

Sa moitié ou un peu moins
Ou un peu plus, et ré- breed le cor-ENS Lentement et clairement
Nous allons te révéler des paroles lourdes.
La prière pendant la nuit est plus efficace et plus propice pour la récitation.
Tu as, dans la journée, avaqué à de longues occupations.
Et rappelles-toi le nom de ton robe et consacre-toi totalement à lui.
Tirée de Saurat el-Mozami, aya une à huit.
Alors, normalement ces ayats te rappellent l'épisode où je parlais de Radija,
notre maman Radija, ou Mouna Radija, radia alláhu anhá.
Donc dans l'épisode où je parlais justement de ces femmes,
donc elle fait partie de ces femmes pour un exclamation tellement, ce sont des femmes grandioses.
Et je disais que c'était la première dame de l'Islam.
Et j'avais mentionné ces ayats-là parce qu'indirectement ces ayats-là mentionnent.
Vu que el-Muzami l'enveloppée, comme Allah l'a appelé en disant,
yá ayú el-Muzami l'hôto à l'envelopper,
et bien ça renvoie à une parole du professeur As-Salaam où il avait dit à son épouse,
effrayer justement après avoir fait la rencontre de l'ange de Jéblis
et après avoir entendu les premiers versets du Col. N et les premières ayats du Col. N
il a dévalé la grande de Hira et rentré chez lui et là il a demandé dans la crainte, dans la peur
à ce qu'on le couvre. Il avait dit, zamiluni, zamiluni, couvrez-moi, couvrez-moi, enveloppez-moi,
enveloppez-moi.
En parlant à Radija, radia alláhu anhá,
et Allah a repris exactement ces paroles pour dire yá ayú el-Muzami.
Donc c'est exactement le même verbe qu'Allah a employé, je trouve ça très beau d'ailleurs.
Et donc ces ayats-là mentionnent Radija, radia alláhu anhá,
vu que c'est elle qui l'a enveloppée et c'est elle qui a accueilli Rassurullah sallallahu alayhi wa
sallam,
la première finalement, qui a accueilli le messenger avec son message, donc un grand rôle.
Donc je te renvoie à l'épisode, tu ne l'as pas encore écouté, c'est assez pépité en fait
quand on prend le temps de se concentrer sur ce moment précis, sur l'accompagnement qu'elle a eu
pour lui
et à quel point tu te rendras compte qu'on lui doit énormément,
ou Mouna Radija on lui doit énormément dans notre relation avec le Qur'an,
dans notre relation avec Allah sallallahu alayhi wa sallam,
comme Rassurullah lui devait énormément lui-même.
Et bien ce sont les mêmes ayats ici que j'ai mentionné.
Cette fois-ci avec un angle différent, avec l'angle de la prière, l'angle de la salate
et pas n'importe laquelle et t'ajout.
Et là, quand on lit ces ayats-là, on se dit c'est assez costaud, c'est assez solide,
ce qui est demandé à Rassurullah ici pour la prière, donc Allah lui demande,
donc là c'est pas un conseil, c'est pas quelque chose d'optionnel, c'est un ordre.
Il lui demande de se lever la nuit, donc déjà à ce moment-là on se rend compte
que pour Rassurullah, la prière de la nuit est obligatoire.
Quand on dit prière de la nuit, on ne parle pas de l'Aisha el-Marleba,

[Transcript] Coran de Ton coeur / #34 - Une habitude si précieuse pour cultiver ta paix

on parle vraiment de la nuit, nuit, nuit, c'est-à-dire après l'Aïcha, d'accord ?
Et à ce moment-là, en plus, les cinq prières n'avaient pas encore été révélées au moment de la révélation de C'est Ayat-là.
Donc Allah demande à Rassurullah de se lever la nuit, déjà.
Mais il est précis, il lui dit de prier toute la nuit, sauf une petite partie.
Là on a l'impression, en gros, on ne parle de plus de la moitié, d'accord ?
Donc toute la nuit, sauf une petite partie.
Après il dit sa moitié ou un peu moins.
Puis après il dit ou un peu plus.
Donc tu peux faire un peu moins ou un peu plus.
C'est une question de moitié ou de toute la nuit, excepté une petite partie.
En tout état de cause, c'est une part conséquente de la nuit qui était prescrite à Rassurullah.
Et il faut se dire qu'elle était prescrite à Rassurullah et au croyant à ce moment-là.
Donc ce n'était pas seulement une prescription de Rassurullah, c'était une obligation à cette période.
Et bien sûr, après ça a été abrogé, ça a été atténué.
Alors saurullah continuait de prier la nuit.
C'est quelque chose qui continuait de lui être prescrite, mais à lui précisément.
Et c'est la fin de Saudat al-Zamil, justement, qui nous explique.
Voilà, Soprana Attalla.
Donc c'est pour ça que les ayas, c'est important de les poser dans leur contexte.
Tout n'a pas été révélé en un bloc en même temps.
Donc Saudat al-Zamil n'a pas été descendu en une fois, en un bloc, d'accord ?
On voit très bien que ce qui est dit au début de la Saudat et ce qui est dit à la fin de la Saudat, on voit bien que la dernière ayat, donc à la fin de la Saudat, vient justement compléter et vient abroger les premières ayats.
Donc dans les premières ayats, c'était quelque chose qui était prescrit, qui était obligatoire et qui était assez lourd et assez conséquent, quand même, à appliquer.
Dans les ayats, donc les dernières ayats de Saudat al-Zamil, la ayat numéro 20, donc là, Allah Soprana Attalla lui dit,
« Ton robe, c'est certes que tu te tiens debout, moins de deux tiers de la nuit, ou sa moitié, ou son tiers, de même qu'une partie de ceux qui sont avec toi, en parlant des croyants.
Allah détermine le jour et la nuit.
Il sait que vous ne saurez jamais passer toute la nuit en prière.
Il a usé envers vous d'indulgence.
Récitez donc ce qui vous est possible du Koran.
Il sait qu'il y a parmi vous des malades et d'autres qui voyageront sur la terre, enquêtes de la grâce d'Allah et d'autres encore qui combatteront dans le sentier d'Allah.
Récitez donc ce qui vous sera possible.
Accomplissez la salade, acquittez-vous de la zakat et faites à Allah un prêt sincère.

Là, ici, en parlant de commerce, il y a le vocabulaire du commerce avec Allah, toujours qui revient. Tout bien que vous vous préparez, vous le retrouverez auprès d'Allah, meilleur et plus grand en récompenses.

Et implorez le pardon d'Allah car Allah et pardonner est plein de alarme.

Donc là, on voit très bien qu'ici, c'est atténué.

Donc Allah, c'est comme si il y a un temps qui s'est passé, il y a une expérience qui s'est passée entre les deux phases, les deux parties ici de cette soir-là.

Et on voit bien qu'il y a une expérience, qu'il y a eu un vécu, qu'il y a eu des conséquences, qu'il y a une analyse qui a été faite.

Et Allah, s'il vous plaît, revient en disant

qu'ils ne peuvent pas passer toute la nuit en prière,

qu'il sait bien qu'il y a parmi vous des malades, des personnes, etc.

Il y a plusieurs paramètres.

Donc de ce fait, on comprend ici,

la prière de nuit n'est plus obligatoire pour les musulmans, d'accord ?

Et c'est après, en fait, que les cinq prières obligatoires sont arrivés.

Et par rapport justement à ce qui était prescrit au début,

notre mère, Haisha Radehullah Anha, qui est une des épouses du prophète S.A., elle racontait, donc pendant la période, en tout cas de...

