

Bienvenue sur Coran de ton coeur, le podcast qui t'aide à reconnecter ton coeur à ton Coran. Je suis Zeynab et je suis passionnée par les deux médecines indispensables à toute vie sur Terre, celle de l'âme et celle du corps. Je suis donc enseignante de Coran et interne en médecine générale. Voilà plus de 10 ans maintenant que j'enseigne aux femmes à lire, à apprendre, à comprendre et surtout à vivre leur Coran au quotidien en reconnectant leur coeur au Coran. Car oui j'ai la ferme conviction qu'un coeur connecté au Coran est capable de redistribuer à tous les organes du corps l'amour pour Allah, l'envie de lui plaire et d'agir dans le bien. C'est pourquoi à travers ce podcast je compte redonner chaque semaine un nouveau souffle à diverses pans de ta vie au regard de ton Coran. Prends cet en pour toi et belles écoutes. Salam alaikum wa rahmatullah heureuse de te retrouver pour un nouvel épisode comme chaque vendredi. Coran de ton coeur. Vraiment très contente de reprendre après cette positive. On a déjà eu des épisodes précédents donc c'est une belle reprise. Et aujourd'hui on reprend avec un autre épisode invité. Cette fois-ci je suis avec une invitée que j'avais hâte d'avoir dans le podcast. Elle a dit oui, elle va le faire sans blanc. Elle va dire plutôt qu'elle est honorée, qu'elle était touchée et que je l'ai invitée alors qu'en réalité c'est moi qui suis touchée. Mais bon, cet épisode va être très sympa une chère. Et bien sans plus attendre, je vous la présente, c'est n'est autre que ma très chère Isaira, connue sur les réseaux, sur son site internet, surtout ce qu'elle partage sous le nom l'arbre des merveilles. Et un jour peut-être qu'elle nous expliquera pourquoi elle dit l'arbre des merveilles. Ma chardasse a une très belle histoire. Et je ne pouvais pas ne pas inviter Isaira pour ce sujet-là puisque le sujet du jour comme tu as dû voir dans le titre et bien c'est comment faire du temps son allié. Et on sait que le temps est de notre monnaie la plus chère, notre monnaie qui a le plus de valeur, notre monnaie tout simplement. Si on devait définir l'être humain par quelque chose, ce serait d'abord son temps qui s'écoule. Isaira, salam alaykum, alaykum, salam alaykum, salam alaykum, salam alaykum à toutes. Comment tu vas ? Alhamdulillah, alhamdulillah, comment de pas aller bien en t'accompagner, alhamdulillah ce podcast non vraiment. Je suis contente de t'avoir ici. Alors Isaira, on commence direct ce que tu peux te présenter et nous dire ce que tu fais, qui tu es, qu'est-ce que tu fais et en quoi justement tu fais des merveilles avec l'art des merveilles. Alhamdulillah, alors je m'appelle Isaira, donc je suis de métier consultante en organisation, donc j'aide les particuliers et les professionnels à optimiser leur temps et leur espace. Alors c'est un peu barbare comme ça mais en réalité ça veut dire vous faciliter chez vous dans vos bureaux, dans vos espaces professionnels et dans votre temps pour justement se dégager au maximum de nos contraintes, réussir à trouver des raccourcis efficaces productifs pour enfin utiliser ce temps pour ce qui est utile, insha'Allah, bi'injallah. Donc c'est vraiment mon cheval de bataille, d'aider au maximum les personnes à s'organiser toujours avec cet objectif d'utiliser leur temps à bonnes fins. À côté de ça, donc en tant qu'entrepreneur, à côté de ça je suis maman de trois enfants dont des jumeaux à qui je fais aussi l'école à la maison, donc c'est aussi une partie de mon travail. Voilà, c'est à peu près les deux choses que je fais. Après qui je suis ? Bah écoutez, c'est une très longue histoire donc ce sera sûrement pour une prochaine fois, insha'Allah, mais si vous voulez me connaître un petit peu plus, comme la designer, il y a les réseaux, il y a internet maintenant, là on va béler comme la chaleur de manière de connaître les gens. Magnifique, d'ailleurs je t'invite si ce n'est pas déjà fait à suivre Ezaïra sur ses réseaux,

tu la trouveras. En tapant l'arbre des merveilles, d'une façon, dans les notes de l'épisode, je vais mettre un lien vers tout ce qui est de partage de très sympa, insha'Allah, ça me fait très plaisir et je précise que ce n'est pas un partenariat et de toute façon, même si c'est un partenariat, c'est mon pot de casse, j'ai le droit, comme ça c'est fait, au contraire, les partenariats sont souvent diabolisés, je ne sais pas pourquoi, alors que c'est juste une diffusion de réel, si c'est fait avec la bonne intention et qu'on partage les bonnes choses. Je ne suis pas là tous les quatre matins, dire prenez-ci et faites ça, mais quand c'est des choses qui nous aident, sachant que ici l'optimisation du temps a tout à fait sa place avec le fait de se dégager du temps pour le corps N, donc je ne vois pas vraiment comment pouvoir apprécier au mieux son temps

avec le corps N, que ce soit un temps de qualité, si à côté on se sent en burn out parce qu'au travail ça ne va pas, parce qu'on ne s'organise pas bien par rapport à nos tâches, parce qu'on a l'impression que nos enfants nous prennent tout notre temps alors que ce n'est pas le cas, et bien c'est compliqué et du coup le temps avec le corps N est grandement impacté et parfois au lieu d'être un temps de qualité ou un temps apaisant, c'est limite un temps des fois frustrant, on ne prend pas le goût à ça et limite on va finir par voir d'un œil triste ou d'un mauvais œil ce temps avec le corps N et on le prend comme une contrainte à la fin alors que ce n'est pas censé être le cas, moi je dis toujours à mes élèves si le temps que tu passes avec le corps N ou une activité que tu fais vis-à-vis du corps N sur l'apprentissage et la lecture te semble pénible et difficile dans le sens où tu sens une pression c'est qu'il y a un problème, tu dois pas accepter de pression par rapport à ça, ça ne veut pas dire qu'il n'y a pas d'efforts à faire, la lecture si tu ne sais pas lire ça va être une épreuve, l'apprentissage on sent mais c'est pas douloureux en fait, c'est pas douloureux il n'y a pas de pression inutile donc il ne faut jamais accepter ça et c'est important. En tout cas très belle présentation, alors avant d'abord de notre sujet du jour et de rentrer vraiment au coeur de ce sujet qui est le fait de faire du temps son allié, on va garder toujours nos bonnes habitudes et se délecter de des ayats cette fois-ci qu'on motivait l'épisode du jour. Par le temps qui s'écoule, l'homme est certes en perdition, sauf ceux qui croient et accomplissent des bonnes oeuvres, et se conseille mutuellement la vérité et se conseille mutuellement l'endurance. Donc là vous êtes beaucoup à connaître sur la race, donc c'est souvent ces ayats là qu'on a mentionné. Je n'ai pas beaucoup hésité à choisir les ayats pour cet épisode-là parce que je trouve que c'est la partie du rôle elle, en tout cas par rapport au sujet du jour qui se prête le mieux, qui se prête le mieux au fait justement de faire du temps son allié. Parce que dans cette saura, on commence par se dire sur la très courte d'ailleurs, très courte mais très longue de sens, on commence par nous mettre en garde sur le fait qu'on est tous des perdants, voilà on perd tous quelque chose et c'est très important en fait cette nuance. Donc là déjà jure par quelque chose, quand il jure par quelque chose, il faut toujours prêter attention. Quand là jure par une entité, par lui-même, par une entité, par quoi que ce soit, et bien il faut toujours commencer par se concentrer sur cette chose. S'il jure par le temps et pas n'importe quel temps, il faut tout de suite se dire là c'est urgent. Et là il jure par à la race, c'est traduit par le temps mais c'est réducteur de dire seulement le temps. À la race, parce qu'il y a d'autres mots pour dire le temps, c'est le fait de, ça vient de la racine, à la race et c'est le fait de presser, de la même façon qu'on presse le jus d'un raisin. Donc c'est le fait de presser, d'essorer, donc vraiment c'est quelque chose qui a la notion d'écoulement en fait, c'est pour ça

que à la race on dirait plutôt que c'est le temps qui s'écoule. Et pas seulement le temps figé, parce qu'il y a un autre mot on aura pour dire le temps, c'est aloarte par exemple. Sauf qu'aloarte, la différence c'est que c'est figé. Aloarte c'est quelque chose qui est fixé. D'ailleurs on dit fixer le temps. La racine worked, worked, worked, ça veut dire fixer le temps. Ça veut dire et quand on prend aloarte, plutôt que dire le temps, c'est l'heure. C'est l'heure et c'est l'instant, un instant précis. Aloarte n'est pas un instant précis vu que aloarte c'est vraiment la notion de quelque chose qui bouge. Donc quand Aloarte dit ou aloarte donc il jure par le temps qui file, le temps qui s'écoule, comme si on presse un citron ou du raisin et on voit les gouttes tomber une à une. Et bien il faut imaginer, c'est ça qui est beau avec le curl n, c'est que c'est imager quand on lit aloarte comme ça et on traduit par le temps, on se dit allez où l'image ? Il y a pas d'image. Mais sans quand tu imagines un jus qui se presse, là tu te dis ah ouais chaque goutte en fait c'est mes années qui partent. Et là ça nous parle. Et si franchement on voyait nos années partir vraiment physiquement et que c'était quelque chose de concret, de palpable, je pense qu'on agirait déjà différemment, ça nous ferait vraiment très peur. Et donc finalement si on devait traduire, la race on dirait par le temps qui s'écoule. Et là il dit que l'être humain, donc l'humain est certes en perdition. Là aussi on a envie de dire d'entrer de jeu comme ça direct, une phrase qui n'a pas l'air positive ou qui a l'air justement de faire peur, je suis en perdition, je suis perdue, pourquoi ? L'être humain direct, alors que l'être humain par la fitra c'est censé bien se passer pour lui. Là aussi quand il parle de grosses, c'est le fait de s'écarter de la route et de se perdre. Donc quand on voit ce hassel là qui coule, tu vois tu peux presser du jus dans une tasse et tu peux presser du jus à côté de la tasse tuée. Donc le temps qui est gagné, qui va dans le bon endroit, le bon récipient, et le temps qui va à côté et finalement qui aura servi à rien. Donc là quand on entend l'être humain et en perdition, on suppose déjà, on est déjà en train d'entendre à la Spintala dire qu'il y a des exceptions. Tout le monde est perdu, tout le monde perd du temps, parce que nous perdons tous des années, des jours, des heures. L'heure qui vient de passer ici, c'est une heure que l'on ne rattrapera jamais. Donc on l'a perdu. Donc on est tous des perdants du temps qui s'écoulent. On a tous une perte. Mais il y a les vrais perdants et il y a ceux qui sont des gagnants au final. Celui qui aura utilisé son temps à bon escient, il y a Malriyama verra qu'il est gagnant en fait. Il a perdu en nombre d'années, mais il a gagné parce que ces années-là il les a utilisés bien. Et il y en a qui se rendront compte que, ah oui, moi j'ai été le perdant qui a été cité ici parce que mon temps, il ne m'a servi à rien. Donc le juge, j'ai pressé, je l'ai pressé à côté du verre. Et ça, ça fait mal. Et là, nous donne un énorme cadeau en nous faisant comme une sorte de prémonitoire, en fait. Quelque chose de prémonitoire où il nous explique un peu qu'est-ce qui va se passer au final. La pièce de théâtre, elle est déjà là. Il te dit juste, joues le bon rôle en fait, c'est tout. C'est toi qui choisis, tu vas jouer le gentil ou le majeur, mais au final, le scénario, t'as tout le script. T'as tout le script, mais c'est à toi de te positionner, de voir quel script personnel à toi tu veux écrire en réalité. Donc l'être humain est certain perdition. Et là, ce qu'on suppose, qui va dire, il l'a, donc sauf ce qui. Sauf ce qui, il a eu la cité 4 points. Et je trouve ça très intéressant de parler de ces 4 points. Et ces 4 points, on ne fait pas attention de les relier autant, mais ils sont forcément relier autant. Quand là, jure par quelque chose au début de la saurate, il faut se dire qu'il sera un lien avec toute la saurate. Et parfois, les premiers versets, on les dise aussi du reste, surtout quand il n'y a pas un lien à part. Mais en fait, surtout quand c'est le titre aussi de la saurate,

