfants.

Désirez-vous que vos enfants se comportent avec justice envers vous ? »

Il a répondu : « Certainement. »

Le Saint Prophète (pssl) a dit :

« Alors pourquoi ne faites-vous pas de même ? »

(*Sahih Bukhari*, chapitre 49, hadith no. 770)

Le Saint Prophète (pssl) a dit :

« Ne maudissez pas un enfant car lorsque vous le maudissez, les anges ajoutent : 'Qu'il en soit ainsi' ; et il devient ainsi. »

(*Minhajut Talibeen*, traduit de la version anglaise *The Way of the Seekers*, p.54)

« Il vous faut respecter vos enfants et leur inculquer les bonnes manières. »

(*Sunan Ibn Majah*, no. 3671, vol. 33, hadith 15)



malfoozat

Non aux châtiments corporels sur les enfants !

Le Messie Promis (que la paix soit sur lui - as) dit :

« Je pense que ce parent qui inflige un châtiment corporel à son enfant, qui fait subir une violence humiliante à son enfant, sous prétexte de vouloir le discipliner et le guider sur le chemin d'Allāh, est en réalité, un polythéiste.

Lorsqu'une personne colérique punit un enfant sous la provocation, elle prend le rôle d'un agresseur sous l'emprise de sa colère et impose une punition excessive par rapport au mal qui a été commis. Un individu qui se respecte et se contrôle, qui est aussi indulgent et digne, a le droit de corriger un enfant dans une certaine mesure, selon les besoins, ou de chercher à le guider. Mais une personne colérique et impétueuse, cédant facilement à la provocation, n'est pas apte à s'occuper d'un enfant.

Je souhaiterais qu'au lieu de punir les enfants, les parents aient recours à la prière et prennent l'habitude de prier avec ferveur pour leurs enfants, car les supplications des parents en faveur de leurs enfants sont particulièrement bien accueillies auprès de notre Créateur. »

(The Essence of Islam, vol. 3, p.335, 2005)

Perles de Sagesse

La mère, la première école

Hadrat Mirza Masroor Ahmad (qu'Allāh lui accorde Son aide - aba) dit :

« Lors d'une réception en Allemagne, j'ai parlé des valeurs islamiques et, en entendant mes propos, une dame allemande a déclaré qu'elle était extrêmement heureuse d'apprendre que l'Islam prône de si belles valeurs et qu'il n'y a pas l'ombre d'un doute que ces principes constituent la clé même de la paix, tant au sein du foyer familial que dans la société au sens large. Elle a ajouté que ces valeurs étaient celles qu'elle souhaitait inculquer à ses enfants, mais malheureusement, à l'école, au nom de la liberté, on enseigne parfois des choses contraires.

Vous, toutes, qui faites partie de la Lajna Ima'illah, qui prétendez être les servantes d'Allāh, devez donc comprendre vos responsabilités envers vos enfants !

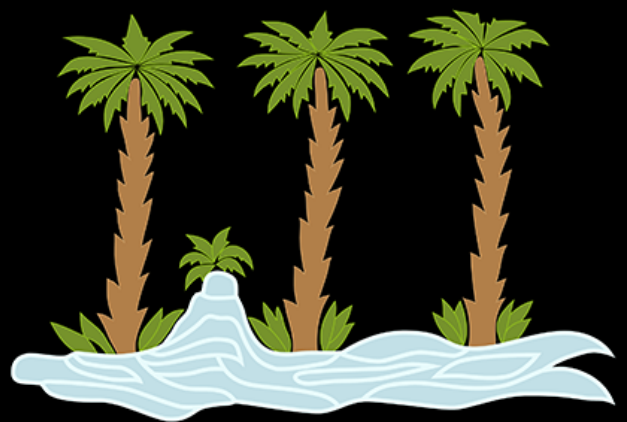
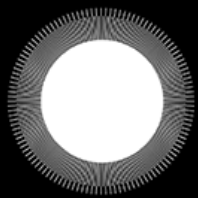
Vous devez établir les normes et les valeurs les plus élevées au sein de vos foyers. Vous devez agir selon les ordres d'Allāh. Ceci est particulièrement important surtout lorsqu'on considère que vous vivez dans des sociétés où il est trop facile pour vos enfants d'être induits en erreur ou qu'ils soient mal orientés. Il arrive que les enfants adoptent de mauvaises habitudes à l'école ou à l'extérieur de la maison. Donc, il est impératif que vous consacriez beaucoup de temps à vos enfants. Vous devez leur expliquer la distinction entre le bien et le mal. Vous devez leur inculquer des valeurs à protéger et à chérir. Vous devez leur expliquer les enseignements islamiques et les commandements saints d'Allāh et que c'est justement pour rétablir ces valeurs qu'Allāh a envoyé le Messie Promis (as). En ce qui concerne leur éducation séculière, vous devez bien sûr encourager vos enfants à apprendre et à atteindre l'excellence.

Cependant, si au nom de la liberté, les écoles enseignent des choses contraires à l'Islam, vous devez clairement expliquer à vos enfants quelles doivent être leurs valeurs et leurs croyances.

C'est une grande responsabilité qui vous incombe, car un jour, la réforme du monde sera la tâche de vos enfants. Il est certain qu'Allāh a confié la tâche de réformer le monde à la Jamaat du Messie Promis (as) et nous devons porter une attention particulière à cette grande responsabilité. Ce n'est qu'à ce moment que nous serons en mesure de protéger nos sociétés et de guider les autres vers les véritables enseignements de l'Islam. Ce n'est qu'alors que nous serons en mesure de sauver nos enfants et les générations futures. »

(Sermon prononcé lors de l'ijtema de la Lajna Ima'illah de l'Angleterre en 2005)

Éditorial



« J'affirme que je serai toujours prête à sacrifier ma vie, mes richesses, mon temps et mes enfants pour la cause de la foi et de la communauté. »

L'Ahad de la Lajna Ima'illah – serment que nous prononçons lors de chaque rencontre est adressé à notre Créateur, le Tout-Puissant. Faisons une petite introspection : réalisons-nous l'étendue de ces paroles, ou bien est-ce des paroles en l'air... ?

Pour nous, les mères ou futures mères, la partie la plus poignante de cette attestation est sans doute le sacrifice de nos enfants. Et peut-être, certaines parmi nous prononcent ces mots avec difficulté, vu l'envergure de cette promesse ? Peut-être que nous ne saisissons pas sa signification ? Comment concilier cette situation et convaincre nos cœurs de prononcer sincèrement et sans aucune hésitation ces paroles devant Allāh ?

D'abord, il faut comprendre pourquoi engendrons-nous des enfants ? Et qu'est-ce que cela implique pour l'Islam Ahmadiyyat ?

