

Liste des chapitres

1	Implorer Dieu de nous préserver des durs bouleversements	2
2	Louer Dieu et accepter son décret quelles soient les circonstances	3
3	L 'invocation recommandée en cas de soucis ou de tristesse.....	4
4	Les invocations lors de l'affliction	6
5	Que doit-on dire lorsqu'on craint d'être provoqué ou persécuté ?.....	8
6	Que doit-on dire lorsqu 'on est confronté à des difficultés ?	9
7	Que doit-on dire lorsqu 'on se sent frustré ou opprimé ?	9
8	Que doit-on dire lorsqu'on voit une personne éprouvée ?	10
9	Que doit-on dire lorsqu 'un malheur nous touche ?	11
10	Peut-on se souhaiter la mort à cause d'un malheur insupportable ?.....	12
11	Référence	12

1 Implorer Dieu de nous préserver des durs bouleversements

Du'a 1

عن ابن عمر - رضي الله عنهما- قال: كان من دعاء رسول الله- صلى الله عليه وسلم-: " اللَّهُمَّ ، إني أَعُوذُ بِكَ مِنْ زَوَالِ نِعْمَتِكَ ، وَتَحَوُّلِ عَافِيَتِكَ ، وَفُجَاءَةِ نِقْمَتِكَ ، وَجَمِيعِ سَخَطِكَ " .
رواه مسلم: كتاب الذكر والدعاء والتوبة والاستغفار، باب: أكثر أهل الجنة الفقراء، وأكثر أهل النار النساء، (وبيان الفتنة بالنساء96- (2739)، سنن أبي داود (1516).

Ibn 'Umar rapporte parmi les invocations que le Prophète (Paix et Benedictions d'Allah sur lui) faisait: «Ô Dieu! Je T'implore de me préserver contre la cessation de Ton bienfait sur moi, contre le bouleversement de mon état santé, contre Ta vengeance subite et contre toutes Tes malédictions.» Rapporté par Muslim.

« Allâhumma innî a 'ûdhu bika min za wâli ni 'matik, wa tahawwuli 'âfiyadk, wa fudjâ'ati niqmatik, wa jamî'i sakhatik. »

Du'a 2

وفي الصحيحين وغيرهما عن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال { : تعوذوا بالله من جهد البلاء ، ودرك الشقاء ، وسوء القضاء وشماتة الأعداء }

Abu Hurayra rapporte que le Prophète disait : « Invoquez le Seigneur de vous préserver contre les épreuves accablantes, contre la peine, contre la mauvaise prédestination et contre l'humiliation par l'ennemi. » Rapporté par Bukhari et Muslim.

«Allâhumma innî a 'ûdhu bika min jahdi-l-bala ', wa daraki-sh-shaqà', wa sù'i-l-qadà', wa shamâtati-l-a'dà'. »

Du'a 3

عن أنس رضي الله عنه _ ورواه البخاري في كتاب الدعوات أن النبي _ صلى الله عليه وسلم _ كان كثيرا ما يقول: "اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن وأعوذ بك من العجز والكسل وأعوذ بك من الجبن والبخل وأعوذ بك من ضلع الدين وغلبة الرجال" وكان النبي _ صلى الله عليه وسلم _ قد جمع معاني السعادة الدنيوية الكاملة والتي لها أكبر الأثر في المآل والآخرة في تلك الأمور التي ذكرها في ذلك الحديث، والتي هي في الحقيقة منغصات حياته ومسببات حزنه وضيقة

Anas raconte avoir entendu à maintes reprises le Prophète faire cette prière: «Ô Dieu! Je T'implore de me préserver contre les soucis et la tristesse, contre l'incapacité et la paresse, contre l'avarice et la lâcheté et contre le poids des dettes et la domination des hommes. » Rapporté par Bukhari et Muslim

« Allâhumma innî a'ûdhu bika mina-l-hammi wa-l-hazani wa-l-'adjzi wa-l-kasali wa-l-bukhli wa-l-djubni wa dal'i-d-dayni wa ghalabati-r-ridjàl. »

