DU MUSLIM AU MUHSIN

Collection « Connaître Allah » • Livret 7 sur 9

Le tawakkul

Faire sa part, et s’en remettre à Allah



Univers Mu’min • Pour les adultes • UA-199

LE TAWAKKUL EN QUELQUES MOTS

بِسْمِ اللَّهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ لَا حَوْلَ وَلاَ قُوَّةَ إِلاَّ بِاللَّهِ

Bismi llāhi, tawakkaltu ʿalā llāhi, lā ḥawla wa lā quwwata illā bi-llāhi.

« Au nom d’Allah ; je place ma confiance en Allah ; il n’y a de force ni de puissance que par Allah. »

Invocation en sortant de chez soi : Abū Dāwūd 5095, d’après Anas ; ṣaḥīḥ selon al-Albānī dans l’édition consultée. Traduction du sens.

EN QUELQUES MOTS

Le tawakkul associe ici confiance en Allah et moyens utiles. Ce livret propose des repères coraniques et prophétiques pour agir selon ses capacités, sans promettre un résultat précis ni l’absence d’angoisse. Une souffrance psychique ne permet pas de mesurer la foi d’une personne.

Une scène imaginée — le matin de l’examen



« Maman, j’ai tout révisé… mais j’ai peur. »

Tu as fait ta part. Le reste, confie-le à Allah.

Avant de commencer

> **CE QUE PROPOSE CE LIVRET**
>
> Le travail, l'argent, la santé ou les enfants peuvent nous inquiéter. Faire confiance à Allah n'oblige pas à se sentir calme à tout instant. Nous apprendrons à distinguer action possible, résultat non garanti et besoin de soutien, sans juger les personnes empêchées d'agir.

Ce livret est le septième de la collection « Connaître Allah » (UA-193 à UA-201), dans la porte « Croire en Allah » de l'Univers Mu'min. Il s'appuie sur la série « Fondations de l'īmān » (UA-188 à UA-192), déjà présentée dans la collection Mu'min, qui en pose la base.

Le livret UA-130 « La confiance en Allah » de l'Univers Muslim en donne les gestes simples. Ici, nous allons plus loin : ce qui se passe **dans le cœur**, ses liens avec le destin, et les erreurs à éviter.

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.

Repère	À quoi il sert
J'agis	Un seul petit pas concret, à faire dans les 24 heures.

BON À SAVOIR

Le Coran est la parole d'Allah. Les traductions françaises en donnent le sens. Les extraits sont signalés ; le code couleur de tajwīd demande un apprentissage oral. Un passage est présenté en noir avec une police coranique incorporée, comme indiqué près du texte.

Cadre : Coran et Sunna authentique ; fiqh malikite pour les questions juridiques. Les commentaires postérieurs sont attribués à leurs auteurs, sans les confondre avec les enseignements établis de Mālik. Aucune école théologique n'est ajoutée automatiquement. Validation humaine en cours.

Le hadith de Jibrīl distingue islām, īmān et iḥsān : actes, objets de foi et excellence dans l'adoration (Muslim 8a). Ce résumé ne réduit pas la foi à une émotion ni à une absence d'inquiétude.

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 ».

Sommaire

Partie 1 — S’arrêter

1. Le miroir : sur qui je compte vraiment ? · 10 min

Partie 2 — Comprendre

2. Le tawakkul, une œuvre du cœur · 15 min
3. Les moyens et la confiance · 15 min

Partie 3 — Éviter les erreurs

4. Ni fatalisme ni orgueil · 15 min
5. Le tawakkul et le destin · 15 min

Partie 4 — Vivre le tawakkul

6. Le tawakkul au quotidien · 15 min
7. Les fruits du tawakkul · 10 min

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

Les numéros de chapitres te permettent de retrouver chaque sujet.

PARTIE 1

S’arrêter

Avant d’apprendre à confier, on regarde ce qui nous inquiète.

Qu’est-ce qui m’empêche de dormir, certains soirs ?

CHAPITRE 1

Le miroir : sur qui je compte vraiment ?

Faire le point sur ses peurs et ses appuis.

