DU MUSLIM AU MUHSIN

Collection « Prière » • Livret 13 sur 15

Witr et prières nocturnes

Quand tout dort, se tenir devant Allah



Univers Muslim • Pour les débutants • UA-150

LA NUIT EN QUELQUES MOTS

اجْعَلُوا آخِرَ صَلَاتِكُمْ بِاللَّيْلِ وِتْرًا

Ijʿalū ākhira ṣalātikum bi-l-layli witrā.

« Faites du witr la dernière de vos prières de la nuit. »

Al-Bukhārī 998 — d'après Ibn ʿUmar, traduction du sens.

EN QUELQUES MOTS

Chaque nuit, après le ʿIshāʾ, je peux encore me tenir devant Allah. Le witr, une sunna recommandée, clôt ma journée de prière. La prière de la nuit, surtout dans le dernier tiers, est un moment de paix, d'invocation et de pardon. Ce livret m'apprend à prier le shafʿ et le witr, à choisir le bon moment, et à me lever la nuit peu à peu.

Quinze minutes avant l'aube



Quand tout dort, Allah répond.

Quinze minutes suffisent pour commencer.

Avant de commencer

UNE PROMESSE

Tu as peut-être l'impression que la prière de la nuit est réservée aux grands pieux. Ce livret te montre qu'elle est à ta portée : trois unités avant de dormir, puis, peu à peu, quelques minutes dans le dernier tiers de la nuit. À la fin, tu sauras prier le shafʿ et le witr, et tu auras ton plan.

Ce livret fait partie de la collection « Prière ». Il suppose que tu connais les gestes de la prière (UA-138 et UA-140). Il complète le livret sur les prières surérogatoires (UA-148) et prépare le livret sur les nuits de Ramadan (UA-151).

Ici, personne ne te juge. Les cases à cocher et les lignes à remplir sont pour toi seul(e).

Chaque chapitre suit le même chemin

Repère	À quoi il sert
Je m'arrête	Une question miroir pour te regarder en face.
Je comprends	L'explication, en mots simples, avec le Coran et la Sunna.
Une image pour comprendre	Une petite histoire ou une comparaison pour retenir sans effort.
J'accomplis	Les gestes, dans l'ordre, étape par étape.
Attention	Une erreur fréquente ou une précision importante.
Fiche mémo	L'essentiel en trois lignes. Tu peux la découper et la garder.
J'agis	Un seul petit pas concret, à faire dans les 24 heures.

BON À SAVOIR

Les passages coraniques sont présentés en lecture Ḥafṣ, avec vocalisation et couleurs de tajwīd d'après Al Quran Cloud. Le français est une traduction du sens ; les extraits sont signalés. Sources et légende en fin de livret. Exception : 3:190 reproduit en noir d'après Quran.com/3/190, après contre-vérification ; couleurs non reconstituées.

Ce livret présente des repères de fiqh malikite, notamment ceux de la Risāla d'Ibn Abī Zayd. Cet auteur est postérieur à Mālik : ses formulations ne sont pas des citations personnelles de l'imam. Des divergences existent entre écoles et parfois au sein de l'école ; les cas particuliers demandent un examen adapté.

Trois mots reviennent souvent : obligatoire (farḍ) : prescrit ; sunna et recommandé : actes encouragés. Les conditions et piliers sont nécessaires à la validité, selon la capacité de chacun.

Les explications, les images et les histoires sont des aides pour comprendre. Elles ne sont pas des textes révélés.

Le signe ﷺ après le nom du Prophète Muḥammad signifie : « qu'Allah prie sur lui et le salue ».

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE
LE PUITS AU PETIT MATIN



Dans un village, ceux qui vont au puits très tôt trouvent l'eau claire et le chemin libre. Plus tard, il y a la foule, le bruit et l'attente.

La nuit est ce moment calme où le cœur se remplit sans être dérangé.

Comparaison pédagogique.

Sommaire

Partie 1 — S’arrêter

1. Le miroir : la nuit, un trésor oublié · 10 min
2. Le dernier tiers de la nuit · 10 min

Partie 2 — Le witr

3. Le witr : une sunna recommandée · 10 min
4. Prier le shafʿ et le witr pas à pas · 15 min

Partie 3 — Quand et combien ?

5. Quand prier le witr ? · 15 min
6. La prière de la nuit : comment ? · 15 min

Partie 4 — Vivre la nuit

7. Se lever la nuit : conseils pratiques · 10 min
8. Mon plan progressif sur quatre semaines · 10 min

Mes 7 jours • Je vérifie ma compréhension • Petit lexique • Fiche mémo à découper • Pour continuer le chemin • Fiche d’identification du livret

PARTIE 1

S’arrêter

Quand tout dort, la porte reste ouverte.