Le Messie Promis (as) nous explique que la raison pour laquelle nous désirons avoir des enfants ne devrait pas être uniquement pour avoir un héritier mondain. Bien au contraire, c'est pour avoir un héritier qui perpétuera les bonnes œuvres de ses aînés. Il dit :

« [...] tant que nous ne souhaitons pas avoir une progéniture qui soit religieuse, remplie de piété et qui rend service à la foi tout en démontrant une obéissance absolue envers Allāh, le Tout-Puissant, un tel désir [celui d'avoir des enfants] sera complètement futile, et en effet, c'est une forme de péché. »

(Extrait du sermon du vendredi 14 juillet 2017)

Ainsi, nous constatons, qu'en tant que musulmane ahmadie, l'objectif de procréer demeure de donner naissance à une nouvelle génération qui soit complètement dévouée à Allāh et au service de Sa religion.

Afin de résoudre le dilemme auquel nous faisons face, essayons de nous rappeler la raison-d'être de la Lajna Ima'illah. Deux de ses objectifs primaires ont été spécifiés par le Musleh Maud (ra), comme suit :

- **« Pour encourager les femmes ahmadies à enseigner, à guider et à former leurs enfants selon les préceptes et les pratiques islamiques.**
- **Pour inculquer en elles un tel esprit de sacrifice afin qu'elles soient toujours prêtes à sacrifier leurs vies, leurs biens et leurs enfants pour la cause de l'Islam [...]. »**

Ainsi, nous constatons que cette promesse – être prête à sacrifier nos enfants – n'est pas une contrainte. Mais, bien au contraire, elle est conforme aux enseignements du Messie Promis (as), aux objectifs établis par le Musleh Maud (ra), et par extension, aux préceptes islamiques.

Le Messie Promis (as) affirma :

« [...] il faut que nous soyons soucieux de la réforme morale de nos enfants. Allāh, le Tout-Puissant, a créé l'homme afin qu'il puisse L'adorer, tout comme le dit Allāh :

'Et Je n'ai créé les djinns et les hommes que pour qu'ils M'adorent.' »

(Le Saint Coran ; 51 : 57)

En d'autres mots, il faut élever nos enfants afin qu'ils deviennent des adorateurs d'Allāh, et être serviteur d'Allāh implique que nous soyons prêts à tout pour Sa Cause.

Nushkreen Jamal Ahmad

Sadr Lajna Ima'illah

*Devenir
mère*



Le moment le plus émouvant dans la vie d'une femme est probablement celui où elle apprend qu'elle va devenir mère. Après le sentiment initial de surprise viennent la joie et l'émerveillement, puis, à mesure que la réalité s'installe, l'appréhension pointe du nez. Est-ce que tout ira bien ? Le bébé, sera-t-il en bonne santé ? Comment s'y préparer ? Les paroles du Saint Prophète (pssl) pesant lourd sur les épaules, l'on se demande avant tout – comment se préparer pour qu'éventuellement le paradis se trouve sous nos pieds ? Ce sont des préoccupations naturelles que toutes les mères ont, qu'elles deviennent mères pour la première fois ou le sont déjà.

Devenir mère est un processus évolutif qui prend du temps. Certaines femmes s'y préparent avant même de tomber enceinte, dès lors qu'elles commencent à songer à devenir maman. Or, le désir d'avoir des enfants doit être précédé par la prière, et il n'y a probablement pas de meilleure prière à cet égard que celle de Hadrat Ibrahim (as) dans le Saint Coran :

« Mon Seigneur, accorde-moi un fils pieux. »

(Le Saint Coran ; 37 : 101)

S'autodiscipliner est la prochaine étape à franchir - et peut-être la plus difficile. C'est le moment où jamais de surmonter ses propres lacunes. Finies la paresse et les petites négligences ! Finies la restauration rapide, les nuits passées devant la télé, la grasse matinée, entre autres. Avoir un enfant en bonne santé nécessite que l'on s'assure de remettre les compteurs à zéro. En plus de prendre soin de son bien-être émotionnel, une future mère doit prendre soin de sa santé physique et s'assurer de manger sainement, de faire des exercices adaptés et de bien se reposer.

A quoi s'attendre ?

En général, un rendez-vous chez le gynécologue est programmé chaque mois. La maman fait un bilan de santé afin de vérifier que sa tension est bonne, qu'elle prend suffisamment de poids, entre autres. Lors de ces rencontres, la maman sera aussi conseillée sur son alimentation, son sommeil et la prise en charge de la grossesse. Les futures mamans auront au moins trois échographies pendant la grossesse ; celles-ci correspondent aux trois trimestres. Ces rendez-vous sont exceptionnels car ils permettent non seulement de voir le bébé mais aussi de savoir si elles attendent une fille, un garçon ou plusieurs enfants !

Pour préparer au mieux l'arrivée du bébé, les femmes peuvent se documenter ou même suivre des cours de préparation à l'accouchement. Ces leçons permettent de se projeter dans l'avenir avec moins d'appréhension. Néanmoins, devenir mère est un moment très personnel. Alors que certaines ont fini leurs achats et la chambre à la fin du sixième mois, d'autres attendent un mois avant la naissance avant de commencer. Chaque femme vivra cette expérience à sa façon.

Or, le seul élément constant qui doit être présent chez toutes les femmes musulmanes, c'est la prière. Peu importe les efforts, les résultats seront limités à moins que l'on se tourne vers son Créateur, et qu'on observe religieusement les commandements islamiques. La piété de l'enfant et son état spirituel sont tout aussi - sinon plus - importants que sa santé phy-

sique. D'ailleurs, avoir des enfants pieux est l'un des principaux objectifs du mariage en Islam.

La responsabilité du développement spirituel et moral des enfants a été attribuée aux mères parce qu'elles ont une plus grande influence sur eux. Afin d'y arriver, une mère doit, d'abord, avoir de l'amour pour Allāh le Tout-Puissant, puis le transmettre à ses enfants à travers son propre exemple. Ainsi, les mères doivent non seulement fournir les conseils qui guideront leurs enfants vers le paradis, mais elles doivent joindre le geste à la parole. Comme notre bien-aimé Calife, Hadrat Mirza Masroor Ahmad (aba) a souligné à plusieurs reprises, en s'adressant à la Lajna Ima'illah, il nous faut apporter des changements vertueux dans notre vie avant même que l'on devienne mère.