C'est la sœur de l'Allah qui lui explique,

que pendant la période, la révélation de ces premières ayats-là,

elle disait que ça a été obligatoire pendant l'équivalent d'un an.

Donc pendant un an, c'est pas rien.

Et bien, il y avait cette obligation de se lever la nuit

et de prier une bonne partie de la nuit, la moitié, un peu plus de la moitié, etc.

C'est conséquent.

Et quand on regarde, ça correspond aussi à une période rude pour les musulmans.

C'était la période où c'était pas encore proclamé,

on proclamait pas encore l'islam dans les rues ou près des notables, etc.

C'était encore la phase où les compagnons se réunissaient dans Dar al-Arqam,

là où ils se réunissaient en secret,

où les gens, de bouche à oreilles comme ça,

les pauvres, certains dignitaires,

certaines amis de Rasulullah,

commençaient justement à se rassembler petit à petit,

c'était pendant ces périodes-là.

Donc ce ne sont pas des périodes très faciles,

c'est une période rude

et elle annonce aussi une période qui va être encore plus rude,

là où ils vont être torturés, chattis, etc.

D'accord ?

Et donc on pourrait se dire,

mais déjà, c'est pas une phase facile.

Les gens entrent dans l'islam.
Comment ça se fait qu'une prescription aussi,
entre guillemets, difficile, est prescrite à ce moment-là ?
Et la prière de nuit, à ce moment-là, t'as hâte-choude ?
Et bien, comment est-ce que c'est possible ?
C'est juste cette information-là,
ça doit te mettre la puce à l'oreille,
ça doit t'indiquer la préciosité
et surtout le côté salvateur,
le côté apporteur de paix, de sérénité,
le côté antidépresseur, anti-anxiété,
lutte contre tous ces mots-là
que contient la prière de la nuit pour les musulmans à ce moment-là.
Donc ils avaient besoin d'être fortifiés,
ils avaient besoin, en fait,
ils traversaient beaucoup de galère la journée.
Donc il fallait un moyen de calmer leur stress,
de calmer leur tension, de calmer leur peur,
de calmer leur tristesse.
Et Allah S.A.V. n'a eu de meilleures choses pour eux
que la prière de la nuit.
On a échec à raconter que
ils ont fait ça pendant un an
au point justement où leurs pieds étaient fatigués,
certains même avaient des blessures aux pieds,
des ampoules aux pieds, etc.
Rassallah compris.
Et après, ça a été abrogé
et c'est devenu quelque chose d'optionnel.
À tel point aujourd'hui qu'il y en a même qui ne prient pas la nuit,
c'est pas tout le monde qui est pris la nuit.
Donc c'est dire à quel point ce n'est pas quelque chose d'obligatoire.
Mais c'est très important de se dire que ça l'a été.
D'accord ?
Donc on peut dire que l'ancêtre du Tahrajud
que nous, nous avons aujourd'hui,
il faut savoir que l'ancêtre du Tahrajud
eh bien était obligatoire.
D'accord ?
Le Tahrajud ancien lui, il était obligatoire.
Donc aujourd'hui, lorsqu'on prie Tahrajud,
lorsqu'on se lève la nuit pour prier,
il faut toujours avoir en tête ça, en fait.
C'est très important pour pouvoir le savourer.

C'est cette prière-là qui a fortifié les premiers musulmans.
C'est cette prière-là en fait qui leur a permis de tenir,
qui leur a permis justement de ne pas stresser,
de ne pas être anxieux, de ne pas être dans la peur.
C'était une période dure, ce sont les pionniers en fait.
C'est pas rien.
Il fallait quelque chose de très fort en fait pour les maintenir.
Et c'est là qu'on voit que la prière de la nuit,
ça doit pas être une petite chose en fait.
Sinon,
sinon, Allah s'il vous plaît,
ne leur aurait pas dicté ça.
Donc ça a duré à peu près un an.
Maintenant, parlons de Tahrajud en lui-même.
Après avoir posé le contexte,
c'était important pour moi de poser un contexte historique
par rapport à ça.
Eh bien Tahrajud, déjà, qu'est-ce que c'est ?
Tahrajud, dans le dedans, on a la racine.
Donc, a-ha-ja-da,
qui veut dire rester et veiller la nuit.
Donc Tahrajud, on peut communément dire que c'est
les prières effectuées la nuit.
Il y aura des définitions qui vont dire que c'est les prières effectuées
le dernier tiers de la nuit.
Il y en a qui diront juste c'est la nuit.
Non, on dira que c'est les prières effectuées la nuit.
On rappelle à la racine qui veut dire
rester et veiller la nuit.
Il y a une référence à ce mot-là, d'ailleurs, dans le courant.
Fa-ta-ha-ja-da bi'i, dans surat al-Isra,
où Allah swt lui donne un ordre, justement,
à Rasulallah en lui demandant
de rester et veiller la nuit en prière.
Donc le mot Tahrajud,
dans son verbe Tahrajud,
existe bien dans le courant.
Quelques hadiths intéressants où Rasulallah parle,
justement, du Tahrajud,
il y en a en particulier que je trouve vraiment très beaux.
Et Rasulallah dit dans ce hadith-là,
« L'honneur du croyant réside dans le fait de prier la nuit ».
C'est très beau, c'est très beau parce qu'ici on parle d'honneur.
Tu sais que moi, l'honneur, c'est quelque chose que je mentionne souvent.

L'honneur du croyant, c'est pas rien.
Et l'être humain de base est un être d'honneur,
est un être qui aime être honoré, qui aime être respecté.
Et bien ici, Rasulallah nous informe de ça,
que l'honneur, le respect, la grandeur, finalement, du croyant,
c'est dans la prière de la nuit.
Et de toute façon, on aura le temps de parler de ça dans l'épisode d'aujourd'hui.
Pourquoi est-ce que c'est un honneur comme ça ?
Dans un autre hadith qui est rapporté par Abu Huraira,
alors qu'Allah, la graisse, soit satisfait de lui,
il dit que Rasulallah, sallallahu alaihi wa sallam, a dit,
« Notre robe descend chaque nuit vers le ciel le plus bas ».
Donc, les sept yeux, celui qui est le plus bas, c'est celui que nous nous voyons.
Lorsqu'il ne reste que le dernier tiers de la nuit,
et il dit, « Qui m'invoque pour que je l'exosse ?
Qui me demande pour que je lui donne ?
Qui me demande pardon pour que je lui pardonne ? »
Rapporté par Abu Huraira et Muslim.
Alors, ce hadith-là, je crois qu'une des premières fois que je l'ai entendu,
j'ai dû l'entendre par un professeur d'Arab ou de Koran.
Et en tout cas, je sais que il m'avait profondément touché.
Il m'avait profondément touché.
J'étais enfant encore quand j'ai entendu ça.
Je me rappelle, donc les enfants, c'est comme quand on lit un livre, on imagine,
c'est pour ça que c'est toujours mieux de lire quelque chose que de regarder
des images ou des vidéos, etc.
Et en tout cas, mon imaginaire d'enfant,
et je me rappelle encore aujourd'hui parce que c'était vraiment ça,
donc c'était vraiment ça qui m'était venu.
J'étais en train d'imaginer comme,
pour moi, l'image qui me revenait,
c'est comme si quelqu'un arrivait à la fin d'un marché.
D'accord, il y a le marché.
Et il y a le chef, on va dire, de tous les stands du marché,
le responsable du marché, qui arrive à la fin du marché.
Quand il reste presque personne, tout le monde est parti,
il n'y a que très peu de personnes,
quasiment tout a été vendu.
Et là, il y a un haut-parleur qui dit,
il y a quelqu'un qui veut des fruits gratuits, je lui donne.
Et il y a quelqu'un qui veut une avance sur ces fruits de la semaine,
je lui donne.
Il y a quelqu'un qui, voilà, j'imaginai ça en fait.
J'imaginai vraiment, c'est ce qui me venait en tête,

c'est ce haut-parleur à la fin d'un marché
où carrément, on te donne ce que d'autres clients, en fait,
auraient eu en donnant de l'argent, en marchandant,
en venant à l'heure, etc.