Que se passe-t-il dans mes nuits entre le ʿIshāʾ et le Fajr ?

CHAPITRE 1

Le miroir : la nuit, un trésor oublié

Pourquoi la prière de la nuit a tant de valeur.

JE M'ARRÊTE — QUESTION MIROIR

À quoi ressemblent mes soirées après le ʿIshāʾ : téléphone, télévision, discussions, sommeil ?

Ai-je déjà prié, ne serait-ce qu'une fois, pendant que tout le monde dormait ?

Qu'est-ce que je voudrais confier à Allah, seul(e), dans le silence ?

Je comprends

La prière nocturne surérogatoire est encouragée. Les premiers versets de la sourate 73 appellent à se lever ; son dernier verset allège la pratique. ʿĀʾisha explique que la prière de nuit est devenue surérogatoire après avoir été obligatoire (Muslim 746a).

يَٰٓأَيُّهَا ٱلْمُزَّمِّلُ قُمِ ٱلَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا نِّصْفَهُۥٓ أَوِ ٱنقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ ٱلْقُرْءَانَ تَرْتِيلًا

« Ô toi l'enveloppé ! Lève-toi [pour prier], la nuit, sauf une petite partie : sa moitié, ou un peu moins, ou un peu plus. Et récite le Coran lentement et clairement. »

Sourate 73, versets 1 à 4 — traduction du sens

وَمِنَ ٱلَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِۦ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰٓ أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا

« Et pendant une partie de la nuit, veille en prière, en œuvre surérogatoire pour toi. Il se peut que ton Seigneur te ressuscite en une position digne de louange. »

Sourate 17, verset 79 — traduction du sens

Ce verset s'adresse d'abord au Prophète ﷺ ; les croyants le suivent dans cette pratique.

تَتَجَافَىٰ جُنُوبُهُمْ عَنِ ٱلْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا وَمِمَّا رَزَقْنَٰهُمْ يُنفِقُونَ

« Ils s'arrachent de leurs lits pour invoquer leur Seigneur, par crainte et espoir ; et ils font largesse de ce que Nous leur attribuons. »

Sourate 32, verset 16 — traduction du sens

> *« La meilleure prière, après la prière prescrite, est la prière de la nuit. »*
>
> Muslim 1163a — extrait, traduction du sens.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE PUITS AU PETIT MATIN

Dans un village, ceux qui vont au puits très tôt trouvent l'eau claire et le chemin libre. Plus tard, il y a la foule, le bruit et l'attente.

➜ La nuit est ce moment calme où le cœur se remplit sans être dérangé.

Comparaison pédagogique.

FICHE MÉMO 1 **La nuit** ✂️

- ✓ La prière de la nuit n'est pas obligatoire, mais elle est très aimée d'Allah.
- ✓ Sourate 73 et sourate 17 (v. 79) : l'appel à se lever la nuit.
- ✓ C'est la meilleure prière après les prières obligatoires.

J'AGIS Ce soir, éteins ton téléphone dix minutes plus tôt que d'habitude.

CHAPITRE 2

Le dernier tiers de la nuit

Le moment le plus précieux pour invoquer.

Je comprends

Pour calculer le dernier tiers, la nuit va du Maghrib à l'aube. Les prières nocturnes présentées ici se font après le ʿIshāʾ. Le dernier tiers est un moment privilégié pour prier et invoquer.

> *« Notre Seigneur, béni et exalté soit-Il, descend chaque nuit vers le ciel le plus proche lorsqu'il reste le dernier tiers de la nuit, et dit : « Qui M'invoque, que Je lui réponde ? Qui Me demande, que Je lui donne ? Qui implore Mon pardon, que Je lui pardonne ? » »*
>
> Al-Bukhārī 1145 ; Muslim 758a — traduction du sens.

COMMENT COMPRENDRE CE HADITH ?

Ce hadith est rapporté dans le Ṣaḥīḥ d'al-Bukhārī (1145), notamment par une chaîne passant par l'imam Mālik. Il invite à invoquer Allah et à Lui demander pardon dans le dernier tiers de la nuit. Le Coran rappelle que rien ne Lui ressemble (42:11).

Nous accueillons ce texte prophétique sans comparer Allah à Ses créatures ni chercher à Le représenter. Les explications théologiques détaillées de la « descente » ne sont pas développées ici. Aucune interprétation particulière n'est attribuée à l'imam Mālik dans ce livret : transmettre un hadith ne suffit pas à établir son commentaire personnel.

Ce que le hadith nous apprend pour la pratique est clair : **le dernier tiers de la nuit est un temps de réponse, de don et de pardon.** Pour aller plus loin, demande à ton enseignant.