> **JE M'ARRÊTE — QUESTION MIROIR**
>
> **De quoi ai-je peur pour demain ?**
>
> **Quand une difficulté arrive, vers qui ou vers quoi mon cœur se tourne-t-il en premier ?**
>
> **Quel moyen est possible pour moi aujourd'hui, et de quelle aide ai-je besoin ?**

Je comprends

À Dakar, chacun porte ses soucis. Le commerçant de Sandaga se demande si les clients viendront. La mère de famille compte ce qui reste pour la dépense de la semaine. Le jeune diplômé envoie des CV sans réponse. Le père attend le résultat d'une analyse médicale. **Avoir peur n'est pas un péché** : c'est humain.

Un revenu, des relations ou des compétences sont des moyens réels, mais ils ne garantissent pas tout. Le livret invite à les employer sans oublier Allah. Demander une aide humaine n'est pas en soi un manque de confiance en Lui.

Un appui ou une démarche	Une limite à reconnaître
Mon salaire ou mon commerce.	Une baisse de revenus peut nécessiter soutien et nouvelles démarches.

Un appui ou une démarche	Une limite à reconnaître
Une personne influente.	Son aide peut changer ; chercher d’autres recours reste possible.
Mon intelligence et mes efforts seuls.	Mes efforts ne garantissent pas chaque résultat.
Allah, tout en faisant ma part.	Je peux invoquer et chercher du soutien, même si l’épreuve m’ébranle.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE MUR DE LA CONCESSION

Imaginons un mur de briques crues fragilisé par l’hivernage : s’y appuyer sans vérifier son état expose à une chute. Cette scène illustre la limite d’un appui matériel.

Le Coran invite à se confier au Vivant qui ne meurt pas (25:58). Cette confiance n’interdit ni les précautions ni l’aide d’autrui. La comparaison ne représente pas Allah et ne promet pas une stabilité émotionnelle constante.

→ Je vérifie les moyens, je demande de l’aide et je place ma confiance en Allah.

Comparaison pédagogique : Allah ne ressemble à rien de Sa création (sourate 42, verset 11) ; l’image éclaire une idée, pas Allah Lui-même.

Je vis ma foi

Prends une feuille. Écris trois choses qui t'inquiètent en ce moment. À côté de chacune, note ce que tu peux faire, toi, cette semaine. Garde cette feuille : nous la reprendrons au chapitre 6.

FICHE MÉMO 1 **Mes peurs et mes appuis** ✂

- ✓ Avoir peur pour demain est humain.
- ✓ La vraie question : sur qui mon cœur s'appuie-t-il ?
- ✓ Tout appui créé peut céder ; Allah demeure.

J'AGIS Écris aujourd'hui tes trois inquiétudes et, pour chacune, une chose que tu peux faire.

PARTIE 2

Comprendre

Une œuvre du cœur, des mains au travail.

CHAPITRE 2

Le tawakkul, une œuvre du cœur

Ce que veut dire « placer sa confiance en Allah ».

Je comprends : le mot

Le mot **tawakkul** vient de la racine arabe w-k-l, qui a donné **wakīl** : celui à qui l'on confie une affaire, le garant. « Tawakkaltu ʿalā llāh » veut dire : « j'ai confié mon affaire à Allah, je m'appuie sur Lui ».

Repère pédagogique tiré de 3:159 et de Muslim 2664 : se confier à Allah tout en recherchant ce qui est utile et en demandant Son aide. Nous distinguons ici la confiance du cœur et les gestes possibles, sans prétendre donner une définition unanime de tous les savants.

Le mot	Ce qu'il veut dire
Tawakkul	L'appui du cœur sur Allah, avec la prise des moyens.
Mutawakkil	Celui qui place sa confiance en Allah.
Al-Wakīl	L'un des Noms d'Allah : le Garant, Celui à qui l'on confie ses affaires et qui suffit.
Asbāb	Les moyens, les causes : le travail, le remède, la révision, la clôture…
Ḥasb	Ce qui suffit. « Allah me suffit. »

Je comprends : ce que dit le Coran

… وَمَن يَتَّقِ ٱللَّهَ يَجْعَل لَّهُۥ مَخْرَجًا ۝٢ وَيَرْزُقْهُ مِنْ

حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ۚ وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُۥٓ ۚ …

« … Et quiconque craint Allah, Il lui donne une issue et lui accorde Sa subsistance par des voies qu'il n'imaginait pas. Et quiconque place sa confiance en Allah, Il lui suffit… »

Sourate 65, fin du verset 2 et début du verset 3 — extrait et traduction du sens ; arabe Ḥafṣ.

