



Serie la Sounnah source de civilisation et de connaissance, N° 1

# La Sounnah et l'hygiène



# La Sounnah et l'hygiène

السنة والصحة

باللغة الفرنسية

***Cheikh Yusuf Al-Qaradawi***

**LA FONDATION AL-FALAH**

traduction, publication  
& distribution



© Maison d'édition Al-Falah: traduction, publication, et distribution 1421/ 2000.

Tous droits d'imprimerie sont réservés. Aucune partie de cette publication ne doit être reproduite ; approvisionnée dans un quelconque système ou transmise par n'importe quel moyen; électronique, mécanique, photocopie, enregistrement ou autre, sans l'accord écrit de l'éditeur.

Les avis des chercheurs et des écrivains publiés dans les livres de la fondation n'expriment pas nécessairement ceux d'Al-Falah.

Traduit par :

**Mlle Saliha Sadek**

Révisé par :

**M.Waël El-Emam**

Couverture conçue par :

**Xadijah Garrett**

**Publié par :**

**LA FONDATION AL-FALAH**

traduction, publication & distribution

24 rue At-Tairan, Nasr Cité

Le Caire - Egypte

Tel. & Fax: 2622838

ISBN : 977-5813-79-4

---

رقم الإيداع : ٧٩١٤ / ٢٠٠٠

# *Table des Matières*

I- La santé est un bienfait .....	1
II- Soin accordé à la propreté .....	4
III- La Sounnah exhorte à l'activité, au mouvement et au sport .....	8
IV- Prohibition du vin, des stupéfiants et de tout ce qui est nuisible .....	14
V- L'interdiction d'exténuer le corps, même si c'est par les actes de dévotion .....	16
VI- Soins et médecine .....	19
VII- Le prophète (p-b-a-s-l), la médecine et la médication .....	21
VIII- Principes et orientations du Messager d'Allah (p-b-a-s-l) en santé et en médecine .....	22

# *Introduction*

Ce livre traite l'hygiène de point de vue de la Sounnah qui -après le Coran- a attribué à la santé de l'homme et à son bien-être une importance primordiale. En effet, elle nous a fourni une quantité de connaissances et de concepts considérés comme une richesse dont la valeur est inestimable pour ceux qui en sont conscients.

Nous essayons dans cet ouvrage, de citer les plus importants de ces principes révélés dans le Coran et détaillés par la Sounnah en ce qui concerne la santé de l'homme, sa capacité d'accomplir sa mission sur terre et de lutter contre les maladies et les épidémies qui le guettent.

# Sounnah et Hygiène

## La santé est un bienfait

Le premier des principes ou valeurs, sujet de préoccupation de la Sounnah muhammadite est d'apprécier la santé en tant que l'un des plus grands bienfaits d'Allah, méritant en retour un grand remerciement, qui d'ailleurs, multiplie la grâce divine. Allah le Très-Haut a dit :

﴿ Si vous êtes reconnaissants, très certainement j'augmenterai (Mes bienfaits) pour vous. Mais si vous êtes ingrats, Mon châtement sera terrible. ﴾

(Ibrahim 7)

On pourrait s'interroger, comment pourrait avoir lieu cette reconnaissance, et nous disons qu'elle a lieu en préservant le bienfait suivant les règles d'Allah relatives à la causalité et selon les directives prophétiques.

Imam Ibn Al Qayim a dit : "Celui qui observe le guide prophétique verra que c'est le meilleur en ce qui concerne la manière d'entretenir la santé. Certes, la préservation de cette dernière exige la propreté du "boire" et du "manger", de l'habit et de l'habitat. Elle dépend aussi de la bonne aération, du bon sommeil et du bon éveil, du mouvement et de l'inertie, d'une bonne pratique sexuelle et de la façon de retenir ou d'éliminer l'urine."

Si ce qui précède est réalisé avec modération et conformément aux besoins du corps, du pays, de l'âge et de

l'habitude alors le maintien d'une bonne santé est favorisé jusqu'à la mort. En outre, la bonne santé est l'une des plus grandes grâces qu'Allah a attribuée à Ses serviteurs, et quand elle devient absolue, elle est exclusivement le plus grand des bienfaits. Par conséquent, celui qui en jouit –ne serait– ce que d'une part – est appelé à la préserver et à la protéger contre tout ce qui peut lui nuire.

Il a été rapporté par Al Bukhari dans son "Sahih" qu'Ibn Abbas a dit "Le Messenger d'Allah –prière et bénédiction d'Allah sur lui (p-b-a-s-l)– a dit : *"La majorité des gens n'estiment pas à leur juste valeur deux grands bienfaits : la santé et le temps vide."*<sup>(1)</sup> (pour accomplir les bonnes œuvres évidemment)

Il a été rapporté par At-Tirmidhi que Ubaïdullah bin Mihsan Al Ançari a dit : "Le Messenger d'Allah (p-b-a-s-l) a dit :

*"Celui qui voit le jour (le matin) alors que son corps est saint, que sa famille et son bien sont en sécurité et qu'il possède sa nourriture journalière suffisante, est comme celui qui jouit de tous les biens du monde."*<sup>(2)</sup>

De même, il a été rapporté par At-Tirmidhi d'après un Hadith de Abu Hurayrah que le prophète (p-b-a-s-l) a dit :

*"les premières questions (relatives aux bienfaits) posées au serviteur le jour de la résurrection seront : Ne t'avons-Nous pas doté d'une bonne santé ? ! Et ne t'avons-Nous pas abreuvé d'eau fraîche ? ! "*<sup>(3)</sup>

---

1. Rapporté par Al-Bukhari dans le livre Ar-Riqaq 11/196.

2. Rapporté par At-Tirmidhi (2347) dans le livre d'Az-Zuhd.

3. Hadith authentique, rapporté par At-Tirmidhi dans le livre At-Tafsir de la sou-rate At-Takathur (la course aux richesses).

Ainsi, quelques prédécesseurs sont allés à dire que le verset suivant concerne la santé :

﴿Puis assurément, vous serez interrogés ce jour-là sur les délices.﴾

(At-Takathur 8)

Il est venu dans le "Al-Musnad" de Ahmad et selon d'autres, que Abu Bakr As-Siddiq a dit : J'ai entendu le Messager d'Allah (p-b-a-s-l) dire :

*"Suppliez Allah de vous accorder la bonne santé et l'ultime conviction dans la croyance. Certes, rien ne vaut la bonne santé après l'ultime conviction."*<sup>(1)</sup>

Ainsi, la vertu ne peut être atteinte que par l'ultime conviction dans la croyance, et par la bonne santé. En effet, la croyance pure repousse les punitions du dernier jour, et la bonne santé repousse les maladies du corps et de l'esprit.<sup>(2)</sup>

A son tour, Imam An-Nassa'i a rapporté selon un Hadith de Abu Bakr :

*"Suppliez Allah de vous accorder le pardon, la bonne santé et la sauvegarde. Vraiment, rien de meilleur n'est donné à quelqu'un que la sauvegarde après la conviction dans la croyance."*<sup>(3)</sup>

Ces trois prières comptent l'élimination des péchés passés par le pardon, des péchés présents par la préservation de la bonne santé, et futurs par la sauvegarde. Elles englobent la continuité du bien-être et sa permanence.

---

1. Rapporté par Imam Ahmad dans "Al-Musnad" d'Abu Bakr (5&7).

2. "Zad Al Ma'ad" d'Ibn Al-Qayim (4/214-216) publié par Ar-Risalah.

3. An-Nassa'i dans : "Actions du jour et de la nuit" (881-882).

## Soin accordé à la propreté

En réalité, la position de l'Islam envers la propreté ne connaît de semblable dans aucune religion, puisqu'elle y est considérée comme un acte de dévotion, plus encore, elle est comptée comme une obligation.