2 Louer Dieu et accepter son décret quelques soient les circonstances

Du'a 4

عَنْ أُمِّ الْمُؤْمِنِينَ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قَالَتْ: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا رَأَى مَا يُحِبُّ قَالَ: "الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي بِنِعْمَتِهِ تَتِمُّ الصَّالِحَاتُ"، وَإِذَا رَأَى مَا يَكْرَهُ قَالَ: "الْحَمْدُ لِلَّهِ عَلَى كُلِّ حَالٍ". أَخْرَجَهُ ابْنُ مَاجَهَ (2 / 422) وَابْنُ السَّيْنِيِّ (رَقْم 372) وَالحَاكِمُ (1 / 499) وَصَحَّحَهُ الألباني في "السلسلة الصحيحة"

'A'isha (Satisfaction d'Allah sur elle) dit: « Le Prophète (PBASL) avait coutume de dire en voyant quelque chose qui lui plaisait: «Louanges à Dieu! C'est par Sa grâce que les bonnes actions se réalisent»

"الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي بِنِعْمَتِهِ تَتِمُّ الصَّالِحَاتُ"

«Al-hamdu li-l-lahil -ladhi bini'matihi tatimmu-s-salihah »

Et lorsqu'il voyait quelque chose qui lui déplaisait, il disait : « Louanges à Dieu quelque soient les circonstances. »

"الْحَمْدُ لِلَّهِ عَلَى كُلِّ حَالٍ"

«Al-hamdu li-l-lâhi 'alà kulli hal. »

Rapporté par Ibn Mâdja. Al Albâni le juge authentique.

Du'a 5

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "المؤمن القوي خير، وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف. وفي كل خير. احرص على ما ينفعك، واستعن بالله ولا تعجز. وإن أصابك شيء فلا تقل: لو أني فعلت كذا، كان كذا وكذا، ولكن قل: قدر الله، وما شاء فعل، فإن لو تفتح عمل الشيطان" [رواه مسلم].

Abu Hurayra rapporte que le prophète a dit : « Le croyant fort est meilleur et plus aimé de Dieu que le croyant faible, mais tous deux sont bons. Insiste sur ce qui t'est profitable et demande le soutien de Dieu ; ne te montre pas incapable ! Si un malheur t'arrive ne te dis pas « Si j'avais fait ceci alors il y aurait eu cela » mais dis-toi « Dieu l'a décrété et Dieu fait ce qu'Il veut. » car « si » ouvre la porte au diable. »

Rapporté par Muslim.

3 L'invocation recommandée en cas de soucis ou de tristesse

Du'a 6

حدثنا يزيد أنبأنا فضيل بن مرزوق حدثنا أبو سلمة الجهني عن القاسم بن عبد الرحمن عن أبيه عن عبد الله قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم ما أصاب أحدا قط هم ولا حزن فقال اللهم إني عبدك وابن عبدك وابن أمتك ناصيتي بيدك ماض في حكمك عدل في قضاؤك أسألك بكل اسم هو لك سميت به نفسك أو علمته أحدا من خلقك أو أنزلته في كتابك أو استأثرت به في علم الغيب عندك أن تجعل القرآن ربيع قلبي ونور صدري وجلاء حزني وذهاب همي إلا أذهب الله همه وحزنه وأبدله مكانه فرجا قال فقيل يا رسول الله ألا نتعلمها فقال بلى ينبغي لمن سمعها أن يتعلمها * . رواه أحمد وهو صحيح

Ibn Masûd rapporte que le Prophète a dit: « A chaque fois que quelqu'un est atteint de souci ou de tristesse et qu'il dise: «Ô Dieu! Je suis Ton serviteur, fils de Ton serviteur et de Ta servante, mon toupet est dans Ta main¹, Tes décisions (irrévocables) s'exécutent sur moi et Tes décrets éternels pour moi sont justes². Je Te demande par tous les noms qui son Tiens, les noms par les quels Tu t'es nommé et que Tu as révélé dans Ton Livre ou que Tu as enseigné, particulièrement, à certaines de Tes créatures ou que Tu as gardé pour Toi en secret, de faire du Coran, le printemps de mon cœur, la lumière de ma poitrine, la dissipation de ma tristesse et la disparition de mes soucis. » Dieu fera alors disparaître ses soucis et sa tristesse et Il les lui remplacera par de la joie. »

Certains s'exclamèrent: «Ô messager de Dieu! Ne devrait-on pas l'apprendre?» Le prophète rétorqua: «**Bien sûr! Il convient à tous ceux qui l'entendent de l'apprendre.** »