Le verset 3:159 s'adresse au Prophète ﷺ après des événements difficiles : douceur, pardon, consultation, décision et confiance y sont réunis. Ibn Kathīr rappelle sa consultation des compagnons. Notre application pédagogique : réfléchir et consulter ne contredisent pas le tawakkul ; la confiance accompagne aussi la préparation.

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ ٱللَّهِ لِنتَ لَهُمْ ۖ وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ ٱلْقَلْبِ لَٱنفَضُّوا۟ مِنْ حَوْلِكَ ۖ فَٱعْفُ عَنْهُمْ وَٱسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِى ٱلْأَمْرِ ۖ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلْمُتَوَكِّلِينَ

« C'est par quelque miséricorde de la part d'Allah que tu (Muhammad) as été si doux envers eux! Mais si tu étais rude, au cœur dur, ils se seraient enfuis de ton entourage. Pardonne-leur donc, et implore pour eux le pardon (d'Allah). Et consulte-les à propos des affaires; puis une fois que tu t'es décidé, confie-toi donc à Allah, Allah aime, en vérité, ceux qui Lui font confiance. »

Sourate 3, verset 159 — traduction du sens ; commentaire d'Ibn Kathīr sur ce verset, distinct du texte révélé.

AL-WAKĪL, LE GARANT QUI SUFFIT

Le Coran nomme Allah Wakīl sur toute chose (6:102) et affirme que ni somnolence ni sommeil ne Le saisissent (2:255). Ces textes soutiennent la confiance sans imaginer Allah semblable à un garant humain.

Le Coran rapporte : « Allah nous suffit, et quel excellent Garant ! » (3:173, extrait traduit). Ibn ʿAbbās rapporte aussi cette parole au sujet d'Ibrāhīm jeté dans le feu et du Prophète ﷺ face à la menace (al-Bukhārī 4563). Il s'agit ici d'un récit d'Ibn ʿAbbās, non d'une nouvelle citation directe du Prophète.

Le livret UA-194 présente les Noms d'Allah et la manière d'invoquer par eux.

Ce que ce livret ajoute à UA-130

Ce livret approfondit le lien entre confiance, moyens et destin, après UA-130. Il rejoint l'amour, la crainte et l'espoir étudiés en UA-196 à UA-198. Connaître les textes peut soutenir la confiance ; cela ne permet pas de juger une personne sur son degré de calme.

Travail et confiance

Chercher un revenu licite et placer sa confiance en Allah vont ensemble. Repère pédagogique ; Muslim 2664 et Coran 3:159.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE DÉPÔT CHEZ LE VOISIN DE CONFIANCE

Imaginons une famille qui confie sa clé à un voisin de confiance avant de voyager. Elle ferme les portes et vérifie les dispositions prises. Cette scène parle de précautions humaines, non d'une ressemblance avec Allah.

L'image illustre une action suivie d'une confiance, pas l'obligation de partir sans inquiétude. Les précautions et le recours à Allah restent possibles même quand l'esprit demeure préoccupé.

→ Fermer la porte est un moyen ; se confier à Allah n'exige pas de ne plus rien ressentir.

Comparaison pédagogique : Allah ne ressemble à rien de Sa création (sourate 42, verset 11) ; l'image éclaire une idée, pas Allah Lui-même.

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ

Lā ḥawla wa lā quwwata illā bi-llāh — **« Il n'y a de force ni de puissance que par Allah »**

Al-Bukhārī 6384, d'après Abū Mūsā : le Prophète ﷺ présente cette parole comme un trésor du Paradis — traduction du sens.

FICHE MÉMO 2 **Une œuvre du cœur** ✂️

- ✓ Tawakkul : l'appui du cœur sur Allah, avec la prise des moyens.
- ✓ « Quiconque place sa confiance en Allah, Il lui suffit » (65, 3).
- ✓ Al-Wakīl : le Garant à qui l'on confie ses affaires.

J'AGIS Dis aujourd'hui « Lā ḥawla wa lā quwwata illā bi-llāh » au moment d'une difficulté, en pensant au sens.