Et là, quand tout le monde est parti
et tout le monde se dit qu'il n'y a plus rien à prendre,
de toute façon, le marché va bientôt fermer,
il y a le responsable qui arrive.

Et il y a un peu cette notion aussi,
déjà, le directeur responsable du marché,
c'est quand même quelqu'un qu'on a envie de rencontrer.
On se dit, c'est quelqu'un d'important,
il n'est pas visiblement,
il n'est pas là tout le temps pendant les jours de marché
et sur les stands.

Et là, c'est lui qui arrive en personne,
et c'est lui qui dit,
« Est-ce que vous avez besoin de quelque chose,
je vous le donne gratuit ? »

Et il demande,
« Est-ce qu'il y a quelqu'un qui a besoin ?
Est-ce que, est-ce que, est-ce que ? »
Et bien sûr que des choses où les gens répondraient, oui.

Là, quand on entend « Allah swt, Allah swt »,
il faut imaginer « Allah » qui dit,
« Est-ce qu'il y a quelqu'un qui m'invoque ? »
« Est-ce qu'il y a quelqu'un en gros qui m'appelle
pour que je l'exose, pour que je lui réponde ? »
Qui est-ce qui va répondre non à cette phrase ?
« Est-ce qu'il y a quelqu'un qui me demande quelque chose
pour que je lui donne ? »

« Est-ce que ça passerait par l'esprit de quelqu'un ? »
« Non, non, je n'ai rien demandé. »
« Est-ce qu'il y a quelqu'un qui veut me demander pardon ? »
« Qui me demande pardon pour que je lui pardonne ? »

Là aussi,
« Est-ce qu'il y a quelqu'un qui n'a rien à se faire pardonner
dans sa vie ? »

Personne.
Donc ce qu'est des phrases où on a envie de répondre
« Oui, oui, oui, moi, moi, moi, moi, moi »
comme un enfant en fait.

Là, c'est vraiment quand j'étais enfant et que je pensais à ça,
donc j'imaginai en plus ce qui répond en face

comme les enfants la qui blablabla.
« Moi, maîtresse, moi, maîtresse, c'était pareil. »
C'était « moi, moi, moi, moi, moi, moi »
et j'ai encore cette image-là,
alors que j'ai 30 ans passé,
c'est dire à quel point ça m'avait marqué.
Et jusqu'à aujourd'hui, ça me marque profondément.
Et en fait, quand on lit ça, on se dit « Mais qui est assez fou ? »
Pour louper ce rendez-vous-là.
Ou à la, dit ça.
En fait, c'est des soldes moins 100%
et qu'on peut avoir tous les jours en mine de rien.
C'est comme si c'était des sessions comme ça privée
qu'on peut avoir tous les jours,
mais il y a un temps précis qu'il faut pas louper.
Voilà, il y a un temps.
Vous savez, il y a toujours des personnes
qui sont adeptes des bons plans
et qui savent exactement à quel moment attraper telle chose,
telle bonne plan, faire telle affaire, etc.
Il y a toujours des gens comme ça.
Et bien là, Allah, S.A.
Allah, S.A.
aussi nous enseigne, en fait,
quelles sont ces moments à attraper.
Et tout ça, c'est tellement logique.
Regarde juste la prière de la nuit.
Analyse juste le moment de la nuit.
La nuit, tout le monde dort.
La plupart des gens dorment.
Et s'il peut y avoir des personnes qui veillent tard,
elles finissent par s'endormir.
Il y a plus de personnes qui veillent tard
et qui vont dormir
que de personnes qui vont dormir
et qui se lèvent très tôt,
qui se lèvent en tout cas avant l'heure demandée.
Dans notre religion, l'heure où il nous est demandé de nous réveiller,
c'est le fage.
C'est le premier horaire, en tout cas,
où on nous demande de se lever.
Tu peux le redormir après si tu veux,
mais le premier réveil de la journée,
qui est obligatoire pour le croyant,

c'est le fage.

Et bien, combien de personnes se lèvent avant le fage ?

Déjà se lever au fage, c'est énorme.

Mais combien de personnes se lèvent avant le fage ?

Parce que la prière de la nuit, c'est avant le fage, d'accord ?

Le fage, c'est l'aube.

C'est le crépuscule, ce n'est plus la nuit, d'accord ?

C'est l'aube.

Eh bien, tout le monde, de manière générale,

on parle de gens qui dorment, d'accord ?

D'ailleurs, même l'Assoullallah le dit dans un hadith,

quand il parle de plusieurs faits,

en fait, qui participent à la félicité du musulman,

quand il dit

« Afshus salam, atayimut-ta'am »

il termine par

« sol l'oubi l'ayli wa n'asuniyam »

Donc, prier la nuit pendant que les gens dorment.

C'est connu. La nuit, c'est fait pour dormir, et c'est normal.

D'accord ? Là, ce n'est pas un reproche ou un truc comme ça

de dormir la nuit, c'est un fait.

Les gens dorment la nuit, d'accord ?

Ça, c'est le fait général.

Donc, la nuit, les gens dorment.

Donc, jusque-là, tout le monde fait pareil.

D'accord ?

Eh bien, il y a des prières qu'on peut faire la journée,

qu'on doit faire la journée plutôt,

des cinq prières obligatoires,

et il y a les prières de la nuit.

Pour pouvoir évaluer, justement, la préciosité de Taha Jodeh,

et pourquoi, finalement, elle l'est,

et pourquoi c'est si particulier,

et c'est simple, il suffit un peu de comparer le jour et la nuit

par rapport à ça.

Donc, la journée, t'as cinq prières obligatoires.

D'accord ?

Tu ne peux pas déroger à ça, c'est obligatoire.

Donc, la différence avec la prière de la nuit,

c'est qu'elle n'est pas obligatoire,

elle est sur-hérogatoire, elle est optionnelle.

D'accord ?

Pourtant, elle offre plus d'opportunités,

plus de jokers, plus de...

Voilà, elle a une préciosité différente et privilégiée par rapport aux cinq prières.
Mais pourtant, les cinq prières sont, au-delà d'être obligatoires, elles sont nécessaires, d'accord ?
Ça ne diminue pas leur valeur, mais Taha Jodeh a un cran, en fait, supérieur.
Dites-toi que la nuit, tu n'as pas les mêmes restrictions que la journée.
Tu n'as pas les mêmes restrictions avec les prières de la nuit que tu as pour les cinq prières obligatoires de la journée.
En fait, la nuit, tu as tellement plus de liberté.
Tu as le choix, déjà, du nombre de raccarades que tu veux faire.
D'accord ? Le nombre de prosternations que tu veux faire.
Si tu veux faire d'unités plutôt, on va dire, si tu veux faire deux unités, tu peux.
Tu peux faire quatre, tu peux, six, huit, tu peux faire autant d'unités que tu veux.
D'accord ?
Tu peux prolonger ta prosternation.
La journée aussi, tu peux le faire.
Mais la journée, t'as plus de contraintes de temps que la nuit.
Donc, on a tendance, la journée, c'est-à-dire, même si on fait nos prières à l'heure, etc.
On a tendance, justement, la prière vient quelque part nous faire sacrifier des choses dans notre journée.
D'accord ?
La nuit, tu peux réciter aussi le nombre de ayats que tu veux, le nombre de sourds que tu veux.
Tu peux même rester sur une seule ayat et la répéter dans toutes les raccades.
Si tu as envie, la journée, tu le fais moins.
Donc, ça, quand je dis de répéter dans le but de méditer, c'est quelque chose que la soeur de la faisait.
Des fois, il restait, de longs moments, juste sur quelques versets, de cours versets.
Et il les répétait.
Il les répétait, il les répétait.
Jusqu'à, il en pleurait tellement que ses habits étaient trempés, juste pour pouvoir méditer.
Et donc, méditation du coréen, récitation du coréen, en même temps que la prière.
Donc, rappelle-toi à nos premiers épisodes et quelque chose que je rappelle souvent.
La prière, c'est nous qui parlons à Allah, le coréen, c'est Allah qui nous parle.
Alors quand on combine les deux et on prend son temps, etc., c'est un combo magnifique.
Donc, Allah ne se privait pas de ce genre de choses