il faut se dire pendant toute la saurate, elle rase, elle rase, elle rase. Versets 1, elle rase, versets 2, je dois penser toujours à la rase, versets 3 toujours. Tout ce qui est mentionné doit me rapporter plutôt au sujet principal. Donc quand il cite 4 pôles, d'action, je pense que c'est aussi sur ça qu'on va parler. Donc il a parlé de sauf ce qui croit. En première position, en première instance, ce qui croit, ce qui accomplit la saurate, donc les bonnes actions. D'accord, les actions qui réparent, les actions qui sont pieuses, les actions qui rassemblent, qui comme la métaphore de la couturière, donc qui avec son aiguille et son fil, et une aiguille et un fil, ça rassemble, ça ne coupe pas, c'est la lame qui coupe. D'accord, donc ça c'est en deuxième position. En troisième position, ceux qui se recommandent mutuellement la vérité, ça aussi c'est très fort, et ceux qui se recommandent mutuellement l'endurance. Et on avait déjà abordé dans un épisode à Sable qui se sont traduits par la patience. À Sable, ce n'est pas seulement une patience que la patience, elle peut être figée dans le temps. À Sable, c'est la patience constante, c'est-à-dire c'est une patience tout le temps, tout le temps, tout le temps. Parce que si on dit je suis patient, ça peut être je suis patient de telle date à telle date, de tel moment à tel moment, une fois que c'est passé, non. Et à la nous dit la vraie patience, c'est celle qui dure, qui dure dans le temps. Donc t'as vu ma chère Zaira, ça nous fait une belle matière. Le temps vu comme ça, comme ici on est dans le podcast Coran de Ton cœur, tous les sujets qu'on aborde, on les rapporte au Coran, et je trouve ça très intéressant en tout cas de combiner ta compétence, savoir qu'à la ce don, qu'à la t'as donné d'optimisation du temps, à ce cas-là, suprême Attalère, dit du temps et ce qu'il estime que le temps doit être pour nous. J'ai envie de dire c'est même réciproque, c'est-à-dire que dans le podcast Coran de Ton cœur, tous les sujets, on les rapporte au Coran, mais en réalité, tous les sujets sont dans le Coran et on essaie de faire en sorte qu'il rayonne aussi sur tous les domaines de notre vie. C'est très suprême, un réciproque en réalité. Tout est dans le Coran et ça rayonne sur tous les domaines de notre vie. Et c'est d'ailleurs pour ça que pour moi, tout dans mon travail justement, dans mon projet professionnel, se rapporte à la spiritualité. Comme je le disais encore la semaine dernière en atelier, l'islam est un art de vivre. En plus d'être une religion, en réalité c'est un art de vivre. Et en cela, c'est extrêmement intéressant tout ce que tu viens de dire parce qu'on réalise que si on dissocie notre religion, notre foi et notre spiritualité de notre vie, on est en perdition. La vie au quotidien, tous les jours, elle est teintée de foi, elle est teintée de spiritualité, elle est teintée de pratique, elle est teintée, sur un art d'énormément de rituel et de routine, qui font que c'est comme ça, Bi'idnila Huatera, que nous ne serons pas en perdition. Et déjà que j'avais une passion pour le temps et l'optimisation du temps, car pour moi c'est la valeur la plus précieuse. Écoute, après ton introduction, je pense qu'il n'y a plus aucun doute possible. Ah bah oui, là c'est actuel. Le prophète Alissa Tosselen a d'ailleurs confirmé et appuyé ce que tu viens de dénoncer Spranda dans la Reine lorsqu'il a dit, et c'est un hadith qui est connu, je pense qu'il y en a beaucoup qui le connaissent, sur profiter des cinq choses avant les cinq choses. Et Spranda, si on peut s'attarder un petit peu dessus, parce qu'en réalité, c'est ce qui pourrait aussi nous réveiller. Moi, ce que j'aime bien faire, c'est aller par étape. Et pour moi, la première étape, quand on essaie de s'approprier un sujet, de se rendre compte de l'importance, la préciosité du sujet, c'est d'abord d'avoir ce petit déclic psychologique, d'en faire un vrai mindset. Et Spranda ce hadith du prophète Alissa Tosselen, il permet ce déclic là. Il dit profiter de cinq choses avant cinq choses. Donc la première, c'est la vie avant la mort, la deuxième, c'est la

santé avant la maladie, la troisième, la jeunesse avant la vieillesse, quatrième, richesse avant pauvreté, et la dernière, c'est le temps libre avant d'être occupé. Et Spranda, quand on prend les cinq points, on se rend compte que bizarrement, les quatre premiers n'ont pas trop de soucis à en profiter, tout dans la société dans laquelle on est. Profiter de son argent, bon ça, on sait faire avant la pauvreté. Profiter de sa jeunesse, aujourd'hui on veut être des éternels jeunes. Spranda, ça aussi, on sait faire. Profiter de la santé, c'est aussi quelque chose qu'on cherche aujourd'hui. Ça revient beaucoup à l'heure du jour aujourd'hui, ça revient beaucoup à l'heure du jour avec le sport,

avec l'image, tout est tout revient. Le côté healthy aujourd'hui ça revient.

Alhamdulillah, d'un côté Alhamdulillah puisque c'est une recommandation du prophète, l'avis avant la mort, j'ai envie de dire, dans notre feat là, on a envie de profiter de la vie, parfois même un peu trop, on a même trop profité de la donnée avant de penser à la RLA. Mais Spranda le cinquième point qui dit, profite de ton temps libre avant d'être occupé, celui-là, j'ai l'impression qu'aujourd'hui on délaisse énormément. On est capable de perdre des sommes, des montants astronomiques de temps dans des choses extrêmement futiles alors qu'en réalité, le prophète Alessa de Seib les a placés tout au même niveau. La vie, la santé, la jeunesse, la richesse et le temps, Spranda. Il les a mis tout au même niveau et en attendant aujourd'hui peut-être

à négliger ce dernier point qui est tout aussi important. Et quand il dit temps libre avant d'être occupé, être occupé c'est quoi ? Ça ne veut pas dire qu'on profite du temps libre et tu me corrigeras si je me trompe. Farnyenté, sur un petit cocktail, etc. Non, c'est d'être productif, Spranda parce que le musulman, il est productif. Et être occupé, c'est être occupé par quoi ? Par les contraintes de la vie, par les problématiques de la vie, par les choses qui s'imposent à nous, les épreuves, voilà, ça peut être aussi la maladie, ça peut être deuxième, troisième, quatrième enfant, une grossesse, un postpartum. Avant que les choses ne se présentent à nous, quand notre vie finalement elle est assez routinière, mais qu'est-ce qu'on en fait ? Spranda.

Comment

est-ce qu'on vit cette vie là ? Et on s'en rend compte en plus, parce qu'on a des remarques un petit peu parfois comme ça, ça doit parler à certaines personnes du type, Spranda, quand j'étais célibataire, mais en fait c'était la belle vie. C'est ça, on fait des mini bilans nous même.

J'aurais dû en profiter pour être plus assise du nombre qu'on aime, j'aurais dû en profiter pour faire Créème et Lale, parce que du coup là maintenant je suis réveillée par mes enfants, toutes les demi-heures, j'ai plus la force, j'y arrive plus. Et puis après les enfants arrivent, et puis tu t'as dit, mais Spranda, mais quand j'en avais qu'un, mais c'était facile, j'aurais dû en profiter maintenant que j'en ai deux, trois, etc. Et ce bilan, il arrive très souvent trop tard, alors qu'en réalité, le prophète Arès Al-Salaam nous l'a recommandé. Ton temps libre, c'est le temps de ta routine, c'est là où il n'y a pas encore les épreuves, ou alors les épreuves sont là, et finalement elles font partie de ta vie, ça y est. Je réussis à composer avec et à avancer ce parma. Et c'est, on va dire, le combo entre l'orcure N et la sunna, il est incroyable, on ne peut pas vivre sa vie de musulman sans prendre en considération la valeur, la valeur, la valeur du temps.

Ouais, au point où Allah a juré par ça, et il y a un autre hadith au cirque aussi où il jure, où il parle du temps, en se disant que lui il est le temps, quand l'être humain insulte le temps alors que je suis le temps. Et c'est beau quand tu décris ton métier, je me suis dit, Zahirah a

travaillé sur les deux pôles très intéressants pour l'être humain, quand tu dis que tu es optimisatrice de temps et d'espace et l'être humain, il est défini, finalement si on doit le définir, ça donne deux choses, deux choses qui nous définissent et qui nous délimitent notre temps et notre espace. Aujourd'hui l'être humain, il a du mal à évaluer l'infini, quand on lui parle d'infini dans le temps et d'infini dans l'espace, c'est trop difficile. Tu sais quand ton regard et tu supportes à l'horizon et tu vois pas de fin, c'est un peu intimidant, c'est même stressant de se dire que quelque chose n'est pas à limiter, même si là on te disait, va, profite, de tout ce cadre, il n'y a pas de limite, tu vas être paniqué parce que tu dis pour en profiter, j'ai besoin qu'on me dise ça est jusque-là, parce que j'ai pas envie d'arriver à un niveau et on me dit non, non, non, ça s'arrêtait là au fait. Bah non en fait j'ai envie de me projeter mais de savoir où sont mes limites, comme les enfants qui cherchent des limites. A vu un enfant il cherche des limites dans le temps, il cherche des limites dans l'espace en réalité, il veut voir où vont ces possibilités. Donc l'être humain, l'infini, ça lui parle pas, ça lui parle pas. Alors qu'à la Sopranathala, il est le temps et il est aussi tout cet espace qui lui n'est ni limité par l'espace, ni limité par le temps. D'ailleurs on dit toujours, spacie au temps pour elle. Quand on parle de quelque chose, on dit toujours spacie au temps pour elle, parce qu'on a l'espace et on a le temps. Donc c'est très beau en fait finalement de travailler sur ces deux pôles-là parce que quand ces deux choses-là sont réglées, et bien miraculeusement il y a beaucoup de choses qui se passent bien ou mieux dans notre vie quand même. C'est pas mal. Bien sûr c'est pour moi justement mon métier consiste à faire en sorte que ce soit plus un problème parce que pour moi ce n'est pas une finalité. L'organisation, le rangement, le ménage, les repas, le linge, les routines des enfants etc. C'est pas une finalité, c'est notre vie de tous les jours et c'est des choses qu'on doit acter, c'est des choses qu'on doit organiser. Certes si on ne le fait pas c'est très compliqué d'aller plus loin, mais ce n'est pas l'essentiel. Je donne souvent cette image-là si tu me permets la comparaison d'un film. Quand tu fais un film, il y a tout ce qui est directeur photographie, le script, les décors etc. Donc le scénario qui est le temps et le cadre du film, les décors etc. qui est l'espace. En réalité quand on regarde le film, nous on regarde l'intrigue, on regarde ce qu'il se passe, les moments d'émotion, les moments où il y a des rencontres, des sourires etc. C'est ce qu'on retient du film. Quand tu regardes un film, tu n'es pas en train de te dire, mais dis donc que l'ingéso, il a fait un travail exceptionnel. Tu vois le petit Dolby Sound derrière ? Non, c'est que le cadre. Donc en fait, en réalité, l'organisation, ce n'est pas une fidélité, c'est ce qui te permet de vivre le film dans toute sa splendor et ça fait écho à ce que tu disais tout à l'heure quand tu disais, le script est là à nous de choisir ce qu'on en fait, c'est prendre un. Parce que c'est vrai, l'organisation c'est censé être un cadre mais sûrement pas la finalité. Et aujourd'hui beaucoup de femmes, je parle surtout des femmes parce que comme elles sont la plupart du temps maîtresses de leur foyer, font que c'est elles qui se prennent toutes ces responsabilités-là et c'est pour ça que c'est le plus gros pourcentage de personnes que j'aide. Et bien elles sont complètement accablées par ces charges-là et elles pensent que l'organisation c'est la finalité. Non, on s'organise une chambre à bien-être et à là pour remettre au centre ce qui est réellement important. Ce que je fais, moi, c'est pas important. Ce que vous avez fait, c'est important. Le cadre est important, c'est important. Les relations de famille, c'est important. La santé, c'est important. L'organisation, c'est vraiment le cadre

