Sourate 'Abasa (80) – Il s'est renfrogné

Révélée à La Mecque • 42 versets

Découvrons ensemble une leçon magnifique sur l'humilité, l'égalité et la sincérité du cœur. Cette sourate raconte un moment unique où Allah ﷻ corrige publiquement Son Prophète ﷺ pour nous enseigner que devant Lui, seule la foi sincère compte — pas le statut social ni l'apparence.

Thèmes majeurs : Comportement prophétique, priorité aux cœurs sincères, bienfaits d'Allah, et préparation au Jour du Jugement.



ASBĀB AN-NUZŪL (CONTEXTE DE RÉVÉLATION)

L'histoire qui a changé les cœurs

Un jour, le Prophète Muhammad ﷺ s'entretenait avec des notables qurayshites influents, absorbé par sa mission de les guider vers l'Islam et espérant leur conversion. C'est alors qu'un compagnon aveugle, Abdullah ibn Umm Maktum, arriva. Avidement désireux d'apprendre le Coran, il interrompit le Prophète ﷺ à plusieurs reprises pour lui poser des questions.

Concentré sur sa discussion avec les chefs mecquois, le Prophète ﷺ fronça les sourcils et se détourna d'Abdullah. Allah ﷻ révéla alors cette sourate, corrigeant publiquement Son Prophète ﷺ pour enseigner à tous les croyants une leçon précieuse : devant Lui, la valeur d'une personne ne réside pas dans son statut social ou sa richesse, mais dans la sincérité de son cœur et sa quête de guidance.

Hadith du Prophète ﷺ : « Certes, Allah ne regarde pas vos apparences ni vos richesses, mais Il regarde vos cœurs et vos actions. » (Rapporté par Muslim)



Leçon importante : Cette correction divine nous enseigne que l'humilité est attendue même du meilleur des hommes ﷺ. Devant Allah, la sincérité du cœur prime toujours sur le pouvoir ou la richesse.

Structure et versets clés

Découvrons ensemble les premiers versets de cette sourate bénie et leur message profond.

La sourate se divise en plusieurs parties, chacune avec un message puissant.

Versets 1-10: La réprimande douce

عَبَسَ وَتَوَلَّىٰٓ • أَن جَآءَهُ ٱلْأَعْمَىٰ

Il s'est renfrogné et s'est détourné • Parce que l'aveugle est venu à lui

Allah ﷻ corrige le Prophète ﷺ qui s'est détourné du chercheur sincère, rappelant l'importance de l'humilité et de ne pas favoriser les riches au détriment des sincères chercheurs de vérité.

Versets 11-16: Le Coran, rappel noble

وَمَا يُدْرِيكَ لَعَلَّهُۥ يَزَّكَّىٰٓ • أَوْ يَذَّكَّرُ فَتَنفَعَهُ ٱلذِّكْرَىٰٓ

Qui te dit ? Peut-être cherche-t-il à se purifier • Ou à se rappeler, et le rappel lui sera profitable

Chacun doit se purifier et ne pas négliger ce message divin, car celui qui cherche la connaissance mérite toute notre attention.

Versets 17-23: La création de l'homme

D'une goutte à la mort, puis la résurrection. Ces versets rappellent l'origine humble de l'être humain et sa destinée finale.

Versets 24-32: Les bienfaits terrestres

Nourriture, cultures, animaux et tout ce qui est offert par Allah ﷻ, invitant à la réflexion sur Ses signes dans la nature.

Versets 33-42: Le Jour du Jugement

Chacun fuira ses proches ; visages rayonnants ou couverts de poussière. Ces versets décrivent l'ampleur et l'impact de ce jour inévitable.

Les bienfaits d'Allah sur terre (versets 24-32)

Dans cette section, Allah ﷻ nous invite à contempler Ses dons concrets : l'eau, les cultures, les fruits. C'est un rappel de notre dépendance totale envers Lui.



L'eau de vie

فَلْيَنظُرِ ٱلْإِنسَـٰنُ إِلَىٰ طَعَامِهِۦٓ • أَنَّا صَبَبْنَا ٱلْمَآءَ صَبًّا

Allah fait descendre l'eau du ciel, source de toute vie sur terre.



Les céréales

فَأَنۢبَتْنَا فِيهَا حَبًّا

Il fait pousser les grains qui nous nourrissent chaque jour.



Les fruits délicieux

وَفَـٰكِهَةً وَأَبًّا

Allah nous offre fruits et pâturages pour nous et nos animaux.

Réflexion pratique : Avant chaque repas, prenons un moment pour dire Alhamdulillah et penser au voyage de cette nourriture — de la pluie à notre assiette, tout vient d'Allah ﷻ.