et il s'en délectait vraiment.

Et en fait, avec la prière de la nuit,

t'as pas les mêmes contraintes que la journée.

La journée, t'as des rendez-vous qui t'attendent.

Quand tu pries, tu pries, mais d'ailleurs,

une des distractions qu'il y a pendant la prière de la journée,

c'est qu'on pense à ce qu'on va faire après, d'accord ?

Même si on est concentré,

déjà si on a eu la chance Hamdullah de prier,

toutes nos prières, de toutes les faire à l'heure,

même si on les fait à l'heure,

c'est extrêmement difficile d'être concentré du début à la fin de la prière

sans avoir pensé à qu'est-ce qu'on va faire après, d'accord ?

C'est pas évident, c'est pas facile.

Parce qu'on a arrêté quelque chose pour faire la prière.

On a forcément arrêté quelque chose, on n'est pas là à rien faire.

Soit j'ai arrêté ma sieste, soit j'ai arrêté mon travail,

soit j'ai arrêté un temps de jeu que j'avais avec mon enfant,

soit j'ai arrêté un livre que je lisais,

soit j'ai arrêté un plat que j'étais en train de cuisiner,

ou en tout cas, je reviens après,

soit j'ai arrêté mon trajet de la journée.

J'ai arrêté quelque chose pour faire cette prière,

donc j'ai sacrifié quelque chose pour la prière.

Et après la prière, je sais que je vais reprendre quelque chose,

soit ce que j'avais laissé avant la prière, soit l'activité suivante.

Mais je suis dans la perspective du après.

Et donc pendant la prière, à un moment donné, on va penser au après.

Ça peut arriver, en tout cas.

C'est fort probable.

Eh bien, là, dis-toi qu'avec les prières de la nuit,

tu n'as pas de rendez-vous qui t'attend après.

Tu n'as pas le souci du programme

qui t'attend après la prière.

Tu n'as pas les interactions avec les êtres humains que tu as la journée.

Tu n'as pas le facteur qui risque de sonner pour un recommandé.

Tu n'as pas d'appel téléphonique, de démarcheur ou peu importe.

Tu n'as pas de plat sur le feu à surveiller.

Tu es libre la nuit, tu es libre.

Et quand on est libre, on fait de meilleures doigts, de meilleures invocations.

On se libère plus facilement au niveau de la parole.

On n'a pas peur, on n'a peur de rien, en fait.

Alors que si tu as marqué toute la journée,

la journée est rythmée par la peur.

[Transcript] Coran de Ton coeur / #34 - Une habitude si précieuse pour cultiver ta paix

Ça va te faire bizarre, tu te dis « OK Zaynab, ce n'est pas très joyeux ce que tu me dis là ».
Ce n'est pas très positif, mais si, si, si, c'est un fait.

La journée, on vit de plusieurs petites peurs, les unes après les autres.

Déjà, tu mets un réveil le matin.

Tu mets un réveil parce que tu as peur d'être en retard.

Or tard au travail, or tard pour emmener les enfants à l'école.

Donc tu mets un réveil par peur de louper quelque chose, d'accord ?

Des fois, tu n'as pas envie d'aller au travail.

Par exemple, pour rester dans le travail, tu n'as pas envie d'aller au travail.

Si ça ne te nique à toi, tu n'irais pas.

Mais tu y vas parce que tu as peur de te faire remarquer par exemple par ton boss.

Ou bien tu as peur que ça soit retenu sur ton salaire si tu n'y vas pas à ce jour-là
parce que tu n'étais pas présenté au travail.

Donc, il y a une peur.

Tu as peur pour la sécurité de ton enfant en voiture.

C'est pour ça que tu lui mets la ceinture de sécurité quand tu l'installes dans la voiture.

De la même façon que tu mets ta ceinture à toi, d'accord ?

Tu sors ton parapluie quand il pleut parce que tu as peur d'être complètement trempé, d'accord ?

Ce ne sont pas des peurs du style « je suis stressée, je suis anxieuse »,
non, on n'est pas anxieux au moment où on met la ceinture de sécurité.

Mais on anticipe la peur d'un accident, d'accord ?

J'anticipe la peur d'être complètement trempé.

Ce n'est pas très marrant d'être complètement trempé.

Donc, par précaution, je mets mon parapluie.

Je n'ai pas peur de la pluie, mais je n'ai pas envie d'être trempé.

Donc toute la journée, je suis rythmée par ces choses-là.

Est-ce que la nuit, dans ta prière de nuit, tu as ce problème ?

Tu ne l'as pas ?

Tu n'as pas les êtres humains pour te casser les oreilles, entre guillemets ?

Tu n'as pas les rendez-vous ?

Tu n'as pas les tâches ?

Je vous espérais que ce n'est pas la nuit que tu vas faire le grand ménage du printemps.

Ce n'est pas la nuit que tu vas jardiner,

ce n'est pas la nuit que tu vas faire tes devoirs,

ce n'est pas la nuit que tu vas préparer à manger pour tes enfants,
faire manger tes enfants ou corriger les devoirs de tes enfants.

Ce n'est pas la nuit qu'on fait ces choses-là.

C'est la journée.

Donc la nuit, en ta hajude avec Allah,

il n'y a pas de peur.

En tout cas, il n'y en a plus.

On est libre comme l'air.

Et finalement, la nuit, tu sacrifies effectivement quelque chose de la nuit.

Parce que là, j'ai dit qu'on était libre,

[Transcript] Coran de Ton coeur / #34 - Une habitude si précieuse pour cultiver ta paix

