DU MUSLIM AU MUHSIN

Collection « Fondations de l'īmān » • Livret 1 sur 5

Comprendre l'īmān

Ce que croire veut dire, du cœur à la vie



Univers Mu'min • Pour les adultes • UA-188

L'ĪMĀN EN QUELQUES MOTS

أَنْ تُؤْمِنَ بِاللَّهِ، وَمَلَائِكَتِهِ، وَكُتُبِهِ، وَرُسُلِهِ، وَالْيَوْمِ الْآخِرِ، وَتُؤْمِنَ بِالْقَدَرِ خَيْرِهِ وَشَرِّهِ

An tu'mina bi-llāhi wa malā'ikatihī wa kutubihī wa rusulihī wa-l-yawmi l-ākhir, wa tu'mina bi-l-qadari khayrihī wa sharrih.

« Que tu croies en Allah, en Ses anges, en Ses Livres, en Ses messagers et au Jour dernier, et que tu croies au destin, dans son bien comme dans son mal. »

Parole du Prophète ﷺ dans le hadith de Jibrīl, rapportée par Muslim — extrait

EN QUELQUES MOTS

L'īmān, c'est la foi : une certitude qui vit dans le cœur, que la langue exprime et que les actes confirment. Ce livret t'explique ce que « croire » veut dire en Islam, quels sont les six piliers de la foi, comment l'īmān se relie à l'islām et à l'iḥsān, et comment en prendre soin pour qu'il grandisse.

Une question au déjeuner



« Papa, pourquoi est-ce qu'on croit en Allah ? »

Une question n'éteint pas la foi. Elle peut l'allumer.

Avant de commencer

UNE PROMESSE

Beaucoup d'entre nous ont reçu la foi en héritage, comme un trésor de famille. Ce livret t'invite à ouvrir le coffre : comprendre ce que tu crois, pourquoi tu le crois, et ce que cela change dans ta vie. À la fin, tu sauras expliquer l'īmān avec tes propres mots.

Ce livret ouvre la série « Fondations de l'īmān » (UA-188 à UA-192) de l'Univers Mu'min. Il donne la vue d'ensemble ; chaque point est approfondi dans un livret dédié : la progression islām, īmān, iḥsān (UA-189), les six piliers (UA-190), les fruits de la foi (UA-191), sa hausse et sa baisse (UA-192).

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.
Je vis ma foi	Ce que cette croyance change, concrètement, dans ma journée.
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

Le Coran est la parole d'Allah. Ses passages sont accompagnés d'une traduction du sens en français. L'arabe est voyellé ; les couleurs de tajwīd accompagnent la lecture et ne remplacent pas l'apprentissage avec un enseignant.

Ce livret suit la **croyance ashʿarite**, enseignée avec le fiqh malikite en Afrique de l'Ouest et au Maghreb depuis des siècles. Les autres écoles sunnites de croyance (māturīdite, atharī) formulent parfois certains points autrement : quand une nuance compte, elle est signalée simplement, sans esprit de polémique. Si tu as une question, pose-la à ton enseignant.

Trois mots reviennent souvent : **islām** — la soumission à Allah, visible dans les actes ; **īmān** — la foi, qui vit dans le cœur ; **iḥsān** — l'excellence : adorer Allah comme si tu Le voyais.

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 DE LA MAISON







Dans une concession, les grands-parents ont creusé un puits. Il donne de l’eau à toute la famille, depuis des années. Mais si personne ne l’entretient, le sable le remplit peu à peu, et un jour l’eau ne remonte plus.
La foi reçue de nos parents est ce puits : une richesse précieuse.
Apprendre et pratiquer, c’est l’entretenir.

➡ Hériter de la foi est une grâce ;
la comprendre est une responsabilité.

Comparaison pédagogique.

Sommaire

Partie 1 — S'arrêter

1. Le miroir : une foi héritée ou une foi comprise ? · 10 min

Partie 2 — Ce que croire veut dire

2. Le mot īmān · 15 min
3. Le cœur, la langue et les membres · 15 min

Partie 3 — Ce que l'on croit

4. Les six piliers en un coup d'œil · 15 min
5. Islām, īmān, iḥsān : trois mots, un chemin · 10 min

Partie 4 — Une foi qui vit

6. Les branches de la foi · 10 min
7. Prendre soin de sa foi · 15 min

Mes 7 jours • Je vérifie ma compréhension • Petit lexique • Fiche mémo à découper • Pour continuer le chemin • Repères et sources

PARTIE 1

S'arrêter

Avant de construire, on regarde les fondations.