Souvenons-nous de la prière coranique offerte par Hadrat Zachariah (as) qui, émerveillé par la piété de Hadrat Maryam (as), a demandé à Allāh de lui accorder un enfant aussi pieux alors qu'il avait atteint un âge avancé. Cette prière exprime avec justesse le désir de tout couple marié sur le point de fonder une famille :

« Mon Seigneur, accorde-moi de Ta Part une descendance pure ; assurément Tu es Celui Qui entend les prières. »

(Le Saint Coran ; 3 : 39)

L'éducation morale d'un enfant commence avant sa naissance. Dans son livre *Minhajut Talibeen*, le Musleh Maud (ra) dit :

« La porte aux mauvaises pensées doit être fermée en particulier pendant que nous nous préparons à recevoir l'enfant. Que pouvons-nous faire pour garder nos pensées toujours pures et propres ? Si vous désirez faire du bien à vos futurs enfants, vous devez purifier vos propres pensées. L'Islam a une recette pour de telles situations ; lorsque le mari et la femme s'associent, ils doivent supplier : 'Protège-nous, ô Allah, contre Satan, et éloigne Satan de tout ce que Tu pourrais nous accorder'.

(*Way of the Seekers*, p.47)

Les prières pour le bien-être spirituel et physique et le développement de l'enfant sont extrêmement importantes tout au long de la grossesse, car le fœtus subit des changements merveilleusement complexes, en grandissant et en se développant jusqu'à sa forme finale. Les prières pour que l'enfant ait une nature pieuse et qu'il lui soit accordé une vie saine et prospère sont donc essentielles. Ainsi, les deux parents doivent accorder une attention particulière à l'observance de la *Salat* (la prière obligatoire) et des *Nawafil* (la prière volontaire), en particulier la prière *Tahajjud*. La prière ci-dessous semble être la formule magique :

« Et qui disent : 'Notre Seigneur accorde-nous de nos époux/épouses et de nos enfants la joie de nos yeux, fais de chacun d'entre nous un leader pour les gens pieux.' »

(Le Saint Coran ; 25 : 75)

Durant la grossesse, la future mère développe un lien très spécial avec son enfant à naître. En fait, le bébé peut être conscient des émotions de sa mère et même de sa voix. La recherche a maintenant renforcé ce que l'Islam a toujours reconnu ; au bout de six ou sept mois dans le ventre, le bébé peut entendre ce que sa mère dit et son cerveau reconnaîtra ces mots après la naissance. Il est pertinent de partager ici l'expérience personnelle du premier Calife, Hadrat Hakim Maulvi Noorudin (ra) qui a souvent dit qu'il se souvenait avoir entendu la récitation du Saint Coran par sa mère avant sa naissance ! Et tous ont témoigné du grand amour que le premier Calife (ra) avait pour le Saint Coran ! Ainsi, les futures mères sont fortement encouragées à réciter régulièrement le Saint Coran à haute voix.

La naissance d'un bébé change la dynamique de la vie familiale. Certes, cela apporte du bonheur, mais aussi des changements qui peuvent être difficiles. Dans ce cas, il peut être très utile que la mère et le père aient établi leur propre ensemble de valeurs. Ils doivent avoir une idée claire de ce qui est important pour eux et communiquer ce qu'ils attendent l'un de l'autre. Par exemple, dans quelle mesure le père voudra-t-il s'impliquer pour aider avec le bébé ? Les pressions que subissent les nouveaux parents, tels que les hauts et les bas émotionnels, la fatigue et le manque de sommeil, imposent un stress considérable à la relation conjugale et il est important que le couple sache que même si leur mode de vie changera considérablement, les choses finiront par trouver une nouvelle norme. L'essentiel, c'est d'établir une atmosphère harmonieuse dans la maison, père et mère étant sur la même longueur d'onde.

Le temps d'attente est souvent le moment où les parents deviennent créatifs et ambitieux en ce qui concerne le choix d'un prénom. Certains écrivent au Calife pour lui demander de leur faire honneur et de nommer leur enfant à leur place. Le Saint Prophète (pssl) a toujours choisi des prénoms ayant de belles significations, conseillant aux gens de changer leurs prénoms dont les significations étaient désagréables. Selon un *hadith* (Sunan Abu Dawud), le Jour du Jugement, nous serons tous appelés par nos prénoms et ceux de nos pères. Par conséquent, le Saint Prophète (pssl) nous exhorte à choisir de bons prénoms. Il est important de rappeler à nos lectrices qu'il faut surtout se tenir à l'écart de tout nom ayant trait au *shirk*, c'est-à-dire, toute association de partenaires avec Allāh Le Tout-Puissant.

Comme mot de fin, il importe de mentionner le programme *Waqf-e-Nau*, initié par le quatrième Calife, Hadrat Mirza Tahir Ahmad (qu'Allāh lui accorde Sa Miséricorde - rh) en 1987. Sous direction divine, le Calife a appelé les musulmans Ahmadis à dédier leurs enfants avant leur naissance au service de l'Islam de la même manière que Hannah (ra), mère de Maryam (as), avait dédié son futur enfant pour la cause d'Allāh. C'est une décision très importante, qui ne peut être prise à la légère et ne doit être prise qu'après des prières sincères. Les futurs parents doivent être tous les deux d'accord pour dédier leur futur enfant, dans un esprit de sacrifice pour l'amour d'Allāh. La décision d'inscrire l'enfant dans le programme *Waqf-e-Nau* doit être communiquée au Calife actuel avant la naissance.

Bibliographie :

1. *Paradise Under Your Feet*
2. *Devenir mère ; comment bien se préparer à l'accouchement ?* [article en ligne].

A close-up photograph of a hand with a gold ring pointing to a page in an Arabic book. The page features elegant calligraphy in black ink on a light background, with a blue border. A QR code is visible in the top right corner of the page. The text on the page includes phrases like 'قُلْنَا امْكُتُوا مِنْهَا جَمِيعًا' and 'لَا تَخَوْفُ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ'.

Ma mère MON BOUCLIER

Chaque génération de mères est confrontée à des défis pour élever leurs enfants et chaque génération a le sentiment que ses défis sont plus grands que ceux de la génération précédente. Il y a les défis de la vie quotidienne notamment nuits blanches, refus des enfants de se nourrir, rivalité fraternelle, chambres en désordre, devoirs manqués, adolescents peu communicatifs ou rebelles et j'en passe.

Mais il y a aussi les défis posés par la société dans laquelle les enfants passent la plupart de leur temps : pression des amis, les réseaux sociaux, les téléphones portables, l'indécence, les coutumes non-islamiques, l'immoralité, l'abus d'alcool et de drogues. Les mères musulmanes ahmadies, en outre, ont le défi d'élever leurs enfants pour qu'ils aiment et obéissent à Allāh Le Tout-Puissant, offrent régulièrement la *Salat* et suivent les commandements du Saint Coran.