que on sacrifiait dans la journée et finalement nos rendez-vous, etc.
Pour pouvoir célébrer la prière, établir la prière,
je dois organiser mes journées en fonction des prières.
Ça veut dire qu'il y a des choses qui vont être sacrifiées.
Je dis toujours qu'il faut adapter ces journées aux prières
et pas adapter la prière à nos journées.
C'est pas moi, j'ai besoin de faire ça, ça, ça, ça, ça,
je travaille dans ça, ça, ça, ça, ça, ça,
j'ai de ça, ça, ça, ça qu'on programme.
La prière doit se conformer à mon emploi du temps de ministre
qui ne tient même pas 24 heures.
Non, c'est ma journée qui va s'adapter.
Toutes mes tâches-là, c'est elles qui vont graviter autour de la prière.
D'accord ? Et pas l'inverse.
Donc si toutes ces tâches-là doivent se conformer,
doivent s'adapter à mes heures de prière,
il y a un sacrifice qui est fait.
Parce que si la prière n'était pas là,
ces tâches-là, elles auraient été organisées autrement.
Mais comme la prière est là,
ces tâches-là doivent s'adapter,
doivent se faire, entre guillemets, se faire petite,
face à la grandeur de la prière.
Du coup, je sacrifie énormément de choses pour la journée,
dans les prières de la journée.
Je sacrifie beaucoup de choses.
La nuit, j'ai une seule chose à sacrifier.
Est-ce que tu devines ?
Le sommeil.
Ton sommeil.
Ton sommeil, finalement, c'est la seule chose que tu sacrifie la nuit.
Contrairement au prière du jour où tu as,
tu dois t'ajuster dans plein de choses pour pouvoir prier,
ajuster tes repas, tes rendez-vous, ton travail, la gestion, tes enfants, tes sorties, etc.
Tu dois ajuster plein de choses à ta prière de la journée,
alors que la nuit, non.
Et là où c'est impressionnant, c'est que tu sacrifie ton sommeil
au profit de cette prière,
au profit de cette intimité avec Allah Subhanahu wa Ta'ala.
Donc tu pourrais te dire,
« Ah bah, je sacrifie mon sommeil. »
Et le sommeil, c'est pas rien,
c'est quand même ce qui te sert à carburer la journée.
C'est ton carburant pour pouvoir tenir la journée.

[Transcript] Coran de Ton coeur / #34 - Une habitude si précieuse pour cultiver ta paix

D'ailleurs, les nuits blanches, c'est quelque chose à complètement bannir de son quotidien. Faut dormir assez, c'est très important. Donc là, on se dit, oui, mais je sacrifie quand même le nerf de la guerre, le sommeil. Et bien, c'est ça qui est beau, c'est ça qui est impressionnant. Tu sacrifies ton sommeil au profit de cette prière de nuit devant Allah Subhanahu wa Ta'ala et à force de pratiquer ta ajout, et bien, tu vas réaliser avec joie, tu vas être agréablement surprise et surprise, de te rendre compte que c'est ta prière de nuit, c'est ta ajout qui donne une meilleure qualité à ton sommeil. Faut faire l'expérience pour le comprendre. Et quand on parle de ta ajout, ça aussi, j'en parlerai, on parle pas de veiller à la moitié de la nuit. Là, quand je parle de ta ajout, même dix minutes, quinze minutes, dans le dernier tiers de la nuit suffisent le temps qui est passé, même s'il est court. Il a l'action et il a la préciosité du ta ajout, tel que mentionné dans tous les ahadis que je t'ai mentionné. Fais dix minutes de prière, dix minutes d'invocation, pendant ce dernier tiers de la nuit. Et pense à Allah Subhanahu Wa Ta'ala qui est en train de te demander est-ce qu'il y a quelqu'un pour me demander pardon. Parle pendant dix minutes à Allah Subhanahu Wa Ta'ala. Tu peux demander beaucoup de choses en dix minutes. Tu peux demander pardon pour plein de choses en dix minutes. Tu peux faire des invocations pour plein de choses en dix minutes. C'est pas quelque chose qu'il faut négliger et quelque chose qu'il faut m'épriser. Absolument pas, c'est énorme. Pour en revenir à la question du sommeil, c'est tout simplement parce que la nuit, il y a plus de baraka qui va opérer dans ton temps, dans ton sommeil, avec la prière de la nuit. C'est comme si tu finis ton rendez-vous avec Allah et quand tu repars pour aller dormir, souvent on va dire plutôt après le fage si tu t'es levée dans le dernier tiers de la nuit et si c'est au milieu de la nuit, tu vas sûrement te rendre dormir comme la sommeil faisait. D'ailleurs, si tu as écouté l'épisode sur les 24 heures dans la vie de la sommeil, sa nuit, elle était parfaitement bien découpée et il avait son temps de sommeil réglementaire. Il avait l'équivalent de 7-8 heures de sommeil

dans ses 24 heures.

Donc il était en forme

et pourtant on a l'impression qu'il a passé

énormément de temps la nuit à prier.

Mais non, c'était extrêmement bien découpé.

Franchement, c'est au long terme,

je pense que c'est un modèle qu'il faudrait vraiment
pouvoir imiter.

C'est la corde à tout le monde,

c'est forcément la clé du bonheur,

c'est sûr et certain, parce que cette découpe

et l'intelligence de cette découpe,

les belles conséquences de cette découpe,

il y a forcément un grand travail,

il y a un grand biais à pouvoir imiter ça.

Donc ça, ça doit faire partie des goles à attendre.

Tu vois, quand on fait des résolutions

de début d'année, etc.

Au lieu d'inscrire, je vais faire ça.

Je veux avoir un modèle de nuit,

une découpe de nuit de sommeil, de prière,

comme rassolons-là.

Et là, je veux ça.

Et la différence entre celui qui obtient quelque chose

avec celui qui n'obtient pas la chose,

finalement, c'est juste qu'il suffisait de demander.

Donc pourquoi s'en priver ?

Donc la nuit, il y a une meilleure balacca dans le sommeil.

Et finalement, si tu regardes bien,

le sommeil, c'est plus facile à sacrifier que le reste,

que c'est qu'il y a la journée.

Alors rendez-vous, important, c'est difficile à sacrifier,

à la preuve, on peut manquer son sommeil.

Si on avait prévu de faire une sieste

où on est très fatigué ou bien on n'a pas assez dormi,

on est quand même prêts à aller à un rendez-vous,

on est quand même prêts à prendre le volant,

on est quand même prêts à faire des tâches

qu'on devrait reporter et plutôt se reposer,

on peut sacrifier notre sommeil

pour des choses mondaines dans la journée.

D'accord ?

Même il y en a qui le sacrifie la nuit

pour rester devant l'ordinateur, devant le téléphone,

devant des séries.

Donc c'est dire que le sommeil, c'est facile à sacrifier quand c'est quelque chose qui nous tient à cœur.

Donc du coup, je ne suis pas forcément d'accord avec le fait de dire à le sommeil, c'est le plus dur, etc.

Pas du tout.

C'est beaucoup plus facile à sacrifier que le reste.

Et c'est tout ce qui a sacrifié pour la prière de la nuit.

Donc c'est hyper bienveillant de la part d'Allah Soprana Hu Wa Ta'ala.

Et tout simplement,

en base pour la question du sommeil,

en fait, la question du sommeil n'inclut pas de questions de salaire, de questions d'essence, de questions de temps, etc.

Quand tu sacrifies ton sommeil, tu sacrifies ton sommeil.

Je parle de sommeil de la nuit.

Tu ne sacrifies pas ton salaire, en fait.

Alors que la journée, si tu sacrifies un rendez-vous, tu n'oublies pas un rendez-vous.

Bah, te rendez-vous là.

Il peut mettre en jeu ton salaire,

il peut mettre en jeu ta santé,

il peut mettre en jeu ton temps,

il peut mettre en jeu ton une amitié,

il peut mettre en jeu plein de choses.

Alors que le sommeil,

bah non, ça mettra juste en jeu ton sommeil, c'est tout.

Et j'aimerais faire un point aussi,

toujours sur ta jeu de bien sûr,

en te disant, parce que ça, je sais que parmi ceux qui écoutent,

il y en a qui doivent se dire,

oui mais moi, c'est pas pour moi.

C'est pas pour moi, c'est trop.

C'est inaccessible.

Eh bien, c'est exactement le public que je préfère.

Ceux qui disent que quelque chose est inaccessible, ne pense pas que c'est inaccessible.

Dix minutes suffisent.

Dix ayats suffisent pour commencer.