Si quelqu'un me demandait : « Pourquoi crois-tu ? », que répondrais-je ?

CHAPITRE 1

Le miroir : une foi héritée ou une foi comprise ?

Faire le point, sans peur et sans honte.

JE M'ARRÊTE — QUESTION MIROIR

Ma foi, est-ce que je l'ai choisie, ou seulement reçue ?

Est-ce que je saurais expliquer à un enfant ce que je crois ?

Qu'est-ce qui, dans ma journée, montre que je crois ?

Je comprends

La plupart d'entre nous sont nés dans une famille musulmane. C'est une **immense grâce** : nous avons entendu la Shahāda avant même de savoir parler. Mais Allah ne nous demande pas seulement de répéter : Il nous invite à **réfléchir, observer et comprendre**.

Le Coran blâme ceux qui suivent « ce que faisaient leurs pères » sans réfléchir, et il fait l'éloge des **ulū l-albāb**, « les doués d'intelligence », qui méditent sur la création. C'est d'ailleurs le nom de notre école.

إِنَّ فِي خَلْقِ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَٱخْتِلَٰفِ ٱلَّيْلِ وَٱلنَّهَارِ لَأٓيَٰتٍ لِّأُو۟لِى
ٱلْأَلْبَٰبِ ٱلَّذِينَ يَذْكُرُونَ ٱللَّهَ قِيَٰمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي
خَلْقِ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ ...

« Dans la création des cieux et de la terre, et dans l'alternance de la nuit et du jour, il y a des signes pour les doués d'intelligence, qui se souviennent d'Allah debout, assis et couchés, et méditent sur la création des cieux et de la terre… »

Sourate 3, versets 190-191 (extrait) — traduction du sens ; arabe Ḥafṣ.

Apprendre à connaître sa foi et ses preuves, selon ses capacités, aide à la vivre. Avoir reçu la foi de ses parents n'est pas un défaut. L'important est de l'accueillir sincèrement, puis de continuer à comprendre et à pratiquer.

Une foi seulement héritée	Une foi comprise et vécue
Je crois parce que tout le monde autour de moi croit.	Je crois parce que j'ai compris, et mon cœur en est convaincu.
Une question sur la religion me fait peur.	Une question me pousse à apprendre et à demander.
Ma foi reste à la mosquée et dans les fêtes.	Ma foi m'accompagne au travail, au marché, à la maison.
Je pratique par habitude.	Je pratique en sachant pour Qui et pourquoi.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE PUITS DE LA MAISON

Dans une concession, les grands-parents ont creusé un puits. Il donne de l'eau à toute la famille, depuis des années. Mais si personne ne l'entretient, le sable le remplit peu à peu, et un jour l'eau ne remonte plus.

La foi reçue de nos parents est ce puits : une richesse précieuse. **Apprendre et pratiquer**, c'est l'entretenir.

→ Hériter de la foi est une grâce ; la comprendre est une responsabilité.

Comparaison pédagogique.

Je vis ma foi

Prends cinq minutes, au calme, pour écrire en trois phrases ce que tu crois et pourquoi. Ce n'est pas un examen : c'est ton point de départ. Relis ces phrases à la fin du livret.

FICHE MÉMO 1 **Mon point de départ** ✂️

- ✓ Naître musulman(e) est une grâce, pas une ligne d'arrivée.
- ✓ Allah invite à réfléchir : une foi comprise est plus solide.
- ✓ Une question n'est pas un manque de foi : c'est le début d'un chemin.

J'AGIS Écris aujourd'hui, en trois phrases, ce que tu crois et pourquoi.

PARTIE 2

Ce que croire veut dire

Un mot, une définition, trois lieux.

CHAPITRE 2

Le mot īmān

Ce que « croire » veut dire, dans la langue et dans la religion.

Je comprends : dans la langue

Le mot **īmān** vient de la racine arabe a-m-n, qui a donné aussi **amn** (la sécurité) et **amāna** (le dépôt qu'on te confie). Dans la langue, l'īmān, c'est **tenir pour vrai avec confiance**. Le croyant (mu'min) tient pour vrai ce qu'Allah a révélé, et il trouve dans cette vérité sa sécurité.

Le mot	Ce qu'il veut dire
Īmān	La foi : tenir pour vrai, avec certitude et confiance.
Taṣdīq	L'adhésion du cœur : le « oui » intérieur à la vérité.
Yaqīn	La certitude, sans aucun doute.
Mu'min	Le croyant, celui qui a l'īmān.
Al-Mu'min	L'un des Noms d'Allah (sourate 59, verset 23) : souvent expliqué par « Celui qui donne la sécurité » et « Celui qui confirme la vérité ».