Rapporté par Ahmad

« Allâhumma innî 'abduka wa-ibnu 'abdika wa-ibnu amatik, nâsiyatî biyadik, mâdin fiyya hukmuk, 'adlun fiyya qadâ'ûk, as'aluka bikulli-smin huwa lak, samayta bihî naf-saka aw 'alamtahu ahadan min khalqika aw anzaltahu fî kitâbika aw ista'tharta bihi fî 'ilmi-l-ghaybi 'indak, an tadj'ala al-qur'âna rabî'a qalbî wa nu'ra sadrî wa djalâ'a huznî wa dhahâba hammî. »

¹ Cette expression signifie : « je suis sous Ta domination. » ou « mon destin est entre Tes mains. » Zandâni fait concorder cette expression avec les données scientifiques modernes qui révèlent que le centre de direction dans le cerveau des êtres vivants se trouve effectivement sous le front.

² Il est toujours recommandé avant de faire une quelconque invocation de commencer par glorifier le Seigneur et Lui adresser des louanges. Dieu dit : « A Dieu appartiennent les plus beaux noms ; invoquez-le donc en les citant. » Ici, le Prophète commence par reconnaître sa faiblesse devant la grandeur divine et il vante la suprématie et la justice de Dieu.

4 Les invocations lors de l'affliction

Du'a 7

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ " كَانَ يَقُولُ عِنْدَ الْكَرْبِ : لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَاوَاتِ وَرَبُّ الْأَرْضِ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ "

Ibn 'Abbàs rapporte que le prophète (PBASL) avait l'habitude de faire cette invocation lors des afflictions : « Il n'y a pas d'autre divinité que Dieu, le Suprême, l'Indulgent. Il n'y a pas d'autres divinités que Dieu, le Maître du trône majestueux. Il n'y a pas d'autres divinités que Dieu, le Seigneur des cieux et de la Terre, le Maître du trône sublime. » "

Rapporté par Bukhari et Muslim.

« là ilàha illa-l-làhu-l-'adhimu-l-halim, là ilàha illa-l-làhu rabu-l-'arshi-l-'adhīm, là ilàha illa-l-làhu rabu-s-samàwàti wa-l-ardi, rabu-l-'arshi-l-karīm »

Du'a 8

عن أنس - رضي الله عنه - أن رسول الله - صلى الله عليه وسلم - كان إذا كربه أمر يقول :
(يا حي يا قيوم برحمتك أستغيث) . رواد الترمذي

Anas rapporte que le Prophète (PBASL) avait l'habitude de dire, lorsqu'une chose l'affligeait: «Ô Toi le Vivant, le Gouvernant! Par Ta miséricorde, j'implore Ton secours. »

Rapporté par Tirmidhī.

«yà hayyu yà qayyûm, birahmatika astaghîth. »

Du'a 9

حدثنا زيد بن الحباب عن عبد الجليل بن عطية قال حدثني جعفر بن ميمون قال حدثني عبد الرحمن بن أبي بكر قال : حدثني أبي أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : كلمات المكروب : اللهم رحمتك أرجو ، فلا تكلني إلى نفسي طرفة عين ، وأصلح لي شأني كله ، لا إله إلا أنت .

Abu Bakra rapporte que le prophète (PBASL) a dit : « La prière de l'affligé est : « Ô Dieu ! J'espère en Ta miséricorde ; ne M'abandonne donc pas à moi-même, ne serait-ce que le temps d'un clin d'œil. Arrange pour moi toutes mes affaires, il n'y a pas d'autre divinité que Toi. »

Rapporté par Abu Dâvvud.

« Allâhumma rahmatâka ardju, fala takilnî illa nafsî tarfata 'ayn, wa aslih-lî sha'nî kullahu lâ ilâha illâ ant. »

Du'a 10

حدثنا محمد بن بشر قال حدثنا عبد العزيز بن عمر قال حدثني هلال مولى عمر بن عبد العزيز عن عمر بن عبد العزيز عن عبد الله بن جعفر عن أمه أسماء بنت عميس قالت : علمني رسول الله كلمات أقولهن عند الكرب : الله الله ربي لا أشرك به شيئاً .