CHAPITRE 3

Les moyens et la confiance

Attacher sa chamelle… puis placer sa confiance.

> *Un homme demanda au Prophète ﷺ s'il devait attacher sa monture ou la laisser libre en se confiant à Allah. Il lui enseigna de l'attacher et de placer sa confiance en Allah.*
>
> At-Tirmidhī 2517 — résumé. Darussalam : ḥasan. At-Tirmidhī dit gharīb et rapporte une critique de cette chaîne par Yaḥyā al-Qaṭṭān ; ce récit n'est pas présenté comme unanimement authentifié.

Je comprends

L'image de la monture attachée aide à retenir les deux démarches. Le principe est aussi appuyé par 3:159 et Muslim 2664, sans dépendre de cette chaîne discutée. La moto cadenassée, la boutique fermée et le dossier préparé sont nos exemples pédagogiques.

> *« Si vous placiez votre confiance en Allah comme il se doit, Il vous accorderait votre subsistance comme Il l'accorde aux oiseaux : ils partent le matin le ventre vide et reviennent le soir rassasiés. »*
>
> At-Tirmidhī 2344, d'après ʿUmar — traduction du sens ; l'auteur le qualifie de ḥasan ṣaḥīḥ, Darussalam de ḥasan.

Le hadith parle d'oiseaux qui partent chercher leur nourriture. Il invite à unir confiance et effort ; il ne dit pas que le croyant ne ressentira jamais d'inquiétude.

Maryam et le palmier

Dans le récit de la naissance de ʿĪsā, Maryam traverse une grande détresse (19:22–26). Le texte lui adresse cet ordre ; nous n'ajoutons pas de détails sur l'état du palmier :

وَهُزِّي إِلَيْكِ بِجِذْعِ ٱلنَّخْلَةِ تُسَٰقِطْ عَلَيْكِ رُطَبًا جَنِيًّا

« Secoue vers toi le tronc du palmier: il fera tomber sur toi des dattes fraîches et mûres. »

Sourate 19, verset 25 — traduction du sens. Voir Ibn Kathīr sur ce verset ; l'application aux moyens est pédagogique.

Ce récit montre un geste demandé à Maryam alors qu'elle traverse une épreuve. Nous retenons l'importance d'agir selon ses capacités, tout en sachant que le résultat ne dépend pas de nous seuls.

Les moyens (asbāb)	La confiance (tawakkul)
Œuvre des membres.	Œuvre du cœur.
Ce que je fais : travailler, réviser, soigner, fermer à clé.	Ce que je cherche : m'en remettre à Allah, même avec une inquiétude persistante.
Chercher ce qui est utile et demander l'aide d'Allah (Muslim 2664).	C'est reconnaître qu'Allah seul donne le résultat.
Négliger volontairement un moyen possible ; à distinguer d'une incapacité.	Sans le tawakkul : risque d'oublier que les moyens dépendent d'Allah.

LE PROPHÈTE ﷺ PRENAIT LES MOYENS

ʿĀʾisha rapporte que le Prophète ﷺ et Abū Bakr engagèrent un guide expérimenté et préparèrent leurs montures pour le départ depuis la grotte de Thawr (al-Bukhārī 2263, résumé). Le Coran rapporte dans la grotte : « Ne t'afflige pas, Allah est avec nous » (9:40, extrait traduit).

La consultation est également mentionnée en 3:159. Ces textes donnent des exemples concrets de moyens employés avec la confiance, sans que nous ajoutions de détails historiques non référencés.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE PÊCHEUR DE SOUMBÉDIOUNE

Imaginons un pêcheur de Soumbédioune : avant l'aube, il vérifie les filets, le moteur et les conditions de sécurité. Il prépare eau et carburant, puis part en disant « Bismillāh ».

Il ne commande pas aux poissons. Il ne commande pas à la mer. Il fait tout ce qu'il peut… et il sait que la prise du jour est entre les mains d'Allah.

→ Préparer ce qui est utile et sûr, puis espérer sans garantir la prise.

Comparaison pédagogique : Allah ne ressemble à rien de Sa création (sourate 42, verset 11) ; l'image éclaire une idée, pas Allah Lui-même.



FICHE MÉMO 3 **Les moyens et la confiance** ✂

✓ **Agir utilement et demander l'aide d'Allah (Muslim 2664).**

✓ Les oiseaux partent le matin : la confiance n'empêche pas l'effort.