Calculer le dernier tiers

Étape	Exemple (Dakar, horaires approximatifs)
1. Noter l'heure du Maghrib	19 h 15
2. Noter l'heure du Fajr	5 h 45
3. Calculer la durée de la nuit	10 h 30
4. Diviser par trois	3 h 30 par tiers
5. Le dernier tiers commence…	vers 2 h 15, jusqu'au Fajr

Les horaires changent selon les saisons : refais le calcul avec le calendrier de ta mosquée. Même quelques minutes avant le Fajr font partie du dernier tiers.

كَانُوا۟ قَلِيلًا مِّنَ ٱلَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ ۝ وَبِٱلْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ

« Ils dormaient peu, la nuit, et aux dernières heures de la nuit, ils imploraient le pardon. »

Sourate 51, versets 17 et 18 — traduction du sens

FICHE MÉMO 2 **Le dernier tiers** ✂️

- ✓ La nuit va du Maghrib au Fajr ; le dernier tiers est le plus précieux.
- ✓ Allah répond, donne et pardonne : on ne L'imagine pas, on L'invoque.
- ✓ Quelques minutes avant le Fajr, c'est déjà le dernier tiers.

J'AGIS Calcule aujourd'hui l'heure du dernier tiers de la nuit dans ta ville et note-la ici : _____

PARTIE 2

Le witr

Une unité pour clore la nuit.

CHAPITRE 3

Le witr : une sunna recommandée

Ce qu'est le witr et pourquoi il ne faut pas le délaisser.

Je comprends

Le mot **witr** signifie « impair ». C'est une prière d'**une seule unité** (rakʿa), priée la nuit, qui rend impair le nombre d'unités priées.

La question	Le repère malikite
Statut	Sunna : une prière vivement recommandée, non une sixième prière obligatoire. Ibn Abī Zayd en expose la pratique et le statut dans la Risāla (10.10 ; 40.04).
Combien d'unités ?	Le witr lui-même est **une** unité.
Avant le witr	Il est précédé du **shafʿ** (« pair ») : deux unités, terminées par un salut. Au total : trois unités, chaque nuit, en voyage comme à la maison.

> *« Allah est impair (witr) et Il aime l'impair. »*
>
> Al-Bukhārī 6410 — extrait, traduction du sens.

> *« Faites du witr la dernière de vos prières de la nuit. »*
>
> Al-Bukhārī 998 — traduction du sens.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LA SIGNATURE AU BAS DE LA LETTRE

Une lettre peut être longue ou courte ; elle se termine toujours par une signature. Sans elle, il manque quelque chose.

→ Le witr est la signature de ta journée de prière : il la clôt, qu'elle ait été longue ou courte.

Comparaison pédagogique.

FICHE MÉMO 3 **Le witr** ✂️

- ✓ Witr = « impair » : une unité priée la nuit.
- ✓ **Sunna muʾakkada, une sunna recommandée dans l'école malikite.**
- ✓ Précédé du shafʿ : deux unités, puis un salut.

J'AGIS Ce soir, après le ʿIshāʾ ou avant de dormir, prie le shafʿ et le witr.

CHAPITRE 4

Prier le shafʿ et le witr pas à pas

Deux unités, un salut, une unité.

J'accomplis : le shafʿ (deux unités)

N°	Le geste	Statut
1	Formuler dans le cœur l'intention de prier le shafʿ.	Obligatoire
2	Dire « Allāhu akbar », réciter la Fātiḥa puis, de préférence, la sourate al-Aʿlā (87).	Obligatoire / recommandé
3	Inclinaison, redressement, deux prosternations, comme dans toute prière.	Obligatoire
4	Deuxième unité : la Fātiḥa puis, de préférence, la sourate al-Kāfirūn (109).	Obligatoire / recommandé
5	S'asseoir, réciter le tashahhud, prier sur le Prophète ﷺ, puis dire « as-salāmu ʿalaykum ».	Sunna / obligatoire

J'accomplis : le witr (une unité)

N°	Le geste	Statut
6	Se relever et formuler l'intention de prier le witr.	Obligatoire
7	Dire « Allāhu akbar », réciter la Fātiḥa puis, de préférence, al-Ikhlāṣ (112), al-Falaq (113) et an-Nās (114).	Obligatoire / recommandé
8	Inclinaison, redressement, deux prosternations.	Obligatoire
9	S'asseoir, réciter le tashahhud, prier sur le Prophète ﷺ, invoquer, puis dire « as-salāmu ʿalaykum ».	Sunna / obligatoire

Le détail	Le repère
Le salut entre les deux	On sépare le shafʿ du witr par un salut. Al-Ḥaṭṭāb précise une exception lorsque l'on suit un imam qui les relie (Mawāhib al-Jalīl, II, p. 72–73). Ce repère relève du fiqh malikite, non d'une citation personnelle de Mālik.