Je comprends : dans la religion

Les savants de l'école ashʿarite définissent l'īmān comme l'adhésion ferme du cœur à tout ce que le Prophète ﷺ a apporté, et dont on sait avec certitude qu'il l'a apporté. La Shahāda prononcée est ce qui fait reconnaître la personne comme musulmane parmi les gens ; les œuvres manifestent et perfectionnent la foi. Les actes obligatoires restent obligatoires.

إِنَّمَا ٱلْمُؤْمِنُونَ ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ بِٱللَّهِ وَرَسُولِهِۦ ثُمَّ لَمْ يَرْتَابُوا۟ وَجَٰهَدُوا۟ بِأَمْوَٰلِهِمْ وَأَنفُسِهِمْ فِى سَبِيلِ ٱللَّهِ ۚ أُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلصَّٰدِقُونَ

« Les vrais croyants sont seulement ceux qui croient en Allah et en Son messager, qui par la suite ne doutent point et qui luttent avec leurs biens et leurs personnes dans le chemin d'Allah. Ceux-là sont les véridiques. »

Sourate 49, verset 15 — traduction du sens ; arabe Ḥafṣ.

Une foi, deux formulations

Les savants sunnites emploient plusieurs formulations. Certains incluent paroles et actes dans la définition de la foi ; dans l'enseignement ashʿarite suivi ici, on distingue son fondement — l'adhésion du cœur — et les œuvres qui la manifestent et la perfectionnent. Ces nuances ne rendent jamais les obligations facultatives.

La formulation	Ce qu'elle souligne	Ce qu'elle refuse
Parole, croyance et action (premières générations, dont l'imam Mālik)	Les œuvres font partie de la foi complète.	Une foi qui n'aurait aucun effet sur la vie.
Adhésion du cœur, exprimée par la langue et les membres (école ashʿarite)	Le cœur est la racine ; les œuvres sont les branches et les fruits.	Déclarer mécréant un croyant parce qu'il a commis un péché.

CE SUR QUOI LES SUNNITES S'ACCORDENT

Commettre un péché n'entraîne pas, à lui seul, la sortie de l'Islam. Les obligations restent des obligations et la faute appelle le repentir. Il ne faut pas confondre faiblesse, pensée involontaire et rejet délibéré d'un fondement de la foi. Le jugement sur une personne ne se fait pas à partir de ce livret.

أَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ ٱللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ أَصْلُهَا ثَابِتٌ
وَفَرْعُهَا فِى ٱلسَّمَآءِ تُؤْتِىٓ أُكُلَهَا كُلَّ حِينٍۭ بِإِذْنِ رَبِّهَا ...

« N'as-tu pas vu comment Allah propose en parabole une bonne parole pareille à un bel arbre dont la racine est ferme et la ramure dans le ciel ? Il donne ses fruits en chaque saison, avec la permission de son Seigneur… »

Sourate 14, versets 24-25 (extrait) — traduction du sens ; arabe Ḥafṣ.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — L'ARBRE DE LA COUR

Un arbre a des **racines** cachées dans la terre, un **tronc** que tout le monde voit, et des **branches** qui portent les fruits.

La racine, c'est la foi du cœur. Le tronc, c'est la Shahāda. Les branches et les fruits, ce sont les œuvres.

→ Sans racine, pas d'arbre ; sans fruits, l'arbre est malade.

Comparaison inspirée du Coran (sourate 14, versets 24-25).

ATTENTION : CROIRE N'EST PAS SEULEMENT SAVOIR

Iblīs savait qu'Allah existe, et pourtant il a refusé d'obéir. Le Coran dit de certains gens du Livre qu'ils reconnaissaient le Prophète ﷺ « comme ils reconnaissent leurs propres enfants » (sourate 2, verset 146), sans le suivre.

Savoir sans accepter et sans se soumettre n'est pas l'īmān. Les conditions de la Shahāda (connaissance, certitude, acceptation, soumission, sincérité, véracité, amour) sont expliquées dans UA-111 à UA-118.

FICHE MÉMO 2 **Le mot īmān** ✂️

- ✓ Īmān : adhésion ferme du cœur à tout ce que le Prophète ﷺ a apporté.
- ✓ La langue l'exprime ; les œuvres en sont la perfection.
- ✓ **Un péché ne fait pas, à lui seul, sortir de l'Islam ; il appelle le repentir.**

J'AGIS Explique à un proche, en une minute, la parabole de l'arbre.

CHAPITRE 3

Le cœur, la langue et les membres

Trois lieux où la foi se loge et se montre.