✓ **Agir selon ses capacités ne garantit pas le résultat souhaité.**

J'AGIS Choisis une chose que tu repousses depuis longtemps et fais aujourd'hui le premier geste, en disant « Bismillāh ».

PARTIE 3

Éviter les erreurs

Deux pentes opposées, et quelques pièges très connus.

Est-ce que j’ai déjà dit « c’est Dieu qui fera » pour ne pas faire ma part ?

CHAPITRE 4

Ni fatalisme ni orgueil

Éviter la négligence volontaire sans condamner l’incapacité.

Je comprends : deux erreurs opposées

Deux attitudes sont distinguées ici : justifier une négligence volontaire par la confiance en Allah, ou prétendre que ses propres efforts garantissent tout. Ce repère pédagogique n’assimile pas la fatigue, la maladie ou un obstacle réel à de la paresse.

Négliger un moyen possible	Le tawakkul (la confiance)	L'orgueil (compter sur soi seul)
Refuser toute démarche possible en invoquant la confiance.	Je cherche, je me forme, et je confie le résultat à Allah.	« C'est grâce à mon diplôme et à mes relations, point. »
Renoncer à des soins utiles au seul motif qu'il suffit d'attendre.	Je consulte le médecin et je demande la guérison à Allah.	« Ce médicament me guérira à coup sûr. »
Laisser la boutique ouverte la nuit.	Je ferme et je demande protection ; une inquiétude peut subsister.	Croire que mes seules précautions me garantissent une sécurité absolue.

Ibn ʿAbbās rapporte que des pèlerins du Yémen partaient sans provisions en se disant confiants, puis demandaient aux gens à La Mecque. Le récit cite alors 2:197 : prendre des provisions, la meilleure étant la piété (al-Bukhārī 1523, résumé du texte arabe).

Je comprends : un miracle et les moyens ordinaires

Le Coran raconte qu'Allah a préservé Ibrāhīm du feu. Nous affirmons ce récit sans en tirer ici une théorie technique générale des causes. Il ne nous autorise pas à nous exposer au danger ni à abandonner les moyens utiles.

قُلْنَا يَٰنَارُ كُونِي بَرْدًا وَسَلَٰمًا عَلَىٰٓ إِبْرَٰهِيمَ

« Nous dîmes: «O feu, sois pour Abraham une fraîcheur salutaire». »

Sourate 21, verset 69 — traduction du sens. Pour ce passage : texte vocalisé Quran.com sans code couleur de tajwīd, police coranique incorporée.

Ibn Kathīr commente ce verset comme la protection accordée à Ibrāhīm. Le repère pratique du livret demeure : rechercher ce qui est utile et demander l'aide d'Allah (Muslim 2664). Nous ne transformons pas une explication théologique postérieure en parole de Mālik.

ATTENTION : PROMESSES DE SÉCURITÉ ET DIVINATION

Méfions-nous des promesses de résultat garanti, des pratiques inconnues et des personnes qui prétendent lire l'avenir. Le Coran réserve à Allah la connaissance de l'invisible (27:65). Pour une pratique précise, demander un avis compétent sans déclarer arbitrairement une personne mécréante.

Muslim 2230 rapporte que celui qui interroge un devin voit sa prière non acceptée pendant quarante nuits — traduction du sens. An-Nawawī précise que cela concerne la récompense, non la dispense de prier : les obligations demeurent (commentaire de ce hadith).

Ce rappel ne vise pas les maîtres d'école coranique ni la ruqya permise sans association (Muslim 2200). Les questions particulières d'amulettes ne sont pas tranchées en bloc ici ; présente le contenu exact à une personne compétente plutôt que de suivre une promesse commerciale.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LA CLÉ ET LA SERRURE

Imaginons une clé et une serrure : utiliser le bon outil est une démarche pratique. Cette image n'explique ni Allah ni le mécanisme de Son action.

Nous retenons seulement ce repère : employer les moyens utiles tout en reconnaissant que le résultat n'est pas à notre entière disposition. Le cours n'impose pas de théorie des causes au débutant.

→ Je me sers de la clé ; je remercie Celui qui a tout créé.

