Publicado en *Al-Islam.org* (https://www.al-islam.org)

Manger et boire constituent des nécessités fonda-mentales de la vie. L'Islam n'interdit d'aucune façon de manger une nourriture bonne et délicieuse, ni de consommer des breuvages sains et plaisants. Le Saint Coran dit:

Ô vous les Croyants! Mangez de ces bonnes choses que Nous vous avons accordées; remerciez Allah... (*Sourate al-Baqarah, 2:172*)

Le critère général de la nourriture et des boissons licites est leur “nature bonne”, c'est-à-dire le fait d'être saines, délicieuses, propres et pures.
Il est bien de manger une nourriture délicieuse, d'alimenter les autres avec elle et de s'assurer sa bonne nature et sa pureté.

● On doit manger et boire des choses licites.

● Ne soyez pas si pris par la nourriture que celle-ci vous retienne de l'adoration d'Allah.

● Ne soyez pas pris par la nourriture et le breuvage comme les animaux. Car il ne faut pas oublier que le but de manger et de boire doit être pour vous d'acquérir assez de force pour adorer Allah.1

● On ne doit pas être prodigue en matière de nourriture et de boisson.

● Ne mangez rien lorsque vous avez l'estomac plein.

● Lorsque l'estomac est plein, il devient une source de rébellion et de corruption.2

● Il est recommandé de ne pas manger entre le petit-déjeuner et le dîner.

● Il est nuisible pour la santé de ne pas prendre le petit-déjeuner et le dîner.

● Il est sunnah (conduite du Prophète) de se laver la main et la bouche avant et après les repas.

● Il est convenable de dire “Bismillâh” (au Nom d'Allah) lorsqu'on pose la nourriture sur la table, et de commencer et de terminer le repas par une petite pincée de sel.

Vous devriez vous asseoir devant la table comme un serviteur en signe d'humilité devant votre Seigneur

(Qui vous a accordé la nourriture).
Il est détestable de manger seul.
Manger avec les serviteurs ou en étant assis par terre est sunnah.

Lorsque le repas est servi sur la table, ne congédiez jamais un mendiant (qui en demande).
Ne partagez pas votre repas avec des personnes malpropres et des pécheurs, et efforcez-vous toujours de le partager avec des personnes bonnes, pieuses et instruites (ulémas).
Il est interdit de manger à une table lorsqu'on y sert de l'alcool.
On rapporte qu'il faut éviter également de manger dans un rassemblement où on consomme des nourritures et des boissons interdites ou dans lequel on se livre à des actes interdits, tels que la médisance.

Ayez toujours des légumes et du vinaigre sur la table.
Ne mangez pas le repas lorsqu'il est trop chaud.
Il est détestable de souffler sur la nourriture et la boisson (pour les refroidir). Lavez les fruits avant de les manger. Laissez couverts la nourriture et les boissons. Ne mangez pas de nourriture avariée et vieille.
Ne profanez pas le pain.

Mangez le pain dès qu'il est servi à table, et n'attendez pas l'arrivée d'autres mets.
Ne reniflez pas le pain ni ne le frottez avec vos mains.
Lorsque vous êtes à table, mangez de ce qui se trouve devant vous et non pas des plats se trouvant devant les autres.
Mangez par petites bouchées et mâchez bien ce que vous mangez, sans dévisager les autres.
Offrez de bons mets lorsque vous mangez avec un frère Musulman, et abstenez-vous de lui offrir ce qu'il n'aimerait pas.

Il n'est pas bien de vous conformer aux formalités avec ceux qui arrivent alors que vous êtes en train de manger à table (par exemple vous lever pour donner l'accolade, etc...)
Mangez ce qui tombe sur la table.3
Curez-vous les dents après avoir mangé.
Nourrir les coreligionnaires et les inviter à un repas est un acte très vertueux.
Il est recommandé d'invoquer les Bénédictions de Dieu pour celui qui nous a nourris.
Lorsqu'un frère de Foi vous rend visite, apportez-lui (à manger) ce qui est disponible, et ne vous dérangez pas pour préparer ce que vous n'avez pas.
Plus vous aimez votre frère en Islam, plus vous devez manger de sa nourriture. Il est dit qu'une personne généreuse mange beaucoup chez son hôte afin que celui-ci mange lui aussi beaucoup chez elle.