Mais quels que soient les défis, aussi grands soient-ils, qu'ils soient posés par la vie quotidienne ou par les maux de la société, la meilleure façon de les surmonter consiste à suivre les conseils du Saint Coran, des *ahadith* et des conseils des Khulafa. En fait, les mères qui élèvent leurs enfants avec amour pour Allāh Le Tout-Puissant constateront qu'elles sont mieux équipées pour faire face à tous les autres défis que la vie leur lance.

PREMIER POINT : LA PRIÈRE

Rien n'est possible sans l'aide et le guide d'Allāh Le Tout-Puissant ; ainsi, aucun effort ne sera fructueux s'il n'est accompagné avec une ferveur dans nos prières. Le Messie Promis (as) a souligné la nécessité des prières pour maintenir un bon foyer :

« Si vous voulez vivre en sécurité et désirez la paix dans vos foyers, vous devez prier beaucoup. Remplissez vos maisons de prières. Une maison dans laquelle des prières sont offertes régulièrement n'est jamais détruite par Dieu. »

(*Malfoozat*, Vol. 3, p. 232)

Des prières constantes et sincères offertes sous forme de *Salat* ou autres, sont nécessaires pour réussir à élever des enfants vertueux. Le Saint Coran a donné cette belle et puissante prière qui peut être incluse dans chaque *Salat* :

« Notre Seigneur accorde-nous de nos femmes et de nos enfants la joie de nos yeux, et fais de chacun d'entre nous un leader pour les gens pieux. »

(Le Saint Coran ; 25 : 75)

Les mères doivent inculquer à leurs enfants l'habitude de se lever pour la prière de *Tahajud* (prière volontaire offerte avant l'aube). De plus, elles doivent suivre la pratique du Saint Pro-

phète (pssl) ; à savoir réciter les trois dernières sourates du Saint Coran et souffler sur eux-mêmes et leurs enfants matin et soir. Faire l'aumône fréquemment aide aussi à invoquer la protection d'Allāh Le Tout-Puissant contre les nombreux maux qui entourent nos enfants.

Le Messie Promis (as) a dit concernant l'éducation religieuse des enfants :

« Je souhaite qu'au lieu de punir les enfants, les parents aient recours à la prière, et prennent l'habitude de supplier avec ardeur pour leurs enfants ; car les supplications des parents en faveur de leurs enfants rencontrent une acceptation spéciale. »

(*Essence of Islam*, Vol. 3, p. 335)

DEUXIÈME POINT : LA MÈRE COMME UN MODÈLE

Il y a un dicton bien connu : « Les enfants sont de grands imitateurs. Alors, donnez-leur quelque chose d'important à imiter. » C'est exactement ce que les mères musulmanes ahmadies doivent faire pour élever des enfants vertueux. Les enfants observent toujours les aînés qui les entourent. Quand ils sont tout-petits, ils commencent à imiter le comportement de ceux qui les entourent et les parents apprécieront la façon dont un enfant de deux ans commence à faire des gestes comme la mère ou le père. Bientôt, les gens commencent à dire à la mère : « Votre fille parle comme vous. » Les enfants sont comme des éponges et ils absorbent tout de leur environnement.

Par conséquent, les mères doivent être conscientes de leur propre comportement car même si les enfants peuvent ne pas sembler écouter leurs parents, ils vont à coup sûr imiter leur comportement. Donc, si une mère veut élever un enfant musulman Ahmadi vertueux, il est essentiel qu'elle ait de l'amour pour Allāh Le Tout-Puissant et Son Messager (pssl), qu'elle soit fidèle à son *Bai'at* (serment d'allégeance) au Messie Promis (as) et montre du respect et de l'obéissance pour Hazrat Khalifatul-Masih (aba) et le *Nizam-e-Jama'at* (administration centrale de la Jama'at). Elle doit établir la *Salat* et la récitation du Saint Coran dans sa maison, être ferme dans son *pardah*, s'abstenir de mensonges, de médisances et de commérages, montrer du respect et de l'amour à son mari et à sa famille, et créer un foyer aimant et harmonieux.

Bien que les pères ne soient pas exemptés, les mères doivent être parfaitement conscientes que, comme elles sont la personne la plus importante dans la vie de leurs enfants, toutes leurs habitudes et leurs comportements deviennent le principal exemple pour leurs enfants. Toutes leurs forces et faiblesses spirituelles et émotionnelles sont observées par leurs enfants, qui en seront grandement affectés car ils les suivront presque inconsciemment pendant de nombreuses années encore, même si toutes les habitudes de la mère ne sont pas louables.

Les mères sont les premières enseignantes de leurs enfants et la formation la plus importante se fait pendant les cinq premières années, lorsque les enfants se contentent d'imiter aveuglément. Ce sont les parents qui donnent aux enfants une conscience et des opinions sur le monde qui les entoure, et ils ont également un effet sur leurs aspirations, leur force de caractère, leurs bonnes manières et leurs traits de personnalité. Il est important que les mères créent un foyer où les enfants se sentent en sécurité, et soient assurés d'être aimés afin qu'ils puissent se développer mentalement et émotionnellement.

TROISIÈME POINT : ACCORDER DU TEMPS À VOS ENFANTS

Les mères doivent accorder toute leur attention à l'éducation religieuse de leurs enfants. Cela peut être un défi en soi car cela demande du temps, de l'engagement, des sacrifices et surtout l'acceptation de l'enseignement islamique selon lequel prendre soin de sa maison et de ses enfants est le travail le plus précieux d'une femme. Beaucoup de femmes dans la société occidentale accordent plus de valeur à leur carrière qu'à leur vie de famille. Les mères musulmanes ahmadies, si elles poursuivent des études et une carrière, doivent s'assurer que leur responsabilité envers leur foyer et la formation de leurs enfants ne soit pas compromise par leur travail à l'extérieur du foyer. Une « bonne » mère place tous les besoins physiques, émotionnels et spirituels de son enfant, avant les siens. Les mères supposant qu'il suffit d'emmener les enfants à un cours le week-end à la mosquée, ou que la Jama'at est responsable de la formation de leurs enfants, se trompent. Personne d'autre ne peut transmettre des valeurs comme une mère le peut et rien ne remplace l'amour et le dévouement d'une mère envers son enfant.

Accorder toute son attention à l'éducation religieuse de ses enfants signifie passer du temps avec eux ; pas seulement le temps de les nourrir, de les vêtir, de les éduquer et de prendre soin d'eux, mais de passer du temps de qualité avec eux et d'apprendre à les connaître au fur et à mesure qu'ils deviennent des individus à part entière. Il ne fait aucun doute que le temps est la denrée la plus précieuse au monde aujourd'hui ; les jours s'écoulent dans une multitude d'activités liées à l'école, au travail, à la maison et autres. Donc, si l'on ne fait pas attention, les excuses faites à cause d'un « manque de temps », comme « nous n'avons pas le temps de réciter le Saint Coran maintenant, nous sommes en retard pour l'école » ; ou « je n'ai pas le temps de les emmener en classe à la mosquée, je dois rattraper les travaux ménagers » peuvent devenir un mode de vie et ainsi priver les enfants de l'éducation religieuse nécessaire.