Je comprends

La foi a sa racine dans le **cœur**. Elle s'exprime par la **langue** et elle se voit dans les **membres** : les mains, les pieds, les yeux, toute la vie.

> *« Il y a dans le corps un morceau de chair : s'il est sain, tout le corps est sain ; s'il est corrompu, tout le corps est corrompu. C'est le cœur. »*
>
> Al-Bukhārī, 52 ; Muslim, 1599a — traduction du sens.

Le lieu	Ce qui s'y passe	Un exemple
Le cœur	L'adhésion, la certitude, l'amour d'Allah et de Son Messager ﷺ, la crainte et l'espoir.	Être sûr(e) qu'Allah voit ce que je fais, même seul(e).
La langue	La Shahāda, le dhikr, la parole vraie et bonne.	Dire du bien, ou se taire.
Les membres	La prière, le jeûne, l'aide aux autres, l'honnêteté.	Rendre au boutiquier la monnaie qu'il m'a donnée en trop.

Quand le cœur et la langue ne disent pas la même chose

L'hypocrisie de croyance consiste à afficher l'Islam tout en le rejetant intérieurement. Nous ne pouvons pas lire les cœurs. Pour entrer dans l'Islam, on croit sincèrement et on prononce la Shahāda lorsqu'on en est capable. Une incapacité ou une contrainte demande un avis qualifié ; on ne juge pas les personnes à partir d'une formule isolée.

> *À retenir*
>
> La foi se manifeste dans la parole et les actes.
> Explication pédagogique ; Muslim, 35b.

> **UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LA LAMPE DE LA MAISON**
>
> Le soir, dans un quartier, on ne voit pas le courant électrique qui circule dans les fils. Mais on voit la lumière qui sort des fenêtres.
>
> La foi est dans le cœur, invisible. Les paroles et les actes sont la lumière qui passe par les fenêtres.
>
> **→ Si aucune lumière ne sort jamais, il faut vérifier le courant.**
>
> *Comparaison pédagogique.*

Je vis ma foi : une journée sur trois niveaux

N°	Le geste	Pour
1	Au réveil, renouveler l'intention : « Aujourd'hui, je veux plaire à Allah. »	Le cœur
2	Dire « Lā ilāha illa llāh » plusieurs fois dans la journée, en pensant au sens.	La langue
3	Faire un acte de bien discret, que personne ne voit.	Les membres
4	Le soir, se demander : mes actes ont-ils ressemblé à ma foi ?	Le cœur

لَا إِلَٰهَ إِلَّا اللَّهُ

Lā ilāha illa llāh — **« Il n'y a de divinité digne d'adoration qu'Allah »**

La formule Lā ilāha illa llāh est citée comme la plus haute branche de la foi (Muslim, 35b).



FICHE MÉMO 3 **Cœur, langue, membres** ✂️

- ✓ Le cœur : la racine (adhésion, amour, crainte, espoir).
- ✓ La langue : la Shahāda, le dhikr, la bonne parole.
- ✓ Les membres : les actes, qui confirment la foi.

J'AGIS Fais aujourd'hui un acte de bien que personne ne verra.

PARTIE 3

Ce que l'on croit

Six piliers, et un chemin en trois étapes.

CHAPITRE 4

Les six piliers en un coup d'œil

Ce que le croyant tient pour vrai.

ءَامَنَ ٱلرَّسُولُ بِمَآ أُنزِلَ إِلَيۡهِ مِن رَّبِّهِۦ وَٱلۡمُؤۡمِنُونَۚ كُلٌّ ءَامَنَ بِٱللَّهِ وَمَلَٰٓئِكَتِهِۦ وَكُتُبِهِۦ وَرُسُلِهِۦ ...

« Le Messager a cru en ce qu'on a fait descendre vers lui venant de son Seigneur, et aussi les croyants : tous ont cru en Allah, en Ses anges, en Ses Livres et en Ses messagers… »

Sourate 2, verset 285 (extrait) — traduction du sens ; arabe Ḥafṣ.

Je comprends

Les piliers (**arkān**) de la foi sont six : ceux que le Prophète ﷺ a cités dans le hadith de Jibrīl. Ils forment **un tout** : refuser un seul d'entre eux, c'est refuser la foi elle-même. Chacun sera expliqué en détail dans UA-190 et dans les portes « Croire en Allah », « Croire aux anges », etc.