Le détail	Le repère
La voix	La Risāla recommande la récitation à voix haute pour les prières nocturnes, y compris le shafʿ et le witr (10.10). Conseil pratique : garde une voix modérée, sans gêner les autres.
Les sourates	Les sourates citées sont recommandées, pas obligatoires. Celui qui ne les connaît pas récite ce qu'il sait.
Le qunūt	Dans le parcours malikite retenu ici, on ne fait pas de qunūt dans le witr. Al-Lakhmī expose aussi une divergence interne concernant la seconde moitié de Ramadan (al-Tabṣira, II, p. 826) : il ne s'agit pas d'un consensus de tous les malikites.

SI TU PRIES D'AUTRES UNITÉS LA NUIT

Si tu accomplis plusieurs paires surérogatoires, chacune terminée par un salut, tu peux finir par une unité de witr ; il n'est pas nécessaire d'ajouter encore une paire nommée shafʿ (Risāla 10.10).



FICHE MÉMO 4 **Shaf et witr** ✂️

- ✓ Shafʿ : 2 unités (al-Aʿlā, al-Kāfirūn), puis salut.
- ✓ Witr : 1 unité (al-Ikhlāṣ, al-Falaq, an-Nās), puis salut.
- ✓ Pas de qunūt dans le witr selon l'avis le plus connu de l'école.

J'AGIS Apprends ou révise cette semaine la sourate al-Aʿlā, avec son sens.

PARTIE 3

Quand et combien ?

Le bon moment, le bon nombre.

Suis-je plutôt du matin ou du soir ? Qu'est-ce qui est réaliste pour moi ?

CHAPITRE 5

Quand prier le witr ?

Avant de dormir ou en fin de nuit ; et si on l'oublie.

Je comprends

La question	Le repère malikite
Début du temps	Après avoir prié le ʿIshāʾ, dont le temps commence après la disparition des lueurs rouges du ciel (Risāla 8.05 ; 10.10).
Fin du temps choisi	Jusqu'à l'entrée du Fajr (l'aube vraie).
Le meilleur moment	En **fin de nuit**, pour celui qui est sûr (ou presque) de se réveiller.
Si je risque de ne pas me réveiller	Je prie le witr **avant de dormir** : c'est plus sûr et c'est très bien.

> *« Que celui qui craint de ne pas se lever à la fin de la nuit fasse le witr au début de la nuit ; et que celui qui espère se lever à la fin de la nuit fasse le witr à la fin de la nuit, car la prière de la fin de la nuit a des témoins, et cela est meilleur. »*
>
> Muslim 755a — traduction du sens.

> *« Mon ami intime ﷺ m'a recommandé trois choses : jeûner trois jours chaque mois, prier les deux unités du Ḍuḥā, et faire le witr avant de dormir. »*
>
> Abū Hurayra, dans al-Bukhārī 1981 — traduction du sens.

« Pas deux witr dans une nuit »

> *« Pas deux witr dans une nuit. »*
>
> At-Tirmidhī 470 — traduction du sens ; at-Tirmidhī qualifie ce récit de ḥasan gharīb.

Si tu as prié le witr avant de dormir, puis que tu te réveilles la nuit : tu peux prier autant d'unités que tu veux, **deux par deux**, mais tu **ne refais pas** le witr. Ton witr de la soirée reste valable.

Et si j'ai oublié ou dormi ?

La situation	Le repère (à confirmer avec ton enseignant)
Je me réveille avant l'aube	Je prie le shafʿ et le witr tout de suite.
L'aube est entrée, je n'ai pas encore prié le Fajr	Selon la Risāla 10.10, je peux encore prier le witr avant la prière obligatoire de Ṣubḥ. Si le temps restant est très court, la prière obligatoire passe en premier.
J'ai déjà prié la prière du Fajr	Après la prière obligatoire de Ṣubḥ, le witr oublié ne se rattrape plus dans le repère donné par Ibn Abī Zayd (Risāla 10.10). Reprends-le la nuit suivante ; un oubli involontaire n'est pas un péché.

ATTENTION

Ne laisse pas l'idée « le mieux, c'est la fin de la nuit » te faire perdre le witr. Si tu n'es pas sûr(e) de te lever, prie-le avant de dormir : le witr assuré vaut mieux que le witr idéal manqué.

FICHE MÉMO 5 **Le temps du witr** ✂️

- ✓ Du ʿIshāʾ jusqu'à l'aube ; le mieux en fin de nuit si je suis sûr(e) de me lever.
- ✓ Sinon, avant de dormir.
- ✓ Pas deux witr dans une nuit : après le witr, je prie deux par deux.