qui nous permet ensuite, c'est vraiment de vivre de manière beaucoup plus sereine en paix apaisée, quelle que soit les imprévues, quelle que soit les épreuves, une chambre à bien-être et à faire de son temps un allié, c'est primordial dans l'organisation. C'est justement pour ça qu'il est important de s'organiser parce que le temps, finalement, c'est notre allié ou notre ennemi. Il y a un savant, justement, qui utilisait cette phrase. Donc ton temps, c'est il est soit avec toi, soit il est, c'est contre toi. Et tu disais, Allah subhanahu wa ta'ala, dit qu'il est le temps. Il est également le maître du temps. Et ça, c'est extrêmement important de le réaliser parce qu'on a aussi l'impression qu'on doit gérer notre temps. Ce n'est pas à nous de gérer notre temps. On ne gère rien. C'est sûr. On ne gère pas son temps. Allah subhanahu wa ta'ala est le maître du temps. Et alors pourquoi c'est important de le rappeler ? C'est parce que courir derrière la gestion du temps, c'est courir, finalement, derrière une course effrédée pour rien. C'est courir derrière d'objectifs que vous n'atteindrez pas. Et alors, moi je trouve ça rassurant, déjà, de se dire, il y a quelqu'un au-dessus qui gère tout ça. Qu'est-ce que moi je fais ? Moi, je dois me gérer moi-même. Allah subhanahu wa ta'ala, gère le temps et nous laisse à nous notre gestion à nous, notre teski et notre gestion de nos difficultés, de nos défauts, de nos travers, de nos péchés, etc. Et quand on veut justement la première étape, quand on veut faire de son temps un allié, c'est déjà de prendre en considération un, sa valeur, et deux, le fait que l'on ne va pas le gérer. Et alors, qu'est-ce que ça veut dire concrètement ? Parce que là, parfois je parle dans mes philosophies, etc. Qu'est-ce que ça veut dire concrètement ? Ça veut dire que ce n'est pas à toi de penser qu'il faut absolument que je trouve une heure pour faire six à ça. Il faut absolument que j'arrive en temps de temps à faire ça, ça, ça. Tu peux avoir des objectifs. Mais l'objectif, le premier objectif, ça va être toi de gérer tes compétences, tes acquis, ta manière de vivre ta vie, ta manière de... et on va le voir insha'Allah, ta manière de attirer la baraka dans ton temps, ta manière d'éviter les péchés qui t'empêchent, s'il vous plaît, d'atteindre tes objectifs, etc. Et donc, en se gérant soi, on met de côté la gestion du temps. Et c'est là où, pour moi, à mon sens, on devient extrêmement productive. Masha'Allah. Mais franchement, je ne pouvais pas mieux dire. C'est exactement ça, s'il vous plaît. Donc, faire du temps son allié, quand on voit la première aya et la deuxième aya quand elle a dit, voilà, si on devait la paraphraser, en disant ça très humblement, moi je dirais que si tu n'y réalises pas que ton temps s'écoule, eh bien tu es en train de perdre sur la route. T'es en train de perdre ton chemin. Sauf, ceux qui, donc ceux qui le réaliseront, d'accord, ceux qui réalisent que le temps s'écoule, eh bien ces gens-là, ils cherchent des solutions. Et quand on cherche des solutions, Allah nous en donne. Et au cas où on décidait de prendre des solutions, eh bien là, il dit, là, il y en a déjà des solutions déjà toutes prêtes, en fait, prêtes à l'emploi. Et donc, ceux qui croient. Et là, on est dans la spiritualité. Et d'ailleurs, c'est ce qu'on avait abordé dans l'atelier dans lequel tu m'as invité récemment. Faire du temps en son allié, en prenant en compte ce premier ingrédient qu'Allah sointala nous donne très généreusement. Quand on veut faire du temps en son allié, en étant parmi ceux qui croient, ça donne quoi ? Par rapport au temps ? Tu poses la question à moi, moi j'étais absolument absorbée parce que tu étais en train de dire. Moi, j'ai l'habitude d'écouter les podcasts de l'autre côté, tu vois. C'est le premier point, c'est ce qu'on disait tout à l'heure. C'est l'art de vivre, c'est le fait que la croyance couvre toute ta vie. Et le fait que la raqeda, les bases, les piliers de

ta vie sont censés être spirituelles, sont censés être la croyance pure. Et j'avais donné cette image du verre d'eau, tu te souviens, avec la goutte de sirop, notre vie et le verre d'eau et la goutte de sirop, c'est notre spiritualité, notre foi et elle est censée devenir indissociable. Et c'est le premier pré-requis. Sans celui-là, il n'y a pas les autres finalement. Sans celui-ci, les autres conditions ne servent plus à rien. On peut faire énormément, on le sait, on peut faire énormément de bonnes actions, on peut faire énormément de choses, on peut céder mutuellement, justement, on peut s'enjoindre mutuellement à la vérité, à l'endurance. Mais si l'intention n'est pas pour Dieu, et bien finalement, on en revient à zéro, on en revient à zéro, toutes les actions sont caducs sans cette intention première. Donc croire, c'est le pré-requis numéro Machada. Et ça me fait penser à ce que tu dis souvent, que finalement, ça fait penser que tu vois les questions qu'on reçoit souvent, comment organiser du temps pour accorder du temps à ma spiritualité. Et souvent, les gens qui posent cette question, ils veulent que tu leur donnes une solution pour qu'ils puissent bloquer ce temps-là, à croire finalement un peu la spiritualité, c'est ça. Et quand on dit que ça doit être un art de vivre, la spiritualité, croire en allant, il faut le voir comme le sel que tu mets dans ton plat, les épices que tu rajoutes, les épices, tu ne vas pas les concentrer au milieu du plat, tu ne vas pas les mettre dans un petit coin là-bas, ben non, tu veux que t'achètes boucher et le goût de ces épices que t'as rajouté dans la cuisson ou après. Et si jamais tu sens qu'il y a un côté qui n'en a pas ou un côté qui en a trop, tu remélanges, tu vois, ben là c'est pareil. Pourquoi vouloir que... Et pourtant il y a un temps à louer à tout, il y a un temps à louer la prière, justement, Allah a fait de sorte qu'il n'y a pas un bloc le matin ou un bloc seulement le soir ou un bloc seulement à midi, non, lui-même il les a dispatchés, les adcares il les a dispatchés, il a tout dispatché, les jours de jeûnes, il les a étalés sur l'année, on a Ashura, on a les trois jours lunaire, il y a vraiment qu'un Ramadan qui se concentre sur un temps, mais en dehors de Ramadan il y a plein d'autres occasions, pareil, les acadés et répartis dans notre vie, on n'a pas un temps où on dit à l'âge de 20 ans ou à l'âge de 25 ans ou à 40 ans, c'est le moment où tu payes les acadés pour toute ta vie, tout ce que toutes les années que t'as fait de 0 à 40 ans, tu payes les acadés de ce temps-là. Tu vois, c'est un exemple et c'est pour dire que si on réfléchit comme comment je vais allouer du temps en mon dîner, comment faire pour dégager du temps pour ma religion, c'est pas tout à fait comme ça qu'on doit penser, parce que si on pense en termes de prendre des cours de fir etc effectivement, il faut trouver le temps de caler ça dans son emploi du temps, mais si je vois toute ma spiritualité comme un truc que je dois positionner dans un moment de la journée et j'ai pas le temps, tu vois le truc, si tu te poses la question déjà, c'est que tu veux dire que tu estime que tu n'avais pas le temps avant de le faire. Si tu n'avais pas le temps de le faire, c'est bizarre, c'est censé être une question que tu te poses pas tout comme respirer l'air. Tu te dis pas, il faut que j'aille aller au du temps pour respirer l'air. Mais c'est vrai que dire ça, si je peux pousser même la réflexion plus loin, alors moi j'aime bien faire peur parfois, c'est ce que je disais justement en atelier, parfois j'aime faire peur parce que je trouve que on se souvient plus par l'émotion et alors l'armobélique Zainab c'est le côté douceur, donc vous avez sûrement l'habitude de ça et c'est pas de caler, comme d'ailleurs Zaira. On a besoin de deux. Qui parfois voilà et on réutilise entre crainte et espoir. Soprano quand on dit j'ai pas le temps et c'est