En fait, je dirais même plus loin.

Même si tes cinq prières obligatoires,

la journée, ne sont pas parfaites,

tu ne les fais peut-être pas à l'heure,

ou bien tu les fais pas toutes,

[Transcript] Coran de Ton coeur / #34 - Une habitude si précieuse pour cultiver ta paix

car là, te facilites,
ou tu ne prie pas, tout simplement,
car là aussi, te facilites et te fassent goûter les délices de la prière
et te rendent addict complètement à ses rendez-vous avec lui,
eh bien, même si ces cinq prières-là ne sont pas au top,
ne te prive pas du tahajjud.
Ne te prive pas du tahajjud.
Ne te prive pas du tahajjud.
En fait, dis-toi que parfois, l'optionnel,
donc le tahajjud ici,
eh bien, peut nous sauver nos obligations.
D'accord ?
Donc parfois, l'optionnel nous sauve dans l'obligatoire.
Parce qu'à force, on va faire mieux.
Les bénéfiques qu'on reçoit de tahajjud,
ils sont nombreux.
La bonne santé, la baraka dans le temps,
le nourre sur le visage,
la lumière.
Donc ça, c'est des paroles rapportées aussi
de compagnons, de savants,
car la Sopranauta-là illumine le visage de celui qui prit tahajjud.
Il y a des personnes, on les voit,
ils glow-up, il y a du glow sur leur visage.
Et on pourrait presque pouvoir dire
cette personne-là,
elle se lève la nuit.
Tellement, c'est marquant.
Tahajjud augmente la baraka,
il augmente la subsistance,
il augmente aussi la relation qu'on a avec les gens,
il augmente dans le sens, il augmente le bien.
Ceux qui prit tahajjud sont aimés des gens.
C'est un fait.
Et les gens ne savent pas forcément qui prit tahajjud,
mais je ne connais pas quelqu'un qui prit tahajjud,
qui prit la nuit de ceux que je sais qu'ils le font
et qui ne sont pas aimés des gens.
De la majorité, je veux dire, on ne peut pas être aimé de tout le monde
et ce n'est pas le but,
mais de la majorité des gens.
Les gens regardent ces gens-là,
les écoutent, les voient,
et ils les aiment comme ça.

Ils les aiment en Allah.
Et c'est tout.
Il n'y a pas de respiration.
Et pourtant, des fois, ils ne les connaissent même pas.
Ça, c'est un des bénéfiques de tahajjud.
Donc, comme je le dis aussi souvent,
vise haut.
Quel que soit ton niveau dans la pratique religieuse.
Ce n'est pas grave.
Vise haut.
Vise la qualité.
C'est tout ce que je dis, pas la quantité du coup.
Je l'ai dit, 10 minutes suffisent.
C'est quelque chose qu'il faut faire progressivement.
Tu te lèves, tu es là avec ton réveil,
10 minutes avant le...
Allez, on va dire 20 minutes avant le fait,
je pourrais avoir le temps de faire les ablutions, etc.
Ça passe très vite.
Et ça passe crème.
Et au bout d'un moment,
ce sera tellement une habitude,
ce sera tellement un délice.
Tu ne pourras plus t'en passer.
Ce sera plus indispensable que le café,
le matin de ceux qui ne peuvent pas s'empêcher de boire du café.
D'accord ?
Donc, c'est...
En fait, il faut se dire que rien ne te connectera
à Allah Sopranoatar là,
autant qu'à la prière de la nuit.
Il n'y a pas.
Il n'y a pas.
Et vraiment, juste quelques instants.
Pas beaucoup de temps.
D'accord ?
Et ça me fait penser à une parole
d'un traissage appuyé près des cesseurs
qui s'appelait El Faudril, qui disait
Allah descend du ciel
de ce baman, donc le ciel le plus bas,
et dit, donc la nuit,
il ment celui qui prétend m'aimer,
mais dort lorsque la nuit le couvre.

En gros, il veut dire cette personne-là,
elle dort au moment de notre rendez-vous, en fait.
Donc Allah attend qu'on vienne au rendez-vous.
Il attend qu'on vienne à ce rendez-vous
qui n'est pas obligatoire,
mais où lui est disposé.
Rappelle-toi toujours, après la fin du marché,
ma fameuse métaphore,
la fin du marché,
où il y a le directeur qui arrive
sur la place du marché
et qui donne tout gratuit,
tout ce que tu as besoin gratuit.
Tu pourrais même lui demander des choses
qui ne t'a pas proposé et que tu les donnerais.
Et bien, il fait ça à chaque fin de marché.
Mais il n'y a que quelques personnes
qui le savent et qui viennent.
Ou bien il y a beaucoup de personnes qui le savent,
mais ce n'est pas tout le monde qui vient forcément,
parce que les gens ne veulent pas sacrifier
leur temps, leur truc, leur sommeil, etc.
Et bien, dis-toi cette parole de Al-Faudrill,
elle doit être comprise comme ça.
Cette personne dort au moment de notre rendez-vous.
Elle dort alors que je suis disposée
à la rencontrer, à l'écouter.
Et en fait, finalement, n'est-ce pas qu'on dit que
tout amoureux
passe du temps avec la personne qu'elle aime.
D'accord ?
Passe du temps avec son amour.
Et bien, c'est comme si elle l'a dit,
« Ben, voici, me voici là,
en train de chercher mon serviteur.
Et ceux qui m'aiment finalement,
eh bien, lorsqu'ils viendront me voir,
alors je rendrai leur cœur satisfait,
je rendrai leur cœur heureux.
Je remplirai leur cœur
du sentiment, du paradis.
Et ça, c'est Ahadjod qui donne ça.
Donc là, quand on entend ça,
il ment celui qui dit qui m'aime alors qu'il dort,

pendant que la nuit le couvre.

« Hum, là, on a envie de dire,

non, non.

Je ne dormirai pas toute la nuit, ne t'inquiète pas.

Donc c'est très, très, très, très important.

Et pendant Ahadjod,

qu'est-ce que tu pourras me demander ?

J'ai dit quoi ? Je peux prier deux unités par exemple, je prie deux unités et après,

en fait, je dis quoi ? En fait, ce temps, il est tellement précieux, on n'a tellement pas envie de gaspiller qu'on se dit, j'ai dit quoi ? Je te demande quoi ? Je fais quoi ?

Là, mon conseil, encore une fois, il faut toujours démarrer simple, il faut démarrer par des choses que tu sais que tu vas pouvoir facilement dupliquer, refaire et être dans la constance tout le temps, tout le temps, tout le temps.