J'AGIS Décide ce soir : witr avant de dormir ou en fin de nuit ? Écris ton choix : _____

CHAPITRE 6

La prière de la nuit : comment ?

Qiyām al-layl, tahajjud : deux par deux.

Je comprends

La prière de la nuit (**qiyām al-layl**, « se tenir debout la nuit ») désigne toute prière surérogatoire priée entre le ʿIshāʾ et le Fajr. Le mot **tahajjud** désigne surtout celle que l'on prie **après avoir dormi**.

> *« La prière de la nuit se fait deux unités par deux unités. Si l'un de vous craint l'arrivée de l'aube, qu'il prie une unité qui rendra impair ce qu'il a prié. »*
>
> Al-Bukhārī 990 — traduction du sens.

La question	Le repère
Comment ?	Deux unités, puis un salut ; encore deux, puis un salut ; et ainsi de suite. On termine par le witr.
Combien ?	Aucun nombre n'est obligatoire. Deux unités suffisent pour commencer.
Que réciter ?	La Fātiḥa et ce que tu connais du Coran. Ceux qui connaissent davantage allongent la récitation.
Long ou nombreux ?	Une récitation calme et un cœur présent valent mieux que la vitesse.
Où ?	Chez soi, sans gêner les autres : al-Bukhārī 6113 encourage la prière à la maison en dehors de la prière obligatoire.

Combien d'unités priait le Prophète ﷺ ?

> *« Le Messager d'Allah ﷺ ne dépassait pas onze unités, ni en Ramadan ni en dehors : il en priait quatre — ne demande pas leur beauté et leur longueur —, puis quatre — ne demande pas leur beauté et leur longueur —, puis trois. »*
>
> ʿĀʾisha, dans al-Bukhārī 1147 — traduction du sens.

Un autre récit de ʿĀʾisha compte treize unités en incluant le witr et les deux unités surérogatoires du Fajr (al-Bukhārī 1140). Il faut donc regarder ce que chaque récit compte. Ici, nous suivons le parcours malikite : des paires, puis le witr.

SI J'AI MANQUÉ MA PRIÈRE DE NUIT HABITUELLE

ʿĀ'isha rapporte que, lorsque le sommeil ou la maladie empêchait le Prophète ﷺ de prier la nuit, il accomplissait douze unités dans la journée (Muslim 746a). Pour celui que le sommeil a privé de sa prière nocturne habituelle, Ibn Abī Zayd permet encore de la prier jusqu'au début de l'éclaircissement du ciel, puis de faire le witr et Ṣubḥ (Risāla 10.10). Il s'agit bien d'une prière, non d'une simple récitation. Ne retarde pas la prière obligatoire au-delà de son temps ; vérifie les conditions avec un enseignant.

POUR LA FEMME

Allah ne laisse perdre l'œuvre d'aucun croyant, homme ou femme (3:195). Pendant les règles ou les lochies, la femme ne prie pas ; cette dispense n'est pas une faute. Elle peut invoquer Allah, faire du dhikr et écouter le Coran. Les prières omises pendant les règles ne se rattrapent pas (Muslim 335c ; voir UA-136).



FICHE MÉMO 6 **La prière de la nuit** ✂️

- ✓ Deux par deux, puis le witr à la fin.
- ✓ Le Prophète ﷺ priait le plus souvent onze unités, longues et belles.
- ✓ Aucun nombre obligatoire : la qualité et la régularité d'abord.

J'AGIS Cette nuit, prie deux unités de plus avant ton witr.

PARTIE 4

Vivre la nuit

Se lever peu à peu, et tenir dans la durée.

CHAPITRE 7

Se lever la nuit : conseils pratiques

Le corps, le cœur et l'organisation.

> *« Lorsque l'un de vous dort, le diable fait trois nœuds sur sa nuque. S'il se réveille et mentionne Allah, un nœud se défait ; s'il fait ses ablutions, un autre se défait ; s'il prie, tous les nœuds se défont, et il se lève plein d'énergie et de bonne humeur. »*
>
> Al-Bukhārī 1142 — extrait, traduction du sens. Ce récit encourage le réveil et la prière ; il ne permet pas de juger la foi d'une personne fatiguée ou malade.