Il est essentiel de « prendre » le temps de se connecter avec ses enfants, de leur parler de ce qui se passe dans leur vie, surtout lorsqu'ils sont séparés de vous, de garder un œil vigilant sur leurs allers et retours, de savoir qui sont leurs amis, de discuter avec eux des dernières « applications » ou de la technologie qu'ils utilisent pour communiquer entre eux et d'être toujours attentif à tout signe indiquant qu'ils succombent à la pression des pairs. Il est également très important pour les parents de fixer des limites et de montrer à leurs enfants qu'ils ont confiance en eux pour respecter les règles établies. De même, il est essentiel de maintenir une communication ouverte et amicale avec les enfants afin qu'ils se tournent vers leurs parents lorsqu'ils font face à des difficultés et à des défis qui leur sont propres. Faites-leur savoir à quel point ils sont aimés et à quel point ils sont importants dans la famille.

Avec le mode de vie chargé d'aujourd'hui, passer du temps avec les enfants peut obliger une mère à faire des sacrifices de son temps, surtout lorsque les enfants sont très jeunes. Elle devra peut-être mettre de côté certains de ses intérêts et activités pendant un certain temps. Dans son discours aux Lajna, lors de la Jalsa Salana du Royaume-Uni en 2013, Huzoor (aba) a averti les mères musulmanes ahmadies de ne pas suivre la tendance du « me time » qui prévaut en Occident, c'est-à-dire les femmes qui veulent avoir du temps pour elles seulement et ainsi négliger leurs responsabilités.

Prions qu'Allâh nous donne la possibilité de devenir ces mères dont le paradis se trouve effectivement sous leurs pieds. Qu'Allâh nous aide à nous remettre en question, qu'Il nous guide avec sa Grande Sagesse afin que l'avenir de nos enfants et de nos générations suivantes soient sauvegardées. Ameen !

Bibliographie : *Paradise Under Your Feet*

الله

AVANT TOUT



En tant que mère en Islam, nous avons l'immense responsabilité de former de tels enfants qui auront des hautes qualités morales et qui seront dévoués à l'adoration d'Allāh, l'Unique. Malheureusement, en raison de notre train de vie et des implications qui accompagnent le rôle parental, cet objectif a tendance à s'estomper, et nous oublions, qu'en effet, notre devoir est, avant tout, envers Allāh, notre Créateur. Plutôt que de se dévouer à Son adoration, nous trouvons des excuses sous la forme des responsabilités maternelles, pour ne pas accomplir Ses droits.

« Et Je n'ai créé les djinns et les hommes que pour qu'ils M'adorent. »

(Le Saint Coran ; 51 : 57)

Ayant en vue le but de notre existence, est-ce admissible de faire primer l'amour de nos enfants sur notre devoir envers Allāh ?

Le Messie Promis (as) nous dit à ce propos :

« Ô homme, adore le Dieu qui t'a créé [...] Lui Seul mérite l'adoration et Il est Vivant et tu dois uniquement L'aimer. La loyauté se démontre à travers l'établissement d'un lien spécial avec Dieu et rien n'est important en comparaison. Une personne à qui ses enfants et ses parents lui sont si chers que toute son attention reste fixée sur eux, alors il est coupable d'un type d'idolâtrie. »

(Extrait du sermon du vendredi du 26 juillet 2013)

Un amour excessif est aussi considéré comme une forme d'idolâtrie.

Soyons averties ! L'affection que nous ressentons envers nos enfants ne doit jamais nous pousser à commettre le *Shirk* (attribution de partenaires à Allāh). L'adoration d'Allāh est notre objectif principal. Ce concept peut être remarquablement illustré par le récit suivant.

C'est un épisode triste dans la vie de Hadrat Nusrat Jahan Begum, aussi connue comme Hadrat Amma Jaan (ra). Elle était l'épouse bien-aimée du Messie Promis (as), et la barre qu'elle a établie, que ce soit en tant que servante d'Allāh ou dans l'éducation morale et spirituelle de ses enfants, est celle que chaque mère ahmadie doit tenter d'atteindre.

Hadrat Amma Jaan (ra) était une mère très attentionnée et affectueuse. Cependant, ses sentiments ou ses devoirs maternels n'ont jamais eu le dessus sur son devoir envers Allāh. Elle a subi toute sorte d'adversité au cours de sa vie. On raconte que quand son fils Bashir (Bashir-e-Awwal : Bashir, le premier, qu'on espérait voir accomplir la prophétie du fils promis) âgé de dix-huit mois, qui était malade depuis sa naissance, atteignit un état critique, elle ne voulait à aucun prix, manquer à ses prières, à l'heure prescrite. Elle fit le *wudhu* (ablutions) et observa ses prières avec une sérénité parfaite, contente du fait qu'elle accomplissait le commandement d'Allāh. Elle s'était complètement dissociée de cette situation pénible. Et après avoir accompli ses prières, elle demanda des nouvelles de son fils, et on l'informa qu'il avait rendu son dernier souffle. Elle réagit en récitant le verset coranique que chaque musulman prononce lors d'un décès :

« Inna lillahi wa inna ilaihi raji'un »

(Traduction : Assurément, nous appartenons à Allāh, et certainement c'est à Lui que nous retournerons.)

(Le Saint Coran ; 2 : 157)

Ensuite, elle resta silencieuse ; elle n'a pas lamenté la perte de son enfant – qui était une indication certaine qu'elle était parmi les servantes sincères d'Allāh.

Tel était l'exemple de Hadrat Amma Jaan (ra) ; celle qui possédait une foi inébranlable en Allāh !

C'est chagrinant de constater que parfois, l'amour de nos enfants nous voile tellement la face qu'ils deviennent la source de nos faiblesses et quand ils dévient du droit chemin, nous refusons d'admettre ce fait.