Asmâ' Bintu 'Umays rapporte que le prophète (PBASL) lui a recommandé cette invocation lors des afflictions : « Dieu ! Ô Dieu mon Seigneur ! Je ne T'associerai rien dans mon culte. »

Rapporté par Abu Dâwûd

« Allah Allahu rabî la ushriku bika shay'an. »

Du'a 11

حدثنا محمد بن يحيى حدثنا محمد بن يوسف حدثنا يونس بن أبي إسحق عن إبراهيم بن محمد بن سعد عن أبيه عن سعد قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم دعوة ذي النون إذ دعا وهو في بطن الحوت لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين فإنه لم يدع بها رجل مسلم في شيء قط إلا استجاب الله له

Sa'd rapporte que le prophète (PBASL) a dit : « La prière de Jonas lorsqu'il invoqua son Seigneur du ventre du poisson est celle-ci : « Il n'y a pas d'autres divinités que Toi ! Pureté a Toi ! J'ai été vraiment du nombre des injustes. » Tout musulman qui invoquera le Seigneur par son biais dans une quelconque situation sera exaucé. »

Rapporté par Tirmidhî.

« lâ ilaha illa anta subhânak, innî kuntu mina-l-dhalimîn. »

5 Que doit-on dire lorsqu'on craint d'être provoqué ou persécuté ?

Du'a 12

Dans l'histoire du jeune apprenti sorcier (qisat al ghulâm), ce dernier disait, à chaque fois qu'une brigade du tyran voulait l'exécuter: « Ô Dieu ! Délivre-moi de leurs mains comme il Te sied! » Et à chaque fois, Dieu l'en débarrassait.

اللهم اكفنيهم بما شئت

« Allâhumma-kfinihim bimâ shi'ta »

Du'a 13

عَنْ أَبِي مُوسَى رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا خَافَ قَوْمًا قَالَ : " اللَّهُمَّ إِنِّي أَجْعَلُكَ فِي نُحُورِهِمْ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شُرُورِهِمْ "

Abu Mûsâ rapporte que lorsque le prophète craignait certaines personnes, il disait : « Ô Dieu ! Je Te mets en face d'eux et T'implore de me préserver de leurs atteintes. »

Rapporté par Abu Dâwud.

« Allahumma innî adj'aluka fi nuhurihim, wa a'udhu bika min shururihim. »

6 Que doit-on dire lorsqu'on est confronté à des difficultés ?

Du'a 14

عن أنس رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : " اللَّهُمَّ لَا سَهْلَ إِلَّا مَا جَعَلْتَهُ
" "سَهْلًا، وَأَنْتَ تَجْعَلُ الْحَزْنَ إِذَا شِئْتَ سَهْلًا
" رواه ابن السني في " عمل اليوم والليلة

Anas rapporte que le Prophète disait: «Ô Dieu! Il n'y a de facile que ce que Tu as facilité. Et Toi, lorsque Tu le veux, Tu aplanis les difficultés. »

Rapporté par Ibn al sunnî.

«Allâhumma la sahla illa madja'altahu sahlâ, wa anta tadj'alu-l-hazana idhâ shi'ta sahlâ. »

7 Que doit-on dire lorsqu'on se sent frustré ou opprimé ?

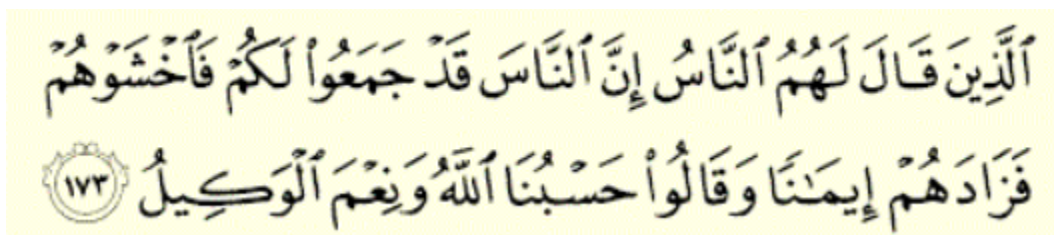
Du'a 15

Ibn 'Abbàs rapporte au sujet de la formule pieuse «Dieu nous suffit! Quel magnifique Protecteur!»