J'accomplis : se réveiller progressivement

N°	Le geste	Statut
1	La veille : dormir tôt, éviter les repas lourds et les écrans tardifs ; une courte sieste l'après-midi aide beaucoup.	Préparer
2	Se coucher avec les ablutions (al-Bukhārī 247), en préparant sincèrement son réveil.	Préparer
3	Régler un réveil (ou demander à un proche de te réveiller) quinze à trente minutes avant le Fajr.	Préparer
4	Au réveil, mentionner Allah tout de suite, sans traîner au lit.	1er nœud
5	Faire les ablutions avec une eau à une température qui me convient.	2e nœud
6	Commencer par deux unités légères (Muslim 768), puis prier selon ses capacités.	3e nœud
7	Terminer par le witr (si tu ne l'as pas prié avant de dormir), invoquer, puis attendre le Fajr.	Terminer

Ibn ʿAbbās rapporte que le Prophète ﷺ, réveillé en fin de nuit, regarda le ciel et récita 3:190 (al-Bukhārī 4569 ; résumé du récit).

إِنَّ فِي خَلْقِ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَٱخْتِلَٰفِ ٱلَّيْلِ وَٱلنَّهَارِ لَءَايَٰتٍ لِّأُو۟لِى ٱلْأَلْبَٰبِ

« En vérité, dans la création des cieux et de la terre, et dans l'alternance de la nuit et du jour, il y a certes des signes pour les gens doués d'intelligence (ulū l-albāb). »

Sourate 3, verset 190 — traduction du sens. Arabe : Quran.com/3/190, reproduit en noir après contre-vérification.

L'intention compte

Le Prophète ﷺ a enseigné que les actes valent par leurs intentions. Prépare sincèrement ton réveil et prends les moyens de te lever ; si le sommeil l'emporte malgré cela, ne te décourage pas.
Al-Bukhārī 1 — sens et application pédagogique.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE SPORTIF QUI REPREND

Celui qui reprend la course ne fait pas un marathon le premier jour. Il marche, puis trottine, puis court un peu plus chaque semaine.

→ Pour la nuit, c'est pareil : dix minutes régulières valent mieux qu'une nuit entière suivie d'un abandon.

FICHE MÉMO 7 Se lever ✂️

- ✓ Dormir tôt, ablutions avant de dormir, intention, réveil.
- ✓ Au réveil : mentionner Allah, ablutions, deux unités légères.
- ✓ L'intention sincère est déjà récompensée.

J'AGIS Règle ce soir un réveil quinze minutes avant le Fajr.

CHAPITRE 8

Mon plan progressif sur quatre semaines

Peu, mais tous les jours.

« Les œuvres les plus aimées d'Allah sont les plus régulières, même si elles sont peu nombreuses. »

Al-Bukhārī 6464 — extrait, traduction du sens.

« Ô ʿAbdallāh, ne sois pas comme un tel : il priait la nuit, puis il a délaissé la prière de la nuit. »

Al-Bukhārī 1152 — traduction du sens.

J'accomplis : mon plan

Semaine	Mon objectif	Quand ?
1	Shafʿ + witr chaque soir, selon mes possibilités, hors des empêchements rituels.	Avant de dormir
2	Ajouter deux unités avant le shafʿ (soit cinq unités au total).	Avant de dormir
3	Une ou deux nuits dans la semaine : se lever 15 minutes avant le Fajr pour deux unités et une invocation.	Dernier tiers
4	Choisir sa formule : witr avant de dormir, ou witr déplacé en fin de nuit les nuits où je me lève.	Selon mes capacités

ATTENTION

Ne te prive pas de sommeil au point de manquer le Fajr ou de mal travailler le lendemain. La prière obligatoire passe avant la prière surérogatoire. Le Prophète ﷺ priait et dormait.

Si tu manques une nuit, ne te décourage pas : reprends la nuit suivante.

FICHE MÉMO 8 **Mon plan** ✂️

- ✓ Semaine 1 : shafʿ + witr chaque soir.
- ✓ Puis ajouter peu à peu ; se lever une ou deux nuits avant le Fajr.
- ✓ La régularité avant la quantité ; le Fajr avant tout.

J'AGIS Note dans ton agenda le début de ta semaine 1, et dis-le à un proche qui t'encouragera.

Mes 7 jours

Proposition pédagogique libre, non programme rituel prescrit. Si tu manques un jour, reprends sans te décourager.