Comparaison pédagogique : Allah ne ressemble à rien de Sa création (sourate 42, verset 11) ; l'image éclaire une idée, pas Allah Lui-même.

FICHE MÉMO 4 **Ni fatalisme ni orgueil** ✂️

✓ Tawākul : paresse déguisée ; orgueil : compter sur soi seul.

✓ **Chercher ce qui est utile et demander l'aide d'Allah.**

✓ **Se méfier de la divination et des résultats prétendument garantis.**

J'AGIS Repère aujourd'hui un domaine où tu attends sans agir, et fais un premier geste concret.

CHAPITRE 5

Le tawakkul et le destin

Avant d'agir, l'effort ; après avoir agi, l'acceptation.

> *« Sache que si la communauté entière se réunissait pour t'apporter un bienfait, elle ne pourrait t'apporter que ce qu'Allah a déjà écrit pour toi ; et si elle se réunissait pour te nuire, elle ne pourrait te nuire que par ce qu'Allah a déjà écrit contre toi. Les calames ont été levés et les feuilles ont séché. »*
>
> At-Tirmidhī 2516, conseil à Ibn ʿAbbās — extrait traduit ; l'auteur dit ḥasan ṣaḥīḥ, Darussalam ḥasan.

Je comprends

Ce récit rappelle le décret d'Allah et encourage à demander Son aide. Il ne supprime pas le droit de se protéger, de chercher des recours ou de demander justice. Éprouver de la peur devant une menace ne permet pas de juger le tawakkul d'une personne.

Le destin ne remplace pas nos démarches. Muslim 2664 encourage à rechercher ce qui est utile et à demander l'aide d'Allah. On agit selon ses capacités sans prétendre connaître d'avance ce qui nous arrivera.

> *« Le croyant fort est meilleur et plus aimé d'Allah que le croyant faible, et en chacun il y a du bien. Recherche avec ardeur ce qui t'est utile, demande l'aide d'Allah et ne te décourage pas. Si quelque chose t'atteint, ne dis pas : « Si j'avais fait ceci, il serait arrivé cela », mais dis : « Allah l'a décrété, et Il fait ce qu'Il veut. » Car « si » ouvre la porte à l'œuvre du Shayṭān. »*
>
> Muslim 2664, d'après Abū Hurayra — traduction du sens. Ce récit n'assimile pas une maladie ou une détresse involontaire à une faute.

Le moment	Ce que je fais	Ce que je dis
Avant d'agir	Je réfléchis, je consulte et, pour un choix permis, je peux prier l'istikhāra (al-Bukhārī 1166).	« Bismillāh, tawakkaltu ʿalā llāh. »
Pendant l'action	Je fais de mon mieux, honnêtement.	« Allah, aide-moi. »
Après le résultat	Je cherche à accueillir ce qui est arrivé, à réparer si nécessaire et à apprendre.	« Qaddara llāhu wa mā shāʾa faʿal. »

قَدَّرَ اللَّهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ

Qaddara llāhu wa mā shāʾa faʿal — **« Allah l'a décrété, et Il fait ce qu'Il veut »**

Vocalisation « qaddara llāhu » attestée chez an-Nawawī, al-Adhkār, n° 686, citant Muslim. L'édition de Muslim 2664 consultée affiche aussi « qadaru llāhi » ; ce sont des lectures rapportées, non une exclusivité affirmée ici.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE CHAMP D'ARACHIDE

Imaginons un paysan du Saloum : au début de l'hivernage, il prépare la terre et sème selon ses moyens. Il attend ensuite la pluie, qu'il ne commande pas.

Si la pluie tarde, il peut être inquiet, chercher des conseils ou une aide et ajuster ses choix. Invoquer et apprendre de l'expérience ne sont pas contradictoires.

→ Semer, c'est ma part ; la pluie et la récolte viennent d'Allah.

Comparaison pédagogique : Allah ne ressemble à rien de Sa création (sourate 42, verset 11) ; l'image éclaire une idée, pas Allah Lui-même.

ATTENTION : « C'ÉTAIT ÉCRIT » N'EST PAS UNE EXCUSE

Invoquer le destin pour justifier une injustice ne la répare pas. Après un événement, apprendre, corriger sa conduite ou demander justice reste possible. Cette leçon ne transforme pas l'épuisement ou la maladie en négligence.