Le pilier	Je crois que…	Ce que cela change
1. Allah	Allah existe ; Il est Unique, sans associé ; rien ne Lui ressemble ; Il possède tous les attributs de perfection.	Je n'adore que Lui et je Lui confie mes affaires.
2. Les anges	Allah a créé des anges, serviteurs honorés qui ne Lui désobéissent pas ; nous ne les voyons pas.	Je sais que mes actes sont consignés : je fais attention.
3. Les Livres	Allah a révélé des Livres à Ses messagers ; le Coran est le dernier, et Allah l'a préservé.	Je lis le Coran et je le prends pour guide.
4. Les messagers	Allah a envoyé des prophètes et des messagers ; Muḥammad ﷺ est le dernier d'entre eux.	Je prends le Prophète ﷺ pour modèle.
5. Le Jour dernier	Il y aura la mort, la tombe, la résurrection, le jugement, le Paradis et l'Enfer.	Je vis aujourd'hui en pensant à demain.
6. Le destin (qadar)	Rien n'arrive sans la science et la volonté d'Allah ; l'être humain reste responsable de ses choix.	Je fais ma part, puis je m'en remets à Allah.

CROIRE À L'INVISIBLE (AL-GHAYB)

Plusieurs piliers concernent des réalités que nos yeux ne voient pas : les anges, la tombe, la résurrection, le Paradis, l'Enfer… Le Coran décrit les pieux comme « ceux qui croient à l'invisible » (sourate 2, verset 3).

C'est pourquoi, dans nos livrets, **aucune image ne prétend montrer ces réalités** : elles sont connues par la révélation, pas par le dessin.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LA MAISON SUR SIX PILIERS

Imagine une maison dont le toit repose sur six piliers. Si tu en retires un seul, le toit penche, puis tout s'effondre.

Les six piliers de la foi fonctionnent ensemble : chacun soutient les autres.

→ On croit aux six piliers, tous ensemble, ou la maison ne tient pas.

Comparaison pédagogique.

ATTENTION : DEUX ERREURS FRÉQUENTES

Choisir ce qui nous plaît : croire en Allah mais douter du Jour dernier, ou accepter le Coran mais rejeter la Sunna qui l'explique.

Utiliser le destin pour excuser une faute : « c'était écrit ». Le destin ne supprime pas la responsabilité (voir UA-230 et UA-231).



FICHE MÉMO 4 **Les six piliers** ✂️

- ✓ Allah, les anges, les Livres, les messagers, le Jour dernier, le destin.
- ✓ Ils forment un tout : on les croit tous ensemble.
- ✓ L'invisible est connu par la révélation, pas par l'imagination.

J'AGIS Apprends par cœur les six piliers, dans l'ordre du hadith de Jibrīl.

CHAPITRE 5

Islām, īmān, iḥsān : trois mots, un chemin

Le nom même de notre bibliothèque.

Je comprends

Un jour, un homme aux vêtements très blancs et aux cheveux très noirs vint s'asseoir devant le Prophète ﷺ, au milieu des Compagnons. Il l'interrogea sur **l'islām**, puis sur **l'īmān**, puis sur **l'iḥsān**, puis sur l'Heure. Quand il fut parti, le Prophète ﷺ dit : « C'était Jibrīl, venu vous enseigner votre religion. » (Muslim — sens).

> *« L'iḥsān, c'est que tu adores Allah comme si tu Le voyais ; et si tu ne Le vois pas, Lui te voit. »*
>
> Muslim, 8a — traduction du sens.

Le niveau	Il concerne surtout	La question qu'il me pose
Islām	Les actes visibles : Shahāda, prière, zakāt, jeûne de Ramadan, pèlerinage.	Est-ce que je pratique ?
Īmān	Les convictions du cœur : les six piliers.	Est-ce que je crois vraiment ?
Iḥsān	La qualité de ma relation avec Allah.	Est-ce que j'adore Allah comme si je Le voyais ?

Ces trois niveaux ne sont ni trois religions ni trois groupes de gens : c'est **une seule religion**, vue de l'extérieur vers l'intérieur. C'est aussi le nom de notre bibliothèque, « Du Muslim au Muhsin » : l'Univers Muslim enseigne les actes, l'Univers Mu'min la foi, l'Univers Muhsin l'excellence.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — TROIS CERCLES

Dessine un grand cercle : c'est l'islām. À l'intérieur, un cercle plus petit : l'īmān. Au centre, un dernier cercle : l'iḥsān.

Celui qui est au centre est aussi dans les deux autres cercles. Celui qui est dans le grand cercle est invité à avancer vers le centre.

→ On entre par l'islām, on s'enracine par l'īmān, on s'élève par l'iḥsān.

Comparaison pédagogique.
Cette image illustre la progression ; elle ne veut pas dire qu'une pratique sans foi sincère suffit auprès d'Allah, ni qu'on peut classer les cœurs.