Tous les ouvrages de la législation islamique débutent par un chapitre intitulé "la purification" c'est à dire la propreté. C'est donc la première chose devant être étudiée par le Musulman et la Musulmane dans la jurisprudence islamique, ceci car la purification est la clé de la prière rituelle et cette dernière est la clé du paradis.

En effet, la prière du Musulman n'est valide que lorsqu'il se purifie des impuretés majeures par la grande ablution (ghôsl), et des impuretés mineures par l'ablution (woudhou') dans laquelle on lave les organes susceptibles d'être salis par la poussière et la sueur comme le visage (dont la bouche et le nez), les mains, les pieds, la tête et les oreilles. Allah le Très-Haut a dit :

*﴿ô les croyants ! Lorsque vous vous levez pour la Salât, lavez vos visages et vos mains jusqu'aux coudes, passez les mains mouillées sur vos têtes et lavez-vous les pieds jusqu'aux chevilles. Et si vous êtes pollués (junub), alors purifiez-vous (par un bain).﴾*

(Al-Ma'idah 6)

Par ailleurs, l'Envoyé d'Allah (p-b-a-s-l) a dit :

*"Allah n'accepte pas une prière sans purification."*<sup>(1)</sup>

---

1. Rapporté par Muslim et Ibn Majah d'après Ibn Omar.

La "Salât" correcte est aussi conditionnée par la propreté de l'habit, du corps et du lieu de prière, Allah le très Haut a dit :

﴿Et tes vêtements, purifié-les.﴾

(Al-Muddathir 4)

De même est vivement exigée la propreté des deux exutoires, en les lavant à l'eau. À défaut de cette dernière, d'autres moyens sont permis, notons entre autres, les pierres bien choisies si l'on est dans le désert.

Le Coran et la Sounnah ont glorifié les gens propres, ainsi Allah le Très-Haut a dit :

﴿Allah aime ceux qui se repentent et il aime ceux qui se purifient.﴾

(Al-Baqarah 222)

Il dit aussi, pour louer les Musulmans de la mosquée Qoba' :

﴿On y trouve des gens qui aiment bien se purifier et Allah aime ceux qui se purifient.﴾

(At-Tawbah 108)

En outre, il a été rapporté du prophète (p-b-a-s-l) sa parole :

*"La purification rituelle représente la moitié de la foi."*<sup>(1)</sup>

A cet égard, nous trouvons répandue parmi les Musulmans exclusivement, une maxime disant : "La propreté émane de la foi"

Ajoutons encore, que le Messager d'Allah (p-b-a-s-l) a accordé beaucoup d'importance à la propreté de l'individu :

---

1. Rapporté par Muslim d'après Abu Malik Al-Ach'ari dans le livre de la purification.

*“Le bain rituel du vendredi est obligatoire pour tout pubère.”<sup>(1)</sup>*

*“Le Musulman doit se laver la tête et le corps une fois chaque sept jours.”<sup>(2)</sup>*

Pour l'entretien de la bouche et des dents en particulier, il dit :

*“Le Siwak est une purification de la bouche et un agrément d'Allah.”<sup>(3)</sup>*

En dehors de cela, le Musulman est appelé durant l'ablution, à rincer la bouche et à se laver les narines. Ces deux actes sont considérés par le grand savant Abu Hanifa, comme des devoirs.

Pour l'entretien des cheveux, citons le Hadith suivant :

*“Celui qui a des cheveux, qu'il les entretienne soigneusement.”<sup>(4)</sup>*

Le Messager d'Allah (p-b-a-s-l), dit aussi, dans le même sens :

*“cinq actes font partie de la saine nature (de l'être humain) : La circoncision, se raser les parties intimes, se rogner les ongles, épiler les aisselles et se raser les moustaches.”<sup>(5)</sup>*

Notons de même le soin devant être porté à la propreté de la maison et de ce qui l'entoure.

---

1. Rapporté par Malik, Ahmad, Abu-Daoud et autres.

2. Rapporté par Al-Bukhari et Muslim d'après Abu Hurayrah.

3. Rapporté par Ahmad d'après Abu Bakr.

4. Rapporté par Abu Daoud d'après Abu Hurayrah.

5. Rapporté par Al-Bukhari et Muslim.

*“Certes Allah est Beau et aime la beauté, Bon et aime la bonté, Propre et aime la propreté, nettoyez donc vos cours et ne soyez pas comme les Juifs.”<sup>(1)</sup>*

Pour la propreté du chemin :

*“Ceux qui font du tort aux Musulmans dans leurs chemins, méritent leur malédiction.”<sup>(2)</sup>*

### **Mise en garde contre tout ce qui nuit aux gens dans leur santé, ou cause la pollution de leur environnement**

L'envoyé d'Allah (p-b-a-s-l) a mis en garde contre les actes inconvenants que des ignorants commettent. Il dit : *“Redoutez les deux actes qui attirent la malédiction”* ils (ses compagnons) demandèrent : *“Quels sont ces deux actes ?”*

Il répondit :

*“La déjection sur un chemin public et la déjection dans les lieux ombragés (où s'abritent les gens).”<sup>(3)</sup>*

Cet acte est méprisable et détestable (Makrouh) selon Imam An-Nawawi et est considéré comme un péché majeur (Kabira) par Imam Ad-Dhahabi.

En outre le Messenger d'Allah (p-b-a-s-l) a interdit aux Musulmans de se laver à l'eau stagnante car elle est supposée polluée, il a dit dans le "Sahih" :

- 
1. Rapporté par At-Tirmidhi (2800).
  2. Rapporté par At-Tabarani d'après Abu Hudhayfah.
  3. Comme dans le Hadith : *“Prenez garde aux trois choses qui attirent la malédiction : la déjection dans les sources, au milieu du chemin (fréquenté par les gens) et à l'ombre.”* Rapporté par Abu Daoud, Ibn Majah et d'autres.

*“Que personne de vous ne se lave à l’eau dormante alors qu’il est sujet à l’impureté majeure (Junub).”<sup>(1)</sup>*

Ainsi il n’est pas permis de tremper la main dans un récipient d’eau, juste en se réveillant, au risque que, durant le sommeil, on ait touché la postérité en sueur. Il est venu dans le "Sahih". *“Quand l’un de vous se réveille de son sommeil qu’il ne trempe sa main dans le récipient d’eau que lorsqu’il la lave trois fois, car il est loin de savoir ce qu’elle a touché durant son sommeil.”<sup>(2)</sup>* selon une autre version *“Qu’il verse de l’eau trois fois sur sa main avant de la tremper dans le récipient.”*

Par ailleurs, il est venu dans la Sounnah la nécessité de prendre ses précautions concernant ce qui est susceptible de nuire à l’âme ou au corps. En effet, le prophète (p-b-a-s-l) a ordonné :

*“Recouvrez le récipient, bouchez l’outre, fermez les portes et éteignez les lampes (avant de vous coucher) car le diable ne dénoue pas une outre, n’ouvre pas une porte et ne découvre pas un vase.”<sup>(3)</sup>*

## **La Sounnah exhorte à l’activité, au mouvement et au sport**

Le Messenger d’Allah (p-b-a-s-l) encourageait vivement les activités matinales en disant : *“Seigneur, fais que les premières heures du jour soient bénies pour ma nation.”<sup>(4)</sup>* et mettait en garde

---

1. Rapporté par Muslim dans le livre "At-Taharah" (purification).

2. Rapporté par Muslim d’après Abu Hurayrah (278).

3. Rapporté par Muslim, Ibn Majah et autres d’après Jabr.

4. Rapporté par Ahmad et d’autres d’après Sakhr Al Ghamidi.

contre l'indolence et la lenteur, en plus il cherchait protection auprès d'Allah contre l'impuissance et la paresse.<sup>(1)</sup>

Alors que les autres se réveillent de mauvaise humeur, pleins de paresse<sup>(2)</sup>, le Musulman digne de ce nom doit, chaque matin, avoir l'âme légère, être actif et de bonne humeur. Ainsi le premier éducateur (p-b-a-s-l) recommanda la pratique du sport notamment la course à pieds, le tir à la lance, et l'équitation en incitant les parents à inculquer à leurs enfants ces pratiques sportives. En signe d'encouragement à la concurrence, il dirigea une course de chevaux et récompensa le vainqueur.