Les livrets UA-230 « Comprendre le destin » et UA-234 « Agir sans fatalisme » approfondissent ces questions.

FICHE MÉMO 5 **Le tawakkul et le destin** ✂

- ✓ Personne ne peut me donner ni me nuire sans le décret d'Allah.
- ✓ **Agir selon ses capacités ; après, chercher aide et enseignement utile.**
- ✓ Éviter les regrets qui enferment ; apprendre de ses choix reste utile.

J'AGIS La prochaine fois qu'un projet ne marche pas, dis « Qaddara llāhu wa mā shāʾa faʿal », puis note une leçon à retenir.

PARTIE 4

Vivre le tawakkul

Du marché à l'hôpital, de l'école au car rapide.

Dans quel domaine de ma vie ai-je le plus besoin de tawakkul ?

CHAPITRE 6

Le tawakkul au quotidien

Je fais ma part, je confie le reste.

Je comprends

Le tawakkul se vit aussi dans les gestes ordinaires. Abū Dāwūd 5095 rapporte l'invocation de sortie et la réponse annonçant guidée, suffisance et protection (traduction du sens). Cela ne nous dispense pas des précautions ni n'autorise à juger la foi d'une personne qui subit un accident.

La situation	Je fais (ma part)	Je confie (à Allah)
Mon commerce à Sandaga	J'ouvre à l'heure, je suis honnête sur les prix et la qualité, je tiens mes comptes.	Les clients, la saison, le bénéfice.
Les examens (BFEM, bac, concours)	Je révise régulièrement, je dors assez, j'arrive à l'heure.	Les sujets, la correction, le résultat.
La santé	Je consulte un professionnel compétent et suis les conseils adaptés à ma situation.	La guérison : c'est Allah qui guérit.
Le voyage (Dakar–Touba, Dakar–Ziguinchor)	Je choisis un véhicule en bon état, je pars reposé(e), je dis l'invocation du voyage.	La route, les autres conducteurs, l'arrivée.
La recherche d'emploi	Je soigne mon CV, je me forme, je postule, je me présente bien.	La réponse, le moment, le poste qui me convient.
L'éducation des enfants	J'enseigne, je donne l'exemple, je surveille avec douceur, j'invoque pour eux.	Leur cœur, leur guidée, leur avenir.

Le Prophète ﷺ encourage à se soigner et mentionne une exception : la vieillesse (Abū Dāwūd 3855 ; at-Tirmidhī 2038, résumé). At-Tirmidhī dit ḥasan ṣaḥīḥ ; Abū Dāwūd est jugé ṣaḥīḥ par al-Albānī dans l'édition consultée. Ce repère encourage les soins sans garantir la guérison de chaque personne.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE CAR RAPIDE

Imaginons un trajet en car rapide : le passager choisit sa ligne, vérifie son arrêt et reste attentif à la sécurité, même sans connaître toutes les rues.

L'image illustre une démarche avec une part d'inconnu. Elle ne dit pas que chaque difficulté vient d'un mauvais choix ni qu'il faut accepter une situation dangereuse.

→ Je prends les précautions possibles, sans prétendre tout contrôler.

Comparaison pédagogique : Allah ne ressemble à rien de Sa création (sourate 42, verset 11) ; l'image éclaire une idée, pas Allah Lui-même.

Je vis ma foi : ma routine du tawakkul

N°	Le geste	Pour
1	En sortant de chez moi : « Bismi llāh, tawakkaltu ʿalā llāh… ».	Le matin
2	Avant une décision importante : réfléchir, consulter, prier l'istikhāra.	Les choix
3	Faire chaque tâche le mieux possible, sans tricher.	Les moyens
4	Le soir, nommer une inquiétude et la confier à Allah dans une invocation.	Le cœur



FICHE MÉMO 6 **Au quotidien** ✂️

- ✓ En sortant : « Bismi llāh, tawakkaltu ʿalā llāh… ».
- ✓ Pour chaque souci : je fais ma part, je confie le reste.
- ✓ Consulter le médecin est un moyen, pas un manque de foi.

J'AGIS Reprends ta feuille du chapitre 1 : pour chaque inquiétude, remplis la colonne « je fais » et la colonne « je confie ».