Jour	Mon petit pas	Fait
1	Éteindre mon téléphone dix minutes plus tôt (chapitre 1).	☐
2	Calculer l'heure du dernier tiers de la nuit dans ma ville (chapitre 2).	☐
3	Prier le shafʿ et le witr avant de dormir (chapitre 3).	☐
4	Réviser la sourate al-Aʿlā avec son sens (chapitre 4).	☐
5	Choisir mon moment pour le witr : avant de dormir ou en fin de nuit (chapitre 5).	☐
6	Ajouter deux unités avant mon witr (chapitre 6).	☐
7	Me lever quinze minutes avant le Fajr pour prier deux unités (chapitre 7).	☐

MON ENGAGEMENT

Je m’engage, avec l’aide d’Allah, à :

_____

_____

Ma question à poser à une personne compétente (enseignant, imam, oustaz) :

_____

_____

Date : _____

Je vérifie ma compréhension

1. Le witr, dans l’école malikite, est…

- ☐ A. une obligation
- ☐ B. une sunna recommandée
- ☐ C. une simple habitude

2. Le witr comporte…

- ☐ A. trois unités d’un seul tenant
- ☐ B. deux unités
- ☐ C. une unité, précédée du shafʿ

3. Entre le shafʿ et le witr, on…

- ☐ A. dit le salut
- ☐ B. ne s’arrête pas
- ☐ C. récite le qunūt

4. Je ne suis pas sûr(e) de me réveiller. Je prie le witr…

- ☐ A. après le Fajr
- ☐ B. jamais
- ☐ C. avant de dormir

5. J’ai prié le witr, puis je me réveille la nuit. Je…

- ☐ A. prie deux par deux sans refaire le witr
- ☐ B. refais un witr
- ☐ C. n’ai plus le droit de prier

6. Le moment le plus précieux de la nuit est…

- ☐ A. juste après le Maghrib
- ☐ B. le dernier tiers
- ☐ C. minuit exactement

7. Selon ʿĀ’isha, le Prophète ﷺ priait le plus souvent la nuit…

- ☐ A. onze unités
- ☐ B. quarante unités
- ☐ C. trois unités seulement

8. Dans l’avis le plus connu de l’école malikite, le qunūt dans le witr…

- ☐ A. est obligatoire
- ☐ B. ne se fait pas
- ☐ C. se fait chaque nuit

RÉPONSES

1 : B • 2 : C • 3 : A • 4 : C • 5 : A • 6 : B • 7 : A • 8 : B

Si tu t’es trompé(e), relis le chapitre concerné : c’est normal, c’est comme ça qu’on apprend.

Petit lexique

Mot	Sens simple
Witr	« Impair » : prière d'une unité qui clôt la nuit.
Shafʿ	« Pair » : les deux unités priées avant le witr.
Qiyām al-layl	La prière de la nuit, entre le ʿIshāʾ et le Fajr.
Tahajjud	La prière de la nuit priée après avoir dormi.
Dernier tiers	La dernière partie de la nuit, avant l'aube : temps privilégié de l'invocation.
Sunna muʾakkada	Sunna fortement appuyée, à ne pas délaisser.
Nafl	Prière surérogatoire (non obligatoire).
Qunūt	Invocation faite debout dans la prière ; pas dans le witr selon l'avis le plus connu de l'école.
Ḥizb	Une portion régulière du Coran que l'on récite.
Chaîne de transmission	Suite des personnes qui ont transmis un récit, de maître à élève.
Référence	Indication du recueil et du numéro permettant de retrouver un hadith.
Mashhūr	L'avis le plus connu et retenu dans l'école malikite.

✂️ - - - - - - - - - - - - - À DÉCOUPER OU À IMPRIMER SÉPARÉMENT - - - - - - - - - - - - - ✂️

Fiche mémo : le witr et la prière de la nuit en une page

	Witr et prière de la nuit selon l'école malikite
Witr	Sunna recommandée • 1 unité, précédée du shafʿ (2 unités) séparé par un salut
Sourates	Shafʿ : al-Aʿlā, al-Kāfirūn • witr : al-Ikhlāṣ, al-Falaq, an-Nās (recommandé)
Qunūt	Pas dans le witr selon l'avis le plus connu de l'école
Temps	Après le ʿIshāʾ jusqu'à l'aube • fin de nuit si je suis sûr(e) de me lever, sinon avant de dormir
Règle	Pas deux witr dans une nuit • après le witr, je prie deux par deux
Oubli	Avant la prière du Fajr : je le prie • après la prière du Fajr : il est passé
La nuit	Deux par deux • dernier tiers précieux • le Prophète ﷺ : le plus souvent 11 unités
Méthode	Peu mais régulier • dormir tôt • ablutions • réveil 15 min avant le Fajr

Pour continuer le chemin

Ce livret fait partie de la collection « Prière ». Retrouve les autres livrets de la collection dans la bibliothèque Ulul Albab.