pour ça que je voulais rebondir là dessus, ce serait se risquer à dire que la Soprano à Terrala nous aurait donné quelque chose à faire qui serait du domaine de l'impossible. Pourquoi ? Il te demande de faire certaines choses et tu dis j'ai pas le temps. Ça veut dire que Allah Soprano à Terrala t'a donné des tâches à faire et toi tu estimes qu'il ne t'a pas donné le temps nécessaire pour effectuer ces tâches. Ce serait comme aller à un examen et donc tu rentres dans la salle d'examen et on te dit voilà, vous avez un sujet et donc vous avez cinq exercices à faire, cinq exercices de mathématiques à faire. Quand tu regardes et tu joues, tu te rends compte que les exercices te prendront bien 20-30 minutes chacun. Il te faudra bien minimum deux heures et demi et encore pour ça il faudrait répondre du tac au tac. Et là l'examineur finit de donner les consignes et te dit vous avez 20 minutes. Qu'est-ce que tu ressens ? Tu ressens tirer de la frustration, tu ressens tirer de l'injustice, tu ressens tirer ce par-là un manque de bienveillance, tu ressens tirer un manque de rahma, tu ressens tirer un manque d'empathie, en fait tu ressens tirer tellement d'émotions négatives dans ce sens où cet examinateur te met devant un fait accompli sans te donner la possibilité d'exceller. Allah Soprano à Terrala il nous a donné un temps qui est de 24 heures et il nous a donné des tâches à effectuer dans ces 24 heures notamment les cinq prières quotidiennes au minimum. Dire que j'ai pas le temps, vraiment pour moi ce serait remettre la faute là dessus, sur en fait on n'a pas donné le temps nécessaire. Regardons les choses différemment une fois qu'on a médité là dessus et on se dit qu'est-ce que moi, comment moi je gère en mon temps, comment moi je gère mes tâches dans ce temps qui m'est alloué, qui fait que à la fin de la journée et bien finalement je n'ai pas mis le temps au bon endroit comme tu disais j'ai pressé le jus en dehors du verre et c'est hyper important ce temps là de se faire ce rappel là parce qu'on a tendance à vite tomber dans le piège de j'ai pas le temps. Le temps tu l'as d'ailleurs c'est une des bénédictions d'Allah donc Allah t'a donné ce temps donc tu l'as le temps, le temps tu l'as. Comment est-ce que tu l'as loup, comment est-ce que tu le dispatches, comment est-ce que tu le vis, comment est-ce que tu en fais ton quotidien, ça c'est la question à se poser. Mais j'ai pas le temps, c'est-à-dire Dieu ne m'a pas donné subhanAllah le temps nécessaire pour, voilà il y a adobilé, Allah nous a donné la bénédiction du temps et être reconnaissant subhanAllah c'est une des clés pour attirer la baraka, c'est extrêmement important dans sur la tibrahe, Allah subhanahu wa ta'ala nous dit justement et tu pourras peut-être rebondir dessus, il nous dit si vous êtes reconnaissant j'augmenterais mais en substance mais bien fait sur vous. Et la première reconnaissance, le premier choc c'est d'être reconnaissant de ce temps, c'est à dire que je n'ai pas le temps, c'est comme dire que je n'ai pas assez, un peu comme les enfants qui ont des tonnes de jouets dans leur chambre et qui arriveraient devant leur parents et qui disent ouais mais tu vois j'ai pas assez de jouets, j'ai pas de jouets. On trouverait qu'ils auraient une posture ingrate finalement vis-à-vis de toutes ces bénédictions et bien dire j'ai pas le temps, ça revient à ça et ça et ça cristallise ce manque de temps parce que comme je viens de te le dire, je prends l'habitude de vous tutoyer parce que ici on est chez Zainab, chez Zainab on tutoie Allah, si tu réalises ça, tu cristallises le fait que dans le choc, Allah augmentera tes bienfaits, dire j'ai pas le temps, c'est aller à l'encontre de ce choc, c'est à dire qu'Allah

nous en préserve. Donc continuons au contraire à dire à l'aromabélique, j'ai plein de temps, je sais pas le gérer, je vais apprendre à gérer, enfin je vais apprendre à me gérer, je vais apprendre à gérer mes tâches, je vais apprendre à m'organiser, je vais apprendre à mieux dispatcher les choses,

je vais apprendre à vivre Zainab au quotidien dans son temps comme disait Zainab en épissant ma vie

comme ça. D'accord, ça pour moi c'est une des clés, parce qu'ici je pense que tu es venue chercher des clés, et bien ça pour moi, la recherche du choc, la reconnaissance, et le fait justement de ne plus diriger pas le temps, c'est une des clés indispensable.

D'avoir ramené la notion de reconnaissance, parce que ça a tout à fait, ça a place dans notre vie de manière générale, et Zainab pendant que tu parlais, ça m'a fait penser à ça, c'est à dire déjà si on manque de reconnaissance envers un temps, ou quand je dis je n'ai pas le temps, on parle d'un temps que je convois, mais non seulement on devrait remercier là pour le temps qu'on a actuellement, mais pour toutes les années qui vont arriver, qu'on sait même pas en fait, c'est à dire, là il nous a prévu un temps de qualité qui nous attend encore, ou pas peut-être que notre fin c'est la seconde d'après, mais c'est à dire que tu dois le remercier pour là, et si tu es ingrat en disant je n'ai pas le temps, quelque part c'est même un mensonge, parce qu'il y a du temps qu'il t'avait écrit en plus, dix ans, vingt ans, quinze ans, où il avait prévu qu'il savait que tu allais accomplir telle ou telle ou telle grande chose, et toi tu es déjà en train d'être ingrat pour un cadeau qui t'as préparé avant déjà, et tu es déjà en train de te plaindre, tu vois, c'est comme un enfant qui ingrat en verra le parent, et le parent il n'avait pas qu'il y avait un cadeau dans le dos, tu vois, c'est horrible, et à ce moment là tu as envie de dire quoi cet enfant en fait, tu as envie de dire mais quel un gras, mais quel un gras, surtout en plus il est ingrat parce qu'on lui a fait tout ça, on lui a fait pleuvoir des cadeaux, il se plaît, et tu avais déjà un cadeau dans le dos pour rajouter encore, mais c'est vrai, après je vais apporter de la douceur quand même, parce que sinon ils vont tout croire que je suis une méchante marâtre, mais non tout le monde sait que tu es la douceur toi. Comme je m'apportais, parce que je parle comme ça, mais en réalité je me mets sincèrement à la place de toutes ces personnes qui rêvent pour certaines personnes, c'est vraiment du domaine du rêve de mieux s'organiser et de faire en sorte que qui cherche à vivre dans les trois tesses, qui cherche à vivre dans la difficulté, en réalité on cherche tous et toutes à vivre dans les ans, dans le temps, dans la paix, dans la sérénité, c'est des choses qui nous appellent dans notre fitrain, d'accord ? Donc je ne remets pas en question le fait que les personnes cherchent, mais pourquoi on n'y arrive pas ? La première clé, je te l'ai dit, c'est la reconnaissance, il y a quelque chose qu'on fait très fréquemment, et c'est là où je me mets à la place de toutes ces personnes, c'est parce qu'en réalité l'intention de base elle est bonne. L'intention de base c'est le fait de faire les choses de la manière la plus parfaite, surtout quand il s'agit de spiritualité et de foi, alors on m'a vallé qu'on a tellement envie de, parce que c'est quelque chose de précieux, la foi c'est quelque chose d'important, c'est quelque chose de sacré, c'est au-dessus de tout finalement, et on peut avoir tendance à se dire c'est tellement

précieux que je dois faire les choses de la manière la plus parfaite qui soit, et ça c'est le piège dans lequel beaucoup de personnes tombent, et c'est finalement un des, je pense, un des

meilleurs leviers de Chaitan. Quand ils désespèrent de te faire faire un péché, ils passent par un réel en te disant attention, là il a dit faut pas gaspiller, là il a dit quand tu fais quelque chose tu le fais avec excellence ou pas ? Exactement, tu vois. Vaut mieux pas faire que mal faire. Voilà,

parce que Chaitan, quand il vient te voir et qu'il te susure des mots à l'oreille, il te dit pas directement va descendre une goutte de vin. Ah non, ça serait trop facile, on ne les coûterait pas, on le dirait, allez pousse-toi de là. Il est beaucoup plus subtil, Subhanda, dans certains textes bibliques, etc. On dit même que c'est le malin, parce qu'en réalité il fait preuve de toutes ces stratagèmes, et on parle des stratagèmes de Chaitan, Subhanda. Et qu'est-ce qui nous dit ? Il nous dit, tu dois faire les choses parfaitement, c'est sacré, il faut faire les choses de la manière la plus parfaite. Sauf que le perfectionnisme, et ça j'en parle en long et en travers dans mon métier, dans mon contenu, c'est le revers d'une médaille à double face. Et la deuxième face, c'est ce qu'on appelle la procrastination. À force d'attendre de faire les choses de la meilleure des manières, qu'est-ce qui se passe ? On procrastine, on remet à plus tard, on remet à plus tard, on remet à plus tard. Et qu'est-ce que ça veut dire remettre à plus tard ? Et c'est tout sujet aujourd'hui de notre podcast, c'est qu'on perd du temps. Et lui, c'est ça qui l'intéresse. C'est que plus tu remets à plus tard, et puis il est en train, lui, de te faire perdre du temps. C'est ça qui cherche. Quelque chose qui est extrêmement précieux, qu'Allah subhanahu wa ta'ala, dont la subhanahu wa ta'ala parle à plusieurs moments dans le courant en jurant par ce temps. Donc lui, il connaît la valeur. Si nous on l'a oublié, lui, il l'a pas oublié. Parce que lui, il va aller chercher le meilleur investissement. Le meilleur investissement, c'est quoi ? Le temps. Il faut que j'aïlle là, bas, c'est là, c'est ce pôle-là qu'il faut que je détruise. Et pour le détruire, oui, je vais pas y aller brûte de pommes comme ça. Je vais y aller subtilement, tranquillement, attend, laisse le soir tranquille, les enfants, ils seront couchés, tu seras dans un roux chaud, tu seras dans une concentration, tu vas pouvoir bien lire, tu vas pouvoir bien prier, tu vas pouvoir faire des riemes, etc. Et finalement, ta journée passe en attendant ce moment le soir. Ta journée passe en attendant ce bloc spiritualité. Le soir. Arrive le soir. T'as rien fait de toute ta journée. Donc t'es passé à côté de plein de baracas, t'es passé à côté de plein de possibilités, t'es passé à côté de plein d'opportunités qui t'a empêché d'avoir. Pourquoi ? Parce qu'ils te faisaient avoir beaucoup plus loin. Le soir arrive, dit donc, c'était une journée bien remplie. Les enfants, finalement, se sont couchés deux heures plus tard, j'ai toujours pas mangé, j'ai encore une lessive à faire tourner et finalement petit à petit l'objectif, c'est loin. À l'est, je ferai ça demain matin, demain soir, allez au promis. Demain, je fais les choses bien, j'allume une petite bougie, je mets mon petit tapis, je mets un peu de muscles et vas-y que je vais. Et finalement, chaque jour passe avec cette même orangaine. Ok ? Une autre clé, du coup on pourrait l'appeler une autre clé, c'est vraiment de tout faire pour échapper à ce piège du perfectionnisme et de voir plutôt le temps comme

pardonnez-moi la comparaison. Moi, j'aime bien ce genre de choses, je trouve que c'est tellement plus

parlant de comparaison. Je suis vraiment percasteur pour ça, je le dis tout le temps. Est-ce que vous souvenez, alors j'espère que je fais pas la vieille de vieille parce que ça fait des années que j'ai plus regardé la télévision, mais l'émission fourbouillard, à la fin, je ne sais pas si c'est encore pareil maintenant, s'il y a encore et tout, à la fin, il y a une dernière salle avec des tigres

où il y a des pièces qui tombent comme ça. Il y a plein de pièces qui tombent. Je ne sais plus comment

ça s'appelle, la salle des trisors, la salle des tigres, je ne sais plus bref. En tout cas, tout le monde doit sûrement visualiser ce moment dans fourbouillard. Et en fait, quand les pièces tombent, tomber dans le piège du perfectionnisme, vous savez ce que ce serait de se dire ?

Ouais, mais laisse tomber, je n'arriverai tellement jamais à toutes les attrapées, plus mieux vaut pas que je y aille. C'est aussi fort que ça. Alors qu'en réalité, tu les voyais à l'époque, ils se traînaient, ils se portaient, ils faisaient tout ce qui était en leur pouvoir. En plus, il y a un grillage, donc ils doivent passer les mains, ils mettent sur leurs t-shirts, ils se portent les uns les autres. Ils se mettaient dans tout plein de situations pour récupérer parfois une dernière pièce. C'est ça, le grillage descend et jusqu'à la dernière minute, une pièce, ça peut faire la différence. Mais ils savent qu'ils ne vont pas tout attraper.