Dans ce sens, Imam Ibn Taimiyah a cité dans son célèbre ouvrage (Muntaqa Al Akhbar Min Ahadith Sayid Al Akhiyar) plusieurs Hadiths concernant la course à pied, la lutte....

- \* Aïcha a rapporté : Je fis la course avec le Messenger d'Allah (p-b-a-s-l) et je le devançais. Après un certain temps, nous fîmes la course une deuxième fois, et il me devançait (car j'ai pris du poids) en disant :

*"Un jour pour toi, un jour pour moi."*

- \* Salamah Ibn Al Akwa' a dit : Tandis que nous étions en voyage, l'un des Ançars que personne n'a vaincu en course, disait : "qui pourrait me devancer à Médine ? Qui pourrait lutter de vitesse contre moi ?" Je dis : "n'as – tu peur de personne ?" Il répondit : "non, sauf du Messenger d'Allah (p-b-a-s-l)" je dis : "O Messenger d'Allah, que ma mère et mon père soient sacrifiés pour toi, permet-moi de le

---

1. Bien accordé.

2. Rapporté par Al Bukhari d'après Abu Hurayrah, dans le livre At-Tahadjud (3/24).

concourir” il dit : “*si tu veux*”, ainsi, je l’ai vaincu en arrivant le premier à Médine.”<sup>(1)</sup>

- \* Muhammad Bin Ali Bin Ruqamah a rapporté que Ruqamah a lutté corps à corps avec le prophète (p-b-a-s-l) et ce dernier l’a battu.<sup>(2)</sup>
- \* Abu Hurayrah a dit : “Tandis que les Abyssiniens jouaient avec leurs javelots devant le prophète (p-b-a-s-l), Omar-en les voyant – ramassa de petits cailloux et les leur lança dessus, jusqu’à ce que le Messager d’Allah (p-b-a-s-l) l’interpella : “*Omar, laisse-les !*”<sup>(3)</sup> et d’après Al-Bukhari selon une autre version : “*Ils jouaient dans la mosquée.*”
- \* Anas Ibn Malik a dit : Quand le Messager d’Allah (p-b-a-s-l) rejoigna Médine, les Abyssins l’accueillirent en jouant avec leurs javelots.<sup>(4)</sup>

Par ailleurs Abu Daoud rapporta dans "Al-Marassils" que Sa'id Ibn Jubair a dit : “Le Messager d’Allah était à Al-Bat’ha, lorsque Yazid Ibn Ruqamah ou Ruqamah Ibn Yazid l’a rejoint avec des chèvres à lui, en appelant : “ô Muhammad ! Veux-tu lutter corps à corps contre moi ?” Le Messager d’Allah (p-b-a-s-l) répondit : “*Que me donneras – tu si je te bas ?* ” Il dit : “l’une de mes brebis”, à la lutte, le prophète (p-b-a-s-l) le bat et prend la brebis. Ruqamah dit alors : “Peux-tu essayer encore une fois ?” Pour trois fois, Ruqamah fut battu et finit par dire : “ô Muhammad ! Je jure par Allah que personne ne m’a jamais

---

1. Extrait enlèvement du Sahih de Muslim.

2. Rapporté par Abu Daoud.

3. Rapporté par Al-Bukhari et Muslim.

4. Rapporté par Al-Bukhari et Muslim.

battu". Ainsi, il embrassa l'Islam, et le prophète (p-b-a-s-l) lui rendit ses brebis.

Abdullah Ibn Al Harith rapporte selon une autre version que: "Le Messenger d'Allah (p-b-a-s-l) a lutté corps à corps contre Ruqamah connu par sa robustesse (avant qu'il n'embrasse l'Islam) ce dernier dit: "brebis contre brebis", Quand le prophète (p-b-a-s-l) le batta, il dit: "encore une fois", à trois reprises, il fut battu et dit enfin: "Que dirai-je à ma famille (concernant les trois brebis perdues au profit du Prophète (p-b-a-s-l), supposons qu'une brebis ait été dévorée par le loup, qu'une deuxième s'est égarée, que dirai-je à propos de la troisième?" Le prophète (p-b-a-s-l) dit: *"Il n'est pas digne de nous que nous te battions et qu'en plus nous prenions tes brebis. Prends-les."*

D'autres part, Imam Ach-Chawkani a dit: "Les deux Hadiths -celui rapporté par Aïcha et celui rapporté par Salamah -montrent que la course à pied est permise entre hommes ou entre hommes et femmes proches (sœurs, épouses, etc.) et que cela ne contrarie en rien l'honneur, la science, la dignité et l'âge avancé, sachant que le prophète (p-b-a-s-l) lui-même n'a épousé Aïcha qu'après l'âge de cinquante ans. En outre, ces activités peuvent avoir lieu en public ou isolément.

Quant au Hadith de Abu Rukamah, il représente la preuve que la lutte corps à corps entre Musulman et non Musulman est permise comme elle l'est entre Musulmans eux-mêmes, particulièrement s'il y a lieu de casser la fierté d'un tyranique ou de réaliser une quelconque utilité aux Musulmans.

A son tour, le Hadith de Abu Hurayrah et de Anas, montre qu'il est permis de jouer au javelot et autre, dans la mosquée même. Et puis, ce jeu est un entraînement efficace pour les guerres. Notons la parole d'Al Muhallab dans ce sens : La mosquée est normalement le lieu où se tiennent toutes les affaires des Musulmans. Donc, tout acte qui leur est utile, y est permis, n'est – il pas déclaré dans le Hadith qu'il est autorisé de regarder le divertissement innocent.

D'autre part, Abu Taimiyah a mentionné d'autres Hadiths dans le chapitre (exhortation à pratiquer le tir à la lance), citons-en :

- 1- salamah Ibn Al- Akwa' a dit : "Le Messenger d'Allah (p-b-a-s-l) est passé près d'un groupe de la tribu (Aslam) alors qu'ils jouaient au tir à la lance au marché, il leur dit : "*Lancez ô enfants d'Ismâïl, votre père était un lanceur (d'élite), lancez et je suis avec les enfants de tels !*" l'un des deux groupes s'est abstenu de lancer, et le prophète (p-b-a-s-l) les interrogea "*Pourquoi ne lancez-vous pas ?* " ils répondirent : "*comment le pourrions-nous alors que tu es de leur côté ?*" il dit : "*Lancez et je suis avec vous tous.*"<sup>(1)</sup>

Imam Ach-Chawkani a dit que ce Hadith exhorte à suivre les pères et les ancêtres dans ce qu'ils font de bon et donne un exemple du grand respect que les "Sahaba" (compagnons du prophète (p-b-a-s-l)) vouaient au Messenger d'Allah (p-b-a-s-l). En outre, il assure que le tir à la lance est très recommandé.

- 2- Okba Ibn 'Amir a dit : j'ai entendu le prophète (p-b-a-s-l) dire :

﴿ *Et préparez (pour lutter) contre eux, tout ce que vous pouvez comme force* ﴾

(Al Anfal 60)

---

1. Rapporté par Al Bukhari et Ahmad.

*“certes la force est dans le tir à la lance, la force est dans le tir à la lance, la force est dans le tir à la lance.”*

3- Okba a rapporté aussi que le prophète (p-b-a-s-l) a dit :

*“N'est pas des nôtres celui à qui on a appris le tir à la lance puis il l'a délaissé.”<sup>(1)</sup>*

D'après Imam Ach-Chawkani, Imam Al a dit : “Le tir à la lance a été synonyme de force – même si la force en vérité réside dans d'autres pièces d'armement – car il est très efficace en matière de guerre, ainsi, dès que le chef d'un bataillon est atteint par une lance, tout le bataillon est vaincu. Le Messenger d'Allah (p-b-a-s-l) a insisté sur le fait que la force réside dans le tir à la lance, pour inciter vivement à s'y entraîner ce qui prouve clairement qu'il est bien autorisé en Islam de connaître les armes nécessaires au Djihad et de parfaire leur maintenance.