Le livret UA-189 explique en détail cette progression, avec un récit simplifié du hadith de Jibrīl.

FICHE MÉMO 5 **Trois mots, un chemin** ✂️

- ✓ Islām : les actes ; īmān : la foi du cœur ; iḥsān : l'excellence.
- ✓ Une seule religion, du dehors vers le dedans.
- ✓ Iḥsān : adorer Allah comme si tu Le voyais, car Lui te voit.

J'AGIS Avant le takbīr de ta prochaine prière, dis-toi : « Allah me voit. »

PARTIE 4

Une foi qui vit

Elle a des branches, elle a besoin d'eau.

Quand ma foi est-elle la plus forte ? Quand est-elle la plus faible ?

CHAPITRE 6

Les branches de la foi

Une foi qui touche toute la vie.

> *« La foi comporte soixante-dix et quelques branches — ou soixante et quelques. La plus haute est de dire : « Lā ilāha illa llāh », et la plus basse est d'écarter du chemin ce qui gêne. Et la pudeur est une branche de la foi. »*
>
> Muslim, 35b — traduction du sens.

Je comprends

Ce hadith montre que la foi n'est pas seulement une idée dans la tête. Elle va de la **plus haute parole**, l'attestation de l'unicité d'Allah, jusqu'au **plus petit geste** : enlever un caillou ou un morceau de verre de la route. Entre les deux, toute la vie.

Le domaine	Une branche de la foi
Envers Allah	Attester Son unicité, L'aimer, prier, L'invoquer.
Envers soi-même	La pudeur (ḥayā'), la patience, la maîtrise de sa colère.
Dans ses paroles	Dire du bien ou se taire (al-Bukhārī et Muslim).
En famille	Honorer ses parents, être doux avec son conjoint et ses enfants.
Avec les voisins et la société	Honorer son voisin et son invité ; écarter ce qui gêne du chemin.
Au travail	L'honnêteté, la parole tenue, le travail bien fait (amāna).

> *« Les croyants dont la foi est la plus parfaite sont ceux qui ont le meilleur comportement. »*
>
> At-Tirmidhī, 1162 — traduction du sens.

> **UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — UNE SOURCE, BEAUCOUP DE ROBINETS**
>
> Dans une maison, l'eau arrive par un seul tuyau. Pourtant, elle coule dans la cuisine, dans la salle d'eau, dans la cour pour les plantes.
>
> La foi est cette source. Elle doit couler partout : dans la prière, dans le commerce, dans la famille, sur la route.
>
> **→ Une seule foi, et elle coule dans tous les domaines de ta vie.**
>
> *Comparaison pédagogique.*

Le livret UA-191 montre en détail comment la foi transforme la parole, les relations, le travail et l'argent.



FICHE MÉMO 6 **Les branches de la foi** ✂️

- ✓ La foi comporte de nombreuses branches (Muslim, 35b).
- ✓ La plus haute : « Lā ilāha illa llāh » ; la plus basse : ôter ce qui gêne du chemin.
- ✓ La pudeur et le bon comportement font partie de la foi.

J'AGIS Aujourd'hui, ôte du chemin un obstacle : un caillou, un déchet, un objet qui gêne.

CHAPITRE 7

Prendre soin de sa foi

Elle grandit, elle s'use : on l'entretient.

> *Un conseil pour durer*
>
> Prends soin de ta foi par des actes réguliers, même modestes.
>
> Explication pédagogique ; Muslim, 783b.

إِنَّمَا ٱلْمُؤْمِنُونَ ٱلَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ ٱللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ ءَايَٰتُهُۥ
زَادَتْهُمْ إِيمَٰنًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ

« Les vrais croyants sont ceux dont les cœurs frémissent quand on mentionne Allah. Et quand Ses versets leur sont récités, cela fait augmenter leur foi. Et ils placent leur confiance en leur Seigneur. »

Sourate 8, verset 2 — traduction du sens ; arabe Ḥafṣ.

Je comprends

Le Coran parle de la foi qui augmente. La certitude peut se fortifier et les fruits de la foi se développer. L'obéissance nourrit cette vie intérieure ; le péché l'affaiblit. Les savants expliquent ces variations avec des nuances que présente UA-192.