Exactement, en question. Et bien, sur le plan, là, on peut faire le parallèle, parce que je trouve que dans tout, on peut méditer, dans tout. Même dans ce genre de futilité, c'est-à-dire si on arrive à méditer, on aura changé un petit peu la donne, on en aura fait une pièce de méditation et pas juste deux heures devant la télévision à perdre son temps. Si on médite là-dessus et qu'on le compare

à notre vie, l'agric qui descend, c'est notre vie qui se termine, c'est notre vie qui s'écoute.

On a de moins en moins de temps, on a de moins en moins de facilité, on va vieillir, etc. Donc on aura moins d'opportunités. Est-ce que ça veut dire qu'on n'y va pas chercher les pièces ?

Jusqu'à la dernière minute, ils passent encore le doigt, ils passent encore la main et on prend la dernière pièce. Et on a plein d'histoires, de compagnons, de grands savants qui jusqu'à leur dernier souffle, continuer à espérer continuer à faire estirfânt. Le prophète, elle est ça tout seul même lui-même. Jusqu'à la fin, continue à espérer continuer à aller chercher, justement, ces pièces-là. Et ces pièces-là, c'est toutes ces actions qui nous permettront,

une chavane, de ne pas être en perdition. Et ça fait un lien avec le verset,

s'il y a et la surlète dans sa totalité, qui est, faites des bonnes actions,

celles qui font de bonnes actions. Les bonnes actions, s'il y a, c'est ce qui va nous permettre

de faire de notre temps un allié. C'est pour ça que tout à l'heure Zalinev, quand tu disais,

quand on regarde cette surlète, il faut qu'à chaque verset, on se rappelle qu'il y a un lien avec le temps. Alors quel est le lien entre les bonnes actions et le temps ?

Dis-nous. En réalité, là aussi je vais faire une comparaison, tiens ça va être plus simple à comprendre. Mais tu sais, moi j'habite, j'habitué les auditeurs avec mes métaphores, je dis toujours, faut pas vous laisser de mes métaphores, faut pas être fatigué, parce que en plus je les point à la seconde, tu sais, ça zahira. Et bien avec zahira, c'est pas le tout pareil.

Effectivement. Mais je trouve que les comparaisons, les histoires, etc., ça crée une émotion et l'émotion s'est prouvé scientifiquement, nous permet de mieux nous rappeler Sprandla. Donc s'il...

Ah là, l'a compris avant nous, le role N est complètement teinté de ça.

Bien sûr Sprandla, mais c'est pour ça que je t'ai disais en tout début, en réalité le role

N a déjà tout et c'est nous qui essayons de le faire rayonner sur tous les autres domaines de notre vie.

Voilà. Pour donner une comparaison, ce serait, comme dire, demain vous avez un projet. Vous avez un

projet, je dis n'importe quoi, partir en vacances, créer votre entreprise, faire des travaux à la maison, etc. Qu'est-ce qui va se passer ? Vous avez deux solutions pour avoir une somme d'argent alloué à ce projet. La première solution, c'est de travailler plus, comme disait l'autre. La deuxième solution, c'est d'éviter de gaspiller, n'est-ce pas ? Ça veut dire que quand tu fais tes courses, là tu es vraiment optimisé le truc à fond, c'est-à-dire que je ne vais acheter que ce que je suis sûre de manger. Donc il y a gagné et ne pas perdre. Exactement, d'accord. Si on fait la comparaison avec ce que Allah Subhanahu wa Ta'ala nous dit dans cette merveilleuse solate qu'il a été récité au départ. Qu'est-ce que Allah Subhanahu wa Ta'ala nous dit ? Il y a deux manières de ne pas être en perdition. Il y a à faire de bonnes oeuvres et à éviter les péchés, ce parlement. Et méditer là-dessus, c'est-à-dire, nous dans notre esprit humain limité, on a l'impression que 24h, c'est 24h finalement, et que en 24h on est limité. Même si toute ta journée tu faisais des actes, des pratiques spirituelles, tu ne pourrais pas faire plus que tes 24h. Mais Allah Subhanahu wa Ta'ala, il a une tijada, il a un commerce qui va bien au-delà de ses 24h. Donc qu'est-ce qu'il nous dit ? Il nous parle de deux choses d'ailleurs dans cette solate. Il nous parle des bonnes actions et il répète à deux reprises mutuellement, le fait que ce soit des choses qui soient réciproques. Nous dans notre esprit humain étriqué, on a l'impression qu'il est 24h à son limité. Mais imaginez-vous demain, que vous avez eu un bon comportement, vous avez fait une bonne action et que cette action par ton biais, elle a été répétée, elle a été suivie, elle a été imité, subhanAllah. T'arrives le jour du jugement, quand Allah nous l'accorde à tout et à tout ça, et t'arrives et tu vois une montagne de hessanettes. J'ai pas pu faire tout ça dans ma vie, même si tous les jours j'avais prié, même si tous les jours j'avais fait l'homone, c'est impossible en termes de temps, en termes de quantité d'avoir autant de hessanettes. Mais qu'est-ce qui s'est passé ? Il y a un problème dans les calculs, il n'y a aucun problème dans les calculs. Tu as eu le bon comportement, tu as fait les bonnes actions, elles ont été suivies et tu as enjoint les gens à le faire. Donc il y a eu la réciprocité, le fait de s'enjoindre mutuellement à la vérité, à l'endurance, aux bonnes actions, c'est là où tu réalises que, ah effectivement, faire de son temps un allié, c'est aussi réalisé qu'avec Allah, en peu de temps, on peut faire énormément. Et en semenant une graine, on peut recevoir des fruits dont on n'avait même pas imaginé l'ampleur. Et alors qu'est-ce que ça ? Qu'est-ce que ça me dit, moi personnellement, et chacun le voit après comme il veut, ça me dit de ne pas négliger chaque action que tu fais au quotidien, de ne pas négliger chaque chose que tu vas semer autour de toi avec tes enfants, avec ta famille, avec ton conjoint, avec ton entourage, avec les gens que tu crois virtuellement ou pas d'ailleurs aujourd'hui, c'est par là. Et quand je dis faire attention à l'impact, l'impact positif, l'impact négatif, faire attention à ce qu'on laisse, faire attention à ce que l'on fait, d'accord ? Aujourd'hui, on n'a plus cette notion-là. Tu laisses un commentaire absolument insupportable, tu nous postes ? C'est rien, c'est Instagram, c'est TikTok, non, c'est par là. Tu as laissé une trace, il y a peut-être plein de textes. Ça avait été écrit dans ton livre de compte en plus, ça de pire. Trochement, notre ère là, on va avoir des actions sur notre livre de compte que les générations de ces 1800 ans. Bien sûr. L'an 1000, l'an 500, ils vont se dire quoi ? Ils ont eu des mauvaises actions alors qu'ils étaient chez eux, ils ne sont pas sortis, ils ont réussi à se taper tous ces péchés-là. On va leur dire ouais, tu n'avais pas ça toi ? Nous, notre téléphone, on laisse un mauvais commentaire et c'est joué. C'est franchement ça fait malin. Mais bien sûr, ça veut dire que avant même d'être sorti de chez toi, tu peux avoir cumulé des tonnes de mauvaises actions et de péchés-là.

Un mec qui ne fallait pas.

Et donc, c'est par là, ça fait le lien, parce qu'il y en a un, ça fait le lien, parce que parfois je parle loin mais je sais comment y revenir. Ça fait le lien, oh la roi elle aime, ça fait le lien avec ce que je te disais au départ. C'est-à-dire que pour également faire de son temps un allié, c'est prendre en considération chaque chose que l'on fait, qu'elle soit bonne ou mauvaise. Parce que c'est ce qui va créer, subhanAllah, la baraka ou non, qui va faire que ton temps va être perdu ou est-ce que ton temps va être démultiplié, subhanAllah. Ça veut dire que j'ai fait une mauvaise action, elle va être, ce temps va être perdu, cette mauvaise action va être écrite et en plus, la sereau va être imité. Cette bonne action, subhanAllah, elle va être imité, elle va être suivie ou même pas, même si c'est pour toi, même si c'est un héritage que tu laisses juste à tes enfants dans le cadre de la famille, subhanAllah. Et cette action-là, elle va avoir des conséquences.

Et ça nous prouve que l'excellence, la constance, elle fait partie normalement de la réflexion du musulman et de la musulmane au quotidien, dans parfois des gestes extrêmement simples de la vie. Et il y a tout un aideb, il y a toute une manière de vivre et d'avoir des bonnes manières. Et d'ailleurs, je vais faire le lien avec ça parce que ça s'y prête totalement, dans le chapitre des bonnes manières de Sahih el-Burhari, il parle d'un hadith qui dit, le prophète al-Assad Salaam dit qu'il qu'on veut avoir beaucoup de richesses, enfin je crois qu'il parle du respect, qu'il qu'on veut avoir un respect qui est démultiplié, il doit consolider ses liens familiaux, ça prouve bien, ça prouve bien que ça fait le lien, dans nos bonnes manières, dans nos liens avec notre famille, Allah s'oubhanu wa ta'ala développe notre risque. Et notre risque c'est quoi ? La traduction c'est richesse, le risque et tu peux nous le dire aussi et nous le confirmer, c'est pas la richesse, c'est pas que ça, c'est aussi le temps, Allah nous a donné du temps, Allah a résert, nous a donné du temps et ça fait partie de notre risque.

C'est tout ce qui contribue à notre bien en fait, le risque.

Et donc dans un geste anodin du quotidien de passer du temps avec sa famille, de consolider ses liens avec sa famille, de s'impliquer dans la vie de sa famille, je fais un petit rappel aux hommes qui nous écoutent si il y en a, le fait de s'impliquer dans sa famille, s'oubhanu wa sa développe ton risque, ça veut dire que oui tu travailles toute la journée dehors, mais venir t'impliquer dans ta famille, consolider les liens avec ta famille, consolider les liens avec ton conjoint ou ta conjointe, consolider les liens avec tes enfants, et bien ça va démultiplier ton risque et par extension ton temps, s'oubhanu wa sa développe.