💡 Les 5 leçons essentielles de 'Abasa

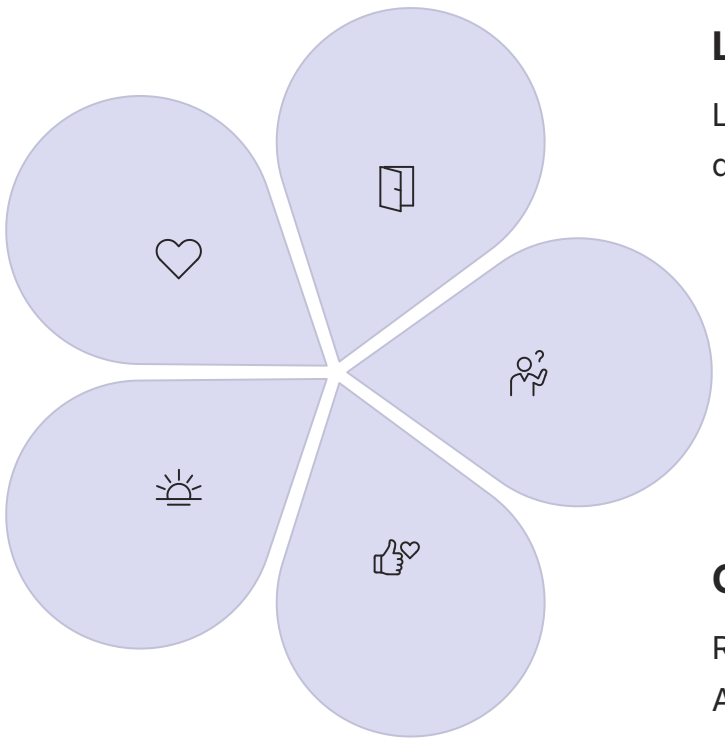
Quels messages Allah ﷻ veut-Il nous transmettre à travers cette sourate ? Voici les enseignements à retenir et à vivre.

L'humilité absolue

Même le Prophète ﷺ a été corrigé : l'humilité est pour tous

Préparation au Jugement

Ce jour-là, chacun sera seul avec ses actes



L'égalité devant Allah

Le statut social ne compte pas, seule la sincérité du cœur importe

Priorité aux chercheurs de vérité

Accueillir avec bienveillance ceux qui veulent apprendre

Gratitude pour les bienfaits

Reconnaître notre dépendance totale envers Allah

🎓 Activités pédagogiques interactives

Pour mieux comprendre et vivre les enseignements de cette sourate, voici des activités adaptées aux collégiens.

🎭 Jeu de rôle

Mettez en scène la rencontre entre le Prophète ﷺ, les notables Qurayshites et Abdullah ibn Umm Maktum. Objectif : Comprendre la tension entre pouvoir et foi sincère.

✏️ Rédaction réflexive

"Que ferais-tu à la place du Prophète ﷺ ?" Développer l'empathie et la réflexion éthique.

🔍 Débat en classe

"Qui mérite le plus d'attention dans notre société aujourd'hui ?" Aborder les inégalités et notre regard sur les autres.

🎧 Projet créatif

Créer un podcast ou une capsule vidéo : "Le jour où le Prophète a été corrigé". Raconter l'histoire de manière vivante.

🗺️ Carte mentale

Illustrer les 5 parties de la sourate avec dessins et symboles personnels.

🧭 Vivre 'Abasa au quotidien

La vraie compréhension du Coran se manifeste dans nos actions. Voici comment appliquer concrètement ces enseignements dans notre vie de tous les jours.

01

À l'école

Ne juge personne par son apparence ou sa popularité. Aide celui qui a des difficultés, même si personne ne te regarde. Accueille le nouveau avec bienveillance.

02

En famille

Avant chaque repas, dis "Alhamdulillah" en pensant au voyage de cette nourriture. Remercie Allah pour l'eau, les céréales, les fruits qu'Il nous donne.

03

Avec les autres

Donne la priorité à ceux qui cherchent sincèrement à apprendre, pas à ceux qui cherchent l'attention. Écoute vraiment quand quelqu'un te parle.

04

Dans ton cœur

Cultive l'humilité : rappelle-toi que même le meilleur des hommes ﷺ a été corrigé. Prépare-toi pour le Jour où tu seras seul avec tes actes.

> « Le meilleur d'entre vous est celui qui a le meilleur comportement. » - Prophète Muhammad ﷺ (Rapporté par Al-Bukhari)

Invocation finale : *Allahumma inni as'aluka 'ilman nafi'an wa 'amalan mutaqabbalan* - Ô Allah, je Te demande une science utile et des œuvres agréées.