Lors d'un de ses sermons, notre bien-aimé Calife, Hadrat Mirza Masroor Ahmad (aba) a adressé ce sujet :

« Quelquefois, les exigences de nos enfants vont à l'encontre de la parole de Dieu, qui est un genre de *Shirk* (attribution de partenaires à Allāh). Désobéir un commandement clair d'Allāh, l'Exalté, afin d'accepter les demandes de nos enfants consiste en une forme déguisée de *Shirk* (attribution de partenaires à Allāh). De telles situations nous poussent à oublier Allāh. Il y a des gens qui se sont distancés de la Jamaat à cause de leurs enfants. L'amour excessif et la liberté accordés aux enfants ont poussé ces derniers à abandonner leur foi ; et finalement, les parents vont faire la même chose. »

(Extrait de *Role of parents in the training of children*)

Allāh, l'Exalté dit dans le Saint Coran :

« Ô vous qui croyez ! Que vos biens et vos enfants ne vous distraient pas du souvenir d'Allāh. Et quiconque agit ainsi – ce sont eux qui sont les perdants. »

(Le Saint Coran ; 63 : 10)

Nous sommes peut-être familiers avec cette anecdote où une mère qui aimait éperdument son fils, tant et si bien, qu'à chaque fois qu'il commettait une erreur, la mère ne lui réprimandait jamais. Le fils commença à voler, et à chaque fois qu'on l'attrapait en flagrant délit, sa mère refusait de le sanctionner. Finalement, le fils devint un voleur et un assassin et il fut condamné à mort. Il émit un dernier souhait, celui de rencontrer sa mère. Quand elle est venue, il lui a demandé s'il pouvait embrasser sa langue avant qu'il ne meure. Quand la mère tira sa langue pour accomplir son souhait, il l'a mordue avec tellement de force que sa langue s'est coupée. En réponse aux interrogations des gens, il répondit :

« À chaque fois que je faisais quelque chose de mal, [...], ma mère couvrait à tort mes mauvaises actions, au lieu de me réprimander ou de me guider. [...] Si elle m'avait guidé vers le droit chemin, si elle m'avait puni pour mon comportement, je n'aurais pas fini ainsi. Donc, une telle mère, qui m'a incité à commettre des excès, aussi bien que sa langue méritent une telle fin. »

(Extrait de *Preparing for tomorrow – raising pious children*)

Le Messie Promis (as) citait cet incident par rapport au verset coranique qui suit :

« Et ne tuez pas vos enfants par peur de la pauvreté. »

(Le Saint Coran ; 17 : 32)

Huzoor (aba) explique que le terme « tuer » ne signifie pas uniquement donner une mort physique, mais également une mort spirituelle. En commentant sur l'anecdote précédente, Huzoor (aba) dit :

« Ceci est une grande leçon pour ces mères qui se laissent emportées et ne font que choyer leurs enfants, et elles ne pensent pas à leur futur ni à celui de leurs enfants. L'accumulation des biens et des richesses est leur seule préoccupation. Elles auraient pu éprouver du plaisir dans les choses mondaines tout en cherchant à élever leur niveau spirituel. Une femme ahmadie qui a accepté l'Imam de l'époque, a la responsabilité d'augmenter sa propre spiritualité et d'éduquer ses enfants afin qu'ils puissent donner préférence à leur foi sur le monde. »

(Extrait de *Preparing for tomorrow – raising pious children*)

Ici, l'accent est mis surtout sur la réforme de nos enfants. Comme nous le conseille notre Calife (aba), dans cette ère de dégradation morale, nous ne pouvons pas faire montre d'indulgence quand il s'agit du *tarbiyat* (l'éducation morale et spirituelle) de nos enfants. Au cas contraire, nous serons sans défense contre les attaques de Satan et le résultat sera la perte de notre progéniture.

Prenons garde, afin que nos enfants ne servent pas d'excuses pour nous empêcher d'accomplir nos devoirs envers Allāh, le Tout-Puissant.

Le Ramadhan approche : quel moment propice pour faire une introspection et revoir nos lacunes, et prier avec ardeur pour notre réforme et celle de nos générations futures.

AMWSA Pourquoi devrions-nous être vaccinés

?



La vaccination est l'épine dorsale qui peut aider le monde à retrouver un sentiment de normalité. Un niveau élevé d'efficacité du vaccin a été démontré dans plusieurs essais et des preuves plus récentes suggèrent également que la baisse du nombre d'hospitalisations liées à la COVID-19 peut être attribuée au déploiement du vaccin.

(SSRN - Réseau de recherche en sciences sociales)

Les vaccins contiennent des parties affaiblies ou inactives d'un organisme particulier (antigène) qui déclenche une réponse immunitaire dans le corps. Les nouveaux vaccins contiennent le plan de production d'antigènes plutôt que l'antigène lui-même. Que le vaccin soit composé de l'antigène lui-même ou du schéma pour que le corps produise l'antigène, cette version affaiblie ne causera pas la maladie chez la personne recevant le vaccin, mais elle incitera son système immunitaire à réagir autant que possible comme il l'aurait fait face à l'agent pathogène réel.

Certains vaccins nécessitent plusieurs doses, à des semaines ou des mois d'intervalle. Cela est parfois nécessaire pour permettre la production d'anticorps à longue durée de vie et le développement de cellules mémoire. De cette façon, le corps est entraîné à combattre l'organisme pathogène spécifique, en construisant la mémoire de l'agent pathogène afin de le combattre rapidement, dans le cas où il y sera exposé à l'avenir.

(Organisation Mondiale de la Santé)

Avantages des vaccins

Le système immunitaire humain contient une série sophistiquée de défenses contre les infections et fonctionne généralement automatiquement pour protéger le corps des diverses attaques microbiennes auxquelles il est soumis chaque jour. Certaines maladies, cependant, sont capables de maîtriser le système immunitaire et de provoquer par la suite des maladies graves pouvant entraîner la mort ou une invalidité à vie. Les maladies de ce type sont largement devenues le centre de la recherche sur les vaccins, en vue d'éradiquer potentiellement ces conditions de la population humaine.

Les immunisations, ou vaccins comme on les

appelle également, utilisent de manière sûre et efficace une petite quantité d'un virus, d'une bactérie affaiblie ou tuée, ou de morceaux de protéines fabriquées en laboratoire qui imitent le virus afin de prévenir l'infection par ce même virus ou bactérie. Cela déclenche la réponse immunitaire du corps, l'amenant soit à produire des anticorps contre cette maladie particulière, soit à induire d'autres processus qui renforcent l'immunité. Ainsi, si l'on est à nouveau exposé à l'organisme pathogène réel, le système immunitaire est prêt à combattre l'infection.

Le but de la santé publique est de prévenir les maladies. Il est beaucoup plus facile et plus rentable de prévenir une maladie que de la traiter. C'est exactement ce que les vaccinations visent à faire. Certains vaccins ne doivent être administrés qu'une seule fois ; d'autres nécessitent des mises à jour ou des « rappels » pour maintenir une immunisation réussie et une protection continue contre la maladie.

Les conseils de Huzoor

Lors de la réunion virtuelle du 19 décembre 2021, Huzoor (aba) a informé les membres qu'il était plus avantageux pour eux de se faire vacciner.

