5733 - Elle se fâche vite et insulte et prie contre celui qui a provoqué sa colère

question

Je me fâche très vite et reste en colère au point d'insulter la personne qui a provoqué ma colère. Redevenu calme, je demande pardon à Allah et me décide à ne plus recommencer. Je sais que l'insulte est interdite et je déteste mon comportement et souhaite pouvoir me maîtriser et je voudrais connaître comment se repentir du fait d'insulter en cas de colère. La personne visée ne m'a pas entendu mais je ressens un profond regret pour cette attitude. Faut-il que je lui dise que je l'ai insultée ? Puis-je garder cela pour moi-même afin de ne pas créer une inimitié entre moi et lui ? Devrais-je procéder à une aumône pour expier mon péché ? Que devrais-je faire pour régler mon problème ? Je voudrais cesser ce comportement. J'ai beaucoup prié dans ce sens et je ne cesse de le faire. Mais maintenant, je voudrais me repentir des fois passées pendant lesquelles j'ai insulté quelqu'un en colère. Est-ce que les prières que j'ai formulées contre eux en colère seront exaucées par Allah. Je ressens un profond regret à cause de cette affaire. Je ressens une peine quand je m'apprête à prier. Je voudrais vraiment me repentir et me sentir à l'aise pour l'avoir accompli.

la réponse favorite

Louange à Allah.

Votre devoir, ô soeur musulmane, est de maîtriser votre colère en vous conformant aux propos du Très Haut : qui dépensent dans l' aisance et dans l' adversité, qui dominent leur rage et pardonnent à autrui - car Allah aime les bienfaisants - (Coran, 3 : 134) et aux propos du Puissant et Majestueux: qui évitent (de commettre) les péchés les plus graves ainsi que les turpitudes, et qui pardonnent après s'être mis en colère (Coran, 42 : 37).

Cela est dû au fait que la non maîtrise de la colère conduit aux insultes et aux coups. C'est de cette façon que la colère ouvre la porte de tous les maux. Voilà qui explique que le Prophète

(bénédiction et salut soient sur lui) recommandait souvent l'abandon de la colère. A ce propos, Boukhari rapporte dans son Sahih (6116) d'après Abou Hourayra (P.A.a) qu'un homme avait dit au Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) : Faites-moi une recommandation et le Prophète lui dit : Ne te mets pas en colère . Il répéta sa demande plusieurs fois, mais il ne fit que lui répéter : Ne te mets pas en colère .

Le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) considérait que le plus fort des hommes était celui qui sait se maîtriser en cas de colère. A ce propos, Boukhari rapporte dans son Sahih (6114) que le Messager d'Allah (bénédiction et salut soient sur lui) a dit : Le fort n'est pas celui qui bat vite ses adversaires, mais plutôt celui qui sait se maîtriser en cas de colère .

Dans Fateh al-Bari (10/520) Ibn al-Hadjar (Puisse Allah lui accorder Sa miséricorde) a tenu des propos intéressants dans le cadre de son commentaire du hadith : Ne te mets pas en colère . Il a dit : « At-Tabarani a rapporté un hadith de Soufyan ibn Abd Allah at-Thaqafi dans lequel il dit : J'ai dit, ô messager d'Allah, dis-moi une parole qui me profite et ne sois pas long . Il répondit : Ne te mets pas en colère Al-Khattabi a dit : « La signification de ses propos : Ne te mets pas en colère est : évite les causes de la colère et ne te mets pas dans une situation susceptible de la provoquer. Quant à la colère elle-même, elle ne peut pas faire l'objet d'une interdiction parce qu'elle est naturelle et inévitable ». D'autres ont dit : « ce qui est demandé c'est ce qui peut être acquis grâce à l'exercice. On dit aussi que la phrase signifie : ne fais pas ce que la colère te suggère.