Référence	Titre de travail
UA-138	La prière de A à Z
UA-139	Avant la prière
UA-140	Comment accomplir la prière
UA-141	Piliers, obligations et sunan de la prière
UA-142	Les erreurs et oublis dans la prière
UA-143	Retrouver le khushūʿ
UA-144	La prière du voyageur
UA-145	La prière du malade
UA-146	La prière du vendredi
UA-147	La prière funéraire
UA-148	Les prières rawātib
UA-149	La prière du Ḍuḥā
UA-151	Qiyām et Tarāwīḥ
UA-152	La prière d'istikhāra

Et ensuite…

Référence	Titre de travail
UA-131	La purification de A à Z
UA-132	Les ablutions pas à pas
UA-182	J'apprends à prier (Muslim Kids, pour les enfants)

UN CONSEIL

Associe ton witr à un geste fixe du soir : après t'être brossé les dents, avant d'éteindre la lumière. Une habitude accrochée à une autre tient beaucoup plus longtemps.

ULUL ALBAB • DU MUSLIM AU MUHSIN

Fiche d'identification du livret

Rubrique	Information
Référence	UA-150
Titre	Witr et prières nocturnes — Quand tout dort, se tenir devant Allah
Univers • Porte • Collection	Muslim • Purification et prière • Prière (livret 13 sur 15)
Public • Niveau	Débutants, adultes • Découverte
Version du contenu • Date	v1.2 — révision du 31/10/2026 • validation humaine en cours
Langue • Format	Français • Word A4
Cadre de référence	Coran et Sunna • fiqh malikite • repères de croyance fondés sur les textes cités • Coran : riwāya Ḥafṣ ʿan ʿĀṣim
Statut • Validation religieuse	Révision éditoriale assistée par IA • validation religieuse humaine en cours

Rédaction et contrôles

Étape	Intervenant et fonction	Date et état
Responsable de rédaction	Ndeye Khady Athie — Seyda	Modèle de structure : UA-111 v0.3 et collection Purification v0.1
Rédaction assistée	Claude	01/10/2026 • v0.1 première rédaction
Pré-vérification automatisée	ChatGPT — assistance éditoriale	01/10/2026 • corrections, consultation de sources et illustrations
Validation religieuse humaine	Relecteur humain — aucun visa attribué à cette révision	Validation humaine en cours

Le contrôle éditorial et technique ne constitue pas une certification religieuse humaine. Les versions antérieures sont conservées.

Historique des modifications

Version	Modification	Date	État
v1.0	Corrections de fond et de langue ; arabe et illustrations intégrés ; sauts de page revus	01/10/2026	Version corrigée
v1.1	Révision du cadrage de croyance et de la présentation	30/10/2026	Proposition ; validation humaine en attente

Sources et suivi éditorial

Fiqh : Ibn Abī Zayd, Risāla, 8.05, 10.10 et 40.04, texte arabe et traduction consultés : dhspriory.org/kenny/RISALA.htm. Al-Ḥaṭṭāb, Mawāhib al-Jalīl, II, p. 72–73 (islamweb.net/ar/library/content/19/801/) ; al-Lakhmī, al-Tabṣira, II, p. 826 (islamweb.net/ar/library/content/410/443/). Hadiths : les références données dans le corps renvoient à la numérotation Sunnah.com. Les récits d'al-Bukhārī et Muslim proviennent de leurs Ṣaḥīḥ ; pour at-Tirmidhī 470, le jugement du compilateur est indiqué. Mālik figure dans la chaîne d'al-Bukhārī 1145 : cela ne prouve pas son interprétation personnelle.

Coran : Al Quran Cloud, édition quran-tajweed (Ḥafṣ), consultée le 31/10/2026 ; français : traduction du sens héritée et relue, sans attribution à un traducteur identifié. Couleurs : gris = lettres non prononcées ; bleus = prolongations ; rouge = qalqala ; orange = ghunna ; violet = ikhfāʾ ; turquoise = iqlāb ; verts = idghām. Guide : alquran.cloud/tajweed-guide ; ces couleurs ne remplacent pas une correction orale. Exception : 3:190 reproduit en noir d'après Quran.com/3/190, après contre-vérification ; couleurs non reconstituées.

Bibliothèque Du Muslim au Muhsin • Livret gratuit • UA-150 • v1.2 • 31/10/2026

Révision 1.2 du 31 octobre 2026 : contre-collation arabe indépendante et correction de la source. Les références et repères juridiques de la révision précédente sont conservés. Validation humaine en cours.

Quand tout dort, la porte reste ouverte.

Trois unités avant de dormir. Quinze minutes avant l’aube. Et si c’était le début d’un autre rapport à la nuit ?

Ce livret t’explique le witr et la prière de la nuit selon l’école malikite : leur valeur, la manière de les prier, le bon moment, les oublis, et un plan progressif pour te lever la nuit sans t’épuiser.

Huit chapitres courts. Dix à quinze minutes chacun. Un petit pas à chaque fois.

Bibliothèque « Du Muslim au Muhsin » • Univers Muslim

Diffusion gratuite : la transmission passe avant le commerce.

UA-150 • v1.2 • 31/10/2026