4- Amru Ibn An'basah a dit : J'ai entendu le prophète (p-b-a-s-l) dire : *“ le jet d'une flèche dans le sentier d'Allah équivaut à une libération ”<sup>(2)</sup>* et selon une autre version de Abu Daoud : *“Celui qui tire une flèche vers l'ennemi – même si elle ne l'atteint pas – est comme s'il a affranchi un esclave.”*

D'après Imam Ach-Chawkani, il existe beaucoup de Hadiths autres que ceux mentionnés par Al-Qortobi concernant l'exhortation au tir à la lance, citons le Hadith d'Al Bayhaqi d'après celui de Djabir *“Mon amour est dû à celui qui marche entre les deux objectifs.”*

D'autre part, Imam Tabarani rapporte que Abu Thar a dit : *“Le Messenger d'Allah (p-b-a-s-l) a dit : “ Celui qui active entre les deux objectifs, bénéficie d'une belle part pour chaque pas.”*

---

1. Rapporté par Muslim et Ahmad.

2. Rapporté par Al Bukhari, Muslim, Ahmad, Ibn Majah et An-Nasa'i.

Al Bayhaqi rapporte d'après un Hadith de Abu Rafi' : *"Le devoir du père envers son fils est de lui enseigner l'écriture, la natation et le tir à la lance."*

## **Prohibition du vin, des stupéfiants et de tout ce qui est nuisible**

Pour un meilleur entretien de la santé, l'Islam a interdit les stupéfiants sous toutes leurs formes et leurs appellations en gardant une position intransigeante vis-à-vis de ce sujet, et en punissant impitoyablement celui qui ose commettre ce délit. En plus, tous ceux qui -de près ou de loin- y contribuent endossent évidemment un péché.

Par ailleurs, il n'est pas permis au Musulman de se nourrir par ce qui lui nuit dans son corps et dans son esprit, soit en mangeant, soit en buvant, soit en sentant un quelconque objet ou liquide ou en s'injectant des produits néfastes.

Il lui est également impardonnable de négliger sa santé et sa force car ce ne sont là qu'un dépôt qu'Allah lui a confié, il n'est donc pas digne de le détruire ni par la boisson, ni par les cigarettes...

## **Prohibition du gaspillage et de l'avarice**

Dans le même ordre d'idées, l'Islam désavoue qu'on interdise ce qu'Allah a permis, soit par ascétisme ou par avarice.

Il est dit dans le Coran :

﴿Dis : "Qui a interdit la parure d'Allah qu'Il a produite pour Ses serviteurs ainsi que les bonnes nourritures."﴾

(Al-A'raf 32)

﴿ô les croyants, Ne déclarez pas illicites les bonnes choses qu'Allah vous a rendues licites, et ne transgressez pas.﴾

(Al Ma'idah 87)

De même, il est dit dans le Hadith :

*"Allah aime voir l'empreinte de Son bienfait sur son serviteur."*<sup>(1)</sup>

En outre, il est bien clair que tout excès du "boire" et du "manger" entraînera des problèmes de santé. Allah le Très-Haut dit :

﴿Et mangez et buvez, et ne commettez pas d'excès, car Il (Allah) n'aime pas ceux qui commettent des excès.﴾

(Al A'raf 31)

D'autre part, l'Envoyé d'Allah (p-b-a-s-l) a dit :

*"mangez, buvez, faites l'aumône, habillez-vous de vêtements mais sans gaspillage, ni vantardise."*<sup>(2)</sup>

et a encore dit :

*"Il n'existe pas un récipient aussi mauvais à remplir que le ventre, ainsi, quelques bouchées sont suffisantes pour garder la forme, sinon réservez un tiers à la nourriture, un tiers à l'eau et un tiers à la respiration"*<sup>(3)</sup>

- 
1. Rapporté par At-Tirmidhi et Al Hakim d'après Abdulbn Amr, classé comme un hadith bon.
  2. Rapporté par Ahmad, An-Nasa'I, Ibn Majah, Al Hakim d'après Ibn  Amr et classé comme un Hadith bon.
  3. Rapporté par Ahmad (4/132), et At-Tirmidhi (2380), Ibn Majah et autres.

dans un autre Hadith, il déclare :

*“Le croyant mange dans un seul intestin alors que le mécréant mange dans sept.”<sup>(1)</sup>*

En effet, le croyant a de grands objectifs et des préoccupations plus importants que le ventre, et doit par conséquent, observer une certaine balance de modération dans le manger, car l'Islam est une religion juste et équitable.

### **L'interdiction d'exténuer le corps, même si c'est par les actes de dévotion**

Le travail continu, les longues veillées et la faim fatiguent le corps, pour cette raison, l'Islam n'autorise pas ces excès même s'ils prennent l'image de dévotion. Ainsi le prophète (p-b-A-s-l) n'a pas approuvé quelques-uns de ses compagnons dont l'un a décidé de prier toute la nuit sans dormir, le deuxième a décidé de jeûner continûment sans rupture et le troisième a décidé de ne jamais se marier. Il leur a donc dit :

*“Je suis le plus savant parmi vous, et je crains Allah plus que vous, pourtant je prie durant la nuit et je dors, je jeûne et je romps le jeûne, et je me marie, celui qui ne suit pas mon guide, ne fait pas partie des miens”.<sup>(1)</sup>*

D'autre part, il a désavoué Othmane Ibn Mad'houm et Abdullah Ibn Amru et autres relativement à leur excès dans la dévotion, en leur rappelant le droit du corps, de la famille et de la société sur eux. En effet, il a dit à Ibn Amru :

---

1. Déjà mentionné d'après Ibn Omar et Abu Hurayrah.

2. rapporté par Anas et autres.

*“Jeûne et romps le jeûne, prie et endors-toi. Ton corps a un droit sur toi (pour le repos), ton œil a un droit sur toi (pour le sommeil), de même ta famille a un droit sur toi (pour les relations intimes avec ta femme), sans oublier les visiteurs qui ont aussi un droit sur toi (pour l'hospitalité).”<sup>(1)</sup>*

En outre, Imam Anas a dit : L'Envoyé d'Allah (p-b-a-s-l) a vu un vieillard soutenu par ses deux fils qu'il interroge : *“Qu'est ce que qu'il a ?”* ils répondent : *“Il s'est juré de voyager aux lieux saints (pour le pèlerinage) à pied”* il dit : *“Certes, Allah n'a pas besoin de la souffrance que ce vieux inflige à lui-même”* et il lui ordonna de voyager en monture.<sup>(2)</sup>

Notons que par ailleurs rien n'a été rapporté du prophète concernant les bienfaits de la faim sauf au mois de Ramadan. Au contraire, combien de fois répétait-il cette invocation :

*“Seigneur, je cherche protection auprès de Toi contre la faim qui est certes un mauvais compagnon.”<sup>(3)</sup>*

## **Licence et atténuation**

Si l'acquittement des devoirs avec assiduité cause une maladie quelconque au Musulman, ou détériore son état ou retarde sa guérison, il existe dans la Sounnah une marge d'atténuation qui s'adapte à chaque cas.