Et quand tu es à l'aise et tu es constant, là, tu peux ajouter, là, tu peux personnaliser mon conseil. Vraiment, j'insiste. Pendant ta radio, c'est de toujours commencer par demander pardon pour nos péchés. Commence par demander pardon pour tes péchés et pour tes erreurs parce que ce sont nos péchés, en fait, qui nous pèsent au quotidien. Ce sont tes péchés, en fait, qui te pèsent au quotidien. Ce sont ces péchés-là qui rendent ton cœur lourd, qui te ralentissent dans beaucoup de choses que tu fais. Tu ne vas pas penser à tes péchés H24, mais des fois, tu as envie de faire des choses et tu sens que tu n'as pas autant d'énergie que tu devrais. Ça, c'est ton inconscient qui culpabilise, c'est ton inconscient qui te retient un petit peu de ce que tu aurais pu faire. Alors que quand on n'a rien à se reprocher, lorsqu'on se dit, c'est net, c'est là, je pas dans le sens volage. Je pense qu'il n'y a aucun moment de notre vie où on se dit, oh mais moi, je n'ai absolument rien à me reprocher, je ne fais aucune erreur. Non, on va parler plutôt, par exemple, quand notre relation avec quelqu'un, quand tu n'as rien à te reprocher vis-à-vis de cette personne, tu as fait ton devoir vis-à-vis d'elle, les échanges avec elles sont fluides. Le temps avec elles est agréable. Si tu travailles avec cette personne, tu fais tes tâches facilement, tu en rajoutes même parce que tu es apaisée. Tu te dis, il n'y a pas quelque chose pour lequel on m'en veut. D'accord ? Et bien les péchés au quotidien, c'est ça qui nous ralentisse dans ce que nous faisons. Et il ne faut jamais se dire, j'ai trop de péchés pour pouvoir prier. Pour les prières de la journée déjà, les prières obligatoires, bien sûr, on sait que rien ne nous déroge, nous permet de déroger, pardon, au fait de les prier. Mais malgré tout, il y a quand même des gens aujourd'hui qui disent je suis trop sale, je suis trop mauvaise, je suis trop mauvais, pourquoi je vais prier ? Et là, je ne sais pas si on te l'a déjà dit, mais c'est bon. Quelqu'un qui dit ça, c'est comme quelqu'un qui dit je suis trop sale pour aller me laver. Je suis tellement sale, j'ai tellement sauté des jours où je devais me laver, j'ai tellement de plaques sur moi, j'ai tellement accumulé, justement je ne sais pas, moi de travaux, de trucs, etc. Ça a fait couche sur couche, je ne peux pas aller me laver, je suis trop sale. Alors que l'eau et le lavage sont justement ce qui va régler le cas, ce qui va régler le problème. Mais dire je suis trop sale en fait, aucune eau ne viendrait à bout de ma saleté, alors que c'est justement que l'eau qui peut venir à bout de ta saleté. Mais plus tu te laves, et puis tu te laves régulièrement, donc au début il faudra un gros lavage, après tu te laves régulièrement, ça va repousser le fait de devenir sale.

Ça va retarder et ça va faire que finalement la saleté n'a pas le temps de s'installer. La prière de la nuit, c'est pareil, si ce n'est mieux. Ne te dis jamais je suis trop sale, j'ai trop de pêcher pour prier. Je ne parle même pas des cinq prières, je parle de Tahitut, la nuit, parce que souvent on se dit déjà quand les obligatoires ne sont pas bien faites, qu'est-ce que je vais aller faire sur un regatoire ? On va se moquer de moi. Alors vas-y, toi, tu as déjà pris tes cinq prières avant de... Non, non, non, non. Tu peux venir à la fin du marché même si tu n'as rien acheté pendant le marché, tu n'as rien fait, tu n'as pas fait d'effort, tu n'as rien investi. Tu peux venir tout à la fin quand c'est le bon plan, tu peux arriver au moment du bon plan. Le bon plan, ce que tu vas en tirer va te donner tellement d'énergie que tu pourras en fait faire le reste. Et bien c'est ça. Parfois, les obligatoires ne sont pas au top. On saute, on va vers la source même de la baraka, la source même du bien, des bienfaits, etc. pour que ça nous redonne goût et ça nous remotive sur l'obligatoire. On ne le verra pas pareil. On se dira, attends, déjà avec le surregatoire, j'ai tout ça. Alors allez, pour optimiser quand même l'obligatoire, il faut le parfaire mieux que ça. Et là tu serais motivée à le parfaire. Donc ne te dis jamais, j'ai trop de péché, ça ne sert à rien d'aller prier. Donc tu n'es pas trop sale pour te laver. Et dis-toi aussi que ceux qui se lèvent pour faire ta hajoutte à la nuit, c'est les chanceux. Moi je dis c'est les chanceux. Il n'y a pas de chance en Istame dans le sens où on ne se dit pas « ah parce que quand on entre, c'est vrai que bon, il faut nuancer ». C'est vrai que quand on parle de chance, on pourrait se dire « bah ça veut dire qu'il y en a qui peuvent et il y en a qui ne peuvent pas ». Non, la chance on la provoque. Je fais des actions. Et comme je fais cette bonne action-là, j'obtiens la promesse qu'Alain m'a donnée. « Je suis parmi les biens nourreux et je suis parmi les chanceux ». Après avoir fait mes preuves. En Islame, c'est ça la chance. C'est pas à t'aîner et « ah il y en a ça à marcher ». Il y en a les pauvres. C'est fatal. La fatalité a fait que non. Non, non, non. Si tu veux prier ta hajoutte, c'est de ton ressort à toi. De la même façon que c'est toi qui choisis de regarder une vidéo, c'est toi qui choisis de t'habiter de ta façon, c'est toi qui choisis de sortir à telle heure avec telle personne. C'est pas une fatalité. Ce n'est pas une chance ou une malchance. « J'ai eu la malchance de sortir ». Non, tu as décidé de sortir. D'accord ? Ou tu as décidé de ne pas sortir. Et bien là c'est pareil. Ceux qui se lèvent pour ta hajoutte sont des gens qui ont entrepris cette action-là et ce sont à la fin des chanceux. Parce qu'à la fin, ce qu'ils obtiennent, rappelle-toi encore, voilà le gratuit et Allah qui descend au ciel le plus bas et qui dit « Est-ce qu'il y a quelqu'un qui a besoin ? Est-ce qu'il y a quelqu'un qui a besoin de quelque chose ? ». Et là, toi, tu es là au bon moment. Mais tu es venue, tu as fait l'effort de venir et tu as fait l'effort de venir au bon moment. Ce que tu obtiens, quelqu'un qui arrive après ou qui te voit revenir de là-bas, il va dire « Oh, la chance ». Toi t'as envie de dire « Mais moi je suis allée ». Je suis restée jusqu'à la fin du marché. Ou bien j'ai fait le déplacement spécialement à ces moments précis de la fin du marché. J'ai guetté le moment et puis je suis restée et puis j'ai demandé et puis on m'a donné. Donc oui, finalement à la fin, j'ai l'air d'être un chanceux. Mais j'ai pris cette décision. Et ces chanceux-là, ce sont ceux que la Soprana Guatemala aime le plus, juste du fait qu'ils soient venus au rendez-vous nocturne. Et là, ça me fait penser, je ne pourrais pas te dire si c'est qui exactement qui a dit ça. Mais c'est en tout cas un pieu, un homme pieux qui avait une servante qui n'est pas une esclave, mais une femme qui faisait le ménage dans la maison en tout cas et qui vivait sur place. Et un jour, il se lève la nuit sûrement pour boire, faire ses ablutions, peu importe. Et il la trouve en prière. Il le passe à côté et il voit qu'elle prie l'entend, en tout cas, dans une autre pièce. Il

entend qu'elle est en train de prier. Elle est en prosternation, elle fait des invocations. Il l'entend dire, il y a un robe, oh Allah, par ton amour pour moi et après elle fait sa demande. Et là, il a été étonné par la formule. Quand elle a fini sa prière, il lui a dit, mais la limite, c'est comme si un peu lui disait, là je restis tu par l'exact, un jeu paraphrase. Il lui dit, mais pourquoi est-ce que tu as dit, il y a Allah par ton amour pour moi ? Ce qui a été logique que tu dis, c'est il y a Allah par mon amour pour toi. Parce que pour ton amour, pour Allah, tu en es certaine. Mais qui es-tu et quelle prétention tu as de dire par ton amour pour moi ?