T'achant que les enfants sont un risque déjà. Voilà, donc s'occuper d'un risque à la ta donnée, te donne un autre risque et comme si tu te fais travailler de l'argent, ça ramène encore de l'argent. Bien sûr. Tu vois c'est, faut utiliser, il faut un investissement de départ. Bien sûr. Sinon je ne peux pas faire fictifier un commerce sans avoir fait une mise de départ et là t'as donné les mises de départ en fait. Il le dit, comme quand il le, je le mentionne souvent à la fin de sur la taoba, quand il dit que, comment dire quand il parle du commerce qu'il a établi, donc il y a du commerce je l'appelle ou là nous montrent qu'il est le plus grand commerçant et que finalement il nous promet le paradis en échange d'une mise et la mise c'est lui qui nous l'a donné et dit vos personnes et vos biens et dans vos biens il y a tout en fait il y a tout ce qu'il t'a donné. Bien sûr. C'est très parlant ce que tu dis. C'est important en fait de comprendre ça parce que du coup si on est dans cette volonté de faire de son temps un allié il ne faut pas se limiter que à la

gestion du temps comme on le disait au départ. Il faut voir les choses de manière beaucoup plus grande

comme Allah subhanahu wa ta'ala nous le dit dans le coran il fait des parallèles entre le reste des baraka et la manière finalement dont on se gère nous-mêmes dans dans sur la telle arafe le verset qui dit si les habitants de cette cité avaient cru et avaient été pieux

Allah aurait accordé des bénédictions du ciel et de la terre

des cieux et de la terre suprana ça prouve là encore mon propos de éviter les péchés parce que si les habitants de cette cité évitent les péchés développe ta baraka faire les bonnes actions

développe ta baraka et la baraka c'est quoi c'est le set d'avoir le même temps que tout le monde et d'arriver à faire beaucoup plus de choses et de beaucoup plus productifs. Il y a le réel il

y a le ressenti. C'est comme le temps il y a 30 degrés ressenti 40. C'est pareil 24 heures comme tout le monde vous êtes à égalité avec tout le monde sur le temps réel mais sur le ressenti

non quand on voit Rasoolallah on voit que lui il n'a pas ressenti comme une oppression comme une contrainte ou comme j'ai pas le temps exactement et on a tu vois à temps égal à activité égal à

contrainte égal bah il y en a un il aura l'impression que sa journée ça a fait 12 heures et qu'il a pas eu le temps de faire ce qu'il voulait et en plus il a pas cette reconnaissance parce que parce

qu'il a quand même réussi à accomplir plein de choses et il y a celui qui l'a senti comme il pourrait même pas te dire je l'ai senti comme 48 heures et tout il va juste te dire je l'ai senti

comme ça devait être bien sûr bien sûr je le sentais bien donc voilà pour moi aujourd'hui et parce qu'on est dans ce cadre là du rôle n et que je suis sur ton podcast j'estime qu'il est

important de réaliser au delà moi des outils concrets que je donne des méthodologies que je donne au delà de tout ça et extrêmement pour moi important de réaliser que se gérer soit

son comportement éviter les péchés être reconnaissant avoir ce bon comportement

ces bonnes manières tout ça converge vers la baraka et la baraka converge vers le fait

que ton temps est démultiplié et c'est pas moi qui le dit d'accord on l'a bien prouvé avec les différents les différentes ayah et les différents hadith ou paroles de savants que l'on a cité

précédemment en fait c'est comme si tu utilises un piston un levier divin en fait tu cours circuite le truc et si un jour quelqu'un te demandait bah tu dirais bah j'ai juste placé fait un placement

auprès de celui qui décevra jamais donc toi ta placée ou ta placée tout ce que tu places en dehors de là va te décevoir exactement toi t'es parti vers ce qui te déçoit voilà c'est important de

réaliser tout ça à une naire et dans une génération et une société où on nous dit que vous êtes maître de votre temps vous êtes capable de vous gérer vous êtes si vous êtes positif dans

votre vie et que vous pensez qu'à toi de voilà voilà voilà clairement et en gros que dans cette société très individualiste c'est en mettant tout cet investissement sur nous que l'on va avoir

des fruits subhanAllah dans la dans le sur la tant plus que l'on a pris comme référence pour ce podcast il parle de ce côté mutuel n'est-ce pas et qu'est ce qui se passe dans ces moments là on se

dit

si quelqu'un vient nous demander de l'aide toi déjà tu galères avec ton temps toi déjà tu

galères avec ton planning qu'est ce que tu fais j'ai pas le temps maintenant j'ai pas du tout

tenté d'étendre moi déjà je suis sous l'eau Allah subhanAllah il nous dit que en réalité il décupe encore aussi notre baraka quand on cède ça fait partie aussi des bonnes actions ça fait aussi

partie des comportements qui demain auront cette montagne de hessanette devant les yeux parce que

ah oui finalement j'ai bien fait à ce moment de délaissé ça pour aider une personne sans bien sûr se négliger soi sans bien sûr négligé ses obligations ça pour moi c'est acté sur acté mais ça prouve encore une fois que parfois faire de notre temps un allié c'est le donner aux autres et alors ça ça existe quand il se prend à quel moment dans n'importe quel domaine de la vie c'est en allant aider un autre que tu vas réussir toi à développer quelque chose va développer pendant un an l'entreprise de ton ami et regarde si toi la tienne elle va rentrer deux euros de chiffre d'affaires

va éduquer tes enfants les enfants de ta voisine pendant cinq ans et revient chez toi pour voir comment tes enfants sont éduqués parce que c'est un commerce avec à la c'est pour ça qu'il n'obéit pas aux mêmes règles à la sphère de la robe et exactement et c'est hyper important de réaliser là déjà depuis le début depuis une heure sphère n'a que l'on parle le temps passe vite est-ce que est-ce qu'on a le droit de le dire là le temps passe vite parce que c'est un des signe de la fin des temps que le temps le temps passe de plus en plus vite vraiment et on a déjà des clés il ya déjà pas mal de clés que tu as les faits d'éviter le perfectionnisme qui est un vrai piège de chai panne perfectionnisme te fait procrastiner te faire procrastiner c'est de faire perdre du temps donc faut agir le musulman agit le musulman réfléchit fait le bilan mais il agit aussi d'accord il est dans l'action et faire de son de son temps un allié c'est aussi ça c'est être dans l'action et se corriger ensuite par la suite en essayant de faire les choses de la manière la plus excellente c'est rechercher la baraka alors par tous les biais qu'on a dit mais il y en a des des tonnes le voilà le choc la reconnaissance les faits de on a dit consolider les liens familiaux éviter au maximum les péchés développer son bon comportement ces bonnes manières etc il y en a des des des multitudes des manières par là d'attirer la baraka et je pense que c'est une des clés d'ailleurs principale pour faire de son de son temps un allié et là je te laisse Zainab parce que c'est un concept que tu nous as partagé dans l'atelier que l'on a eu la possibilité à l'âme de l'hédère vraiment j'en suis très reconnaissante d'animer il y a quelques temps sur bakara c'est la baraka c'est le c'est un hadith du prophète aïe c'est vrai oui qui dit lisez sur la baraka car justement sa récitation est une baraka c'est ça quand il dit ça il dit sa récitation est une est une baraka et que son délaissement est une et du coup il a utilisé le même à ça là tu vois la la perdution tu vois ça rejoint le même lexique la que la perdution et c'est beau parce que il en parle au début comme une opportunité c'est comme si on te disait j'image hein mais cet article est à moins 100% c'est à dire il est gratuit ça veut pas dire t'es obligé de l'acheter on te le propose juste mais dire à quelqu'un c'est à moins 100% on suppose que personne ne serait assez idiot pour laisser passer cette opportunité je dis pas que ceux qui prennent pas l'opportunité sont idiot j'ai dit que dans l'entendement quand on entend quelque chose est à moins 100% même si tu n'en as pas besoin tu vas pas laisser passer l'opportunité parce que ça pourrait servir à quelqu'un sauf que là on te dit moins 100% pour quelque chose dont tu as besoin qui est calibré pour toi ce serait complètement insensé de regarder l'article et de dire ah non je c'est pas une obligation qui a dit que c'est dans quel texte c'était dit que c'était obligé en fait tu te poses pas la question de l'obligation tu t'oblige à le prendre toi donc là la première phrase elle c'est une opportunité et là il dit le stric contraire que le délaissement de cette opportunité là c'est de la perdution mais c'est pas vraiment qu'on vraiment le contraire c'est dans le même dans le même sens et là quand on entend ça au cas où la première partie on n'était pas sensibilisé de la deuxième partie on va se dire ah oui l'être humain il n'aime



pas être un loser il n'aime pas en fait perdre une opportunité il n'aime pas être la dernière roue du carrosse ou le dernier à avoir compris qu'il y avait un bon plan quelque part et bien rassure là il nous dit ça j'oblige personne mais le faire est une baraka sachant que le mot baraka c'est vraiment quand le rêre d'Allah a flu dans une abondance et d'une manière qu'on ne pouvait pas espérer qu'on espérait pas donc c'est c'est doublement beau et donc il dit la lecture de Solatel Barara est cette abondance là cette baraka là et le délaissement de ça en fait si tu le sais et que tu le fais pas entre toi et un loser il n'y a pas une grande différence c'est ça et en plus ça fait peur bien sûr et il y a un lien aussi là avec le temps puisque Solatel Barara comme avantage et tu me le confirmeras ou de la roi à l'aime d'éloigner l'appareil et qu'est ce qui tu le temps c'est l'appareil la procrastination le fait de pas avoir envie de passer à l'action et c'est par là on se rend compte que là il n'y a plus besoin de juvamine c'est juvamine je veux bien voilà c'est ça bah baraka tu vas bien voilà baraka baraka exactement c'est ça et détrompons nous c'est pas aussi difficile que ça en a l'air hein parce qu'on se dit ok baraka c'est bien beau 50 pages 49 exactement la soirée de la plus long du coraine en fait rassurallah a dit la lecture de baraka dans une autre version il a parlé de la préciosité des deux dernières aïe il dit que on lui a offert du ciel donc de cet emplacement juste en dessous du tronatin un trésor qu'on lui a qui n'a pas été donné en fait à quelqu'un de recevoir sur terre et là il dit il parle de la fête et il parle de les deux derniers aïe à de baraka donc j'ai presque envie dire si tu devais choisir que deux aïe à lire fait celle-là si un jour t'as pas le temps par exemple ou plutôt tu n'as pas pris le temps où s'il y a tout le cours si donc qu'on récite tous les jours qu'il est recommandé dire matin et soir et après chaque prière ben c'est des opportunités et au-delà de ça on t'a dit de lire de baraka on t'a pas dit de la faire en entier si tu la connais par coeur tu veux la faire en entier d'une traite tu peux même si tu la connais par coeur et tu peux pas la faire en entier pour x raison tu la coupe il y a des personnes qui vont la faire en albacara quand on la fait d'un coup ça fait une heure une heure et quelques max ça prouve bien d'ailleurs que Allah n'attend pas de nous là aussi le perfectionnisme dont on parlait tout à l'heure merci bien le fait de le faire et de faire tous les jours et un peu c'est la constance il y a un hadith justement là dessus sur le fait de mieux vous faire peu et toujours à l'après se prendre ça ça le prouve bien de voir et toutes les facilités qu'on a pour être en connexion avec sur l'albacara sans partir du principe que tous les jours faut réaliser de a à z et si je ne le fais pas bah j'y touche jamais et je n'y goûte jamais et on parle d'une opportunité sans nous comme rassure la langue parle normalement tant une opportunité comme ça limite envie de dire tout ce qu'on me demande comme condition je vais les respecter parce qu'on m'offre un article à moins 100% on m'offre une montagne et des milliards et des milliards de biens quelle que soit la monnaie que j'imagine c'est des milliards et des milliards et des milliards et je veux surtout pas perdre ça donc en fait je me prierai à toutes les conditions la rassolonnage de ne pas condition donc en fait je sais pas si on n'a pas compris c'est un jackpot on n'a pas compris et du coup je parle des bienfaites telles qui sont mentionnées dans le hadith mais concrètement

là dans notre vie tous les jours parce que c'est important de le dire tu vois d'entour on a besoin de témoignages d'avis etc bah là les avis sont unanimes je ne connais pas quelqu'un à l'heure actuelle en tout cas dans ce que je connais dans ceux qui sont venus m'en parler et en plus les gens te font des retours spontanés de cette astuce là je connais pas quelqu'un qui a dit que ça ne