En Effet, l'ablution (woudhou`) est remplacée par Tayammoum, et la prière qui nécessite, entre autre, la position debout, est remplacée par la prière en position assise ou allongée, de même, le jeûne n'est pas exigé d'un malade ou d'un voyageur :

---

1. Déjà mentionné.

2. Déjà mentionné.

3. Rapporté par Abu Daoud, An-Nasa'I et Ibn Majah d'après Abu Hurayrah.

﴿Et quiconque est malade ou en voyage, alors qu'il jeûne un nombre égal d'autres jours.﴾

(Al Baqarah 185)

Ces atténuations –et bien d'autres- guident le Musulman vers la conviction que la santé est primordiale. Il est dit dans un Hadith : *“Certes, Allah aime que ses licences (Rukhasse) soient appliquées et n'aime pas être désobéi”*.<sup>(1)</sup> Par ailleurs ces atténuations deviennent par moments des obligations. En Effet, il est formellement interdit à un vieux, dont la santé est fragile de jeûner durant le voyage. Ainsi, un jour le prophète (p-b-a-s-l) vit un homme évanoui que ses amis voulaient réveiller en lui mouillant le visage et les membres. Et quand, il (p-b-a-s-l) apprit que l'homme en question était en état de jeûne, il dit : *“ Ce n'est sûrement pas de la bonté pieuse que de jeûner durant le voyage.”*<sup>(2)</sup>

Allah le Très-Haut a clôturé le verset relatif au mois de Ramadan par :

﴿Allah veut pour vous la facilité, Il ne veut pas la difficulté pour vous﴾

(Al Baqarah 185)

De cette manière, beaucoup de choses illicites deviennent licites quand les circonstances l'exigent, comme par exemple la permission de manger la chair d'une bête morte, du porc ou autres, il est dit dans le Coran :

﴿il n'y a pas de péché sur celui qui est contraint sans toute-

---

1. Rapporté par Imam Ahmad, Ibn Hibban et Ibn Majah d'après Abu Hurayrah.

2. Déjà mentionné.

*fois abuser ni transgresser, car Allah est Pardonneur et Miséricordieux. ﴿﴾*

(Al Baqarah 173)

Ce même sens a été répété dans les sourates d'Al Ma'idah, Al Ana'am et An-Nahl.

## **Soins et médecine**

L'Islam a accordé beaucoup d'importance à la médecine, relativement aux soins et à la prévention. Ainsi cette dernière est bien prioritaire, n'est-il pas dit qu'un dirham de prévention vaut un quintal de soin.

Par ailleurs ceci ne peut avoir lieu qu'en évitant toute sorte d'excès, il est dit dans le Coran :

*﴿Et mangez et buvez et ne commettez pas d'excès, car Il (Allah) n'aime pas ceux qui commettent des excès. ﴿﴾*

(Al A'raf 31)

Dans les Hadiths suivants : *"Il n'existe pas un récipient aussi mauvais à remplir que le ventre,..."* et *"Le croyant mange dans un seul intestin alors que le mécréant mange dans sept"*, que nous avons déjà cités plus haut, nous voyons un signe bien clair qu'il est vivement déconseillé de donner à l'estomac plus qu'il n'en a besoin.

D'autre part, même si notre époque connaît différents sérums préventif, contre certaines maladies pédiatriques, (notamment les vaccins anti-poliomyélite et anti-variole), la jurisprudence islamique, va jusqu'à obliger les Musulmans à faire vacciner leurs enfants.

Un jour, Amru Ibn Al'As (qu'Allah soit satisfait de lui) s'est abstenu de faire la grande ablution (bain ou Ghosl), car il faisait extrêmement froid et il se limita au Tayammoum pour guider les Musulmans dans la prière.

Quelques uns de ses compagnons en ont informé le prophète (p-b-a-s-l) qui l'interrogea et Amru répondit : Je me suis rappelé la parole d'Allah le très haut :

﴿ *Et ne vous tuez pas vous-mêmes. Allah est en vérité Miséricordieux envers vous* ﴾

(An-Nisa' 29)

L'envoyé d'Allah (p-b-a-s-l) sourit en réponse, ce qui exprima son accord quant à l'idjtihad de Amru.<sup>(1)</sup>

Par ailleurs, un homme blessé à la tête voulait se purifier d'une impureté majeure et ne savait que faire relativement à sa blessure. Les uns lui recommandèrent de faire la grande ablution malgré tout. Quand il suivit leur conseil, la blessure se dégrada (sous l'effet de l'eau) et il mourut après complication de son cas.

Lorsque le prophète en prit connaissance, il désavoua vivement ceux qui lui ont recommandé le bain et il dit : "Ils l'ont tué ! Qu'Allah les tue, pourquoi n'ont-ils pas cherché à savoir (la vraie sentence) ? Quand quelqu'un (de vous) ne peut se guider vers la vérité, qu'il interroge ceux qui sont plus savants que lui. Ainsi, il aurait suffi à cet homme d'entourer sa blessure par un bandage et de faire le Tayammoum".<sup>(2)</sup>

---

1. Rapporté par Ahmad, Abu Daoud et autres d'après Amr Ibn A'l-Ass.

2. Rapporté par Abu Daoud d'après Djaber.

Voyez-vous, le prophète (p-b-a-s-l) est allé jusqu'à les traiter d'assassins, car ils l'ont poussé à la mort et leur précipitation dans la fatwa (décision juridique) a attiré le désaveu prophétique contre eux.

## **Le prophète (p-b-a-s-l), la médecine et la médication**

Il a été bien connu que le Messenger d'Allah (p-b-a-s-l) exhortait vivement à la médication et nous découvrons dans tous les ouvrages parlant de Hadith, un chapitre réservé à la médecine au point où cette dernière est devenue désormais un dénominateur commun à tous les livres. De même, ce sujet figure dans des ouvrages de funérailles, d'invocation et d'autres.

D'autre part, il a été rapporté du prophète (p-b-a-s-l) quelques Hadiths décrivant des remèdes à certaines maladies qu'un groupe de savant considéra comme une partie de la religion ou de la révélation divine.

En vérité, ce ne sont que le fruit d'expériences caractéristiques de l'époque tel qu'on l'a mentionné d'après Ibn Khaldoun, et wali' Allah Ad-Dahlawi et d'autres.

Parmi ces Hadiths, ils en existent ceux qui conviennent parfaitement à l'environnement du prophète (p-b-a-s-l) et des siens, et de là, ils ne peuvent être objet de généralisation.

Imam Ibn Al Qayim (qu'Allah enveloppe par Sa Miséricorde) l'a bien montré en décrivant le traitement du nerf sciatique (dans la queue grasse d'une brebis arabe), celui de la fièvre (l'eau froide) et d'autres traitements dans les directives prophétiques.

## **Principes et orientations du Messager d'Allah (p-b-a-s-l) en santé et en médecine**

Une grande part relative à la médecine a été ignorée par ceux qui parlent de la médecine prophétique ou de la médecine en Islam, il s'agit du côté "orientation" qui est en liaison étroite avec la mission religieuse et la fonction de l'Envoyé d'Allah (p-s-a-s-l).

L'évolution d'une médecine correcte a été entravée à travers les époques passées par des idées perverses et des mythes non fondés dictés par un paganisme falsifié. L'avènement du Messager de l'Islam opéra un grand changement dans ce domaine en éliminant tous les mythes et toutes les fausses convictions. A la place, il a établi un certain nombre de règles et de principes éternels considérés comme le fondement de l'édifice d'une médecine humaine scientifique correcte.

Parmi ces principes Muhammadites, notons :

### **1- La nécessité d'attribuer au corps sa vraie valeur :**

La sounnah a décidé que le corps a un droit sur l'individu. Pour la première fois dans une atmosphère de religions, les gens prennent connaissance de cette phrase si simple pourtant si belle et si profonde : *"Certes, ton corps a un droit sur toi !"*

Ce droit se résume par le manger en cas de faim, le repos en cas de fatigue, la propreté en cas d'impureté le soin en cas de maladie et sous aucun prétexte, il ne doit être légué au second plan.

Rien d'étonnant d'ailleurs, à ce que le Prophète (p-b-a-s-l) cherchait protection auprès d'Allah contre les diverses maladies en disant : *"Seigneur ! Je cherche protection auprès de Toi contre la*

*lèpre, la folie et les mauvaises maladies.*”(1)

Il prononça la même prière contre la surdité, le mutisme et les maladies reniées.