Ce qui nourrit la foi	Ce qui l'affaiblit
Apprendre sa religion.	L'ignorance.
Lire et méditer le Coran.	Délaisser le Coran pendant des semaines.
Le dhikr, le rappel d'Allah.	L'insouciance (ghafla).
Méditer sur la création.	Ne jamais lever les yeux de son téléphone.
La bonne compagnie.	La mauvaise compagnie.
Les bonnes œuvres, même petites.	Les péchés répétés, sans repentir.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LA PLANTE SUR LA FENÊTRE

Une plante est posée sur le rebord d'une fenêtre, à Dakar. Quelques jours sans eau, sous le soleil, et ses feuilles tombent. Un peu d'eau chaque matin, et elle se redresse.

La foi a besoin d'être arrosée **un peu, mais tous les jours**.

→ Un peu de Coran, un peu de dhikr, un peu de bien : chaque jour.

Comparaison pédagogique.

ATTENTION : NE PAS DÉSESPÉRER

Sentir sa foi faiblir n'est pas une raison de tout abandonner. Les Compagnons eux-mêmes ont connu des moments plus forts et des moments plus faibles (hadith de Ḥanẓala, rapporté par Muslim, expliqué dans UA-192).

L'important est de revenir. La porte du repentir est ouverte (voir UA-127).

Je vis ma foi : mon programme minimum

N°	Le geste	Pour
1	Chaque jour : lire au moins une page du Coran, avec la traduction du sens.	Le Coran
2	Après chaque prière : un dhikr court (par exemple « Subḥāna llāh » 33 fois).	Le dhikr
3	Chaque semaine : assister à un cours ou lire un livret de la bibliothèque.	La science
4	Chaque soir : deux minutes pour faire le point avec moi-même.	Le cœur



FICHE MÉMO 7 **Prendre soin de sa foi** ✂️

- ✓ La foi s'use comme un vêtement : on demande à Allah de la renouveler.
- ✓ Elle grandit par la science, le Coran, le dhikr et les bonnes œuvres.
- ✓ Quand elle faiblit, on revient : la porte du repentir est ouverte.

J'AGIS Choisis un seul point du programme minimum et commence dès aujourd'hui.

Mes 7 jours

Un petit pas par jour. Ce n'est pas une compétition : si tu manques un jour, reprends le lendemain, sans te décourager.

Jour	Mon petit pas	Fait
1	Écrire en trois phrases ce que je crois et pourquoi (chapitre 1).	☐
2	Expliquer à un proche la parabole de l'arbre (chapitre 2).	☐
3	Faire un acte de bien que personne ne voit (chapitre 3).	☐
4	Réciter de mémoire les six piliers de la foi (chapitre 4).	☐
5	Prier une prière en me disant avant le takbīr : « Allah me voit » (chapitre 5).	☐
6	Ôter un obstacle du chemin (chapitre 6).	☐
7	Commencer un point de mon programme minimum, puis relire mes trois phrases du jour 1 (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 mot īmān vient d'une racine qui donne aussi…

- ☐ A. amn, la sécurité
- ☐ B. ʿilm, la science
- ☐ C. ṣabr, la patience

2. Selon l'école ashʿarite, la racine de l'īmān se trouve…

- ☐ A. dans les actes seulement
- ☐ B. dans l'adhésion du cœur
- ☐ C. dans la connaissance seulement

3. Un croyant qui commet un grand péché…

- ☐ A. sort de l'Islam
- ☐ B. reste croyant, avec une foi diminuée
- ☐ C. n'a commis aucune faute

4. Celui qui dit la Shahāda sans y croire dans son cœur est…

- ☐ A. un munāfiq (hypocrite)
- ☐ B. un mu'min complet
- ☐ C. un muḥsin

5. Combien y a-t-il de piliers de la foi ?

- ☐ A. cinq
- ☐ B. six
- ☐ C. sept

6. « Que tu adores Allah comme si tu Le voyais… » définit…

- ☐ A. l'islām
- ☐ B. l'īmān
- ☐ C. l'iḥsān

7. La branche la plus basse de la foi est…

- ☐ A. de prier la nuit
- ☐ B. d'écarter du chemin ce qui gêne
- ☐ C. de jeûner le lundi

8. Selon la majorité des savants sunnites, la foi…

- ☐ A. ne change jamais
- ☐ B. augmente et diminue
- ☐ C. ne fait que diminuer

RÉPONSES

1 : A • 2 : B • 3 : B • 4 : A • 5 : B • 6 : C • 7 : B • 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
Īmān	La foi : tenir pour vrai, avec certitude et confiance.
Mu'min	Le croyant.
Taṣdīq	L'adhésion du cœur, le « oui » intérieur.
Yaqīn	La certitude.
Taqlīd	Suivre un avis sans en connaître la preuve.
Islām	La soumission à Allah, visible dans les actes.
Iḥsān	L'excellence : adorer Allah comme si on Le voyait.
Arkān	Les piliers (ici, les six piliers de la foi).
Ghayb	L'invisible : ce que nos sens ne perçoivent pas.
Qadar	Le destin décrété par Allah.
Munāfiq	L'hypocrite : il montre l'Islam et cache la mécréance.
Ḥayāʾ	La pudeur, une branche de la foi.
Ghafla	L'insouciance, l'oubli d'Allah.
Dhikr	Le rappel d'Allah, par le cœur et la langue.
Ashʿarite	L'école de croyance sunnite suivie en Afrique de l'Ouest et au Maghreb.
Ulū l-albāb	« Les doués d'intelligence », loués dans le Coran.