lui a pas été bénéfique je parle pour mon cas personnel j'ai vu les résultats sur tous les pans de ma vie et je sais en plus au plan là tu sais des fois tu reçois des bienfaits tu peux pas te dire ça vient de ça ou ça ou ça mais alors là te donne la sensation de voilà tu vois il y a des choses qui vont arriver tu vois la baraça ça arrive des fois d'une manière comme elle a dit ou aïe arouzou kohou minha'isou laiahtasi donc elle a donné le risque à la personne d'une manière qui ne pouvait pas imaginer bah des fois tu as des choses qui me disent c'est pas logique ça devait pas m'arriver et tu réfléchisses deux secondes tu te dis dans la situation où quelqu'un c'était improbable qu'il est de l'aide alors là t'as mis sur le chemin de cette personne et ma la roue elle a tourné en ton sens moi quand je vois quelque chose qui arrive dans ma vie comme ça j'ai pas d'où ça sort je me dis baraça baraça et les actions que tu as fait de manière complètement désintéressée ou par une action petite qui est insignifiante pour toi c'était tout pour une autre personne à cette instantée je sais pas moi je me rappellerai toujours d'un exemple je l'ai déjà dit j'étais sur l'autoroute hein j'étais sur l'autoroute avec un bébé en plus mon bébé mon pneu il crève j'ai pas pneu de roue change parce qu'en fait j'ai crevé il y a pas longtemps avant et le pneu qui a dans mon coffre c'est le pneu crevé et comme j'ai beaucoup de choses à faire dans la semaine je me suis dit dès que je prends le temps j'ai réacheté un nouveau pneu je remplace mais j'ai même pas réussi à dégager du temps dans la semaine pour faire ça et j'étais loin de m'imaginer que j'allais recréver en même pas à une semaine et là en plein autoroute tu vois donc tu dis il faut réussir à te mettre sur le côté en plus c'était vraiment entre deux voies tu sais c'était sur les parties zébrées là mais dit y'a comment je vais faire c'est chaud t'appelles le dépannage là bas non ça va être compliqué j'arrivais à jouer en personne et en plus ma batterie elle va bientôt finir et j'avais pas chargé dans la voiture et y'a bébé derrière qui pleure qui commence à se réveiller à pleurer à ce moment là je vois une voiture qui vient donc il m'avait dépassé on est sur l'autoroute il y avait un petit peu de bouchons mais c'était comme une vie valeur et je vois une voiture qui recule dans l'autoroute mais

ce qui s'est mis vraiment en sécurité qui a vraiment longé le couloir qui m'a contourné qui s'est mis derrière moi et qui est un homme qui descend il toque il me dit je vous ai aperçu donc ça veut dire il m'a dépassé il m'a vu il est reparti je vous ai aperçu j'ai même eu le temps de voir qu'il y avait de bébé derrière c'est quoi le problème c'est le pneu vous n'arrivez pas à changer parce que franchement honnêtement moi je fais partie de ceux qui ont appris comment changer un pneu et qu'ils n'ont jamais fait en réalité. Si quelqu'un veut me changer un pneu j'ai une cric de compétition j'ai tout le dit faux le matériel à chaque fois qu'on me change on me dit j'ai jamais vu un matos comme ça en envie d'être mécanicien quand on te voit mais je ne les utilise pas c'est pour en fait je mets dans de bonnes conditions la personne qui va m'aider et donc ce frère c'est il se trouve que c'est un musulman en plus un frère et en fait il fait tout le nécessaire mais comme j'ai pas de pneu c'est à dire il me met en sécurité quand je dis tout le nécessaire il met la voiture en sécurité il la pousse il l'a met bien et qu'est ce qui fait il me m'installe dans sa voiture pour que je puisse être tranquille avec bébé et lui un an starfalla il me met sur le côté bien avec ma voiture il reprend sa voiture il sort de l'autoroute il va aller acheter un pneu il revient avec le bon pneu etc je pense qu'il s'y connaît en mécanique il me remplace mon pneu et il a pris soin de m'acheter deux pneus le nouveau et m'a remplacé un autre je n'ai rien demandé je l'ai supplié de me donner la facture tout ça rien à faire j'ai essayé

d'estimer je me dis je sais à peu près c'est combien un pneu j'ai des liquidités je lui donne il m'a dit si tu fais ça tu vas vraiment devoir me rendre des comptes devant là parce que j'ai placé une intention ou là je recule je dis ok ça on va pas se battre pour ça après tout et en fait un Allah il me dit là moi j'étais ému tu vois je me dis cette personne elle m'a mis en sécurité elle s'est mis peut-être potentiellement en danger il avait ayé à ce que moi et mon bébé on soit bien il nous a mis dans de bonnes conditions etc il a donné même à manger au bébé etc et tout des friandises et tout le temps d'aller à l'autoroute donc en plus faut sortir faut se remettre bien pour qui il a repris exactement la sortie qu'il fallait et tout ça on n'a même pas attendu longtemps il prend le soin de te donner un deuxième pneu pour que tu sois bien et que ça t'arrive pas encore et que t'as un autre pneu et après je dis se prendre là je je sais pas quoi dire je lui ai dit je sais pas quoi dire je suis impressionné par cette chose qui vient et il me dit quoi il me dit cette phrase il dit ma soeur vous avez forcément aidé quelqu'un à une situation où il n'avait personne et il était au bout du rouleau vous avez fait une petite action qui vous ça vous assemble et peut-être rien du tout et lui pour à cet instant c'était tout et ben j'ai très bien compris quand il a dit ça parce qu'est-ce qu'est-ce que tu fais quoi dans un autoroute tout seul tu fais quoi t'as rien t'as pas le téléphone pour rappeler un dépanneur ou ton frère ou ton père t'as pas le pneu de rechange t'as rien en fait tu fais quoi et bah là il est venu à ce moment là et je me rappelle très bien la phrase que j'ai dit tu sais la doit j'ai dit deux doigts robinini lima nzel teyla il y a une réinfirmée de la part de l'alice à la coulis quand il a dit il a une femme un tout moi j'ai pas besoin de toi j'ai pas besoin de conjoints j'ai pas besoin de travail mais il y a à la j'ai grand besoin j'ai bien tu vas me faire descendre j'ai dit ça et j'ai dit la deuxième doit celle que younous à l'essentiel il a prononcé dans le vente là il a il a inter souper à naka une compte mineur d'alime j'ai dit à la j'étais injuste je sais pas quel injuste j'ai commis mais là j'ai besoin de toi la chose bout du rouleau quand je te dis que j'ai fini de prononcer cette doit là c'est là que j'ai vu le frère dans le rétroviseur à la seconde j'ai fini de parler et je racontais ça il m'a dit voilà il m'a dit ça m'étonne pas il m'a dit vous avez forcément fait quelque chose à quelqu'un et il a dit et pourquoi est-ce que je suis contente de vous faire cette action parce que je sais que là il va me le rendre je sais que moi aussi à un moment j'en aurais besoin ça va revenir c'est trop beau quoi et du coup je lui dis qu'est-ce que je peux invoquer pour vous tu vois et il m'a parlé du temps m'a dit que mon temps soit bien utilisé et aussi je suis en recherche d'un d'une conjointe et je n'arrive pas à trouver la bonne personne je dis vous c'est vous c'est sûr car là il va vous la détresse dans laquelle j'étais est-ce que tu m'as fait oh là là c'est c'est dingue c'est dingue c'est dingue et oui il y a une autre chose aussi qu'il a fait qui fait que c'est un kawam il a demandé le numéro de mon père ou mon frère juste pour les rassurer parce que j'ai tardé et j'avais rendez avec mon père pour les rassurer de où j'étais donc ils ont discuté longuement ils ont chaté mon père il m'a dit je suis resté en communication avec lui pendant qu'il cherchait le pneu et donc ils ont gardé contact il se trouve que j'ai eu son compte enfin on a eu des nouvelles de lui et effectivement il a trouvé une femme et ça fait plaisir tu vois tu vois l'accomplissement je me dis c'est quoi un pneu crevé et là on pourrait dire c'est horrible c'est chaud c'est quoi c'est tes preuves qu'est-ce que j'ai fait pour mériter ça mais là j'ai crevé mon pneu bien sûr bien sûr bien sûr ça prouve aussi hein ce part de la ce calcul ce calcul que l'on fait mal avec la sauf à nos hôtels qui prouve

hein que ton temps il peut être alloué aux autres et devenir finalement une dorue beaucoup plus précieuse et ça ce message l'adresse à toutes les femmes et à toutes les maman particulièrement qui sont vraiment une grande partie des personnes que j'aime et que je veux insha'Allah pour les aider ne négligé pas justement tout ce temps que vous passez avec votre famille à vous occuper de votre famille à vous occuper de vos foyers à vous occuper de votre maison à vous occuper de vos de vos enfants à la sauf à nos hôtels voient tout ça et à l'âge mais de la baraka aussi on l'a dit tout à l'heure le professeur de saine nous l'a dit celui qui veut des richesses qui veut que son risque soit décliplé qu'il consolide les liens familiaux c'est-à-dire là donc on a tendance quand on n'a pas trop trouvé de temps ou qu'on ne s'est pas organisé correctement pour

avoir un temps spirituel dédié un bloc ce qu'on aime les blocs ne négligé pas le fait qu'Allah Subhanahu wa ta'ala vous rémunère aussi d'une autre manière et que petit à petit en y mettant l'intention et ben là aussi le temps que vous passez quand vous pensez gâcher avec vos tâches ménagères avec voilà avec le fait de déposer vos enfants à tel et tel endroit pour qu'ils puissent développer des compétences développer des capacités développer des sciences etc et va se prendre là quand on y met la bonne intention et ben on est dans ce commerce avec Allah Subhanahu wa ta'ala et là on va pouvoir demander notre dû d'accord donc ne pensez pas que c'est un temps gâché ne pensez pas que c'est un temps perdu inshallah biya nila wa ta'ala Allah vous couvrira de de sa miséricorde et de sa baraka pour tous ceux ça on a besoin on a besoin et tu sais tout à l'heure t'avais parlé des russes de chaitan et ça il y a une ampoule qui s'est allumée je me dis il faut pas j'oublie de dire ça sur Allah tu sais lui quand ben quand il a fait ce qu'il a fait qu'il est qu'il est descendu de son du paradis lui aussi hein parce que lui aussi il a démarré là bas et malheureusement il a été rétrogradé de sa fonction pas la descente du paradis c'est pas ça le rétrogradage que notre papa adama al-salam et mamahawa ils ont aussi ils sont aussi descendus c'est ils ont pas été rétrogradés pour le coup mais la punition qu'Allah a donné à chaitan déjà c'est la perte de l'amour qui lui portait et le fait voilà de l'avoir destiné à l'enfer et en fait iblis si tu remarques bien lui il a compris la valeur du temps mieux que nous il aurait pu demander plein de choses