Huzoor (aba) a dit :

« Si vous ne prenez pas le vaccin, non seulement vous vous exposez à cette maladie, mais vous êtes également une source de propagation de la maladie à d'autres. C'est pourquoi, pour le bien des autres, nous devrions nous faire vacciner. »

Quel est le conseil de Huzoor (aba) aux personnes qui refusent de se faire vacciner ?

« Le fait est que tout ce que fait le gouvernement est pour notre bien et nous devrions le reconnaître en nous faisant vacciner. Donc, si les membres des comités ne le font pas, ils ont tort. [...] Vous voyez, mon conseil est qu'ils devraient se faire vacciner correctement et en ce qui concerne les masques, ils devraient les porter, ils devraient se couvrir la bouche et le nez. Et c'est l'une des exigences, lorsque vous êtes dans un lieu public, vous devez le faire. Je peux seulement dire que ceux qui ne suivent pas ce protocole, bien qu'ils soient alphabétisés, sont, en fait, ignorants. Ce sont des gens éduqués et ignorants [à la fois], c'est tout ce que je peux dire. Ici à Islamabad, chaque individu qui passe la porte, doit montrer la preuve d'être doublement vacciné, puis après cela, il sera à nouveau testé. Ensuite, il sera autorisé à entrer à Islamabad, bien qu'il soit demandé de se couvrir le visage avec des masques. [...] Donc, si ces gens ne suivent pas [le protocole], ils risquent de faire du mal non seulement à eux-mêmes, mais aussi aux autres. Donc, ce sont des gens totalement ignorants et ils ne devraient pas rester membres des comités, s'ils en sont membres. »

(Extrait de *This Week with Huzoor*, 29 octobre 2021)

Bien-être et Santé

Comment trouver la paix intérieure ?



La perception du bonheur, ou son absence est relatif aux hauts et bas de la vie. Alors, le Saint Coran met l'accent sur l'importance de trouver la paix et la tranquillité intérieures. Par exemple, lorsque nous perdons un être cher, la tristesse nous envahit, mais nos cœurs peuvent encore être en paix, si nous restons fermement ancrés dans la foi.

Le souvenir d'Allāh est la clé pour cela, comme indiqué dans le Saint Coran :

« Oui, c'est dans le souvenir d'Allāh que les cœurs trouvent la tranquillité »

(Le Saint Coran ; 13 : 29)

Si vous vous sentez seuls, trouvez du réconfort dans votre foi et dans la communauté autour de vous. Vous pouvez vous souvenir d'Allāh par de nombreuses voies. Cela peut se faire en observant les exercices du *Zikr-e-Ilahi*, (le souvenir d'Allāh) : en réfléchissant sur Ses attributs, en louant et glorifiant Allāh, en offrant la *Salat*, en payant la *Zakat* et même en lisant des livres pour augmenter nos connaissances religieuses. Même une visite rapide à la mosquée peut offrir un réconfort interne aiguisant notre sens d'appartenance à la communauté.

Si l'ennui vous rend malheureux, trouvez des choses pour vous occuper ; se concentrer davantage sur les travaux scolaires, trouver un nouvel emploi, s'engager dans des œuvres bénévoles au niveau de votre communauté, et ainsi de suite. Parfois, passer plus de temps en compagnie de votre famille et de vos amis peut également aider à améliorer votre humeur. Si vous préférez être seul, faites plus d'activités physiques. L'exercice est un excellent moyen de soulager le stress. Cela peut aller du yoga, de la randonnée à la natation ou à la pratique d'un autre sport qui vous conviendrait le mieux. Adopter un nouveau passe-temps qui attisera votre créativité telle que la peinture, la cuisine ou même le dessin peut aussi contribuer à atteindre la sérénité.

Une solution très simple pour essayer d'être heureux est de rester positif. Si vous vous réveillez avec un regard négatif sur votre entourage, cela vous causera plus de peine. Cependant, avec une attitude positive, un changement de perspective, vous serez en mesure de voir le verre à moitié plein et non à moitié vide. Ceci est étroitement associé au concept de *shukr* (reconnaissance) qui est fortement mis en avant en Islam. Allāh dit :

« Si vous êtes reconnaissants, Je vous accorderai sûrement encore plus de grâces [...] »

(Le Saint Coran ; 14 : 8)

Un premier aspect de la gratitude est de prendre conscience des innombrables bénédictions de Dieu, sans les prendre pour acquises, et ce quelle que soit la situation dans laquelle l'on se trouve.

Si quelque chose vous pèse sur le cœur, essayez d'en parler à quelqu'un en qui vous avez confiance si cela peut vous apaiser ou écrivez-le dans un journal personnel. En plus de cela, tenir un journal dans lequel on note les faits et gestes qui inspirent de la reconnaissance peut également vous aider à vous rappeler de ce qui vous rend heureux et à vous donner la tranquillité d'esprit. Il est important de se rappeler que c'est une lutte constante que mène chaque individu dans sa vie de tous les jours, qu'il s'agisse d'argent, de santé ou autre. L'important c'est de pouvoir établir ses priorités et de s'efforcer à atteindre ses objectifs tout en portant un regard sur les paramètres qu'exigent notre foi en tant que croyant.

Cependant, si vous êtes constamment dans un état de tristesse sans aucun espoir de pouvoir sans sortir, il est peut-être temps d'aller chercher l'aide d'un spécialiste, car cela peut être un symptôme de dépression clinique, qui requiert une surveillance professionnelle, un traitement approprié et ne peut être ignorée.



Le Calendrier de la Lajna Ima'illah Nationale

De décembre 2021 à février 2022

Décembre

2/16 : Classe en ligne sur Hadrat Yusuf (as) par Murabbi Hashir Nobee Saheb, organisée par Shoba Tabligh de la Lajna Ima'illah (département de la prédication) (présence : 138/140).

18 : Conférence virtuelle (Seerat un Nabi) axée sur le thème « Muhammad (pssl), le Messager de paix et de la réconciliation » organisée par Shoba Tabligh (département de la prédication) (présence : 403).

7 : Classe en ligne sur les commentaires de la sourate *Al Fatihah* par un membre de la Lajna Ima'illah, organisée par Shoba Tarbiyat (département de l'éducation morale) (présence : 11).

9 : Classe en ligne sur les commentaires de la sourate *Al Kawthar* par un membre de la Lajna Ima'illah, organisée par Shoba Tarbiyat (département de l'éducation morale) (présence : 60).

15 : Présentation virtuelle sur « les miracles scientifiques du Saint Coran » organisée par Shoba Tarbiyat (département de l'éducation morale) (présence : 317).

20 : Classe en ligne sur le pourquoi de la souffrance par Murabbi Kashif Jamal Ahmad Saheb, sous l'égide de Shoba Tabligh national (département de la prédication) (présence : 149).