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

Fiche mémo : l'īmān en une page

	L'īmān selon Ahl as-Sunna
Définition	Adhésion ferme du cœur à tout ce que le Prophète ﷺ a apporté
Trois lieux	Cœur : racine • langue : Shahāda et dhikr • membres : œuvres
Six piliers	Allah • anges • Livres • messagers • Jour dernier • destin
Trois niveaux	Islām (actes) • īmān (foi) • iḥsān (excellence)
Branches	Plus de 70 • la plus haute : Lā ilāha illa llāh • la plus basse : ôter ce qui gêne
Le pécheur	Reste croyant • foi diminuée, pas effacée
Hausse et baisse	Augmente par l'obéissance • diminue par la désobéissance
Entretien	Science • Coran • dhikr • bonne compagnie • repentir

Pour continuer le chemin

Ce livret appartient à la collection « Fondations de l'īmān », dans l'Univers Mu'min. Voici les autres titres de cette série.

Référence	Titre de travail
UA-189	Islām, īmān, iḥsān — comprendre la progression
UA-190	Les six piliers de la foi
UA-191	La foi qui transforme la vie
UA-192	Augmentation et diminution de la foi

Et ensuite…

Référence	Titre de travail
UA-111	Comprendre la Shahāda (Univers Muslim)
UA-193	Allah le Créateur et le Seigneur
UA-236	Construire la certitude
UA-241	Allah m'a créé (Mu'min Kids, pour les enfants)

> **UN CONSEIL**
>
> Ouvre un « carnet de foi » : un petit cahier où tu notes chaque semaine une chose apprise, une question à poser et un petit pas accompli. Dans un an, relis-le : tu verras le chemin parcouru.

ULUL ALBAB • DU MUSLIM AU MUHSIN

Repères et sources

UA-188 • Univers Mu’min • Fondations de l’īmān • Version éditoriale 1.0 • 3 octobre 2026
Cadre : Islam sunnite, croyance ashʿarite, fiqh malikite. Les histoires contemporaines et les comparaisons sont des créations pédagogiques ; elles ne sont pas des textes révélés.

Coran : texte Ḥafṣ voyellé et balisage tajwīd provenant d’Al Quran Cloud (édition quran-tajweed). Traduction du sens : Muhammad Hamidullah pour les passages complets ; formulations du manuscrit conservées pour les extraits. Sources : alquran.cloud et quran.com.

Hadiths : les références sont précisées près des passages. Repères communs : Muslim 8a (Jibrīl), 35b (branches), 38 (droiture), 783b (régularité), 1955a (excellence), 2664 (destin), 2750a (Ḥanẓala), 2996 (anges). La numérotation varie selon les éditions. Consultation : sunnah.com, le 03/10/2026.

Croyance : Jawharat at-Tawḥīd d’al-Laqānī, section sur la foi. Les passages sur les Attributs d’Allah, le destin, les anges et l’au-delà demandent le contrôle du référent religieux.

Rédaction assistée par IA — révision éditoriale, illustrations et vérification documentaire. La validation religieuse humaine prévue dans le manuscrit reste en attente ; aucun visa humain n’a été attribué.

Les couleurs suivent le balisage source ; les règles de récitation et d’arrêt s’apprennent avec un enseignant. PDF islamique gratuit ; livre imprimé payant.

Croire, c’est bien plus que savoir.

Que veut dire « croire », en Islam ? Et comment ma foi peut-elle grandir ?

Ce livret t’explique, selon la croyance ashʿarite enseignée en Afrique de l’Ouest, ce qu’est l’īmān : sa définition, ses trois lieux (le cœur, la langue, les membres), ses six piliers, son lien avec l’islām et l’iḥsān, ses branches, et la manière d’en prendre soin.

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

Bibliothèque « Du Muslim au Muhsin » • Univers Mu’min

Version PDF gratuite : la transmission passe avant le commerce.

UA-188 • v1.0 • 03/10/2026