En outre, il priait Allah de préserver son corps et ses sens :

*“ Seigneur ! Préserve mon corps et ma vue jusqu’à ma mort. ”*(2)

*“ Seigneur ! Je te demande le pardon, la préservation de ma religion et de ma vie, de ma famille et de mes biens. Seigneur, protège-moi, apaise ma crainte, et préserve-moi entre mes mains, derrière-moi, à ma droite, à ma gauche, au-dessus de moi et je cherche protection auprès de Toi contre tout mal pouvant m’atteindre au-dessous de moi. ”*(3)

Citons aussi deux invocations que le Prophète (p-b-a-s-l) a tenues à faire apprendre à ses compagnons :

*“ Seigneur, bénis nos vues et nos ouïes. ”*(4)

*“ Seigneur, fais que je jouisse de ma vue et de mon ouïe jusqu’à ma mort et préserve ma religion et mon corps. ”*(5)

## **2 – Les médicaments sont la destinée d’Allah**

Les religieux étaient formellement convaincus que la médication s’oppose à la foi en la destinée d’Allah, pensant qu’ils devaient témoigner le plus d’endurance possible face à l’épreuve

---

1. Rapporté par Ahmad, Abu Daoud et An-Nasa’i d’après Anas.

2. Rapporté d’après At-Tirmidhi et Al Hakim d’après Aïcha.

3. Rapporté par Al Bazzar d’après Ibn Abbas.

4. Rapporté par At-Tabarani d’après Ibn Mas’ud.

5. Rapporté par Al-Hakim dans le livre de l’invocation d’après Ali qui dit que c’est un hadith bon.

de la maladie, comme signe de soumission totale au décret d'Allah et sans chercher aucunement à se soigner par des remèdes.

La Sounnah prophétique –comme une lumière bienfaisante– vint résoudre ce problème.

Il a été rapporté par Ahmad et d'autres qu'Abu Khuzamah a dit : "ô Messenger d'Allah, nous utilisons la "Ruqiya" (lecture de versets coraniques sur un malade en vue de le guérir), nous utilisons les remèdes en cas de maladies et nous nous protégeons par la piété, est ce que cela va à l'encontre de la destinée d'Allah ? Il dit : "*c'est plutôt la destinée d'Allah.*"<sup>(1)</sup>

C'est la réponse définitive précisant qu'Allah a prescrit les causes et les causalités. Ainsi, la destinée de la faim est repoussée par celle de la nourriture, la soif par le breuvage et la maladie par les médicaments, la totalité de ces facteurs émane d'un décret d'Allah.

Dans ce domaine, les directives du prophète (p-b-a-s-l) sont les meilleures qui puissent exister et sont le chemin que toute personne devrait suivre car il lui est arrivé lui-même (p-b-a-s-l) de prendre des traitements et d'ordonner à sa famille et à ses compagnons d'en prendre en cas de maladies.

Il est rapporté dans le "Sahih" d'après un Hadith rapporté par Djabir que le Messenger d'Allah (p-b-a-s-l) a envoyé à Ubay' Ibn Ka'ab un médecin qui lui a coupé une veine et l'a cautérisé.<sup>(2)</sup>

Par ailleurs, quand notre maître Omar effectua un voyage vers la Syrie, il sut avant d'y entrer que la peste y avait éclaté, il a donc consulté ses compagnons pour rebrousser chemin, et ils

---

1. Rapporté par Imam Ahmad, Ibn Majah et At-Tirmidhi qui dit que c'est un Hadith bon.

2. Rapporté par Muslim dans le livre "As-Salam" (2207).

finirent par décider de revenir sur leurs pas afin d'éviter le danger. Abu Ubaydah dit alors : Est-ce une fuite du destin de Dieu ? Omar lui dit : Ah si quelqu'un d'autre que toi l'avait dit ! Oui nous fuyons du destin de Dieu au destin de Dieu. Que ferais-tu si tu avais un troupeau de chameaux et que tu les amènerais dans une vallée qui a deux côtés : l'un est fertile et plein d'herbes, tandis que l'autre est stérile et dénudé. Quand tu ferais paître les chameaux dans le côté fertile, ne le ferais-tu pas d'après la destinée fixée par Allah ? ”

Ainsi, ce n'est que le Musulman doté de clairvoyance et de jurisprudence qui saura repousser le décret d'Allah par le décret d'Allah.

Quelle parole éloquente, celle prononcée par le philosophe-poète Muhammad Iqbal : le croyant faible justifie sa faiblesse par le décret d'Allah, alors que le croyant fort se considère lui-même comme étant le décret invincible d'Allah, et sa décision irréfutable.

### **3- La Sounnah reconnaît la loi établie d'Allah relativement à la contagion**

La Sounnah prophétique reconnaît la loi établie d'Allah relative à la contagion et recommande d'utiliser assidûment les moyens de prévention et de mise en quarantaine contre toutes les épidémies et les maladies contagieuses comme la peste.

Le prophète (p-b-a-s-l) a dit :

*“Que celui qui possède des chameaux malades ne les mêle pas aux chameaux sains autour du bassin d'eau.”* <sup>(1)</sup>

---

1. Déjà mentionné d'après Abu Hurayrah.

Par ailleurs, il est dit dans le "Sahih" de Muslim qu'un homme atteint de lèpre faisait partie de la délégation de "Thaqif" [tribu arabe] venue prêter serment d'allégeance, le Messager d'Allah (p-b-a-s-l) lui a alors mandé : *"Nous avons accepté ton serment, retourne aux tiens."*<sup>(1)</sup>

D'après Ibn Majah, il est rapporté dans un autre Hadith : *"N'observez pas trop longtemps les lépreux"*<sup>(2)</sup> et concernant la peste : *"Lorsque vous apprenez qu'elle (la peste) ravage un pays, n'y allez pas. Mais si vous vous trouvez dans un pays ou elle s'annonce ne le quittez pas pour la fuir."*<sup>(3)</sup> Cette précaution a été prise pour restreindre au maximum le ravage de l'épidémie.

En ce qui concerne le Hadith : *"pas de contagion"*, certes c'est un Hadith authentique rapporté par Al Bukhari mais dont le sens est que la maladie n'est pas contagieuse par sa nature à elle comme il plaît aux ignorants de croire, mais elle l'est suivant le décret d'Allah et selon ses lois universelles établies.

#### **4-Respect de la médecine basée sur l'expérimentation**

Le Messager d'Allah (p-b-a-s-l) lutta beaucoup contre la médication des astrologues et des sorciers appelés aussi (médecine spirituelle) et témoigna beaucoup de respect à la médecine basée sur l'observation, l'expérimentation, les causes et les causalités.

Il a aussi mis fin aux rumeurs divulguées par le paganisme des Arabes et des gens du Livre, concernant l'invalidité des causes apparentes, et la prise en considération exclusive des

---

1. Rapporté par Muslim dans le livre As-Salam (2231).

2. Rapporté par Ibn Majah d'après Ibn Abbas (3543).

3. Déjà mentionné d'après Aburrahmane Ibn `Auf et Usama Ibn Zayd.

causes cachées et inconnues à noter toutes les formes de charlatanisme. La seule médication spirituelle permise est le Thikr (le fait de se rappeler Allah) et la protection auprès de Lui contre les mal-faits de Satan, par le Coran et les diverses invocations.

Certainement, aucune personne équitable ne saurait nier l'effet positif qu'exerce ce genre de remède à base de foi pure sur l'esprit en lui administrant une vive relance et en activant ses facultés morales qui éveillent l'espoir en une guérison rapide.

En outre, sa conviction absolue en la Miséricorde divine le pousse à être du nombre de ceux qui la sollicitent et non du nombre des égarés.

Le prophète (p-b-a-s-l) par sa parole, ses actions et ses décisions, était un exemple vivant quant à encourager la médecine correcte basée sur la science et l'expérimentation et non sur l'exagération et l'ignorance.