Ibn Battal dit : « ce hadith implique que le combat qu'on livre à sa propre âme est plus dur que celui mené contre l'ennemi car le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) considère que celui qui sait se maîtriser en cas de colère est le plus fort des hommes. D'autres disent : « Peut-être l'auteur de la question était-il coléreux. En effet, le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) donnait à chacun l'ordre qui lui convenait le mieux. C'est pourquoi il s'est contenté de lui recommander d'éviter de se mettre en colère. Ibn at-Tin a dit : « Dans ses propos : ne te mets pas en colère , le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) a réuni le bien d'ici-bas et celui de l'au-delà. Car la colère entraîne la rupture et l'abandon de la douceur et peut même conduire à la

nuisance de celui qu'elle vise. Ce qui porte atteinte à la perfection de la religion.

Certains ulémas ont dit : « Allah a créé la colère à partir du feu et la rendue instinctive chez l'homme. C'est pourquoi le feu de la colère éclate en lui chaque fois qu'il s'engage dans une dispute et il s'emporte et son visage et ses yeux deviennent rouges à cause du sang qui se reflète dans la couleur de la peau. La colère entraîne des changements apparents et cachés tels que le changement de couleur, le tremblement des extrémités et le désordre dans les actes et des modifications physiologiques si importantes que si la personne en colère voyait comment elle est, elle aurait honte de son image et des modifications qu'elle a subies. Ceci concerne l'apparence. Quant à ce qui est caché, il est pire, car il concerne la haine logée au fond du coeur et la volonté de faire mal de différentes manières. En fait, l'effet le plus détestable de la colère est celui caché que traduisent les modifications apparentes. Voilà ce qu'il en est de l'effet qui apparaît sur son corps.

Quant à son effet sur la langue, il consiste à la pousser à proférer des propos injurieux dont un homme raisonnable a honte et que l'auteur regrette après la disparition de la colère. La colère peut également pousser à asséner des coups, voire à tuer. Parfois, le coléreux, incapable d'atteindre son adversaire en fuite, se retourne contre sa propre personne ; se déchire les vêtements, se frappe le visage, tombe par terre et s'évanouit. Parfois, il casse des ustensiles ou donne des coups à un innocent.

Quiconque médite sur ces méfaits, saisit la grande richesse de cette douce parole du Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) : Ne te mets pas en colère et comprend qu'elle recèle une grande sagesse et indique la réalisation de l'intérêt qui consiste à écarter des méfaits si importants qu'il serait impossible de les recenser complètement. Ce qui vient d'être dit concerne la colère suscitée autour d'une affaire mondaine ne concerne pas la colère pour un motif religieux. (En effet, il est bien louable et recommandé de s'emporter pour plaire à Allah en cas de constat d'un acte blâmable).

Parmi les facteurs qui permettent d'éviter la colère figure le fait de se souvenir du mérite attaché à la maîtrise de la colère et la menace liée à une colère non maîtrisée, et le fait de demander la

protection d’Allah contre Satan et le fait de procéder à des ablutions. Allah le sait mieux.

Souvenez-vous, ô soeur musulmane, que le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) n’était ni un insultant, ni un médisant. En effet, il est rapporté dans le Sahih de Boukhari (6031) qu’Anas ibn Malick (P.A.a) a dit : «Le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) n’avait pas l’habitude d’insulter, de proférer des propos injurieux ou de maudire. Quand il voulait faire un reproche à l’un de nous, il disait : Qu’a-t-il ? Puisse son visage se frotter contre le sable! .

Vous devriez vous repentir devant Allah le Puissant et Majestueux pour les injures et les agressions que vous avez commises. Il n’y a aucune besoin d’en informer ceux à qui vous les aviez adressés car il faut éviter des dégâts : vous pouvez leur demander le pardon d’une façon générale.

Quant à ceux contre lesquels vous avez formulé de mauvaises prières, faites pour eux de bonnes prières, s’il se trouve que vous aviez tort en priant contre eux alors qu’ils ne le méritaient pas. Demandez à Allah de vous traiter avec douceur car une prière faite contre une personne qui ne la mérite pas peut se retrouver contre son auteur. Aussi occupez votre langue par la prière et le dhikr. En effet, cela est apte à assurer la quiétude des coeurs - N' est- ce point par l' évocation d' Allah que se tranquillisent les cœurs? - et à empêcher la langue de porter atteinte aux créatures.

Puisse Allah bénir et saluer notre Prophète Muhammad et ses compagnons.