حسبي الله ونعم وكيل

«hasbunâ-llah wa ni'ma-l-wakil »

« Elle a été dite par le patriarche Abraham lorsque son peuple le jeta dans le brasier ainsi que par notre Prophète Muhammad (PBASL) lorsque des païens voulurent l'effrayer par le grand nombre de l'armée adverse et que le Coran relate dans ce verset : Coran 3 V173



{Ceux auxquels l'on disait : « Les gens ont rassemblé leurs forces contre vous ; craignez-les ! ». Cela augmenta leur foi et ils dirent : « Dieu nous suffit ! Quel magnifique Protecteur ! »} Coran 3 V173

Et dans le long hadîth où il est question de trois bébés qui ont parlé en bas âge, Abu Hurayra rapporte que le Prophète (PBASL) a dit : « ... ils passèrent devant une jeune fille que son peuple battait (injustement) en criant « c'est une prostituée ! Une voleuse ! ». Elle se contentait de dire « Dieu me suffit ! Quel magnifique Protecteur ! »

ومروا بجارية وهم يضربونها، ويقولون: زنيت سرقت، وهي تقول: حسبي الله ونعم الوكيل

Rapporté par Muslim.

«hasbiya-llâh wa ni'ma-l-wakil »

8 Que doit-on dire lorsqu'on voit une personne éprouvée ?

Du'a 16

عن ابن عمر رضي الله عنه عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال " من رأى مبتلى فقال الحمد لله الذي عافاني مما ابتلاك به وفضلني علي كثير ممن خلق تفضيلاً , لم يصبه ذلك البلاء

Ibn 'Umar rapporte que le Prophète a dit: « Celui qui observe la souffrance de quelqu'un qu'il dise alors: «Je remercie Dieu de m'avoir épargné de la souffrance dont il T'a éprouvé et de m'avoir grandement préféré à beaucoup de ses créatures. » Il sera alors épargné à jamais de ce mal quel qu'il soit. »

Rapporté par Tirmidhî et Ibn Mâdja

« Al-hamdu li-llahi alladhi 'afa'ni mimma-btalaka bihi wa faddalanî 'alâ kathirin mimman khalaqa tafdîlâ. »

9 Que doit-on dire lorsqu'un malheur nous touche ?

Du'a 17

وعنها قالت (أم سلمة) : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - : " ما من مسلم تصيبه مصيبة فيقول ما أمره الله به ، إنا لله وإنا إليه راجعون ، اللهم أجرني في مصيبي ، واخلف لي خيرا منها ، إلا أخلف الله له خيرا منها ، فلما مات أبو سلمة قلت : أي المسلمين خير من أبي سلمة ، أول بيت هاجر إلى رسول الله - صلى الله عليه وسلم - ، ثم إنني قلتها فأخلف الله لي رسول الله - صلى الله عليه وسلم - . رواه مسلم .

Ummu Salama dit avoir entendu le prophète dire : « Tout homme qui dit, lorsqu'il est frappé par un malheur : « Nous sommes à Dieu, et c'est à Lui que nous retournons. Ô Dieu ! Récompensez-moi dans mon malheur et remplacez-moi ma perte par une meilleure chose. » Dieu le rétribuera alors pour sa patience dans le malheur et lui remplacera sa perte par une meilleure chose. »

Ummu Salama ajoute, pour mettre l'accent sur l'exactitude de ces propos : « lorsque (mon mari) Abu Salama est mort, je me suis dit : qui pourrait donc être meilleur que lui ? Néanmoins, j'ai quand même fait cette invocation et Dieu m'a donné un meilleur mari : le Prophète ! »

Rapporté par Muslim.

«inna li-llâhi wa inna ilayhi radji'un, Allahumma- 'djurnî fî musîbatî wa-khlufli khayran minha. »

10 Peut-on se souhaiter la mort à cause d'un malheur insupportable ?

Du'a 18

حدثنا **عبيدة بن حميد** عن **حميد** عن **أنس بن مالك** قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : لا يتمنين أحدكم الموت لضر نزل به في الدنيا ولكن ليقل : اللهم أحيني ما كانت الحياة خيرا لي وتوفني إذا كانت الوفاة خيرا لي .

Anas rapporte que le prophète a dit : « Que l'un de vous ne se souhaite pas la mort à cause d'un mal qui le touche ! Mais, s'il se sent contraint de le faire, qu'il dise alors : « Ô Dieu .Prête-moi vie tant que celle-ci m'est préférable et donne-moi la mort si c'est celle-ci qui m'est préférable. »

Rapporté par Bukhari et Muslim

« Allahumma-ahyini mâ kanati-l-hayatu khayran li, wa ta- waffanî idhâ kânati-l- wafatu khayran lî. »

11 Référence

La Roqya, rédigé par : Chérif- Zahar Zerrouk