L'amour d'Allah qui te porte au point que tu emploies ça en plus dans ton invocation. Pour débiter ton invocation, qu'est-ce que tu en sais ? Elle a répondu une phrase simple. Elle a dit, si Allah ne m'aimait pas, il ne m'aurait pas fait lever la nuit pour prier alors que les gens dorment. Et cette parole-là, encore une fois par Aïe, j'étais ado quand je l'ai entendu. Je me suis dit, wow, effectivement. En fait, elle a été pragmatique. Le simple fait qu'elle soit en train de prier dans le dernier tiers de la nuit pendant que tout le monde dort, ça lui a suffi pour se dire c'est l'amour d'Allah. C'est Allah qui aime son serviteur, qui fait finalement qu'il aime tellement son serviteur qu'il est là. Après, on pourra dire, ça veut dire que ce n'est pas seulement de mon plein gré. Eh bien, est-ce que tu as envie qu'Allah t'aime ? Oui, je suppose que c'est oui. Je réponds à ta place. Oui, je veux. Eh bien, si tu veux qu'Allah t'aime, eh bien, va à son rendez-vous. Va à son rendez-vous et tu trouveras Allah qui t'aime. C'est aussi simple que ça. Des fois, on se casse la tête à se dire oui mais si et si et ça, on te promet plein de choses. On te promet des choses gratuites. On te promet de te donner tout ce que tu demandes. On te promet de te pardonner tout ce que tu as à te faire pardonner. Est-ce qu'en fait, il y a des terres d'héversations, il y a des discussions à voir sur ça ? Ormi, où c'est, à quel moment, dites-moi où je signe. C'est tout. Mais le reste, ça n'importe pas, ça n'importe pas. Je termine en disant que ta hajjude ce n'est pas fait pour l'élite. Là aussi, encore une fois. Ce n'est pas quelque chose de spécial pour les savants ou pour les plus pieux par exemple. Pas du tout. Ce n'est pas réservé à l'élite. Par contre, ceux qui arrivent à prier ta hajjude auprès d'Allah, ils deviennent des élites. Mais par ce qu'ils ont prié ta hajjude, ils ne sont pas des élites qui vont prier ta hajjude. C'est très important. Ce n'est pas, il n'y a pas une condition qui fait que, à, là, eux, ce ne sont que ceux-là qui prient ta hajjude. Absolument pas. Ta hajjude est pour tous les musulmans et musulmans. Elle est pour ceux qui se trompent. Elle est pour ceux qui sont parfaitement imparfaits. Elle est pour les mamans débordés par exemple. Elle est pour les opprimés. Elle est pour les étudiants. Elle est pour les célibataires, comme elle est pour les mariés. Elle est pour les jeunes, comme elle est pour les plus âgés. Elle est pour les ouvriers, comme elle est pour les cadres. Elle est pour les élèves et les enseignants. Ta hajjude est aussi pour celles qui portent le hijab, comme celles qui ne le portent pas encore. Elle est pour, en fait, quelle que soit ton passé, la prière de ta hajjude, quelle que soit ton passé, quelle que soit tes manquements, quelle que soit tes difficultés, ta hajjude. Et cette prière, elle est pour toi. Et elle est, en fait, l'escalier privé qui te donnera auprès d'un de là des opportunités que personne ne pourra obtenir autrement que de cette façon-là. C'est comme des ventes privées

dans ton commerce avec Adela. Donc là je te renvoie à mon épisode sur ton commerce avec Adela, si tu n'as pas la référence entre guillemets. Et tu verras que Adela a établi un commerce entre lui et nous. Il nous l'a dit dans le rôle, elle-même, noir sur blanc. Et bien dans ton commerce avec Adela, là c'est comme des ventes privées à l'intérieur de ce commerce-là. D'accord ? Dans tout, il y a des

[Transcript] Coran de Ton coeur / #34 - Une habitude si précieuse pour cultiver ta paix

ventes privées, il y a des outlets, il y a des soldes, il y a des promos. Et bien là, c'est plus que ça. D'accord ? Et bien il faut savoir, finalement, ton travail, toi, c'est qu'il faut savoir qu'il y a des ventes privées. Donc il faut savoir qu'il y a la possibilité de ta hajjude. Donc là, maintenant, tu ne peux plus dire que tu ne savais pas que ta hajjude existait. Il faut savoir à quel moment il y allait. D'accord ? À quel moment tu t'organises pour justement ce terrage de la ? Il faut savoir quoi mettre en place pour y aller. D'accord ? Donc t'organiser pour pouvoir y aller. Et une fois que tu y es, il faut savourer chaque instant et il faut savoir qu'est-ce que tu vas demander. Ton pardon ? Tes invocations ? Tu as sûrement quelque chose à demander de précis. Et donc du coup, c'est à ce moment-là, tu as un examen à valider. C'est le moment pour le demander. Tu veux avoir un enfant, tu es mariée depuis un moment et tu as des difficultés à avoir des enfants. C'est le moment de demander. Tu souhaites te marier. C'est le moment de demander. Tu veux demander la guérison pour toi, pour un monde de ta famille, pour ton enfant. C'est le moment de demander. Peu importe, en fait, ta demande. Ta adjude limite, tu as une difficulté, tu es coincée dans quelque chose, tu dois écrire dans ton agenda, ton téléphone, ta to-do liste, ta adjude. Et le mieux, c'est de ne pas faire ta adjude que quand tu as un besoin spécifique. Tu dois atteindre un niveau où, de toute façon, tu as toujours des besoins. Mais tu dois atteindre un niveau où tu vas à ce rendez-vous. Même si tu n'as pas quelque chose de précis là, tout de suite, à demander. Il y a des moments dans notre vie où c'est comme un fleuve tranquille. Il n'est pas très long, ce n'est pas un long fleuve tranquille, mais il y a un petit ruisseau, on va dire tranquille. Et ça va. On va dire si les choses sont calmes. À ce moment-là, il faut aller aux tels. Quand tout va bien, il faut y aller. Parce que souvent, quand tout va bien, on se dit « ça va, ça va ». Et qu'il n'y a que quand ça commence à se corser qu'on revient. Non, non, non, non. Il faut se rappeler à là dans l'aisance, pour qu'il se rappelle toujours de nous dans l'adversité. Et ça, c'est très important. Donc ta adjude, ça doit être un rendez-vous régulier. Et c'est pour ça qu'il faut démarrer petit, quand on n'a pas l'habitude, on démarre petit. Et après, petit à petit, on adapte les besoins pour savoir comment s'organiser. Maintenant, tu comprends mieux ? Ce que je t'ai disais, en tout début d'épisode, en intro, la célèbre parole de l'immame H.A.F.I.A. l'invocation faite au moment du tahadjud est comme une flèche qui ne manque pas sa cible. Donc finalement, ton job, mon job, notre job, c'est de se procurer cette flèche, parce que du moment que tu l'as, du moment que tu la lances, elle ne rattrape forcément pas sa cible. Khadrāsūpānātālān nous accorde de nous lever, à la nuit, quand les gens dorment, de le prier, de l'invoquer, de l'implorer pour son pardon. Khadrāsūpānātālān nous accorde cette habitude, l'accord au membre de notre famille et face de cette habitude, un héritage qui perdura dans les générations, dans nos lignées jusqu'à la fin des temps. Merci d'avoir écouté cet épisode et comme toujours, si ce podcast a apporté 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 coûts préférés. 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 Khadrāsūpānātālān le soin de préserver ta foi, ton honneur et ton coeur. Je te laisse à présent passer un bon moment

[Transcript] Coran de Ton coeur / #34 - Une habitude si précieuse pour cultiver ta paix

avec ton courant et je te dis à vendredi prochain pour un nouvel épisode. Selamu alaikum warahmatullah.