28 : Présentation virtuelle du projet Gulshan-e-Ahmad par Amir Saheb et le missionnaire en charge (présence : 358).

29 : Lancement de Najm Us Saquib no. 1 Année 2021/2022 ayant pour thème « Où est Dieu ? » par Shoba Isha'at (département de la publication).

Janvier

12 : Classe en ligne sur l'importance de lire les livres du Messie Promis (as) par Murabbi Ahmad Ali Khudurun Saheb, organisée par Shoba Taalim de la Lajna Ima'illah (département de l'éducation) (présence : 61).

19 : Présentation virtuelle sur « les perspectives de carrière dans la fonction publique » par Mubarak Boodhun Saheb, sous l'égide de Shoba Taalim national (département de l'éducation) (présence : 50).

24 : Réunion virtuelle pour les Nau Mubai'at organisée par Shoba Nau Mubai'at (département des nouvelles adhérentes) (présence : 8).

24/31 : Classe en ligne sur l'aspect invisible de la prédication par Murabbi Mozaffar Soodhun Saheb, sous l'égide de Shoba Tabligh national (département de la prédication) (présence : 103/73).

25 : Session de questions-réponses en ligne par Amir Saheb et le missionnaire en charge sur la vie familiale.

26 : Session de révision du programme de Taalim pour le premier trimestre, organisée et présentée par Shoba Taalim de la Lajna Ima'illah (département de l'éducation) (présence : 125).

27 : Classe en ligne sur les commentaires de la sourate *Al Kawthar* par un membre de la Lajna Ima'illah, organisée par Shoba Tarbiyat (département de l'éducation morale) (présence : 55).

28 : Lajna ijlas virtuelle (présence : 423).

31 : Lancement du livret « Commentaires de la sourate Al Kahf » en créole par Shoba Isha'at (département de la publication).

Février

3 : Classe en ligne sur des conseils clés de Hadrat Mirza Tahir Ahmad (rh), organisée et présentée par Shoba Tabligh de la Lajna Ima'illah (département de la prédication) (présence : 144).

3 : Lancement du bulletin « Résumé Khutbah Jummah » du mois de janvier en créole par Shoba Isha'at (département de la publication).

17 : Présentation virtuelle sur « les compétences recherchées pou réussir dans la fonction publique » par Mubarak Boodhun Saheb, sous l'égide de Shoba Taalim national (département de l'éducation) (présence : 46).

7/14 : Classe en ligne sur l'aspect invisible de la prédication par Murabbi Mozaffar Soodhun Saheb, sous l'égide de Shoba Tabligh national (département de la prédication) (présence : 122/87).

9/23 : Classe en ligne sur une introduction au poème *Al Qaseeda* par Murabbi Shameem Jamal Ahmad Saheb, organisée par Shoba Taalim de la Lajna Ima'illah (département de l'éducation) (présence : 138/136).

10/24 : Classe en ligne sur les commentaires de la sourate *Al Kawthar* par un membre de la Lajna Ima'illah, organisée par Shoba Tarbiyat (département de l'éducation morale) (présence : 103/80).

20 : Lancement du livret « Tarbiyat de nos enfants » (extrait du livre *Minhajut Talibeen* par le Musleh Maud (ra)) en créole par Shoba Isha'at (département de la publication).

21/28 : Classe en ligne sur la façon d'initier une conversation religieuse avec un catholique par Murabbi Labeed Golamaully Saheb, sous l'égide de Shoba Tabligh national (département de la prédication) (présence : 136/135).

26 : Lajna Ijlas virtuelle à l'occasion du Yaumé Musleh Maud (présence : 433).

À l'occasion du Yaumé Musleh Maud, Sadr Lajna Ima'illah a officiellement lancé la devise pour marquer la célébration du centenaire de la Lajna Ima'illah qui n'est autre que le verset 104 du chapitre 3 du Saint Coran qui se lit comme suit :

وَاَعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا

« ET CRAMPONNEZ-VOUS ENSEMBLE À LA
CORDE D'ALLĀH [...] »



En cuisine

Poulet crémeux à l'ail



Ingrédients pour 2 personnes :

Pour la marinade

- 2 blancs de poulets
- ½ c.à.c d'huile
- ½ c.à.c de sel
- ½ c.à.c de poivre
- 2 gousses d'ail écrasées
- ½ citron

Pour la sauce

- 2 petits oignons
- 4 gousses d'ail
- Une botte de persil frisé
- Une branche de thym
- 4 c.à.s d'huile
- ½ c.à.c de piment sec en poudre
- ½ c.à.c d'origan
- ½ c.à.c de poivre
- ½ c.à.c de sel
- 4 c.à.s de beurre
- 1 cube de bouillon de poulet
- ¼ c.à.c de noix de muscade en poudre (jaipal powder)
- 125 ml de lait liquide
- 125 ml de crème de cuisson
- ½ citron

Méthode de cuisson :

- 1) Marinez le poulet avec les ingrédients pour la marinade, puis laissez poser pendant 30 minutes.
- 2) Coupez les oignons et 2 gousses d'ail en morceaux, et hachez la botte de persil frisé.
- 3) Dans une casserole, chauffez 2 c.à.s. d'huile et ajoutez 2 gousses d'ail.
- 4) Mettez le blanc de poulet et laissez cuire des deux côtés pendant 6-7 mins.
- 5) Quand c'est prêt, mettez-les de côté.
- 6) Dans la même casserole, ajoutez 2 c.à.s. d'huile, mettez les oignons et faites sauter pendant une minute. Ajoutez les gousses d'ail coupées en morceaux et sautez encore pendant une minute. Mélangez le tout.
- 7) Ajoutez le piment, l'origan, le thym et laissez cuire pendant une minute.
- 8) Ajoutez 2 c.à.s de beurre, ½ citron et le cube de bouillon de poulet. Mélangez le tout.
- 9) Ensuite ajoutez le lait et la crème. Mélangez bien.
- 10) Ajoutez encore 2 c.a.s de beurre, du sel, du poivre et ¼ c.à.c de noix de muscade en poudre. Laissez cuire pendant 2 minutes.
- 11) Ajoutez le poulet et le persil, puis laissez cuire encore pendant 2 minutes.
- 12) Et c'est prêt ! Ce plat peut être accompagné de pâtes, de légumes sautés ou d'une purée de pomme de terre.

Vous pouvez aussi voir la réalisation de cette recette « Poulet crémeux à l'ail » en vidéo sur notre chaîne YouTube Lajna Mauritius.

**Votre avis nous importe !
Envoyez-nous vos commentaires et
suggestions à
ishaatlajnamu@gmail.com**



**LAJNA IMA'ILLAH
ÎLE MAURICE
2021-2022**