à l'un il a demandé qu'une seule chose le temps sur si il voilà un délai il a pas demandé à la donne moi les capacités de les perdre fait qu'il m'écoute pas donne moi des super pouvoirs non non non il a dit ça je gère genre en gros tu vois comme ce que tu disais je me gère il n'y a pas de problème je vais bien gérer mes capacités moi mais juste le temps tu vois lui c'est la preuve que dans toutes ses actions il prouve comment à la et le mettre incontesté et et d'un autre côté il se ment à lui-même parce que il prouve il il acquiesce finalement de la grandeur d'Allah et en même temps il refuse de le croire donc la désobéissance à son maximum dans tout sa splendor c'est-à-dire je connais la vérité j'ai le choix entre faire de suivre et pas suivre et je choisis délibérément de pas sûr dans le colonne on le dit il dit lui-même quand il s'enfuit d'un champ de bataille comme ça on lui dit mais tu vas où parce qu'il a pris l'apparence d'un homme il a dit il n'y a pas de la genre en gros vous êtes fou moi je crains là si vous vous craignez pas là il a vu les anges arriver dans l'armée de rassurant là il s'est dit je fais pas le poids contre eux il s'est mis à s'enfuir, tu vas où tu nous a ramené jusque là et tu t'en vas j'ai peur d'Allah moi si vous n'avez pas peur c'est votre problème donc il se contredit donc le fait qu'il est que lui a compris

que tout était dans le temps et que c'était la meilleure monnaie et Allah ne lui a pas donné de limites très restreinte il lui a dit jusqu'au jour du jugement c'est large c'est-à-dire que Chétain c'est celui qui a vécu le plus longtemps sur terre il a fait toutes les époques et il s'est pas la c'est il a refait et refait refait et chaque fois c'est le temps qu'il a pris comme allié lui et c'est le temps qu'il essaie de faire de d'utiliser comme notre ennemi bon bien sûr comment il utilise son temps lui sera parmi les perdants ça c'est certain mais il en a mesuré la valeur et là je me dis c'est la réflexion que je me faisais faudrait quand même pas que Chétain comprenne mieux que nous que le temps à de la valeur en fait j'aimerais pas perdre compte lui en fait tu vois mais malheureusement si lui il a compris comme ça bah moi c'est parce qu'il l'a compris qui fait tout pour qu'on ne le comprenne pas oui d'accord et ce par là c'est c'est important finalement de le réaliser que c'est là comme je disais tout à l'heure la des premières clés la valeur du temps c'est quand tu connais la valeur de la chose c'est là que tu sais comment tu vas que tu vas te comporter face à elle on se comporte pas de la même manière devant grand notable que devant je sais pas une personne lambda qu'on croiserait dans les transports en commun connaître la valeur d'une chose finalement fait quoi fait que tu t'adapte tu adapte ton comportement tu adapte des actions tu adapte la manière de parler on se rend bien compte même parfois l'impression d'être hypocrite tu sais parce que ce prendre la valeur que l'on donne à cette personne là elle est différente de celle que l'on donne aux autres choses et bah avec le temps c'est pareil si on connaissait la valeur de ce temps on adapterait notre posture on adapterait nos attitudes on adapterait notre comportement on adapterait nos paroles on adapterait nos actions et on aurait les mêmes regrets que si on avait faute devant cette personne importante elle m'a pensé ça de moi j'aurais pas dû faire ça comme ça j'aurais pas dû dire ça comme ça on aurait exactement un chose voir le temps de cette manière c'est lui donner réellement

sa valeur sa preuve et lui lui il a compris il a compris et une des manières aussi où il nous fait perdre du temps c'est quand le temps tu l'emploies aux mauvaises personnes c'est quand on dit normalement

quand quelqu'un n'a pas d'importance pour nous on lui accorde pas du temps mais des fois la personne

elle n'a pas d'importance pour nous tu vois quand tu polémiques ou quand tu et là là aussi nous le dit quand il dit que il bat dans l'ohmène c'est ceux qui quand ils entendent des jahils des gens ignorant des gens qui sont ignorants et tu vois t'as des savants qui disent des gens qui sont ignorants du temps précieux qu'elle leur a donné donc du coup ils l'utilisent à des futilités à des idiosyses à des brimades à des méchanceté à d'une n'importe quoi des injustices et toi ne rentre pas dedans en fait ne surenchérisse pas avec eux sinon entre toi et eux c'est quoi la différence c'est qui va valoir plus que l'autre donc qu'est ce que tu dis ça l'aime ben genre en gros moi je suis pas comme dirais les je suis pas là pour ben mon temps et j'ai entendu des jeunes dire l'expression j'ai pas ton temps moi oui c'est ça j'ai pas ton temps j'ai pas ton temps déjà j'ai pas ton temps par la main je délaisse le conflit j'aime résumer j'aime clôturer si tu j'allais te donner j'ai senti j'ai senti j'ai senti l'alhamdulillah car là nous préserve notre notre amitié notre relation mais j'aime avant de clôturer faire une sorte de petit récap parce que parfois notre esprit l'a divagué au gré de tout ce qu'on s'est dit ça nous a fait penser à des choses ça nous a fait penser à des situations regarde toi ça t'a fait penser à cette anecdote sur l'autoroute et

notre esprit à l'alhamdulillah c'est un arbre qui a des milliers des centaines de branches qui partent dans tous les sens donc là je reviens au tronc nous reviendra au racine juste pour se prendre à relister les clés en réalité pour faire de son temps un allié en prenant la solate de référence en parallèle si on la reprend on est d'accord que la première chose c'était ce qui croit n'est-ce pas sauf ce qui croit et là on a dit faire de son sa spiritualité un art de vie que la croyance elle fait partie de toute ta vie que c'est la condition si les quannes finalement au fait de faire de ton temps un allié et pour ça voilà il y a des pistes il y a des outils il y a de la romabélique c'est le corps n et la soudain regorge de routine de rituel de pratique avec des temps déterminés on en a parlé en long à large et en travers dans notre atelier se prendre là avec des temps déterminés des temps défini de manière régulière de manière comme tu dis se poudrer quand tu parles de nos épices ça c'est la première chose se prendre là ceux qui accomplissent de bonnes oeuvres on l'a expliqué on attire la baraka en évitant les péchés en accomplissant les bonnes oeuvres en accomplissant les bons comportements se prendre là les bonnes manières et à l'intérieur de ces bonnes manières il ya justement voilà ces actions qui vont mener inshallah à des montagnes de hessanette plus tard dont on aura absolument même dans notre imagination inshallah et bien là on aura pas imaginé les bonnes manières le bon comportement les bonnes actions s'éloigner des péchés et là aussi c'est une piste de réflexion c'est une piste de travail quelles sont les choses que je peux mettre en place pour faire des bonnes actions quelle est la manière la meilleure manière pour le musulman de faire les choses avec le bon comportement et de suivre les bonnes pratiques auxquelles nous enjouons l'islam se prendre là j'insiste aussi sur le ceux qui s'enjoignent mutuellement on l'a expliqué on l'a dit on l'a prouvé il y a les versets magnifiques ayat du role n le fait d'aider les autres de consolider les liens avec les autres et ça va dans les deux sens et également de faire attention à l'entourage tu viens de terminer par par ce point là donc dans ce qui est positif dans ce qui est négatif c'est pas là de consolider le bien de consolider le réel de consolider ses liens et également de s'éloigner de ses liens de perdution de ses liens de perte de temps etc et de et de petit à petit aller revenir à l'essentiel et on sait à quel point la bonne compagnie de bon entourage est extrêmement important en islam ceux qui s'enjoignent sur la vérité et l'endurance c'est à dire le bien et l'endurance face aux difficultés c'est en réalité tout ce qu'on a couvert à l'armée valique sur le piège du perfectionnisme sur la baraka à travers sur la telle baraka à travers l'aide qu'on peut accorder aux autres à travers le bon comportement à travers en fait à travers tout ce qu'on a dit c'est pas nager parvenir dessus mais je trouve que c'est un très très beau parallèle avec cette surlade que tu as merveilleusement bien choisi pour illustrer ce podcast sur lequel on a passé à l'alhamdulillah une heure et demi mais si on a encore sûrement étoile moi et non remettons une surlade que tu as honoré avec ce sujet on va se quitter je voulais te remercier ça ira pour ton temps déjà les gens s'ils connaissaient les coulisses de l'organisation on dit enfant on dit soit on dit la journée travail tout ça mais c'est tellement un plaisir et on veut tellement justement tu vois là on veut appliquer les quatre là du coup croire en fait que le temps c'est cool tu vois accomplir à salirat ce conseil mutuellement la vérité et ce conseil mutuellement l'endurance je pense que là on a essayé de faire du quatre en un et on demande à l'aspect à là que ce soit comptabilisé comme tel pour ton temps pour le coup pour tes luminaire pour tout ce que tu as dégagé pour les conseils

que tu as donné parce que du coup moi même j'ai beaucoup appris aussi et un le rappel en et profitable au croyant et l'être humain oublie tous les jours tout le temps tout le temps tous les jours on oublie c'est physiologique ainsi on devait se rappeler de tous les événements de notre vie voilà le raisement quand on a fait qu'on a oublié ce qui s'est passé le 13 juillet 1989 parce que si on se rappelait de tous les détails de tous les jours de notre vie de ce qu'on a fait à chaque seconde je crois qu'on deviendrait fou donc là nous protège de nous même pour ça qu'il nous a appelé les insènes alors donc l'oubli les physiologiques il est sain aussi et on doit s'en prémunir aussi quand on oublie les choses essentielles là par le coup c'est pas bon bien sûr qu'alhamdulillah vraiment toutes les louanges reviennent à Allah toutes les louanges reviennent à Allah s'il vous plaît à la merci à toi pour ton invitation merci à toi pour ton écoute ton attention ta concentration jusque là écouter une heure et demie c'est à part de toi cher auditeur c'est pas chose facile et pour des solutions concrètes pour le coup la méthodologie pure les conseils au quotidien toujours tenté parce que c'est vraiment le life motif de l'arbre des merveilles toujours en rapport et en parallèle avec notre foi de musulmane avec notre spiritualité pour en faire réellement un art de vivre pour des conseils plus on va dire plus plus pratique au pratique je vous laisserai je te laisserai je vais vraiment finir par m'y habiter une chaleur où tu te revends j'ai l'habitude de vous voyez moi je te laisserai aller faire un tour avec grand grand grand plaisir une chaleur bide et les retards à la baraqu'Allah au Fikih Zainab baraqu'Allah au Fikih à toi cher auditrice du coup c'est comme ça que je vais les appeler et salam aleykoum marahmatullahi wa baraquatirouk Allah vous préserve toute et tu sais on va finir par quelque chose que rassurallah les compagnons faisaient et ce plan là j'ai pas fait exprès quand il se quittait après une assemblée il finissait par sur la terrasse rassurallah demandait à ce que les gens ne se quittent pas sans réciter sur la terrasse et c'est une sonna qu'on ne fait pas assez comme pour nous dire que c'est tellement important c'est le son de vie si vous deviez retenir que c'est le son là votre temps etc est ce que vous devez en faire c'est tellement important que dès que vous vous rassemblez terminer par ça tu vois là nous on en a parlé pendant une heure et demie donc on a l'impression que mais terminer par ça c'est encore vous donc on va terminer par ça et j'espère que ce sera une habitude qu'on va tous garder et perdurer en charlotte à très bientôt merci encore zahira et grand plaisir merci d'avoir écouté cet épisode et comme toujours si ce podcast a porté du bien alors une chose à faire t'abonner pour ne rien rater et si il te semble pouvoir être utile à d'autres personnes sans toi libre de le partager et même de laisser un commentaire et la note de ton choix sur ta plateforme des coups de préférée ce sera une belle manière de me faire savoir que ce podcast doit continuer et être écouté par le plus grand nombre je confie à la subhanahu wa ta'ala le soin de préserver ta foi ton honneur et ton coeur je te laisse à présent passer un bon moment avec ton coran et je te dis à vendredi prochain pour un nouvel épisode salam alaykoum wa rahmatullah