Selon les hadith lorsque le Prophète (P) mangeait avec des invités, il avait l'habitude de manger le premier et de terminer le dernier afin qu'aucun d'eux n'ait mangé insuffisamment.
Mudhaffar Ibn 'Omar rapporte qu'un jour il s'était plaint auprès de l'Imâm Ja'far al-Çadiq (P) d'avoir mal

aux yeux. L'Imâm lui dit que lorsqu'il se lavait les mains après avoir mangé, il devait mettre ses mains mouillées sur ses paupières et sourcils en récitant trois fois la supplication suivante:
«Wal hamdu lillâh-il-muhsin-il-mujmil-il-mun'im-il mutafadh-dhil».
[Louanges à Allah qui pourvoit à la Bienfaisance, qui embellit et qui accorde les Bénédictions, et qui accorde les faveurs.]

On rapporte qu'il est recommandé de faire un festin et d'inviter les gens à manger dans les occasions suivantes:

1. Le mariage;
2. 'Aqiqah (cérémonie spéciale à l'occasion d'une naissance);
3. La circoncision;
4. L'acquisition d'une maison ou la construction d'un nouveau logement;
5. Au retour d'un voyage;
Faire un festin destiné uniquement à des gens riches est interdit.

Le respect de soi

Selon un hadith attribué au Prophète (P), huit types de personnes méritent d'être maudites:

1. Quelqu'un qui se joint à une invitation sans être invité.

2. Un hôte qui donne des ordres à ses invités.

3. Quelqu'un qui attend de son ennemi qu'il lui rende service.

4. Quelqu'un qui thésaurise, qui est mesquin et avare, et qui s'attend de surcroît à ce que les autres lui soient obligés.

5. Quelqu'un qui intervient sans permission entre deux personnes qui ont une discussion privée.

6. Quelqu'un qui ne montre pas le respect dû aux gens qui font autorité (les ulémas).

7. Quelqu'un qui fréquente des gens qui ne méritent pas d'être fréquentés.

8. Quelqu'un qui discute avec une personne qui ne prête pas attention à ce qu'il dit.
Un autre hadith nous ordonne d'inviter à un repas seulement ceux avec lesquels nous sommes amis uniquement pour l'amour de Dieu.

La limite maximale de l'entretien d'un hôte est de trois jours. S'il reste plus longtemps, son entretien équivaut à un don de charité.

Il est recommandé d'être bon avec l'invité et de l'entretenir chaleureusement.
L'un de vos devoirs envers votre hôte est de lui fournir un cure-dents, et de le raccompagner jusqu'à la porte de votre maison lorsqu'il part.

N'allez pas chez quelqu'un pour manger avec lui sans qu'il vous y invite. Ne donnez pas d'ordres au maître de maison. Asseyez-vous où il vous demande de vous asseoir. Si vous êtes invité à un festin vous devez accepter l'invitation.

Boire l'eau

L'Imâm Ja'far al-Çâdiq, que la Paix soit sur lui, a dit :«L'eau fraîche atténue la température, guérit du vomissement, fait digérer l'alimentation, et elle est une antidote contre la chaleur, alors que l'eau chaude est bien pour toutes sortes de douleurs et n'est nuisible en aucun cas».

Lorsqu'on boit de l'eau, on doit réciter la supplication suivante:
«Çalwât-ul-lâhi 'alâ-l-Hussayn wa 'alâ ahli baytihi wa açhâbihi, wa la'natul-lâhi 'alâ qatalatihi wa a'dâ'ihi».
[Que les Bénédictions d'Allah entourent l'Imâm al-Hussayn (P), le petit-fils du Saint-Prophète, et ses Ahl-ul-Bayt (les Membres de sa Famille) et ses Compagnons. Que Dieu maudisse les meurtriers et les ennemis de l'Imâm al-Hussayn (P).]

On a rapporté que l'eau du puits de Zam-Zam, l'eau de pluie et l'eau de l'Euphrate sont très bénéfiques.
La nuit, buvez de l'eau en étant en position assise, et pendant le jour, en étant debout.
L'Imâm 'Alî, que la paix soit sur lui, a dit qu'on doit boire de l'eau de pluie, car elle purifie le corps et guérit toutes les douleurs et maladies.

1. C'est ce qui distingue l'homme de l'animal.
2. L'Islam conduit l'homme sur une voie où même ce qu'il mange et boit a tendance à faire partie de son mouvement évolutif (vers Allah).
3. L'Islam évite le gaspillage avec d'autant plus de souci qu'il veut que la société islamique soit auto-suffisante sur le plan économique, et que le Musulman s'abstienne de toute prodigalité.

URL del envío:
https://www.al-islam.org/es/usages-et-bons-comportements-en-islam-allamah-muhammad-baqir-majlisi/boire-et-manger