En effet, il s'est soigné lui-même et a ordonné aux siens de faire de même, car celui qui a créé la maladie a aussi créé le remède. Par ailleurs, il a envoyé un médecin à Ubay' Ibn Ka'ab, comme on l'a déjà mentionné qui lui a coupé une veine et l'a cautérisé, c'est à dire qu'il l'a opéré.

D'autre part, Sa'ad Ibn Abi Waqqas a dit : je suis tombé malade et le prophète (p-b-a-s-l) me rendit visite, il mit alors sa main entre mes seins jusqu'à ce que je ressentie sa froideur dans ma poitrine et il dit : *"tu es un homme poitrinaire, rends visite à Al-Hareth Ibn Kilda de la tribu Thaqif, c'est un homme savant en médecine."*<sup>(1)</sup>

---

1. Rapporté par Abu Daoud dans le livre de Medecine d'après Sa'd.

Apparemment Al Hareth Ibn Kilda n'était pas Musulman, car rien ne prouve qu'il a embrassé l'Islam. C'est pour cette raison que les savants ont permis aux Musulmans de solliciter l'aide des non-Musulmans en médecine, à condition qu'ils soient des hommes de confiance, quoi qu'il soit bien préférable que le Musulman soigne son frère le Musulman surtout en ce qui concerne les sentences de jurisprudence comme la rupture du jeûne au Ramadan qui doivent être formulées par un médecin doté d'un savoir religieux.

En outre, quand l'un des Sahaba (compagnons du prophète (p-b-a-s-l)) fut blessé et eut une congestion, le Messenger d'Allah (p-b-a-s-l) convoqua deux hommes de la tribu de beni Anmar, qui l'observèrent et le prophète (p-b-a-s-l) les interrogea : "Qui d'entre vous est le plus habile" l'un d'eux questionna : "y-a-t-il des préférences d'habileté en médecine, ô Envoyé d'Allah ?" Il dit : *"Celui qui a prescrit le médicament est certes Celui qui a prescrit la maladie."*<sup>(1)</sup>

D'après Imam Ibn Al Qayim, ce Hadith prouve que l'on devrait de tout temps opter pour le meilleur en chaque science et en chaque art car le rendement en dépend. <sup>(2)</sup>

Il a aussi été rapporté que le prophète (p-b-a-s-l) a dit : *"Celui qui pratique la médecine sans qu'il n'en soit savant est sûrement le plus perdant"*.<sup>(3)</sup> De cette façon, il montra à ceux qui prétendent faussement être médecins qu'ils doivent complètement assumer

---

1. Rapporté par Malik dans Al-Muqta', livre d'Al'Ain, chapitre : "Traitement du malade".

2. Zad Al Ma'ad 4/132.

3. Rapporté par Abu Daoud (4586), An-Nasa'i (8/41) et Ibn Majah (3466).

leur responsabilité en matière de traitement et de diagnostic et témoigna paradoxalement un grand respect aux spécialistes et aux experts. N'est-il pas dit dans le Coran :

*﴿Nul ne peut te donner des nouvelles comme Celui qui est parfaitement informé.﴾*

(Fatir 14)

De même, les directives prophétiques pourchassèrent les sorciers et les charlatans qui soignent les gens par des amulettes et des formules inconnues, complètement dénuées du Nom d'Allah et de Ses attributs. En plus, il considéra ce genre de pratique comme une association à Allah et une conséquence directe de l'ignorance.

L'imam Ahmad a rapporté que Zainab femme de Abdullah Ibn Mas'ud a dit : "Abdullah avait l'habitude de tousser légèrement avant d'entrer à la maison, pour s'annoncer, et éviter de me trouver dans une mauvaise posture. Un jour il toussota, alors que j'avais en ma compagnie une vieille venue me guérir d'une rougeur à l'œil, je l'ai tout de suite poussée sous le lit. Quand il entra et prit place à côté de moi, il vit que je portai un fil autour du cou, lorsqu'il m'interrogea je répondis : "c'est un fil sur lequel on m'a lu des formules." Il le prit et le coupa puis il déclara : La famille de Abdullah est bien au-dessus de l'association (à Allah), j'ai entendu le Messager d'Allah (p-b-A-s-l) dire : *"Certes, les incantations et les amulettes sont une forme d'association"* je lui dis : "Pourquoi me dis-tu cela, alors que mon œil était larmoyant et c'est grâce à une incantation qu'un Juif m'a faite, qu'il s'apaise parfois" il dit : "cela vient de Satan qui administre un coup à ton œil, quand le Juif te fait l'incantation, il (Satan) retire sa main, il t'aurait donc suffi de

dire : *“Dissipes le mal, Seigneur des hommes, guéris car c’est Toi qui guéris et il n’y a d’autre guérison que la Tienne une guérison qui ne laisse aucune maladie.”* <sup>(1)</sup>

Il a aussi été rapporté que Aïssa Abdurahmane a dit : *“Nous avons rendu visite à Abdullah Ibn ‘Ukaym alors qu’il était malade, quelqu’un lui recommanda d’attacher à son cou quelque chose (amulette ou autre), un autre dit alors : “Attacheras-tu quelque chose dont le Messager d’Allah (p-b-a-s-l) a dit : “Celui qui porte une amulette, il lui sera soumis.”* <sup>(2)</sup>

On a rapporté d’après Oqba Ibn Amir que le prophète (p-b-a-s-l) a dit : *“Celui qui porte une amulette aura associé.”* <sup>(3)</sup>

Tandis que les Ruqiya sont des invocations et des prières faites à Allah seul.

Notons que l’Envoyé d’Allah (p-b-a-s-l) a résumé les facteurs de guérison de son époque en disant : *“ La guérison est en trois choses : une gorgée de miel (pur), une incision (cette pratique est appelée Hidjama et consiste à inciser une partie du corps pour aspirer le sang) et une cautérisation par le feu.”* <sup>(4)</sup>

Nous voyons que ce Hadith n’a pas mentionné la Ruqiya malgré sa grande importance et son influence spirituelle considérable.

Cependant, le bon Musulman est celui qui mêle l’âme à la matière dans une parfaite harmonie, ainsi il marche sur terre, mais il aspire au ciel, il utilise la médication humaine sans omettre la médication divine spirituelle.

- 
1. Rapporté par Imam Ahmad dans le Musnad d’Ibn Mas’ud, cheikh Chakir dit que c’est un Hadith bon.
  2. Rapporté par Ahmad dans le Musnad de Abdullah Ibn Ukaim (4/310).
  3. Rapporté par Al Hakim (4/216), Ahmad et autres.
  4. Rapporté par Al Bukhari d’après Ibn Abbas.

## Importance de la médication divine

L'éminent savant Ibn Al-Qayim dit, dans son célèbre ouvrage "Zad Al Ma'ad" : "Et sache que les remèdes naturels divins repoussent la maladie, et si cette dernière a lieu, son effet peut être douloureux sans être néfaste. En général, les remèdes naturels sont utiles après l'atteinte par la maladie, car les invocations et la sollicitation de la protection d'Allah empêchent ses causes ou du moins atténuent ses effets – selon la force de piété dans la prière. La Ruqiya et la sollicitation de la protection auprès d'Allah préservent la santé et guérissent la maladie."

Pour la préservation de la santé, citons ces quelques Hadiths : Il est dit dans les deux Sahih (Sahih de Muslim et celui d'Al Bukhari), que Aïcha mère des croyants a dit : "Quand le prophète (p-b-a-s-l) voulait se mettre au lit, il soufflait dans ses deux mains et y récitait les trois sourates (le monothéisme pur [Al Ikhlas], l'aube naissante [Al Falaq], les hommes [An -Nas] puis les passait sur la plus grande partie de son corps".<sup>(1)</sup>

Selon la même référence : *"Les deux derniers versets de la sourate d'Al Baraqah suffisent à celui qui les lit la nuit."*<sup>(2)</sup>

Dans le Sahih de Muslim, il est venu que le Messenger d'Allah (p-b-a-s-l) a dit : *"Celui qui arrive à un lieu et dit : (Je cherche protection auprès d'Allah par Ses paroles les plus complètes contre le mal des êtres qu'Il a créés) aucun mal ne l'atteindra jusqu'à ce qu'il quitte ce lieu."*<sup>(3)</sup>

---

1. Rapporté par Al Bukhari dans le livre de l'invocation (11/107).

2. Rapporté par Al Bukhari (11/107) (dans le livre de l'invocation) et par Muslim dans le livre As-Salam (808).

3. Rapporté par Muslim dans le livre Dhikr et invocation.

En plus, il a été rapporté qu'un homme mordu s'est rétabli après qu'on ait lu sur lui la sourate d'Al Fatihah (prologue).

## 5- Médecins, malades et espoir

Le Messenger d'Allah (p-b-a-s-l) a ouvert grande la porte de l'espoir aux médecins comme aux malades quant à la guérison de toute maladie aussi grave soit-elle, aussi incurable semble-t-elle.

En effet, Imam Al Bukhari a rapporté d'après Abu Hurayrah que l'Envoyé d'Allah a dit : *"à toute maladie décrétée, Allah a préconisé la guérison."*<sup>(1)</sup>

Imam Muslim et Ahmad ont rapporté d'après Djabir : *"Toute maladie a un remède, si ce dernier coïncide avec la maladie, il en résulte la guérison selon la volonté d'Allah"*.<sup>(2)</sup>

Imam Ahmad a rapporté d'après Ussama Ibn Charik : *"Certes Allah n'a décrété une maladie qu'en lui associant une guérison, ignoré soit-elle ou sue."*<sup>(3)</sup>

D'après Imam Ach-Chawkani, ce Hadith exhorte l'individu à chercher à se soigner de la maladie même si les médecins ne lui connaissent aucun remède et avouent leur impuissance.<sup>(4)</sup>

Imam Ibn Al Qayim dans son ouvrage "Zad Al Ma'ad" note que le Hadith *"à toute maladie existe un remède"* envoie une grande force psychologique dans l'esprit du malade et du médecin. Cette parole incite à persévérer dans la recherche du

---

1. Rapporté par Al Bukhari dans le livre de la médecine (10/134).

2. Rapporté par Muslim dans le livre As-Salam (2204).

3. Rapporté par Imam Ahmad (4/278).

4. Nail Al-Awtai, Imam Ach-Chawkani (9/90, 91).

remède, car quand le malade sent qu'il peut guérir, son esprit s'attache à l'espérance et s'éloigne du désespoir.

Ainsi quand son âme devient forte, une vivacité instinctive émane de lui ce qui mène à combattre la maladie. De même quand le médecin est convaincu de l'existence du médicament, il le sollicite.

En outre les corps sont similaires aux cœurs, ainsi lorsque le cœur souffre d'une maladie, il guérit par son opposé, alors si le malade met la main sur le médicament adéquat et l'utilise convenablement, il guérira par la Volonté d'Allah.<sup>(1)</sup>

## **6- Prise en considération de la santé psychologique**

La Sounnah prophétique a attribué à la santé psychologique une grande considération, car comme il est dit : tu es un homme par ton esprit, et non par ton corps.

Bien évidemment, nul ne peut nier l'échange perpétuel qui existe entre les deux côtés humains et spirituels, et l'inter-influence naturelle en terme de force et de faiblesse, de bonne santé ou de mauvaise, d'équité et de déviation sous preuve d'anciens psychologues et médecins.

Ils ont dit dans le temps : "l'esprit saint est dans le corps saint"

On a vu dans la biographie du prophète (p-b-a-s-l), l'intensité de la force de l'esprit et son influence sur la force du corps quand les Musulmans étaient en train de construire la mosquée brique par brique, tandis que Ammar Ibn Yassir portait les briques deux à deux. Lorsque le Messenger d'Allah (p-b-a-s-l) le vit, il s'épousseta et dit : "*ô Ammar, pourquoi ne portes- tu pas*

---

1. Zad Al Ma'ad (4/17).

*ce que porte tes compagnons ? ” il répondit : “Je veux plus de récompense d’Allah”.<sup>(1)</sup>*

Ainsi plus de récompense implique plus d’efforts. Le prophète (p-b-a-s-l) dit : *“Certes Ammar est rempli de foi de sa tête jusqu’à ses pieds”*.<sup>(2)</sup>

D’autre part, lorsque l’Envoyé d’Allah (p-b-a-s-l) mit ses compagnons en garde contre le jeûne continu, ils disent : *“comment tu nous l’interdis, et toi tu le fais pourtant ?”* Il dit : *“Et qui de vous est comme moi, mon Dieu me nourrit et m’abreuve pendant la nuit ”*.<sup>(3)</sup>

C’est là, une désignation à la grande force d’esprit du prophète (p-b-a-s-l) et son influence sur son corps. Et qui de nous est comme lui, pour supporter ce qu’il peut supporter !

Certes, il est toujours avec Allah, il se le rappelle sans jamais l’oublier, il est tout le temps à l’éveil, et même si ses yeux sont fermés, son cœur ne dort jamais.

En outre, le vrai croyant est le plus fort d’esprit parmi les hommes et le plus saint puisqu’il est rempli de foi.

Cette dernière envoie dans son cœur la sérénité et la quiétude, la satisfaction et l’espoir, l’amour et l’affabilité, elle le purifie de la haine, de la convoitise et de toute maladie dévastatrice des cœurs.

---

1. Rapporté par Ahmad dans le Mussad de Ibn Abbas et par Al Bukhari dans les livres de la prière et du djihad.

2. Rapporté par Abu Nuçaim dans le livre Al-Hilyah (1/133).

3. Rapporté par Al Bukhari et Muslim dans le livre du jeûne d’après Ibn Omar, Abu Hurayrah, Anas et Aïcha.

Et s'il est dit que la haine ronge les récompense comme le feu ronge le bois, il est en réalité plus juste encore de dire qu'elle ronge en plus la santé de l'homme et ses nerfs.

Quelle parole juste fut celle de celui qui a dit : "comme la haine est équitable ! elle a commencé par celui duquel elle émane et l'a tué", et celui qui a dit :

Supporte la ruse de l'envieux  
ta patience certes le tuera  
le feu se consume lui-même  
s'il ne trouve pas quoi consumer

Il est rapporté dans le Hadith : *"L'un des fléaux des nations qui vous ont précédés, vous a envahis : la jalousie et la haine, cette dernière est comme un rasoir (qui ronge les bonnes actions)."*<sup>(1)</sup>

Finalement, ce sont là les principes éternels sur lesquels l'Islam est fondé. Ce sont des règles que le Messager d'Allah (p-b-a-s-l) a tenu à ancrer par sa Sounnah qui apte –à condition d'être bien entretenue et convenablement appliquée– à faire élever des générations fortes de corps et d'esprit sans lesquelles la religion ne peut avoir le dessus, et le monde ne peut évoluer d'une manière équilibrée.

---

1. Rapporté par Ahmad At-Tirmidhi d'après Az-Zubair.

مطابع دار الطباعة والنشر الإسلامية

للعاشر من رمضان المنطقة الصناعية ب ٢ - تليفاكس : ٣٦٣٣١٤ - ٣٦٢٣١٣

مكتب القاهرة : مدينة نصر ١٢ ش ابن هاتيم الأندلسي ت : ٤٠٣٨١٣٧ - تليفاكس : ٤٠١٧٠٥٣





L'eau, l'ablution, les bains purificateurs étaient un dogme pour les Musulmans dès l'aube de la Révélation. Ainsi, l'Islam, par les versets coraniques et la Sounnah prophétique a accordé une grande considération à la propreté et l'hygiène.

Ce livre découvre aux yeux de tous la place de la Sounnah qui lui revient de droit quant à son immense contribution dans le domaine de l'hygiène.

Lisez, comprenez et jugez !