CHAPITRE 7

Les fruits du tawakkul

Espérer un appui, sans exiger un calme constant.

Je comprends

Le tawakkul peut soutenir nos démarches. Les lignes suivantes proposent des applications, non un test de foi : une personne inquiète ou déprimée peut avoir besoin de soins et de soutien, sans être condamnée pour ses émotions.

Un appui recherché	Une application possible
La sérénité (sakīna)	Je cherche la paix en confiant mes soucis à Allah ; une inquiétude persistante peut demander de l'aide.
Le courage	Chercher un pas possible et refuser une injustice avec les recours adaptés.
Le contentement (qanāʿa)	Reconnaître un bien reçu sans nier un besoin ni renoncer à ses droits.
La liberté	Ne pas accepter une humiliation ou une pratique interdite pour une promesse de résultat.
L'amour d'Allah	« Allah aime ceux qui placent leur confiance en Lui » (sourate 3, verset 159).

> *« Soixante-dix mille de ma communauté entreront au Paradis sans compte. […] Ce sont ceux qui ne demandent pas qu'on leur fasse de ruqya, qui ne tirent pas de mauvais présages, qui ne se font pas cautériser, et sur leur Seigneur ils s'appuient. »*
>
> Al-Bukhārī 5752 et 5705, d'après Ibn ʿAbbās — extraits traduits du texte arabe : « ne demandent pas » la ruqya, non « ne la pratiquent pas ».

Ce hadith ne commande pas d'abandonner les soins. La ruqya sans association est permise (Muslim 2200), et consulter un professionnel compétent fait partie des moyens utiles. On ne déduit pas de ce récit qu'un malade devrait renoncer à un traitement.

… وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُۥٓ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ بَٰلِغُ أَمْرِهِۦ ۚ …

…

« … Et quiconque place sa confiance en Allah, Il lui suffit. Allah atteint ce qu'Il Se propose… »

Sourate 65, verset 3 (extrait) — traduction du sens ; arabe Ḥafṣ.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LA PIROGUE AU MOUILLAGE

Imaginons une pirogue au mouillage : le pêcheur vérifie l'ancre et la corde. Cette image aide à penser un appui, sans promettre une sécurité absolue en mer.

L'ancre est ici une comparaison pédagogique de la confiance recherchée. Elle n'oblige pas le cœur à rester calme au milieu de toutes les épreuves.

→ Chercher un appui et du soutien, même quand les vagues demeurent.

Comparaison pédagogique : Allah ne ressemble à rien de Sa création (sourate 42, verset 11) ; l'image éclaire une idée, pas Allah Lui-même.

ATTENTION : LE TAWAKKUL NE PROMET PAS QUE TOUT IRA COMME JE VEUX

Placer sa confiance en Allah ne garantit pas d'obtenir ce que l'on désire. On agit selon ses capacités, on demande Son aide et on espère Sa miséricorde, même sans comprendre l'issue. Refuser une injustice, se protéger et demander des soins restent compatibles avec cette confiance.

Le livret UA-233 « Patience et confiance » et le livret UA-201 « Connaître Allah dans l'épreuve » prolongent cette réflexion.



FICHE MÉMO 7 **Les fruits du tawakkul** ✂

✓ **Rechercher apaisement et courage, sans mesurer la foi aux émotions.**

✓ Allah aime ceux qui placent leur confiance en Lui.

✓ Le tawakkul unit l'effort, la confiance et l'espoir, sans garantir le résultat désiré.

J'AGIS Ce soir, avant de dormir, confie à Allah une inquiétude précise, puis remercie-Le pour une chose qu'Il t'a déjà donnée.

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 mes trois inquiétudes et ce que je peux faire pour chacune (chapitre 1).	☐
2	Dire « Lā ḥawla wa lā quwwata illā bi-llāh » face à une difficulté, en pensant au sens (chapitre 2).	☐
3	Faire le premier geste d'une tâche repoussée, en disant « Bismillāh » (chapitre 3).	☐
4	Repérer un domaine où j'attends sans agir, et agir (chapitre 4).	☐
5	Face à une contrariété, dire « Qaddara llāhu wa mā shāʾa faʿal » au lieu de « si j'avais… » (chapitre 5).	☐
6	Dire l'invocation de la page 2 en sortant de chez moi, et remplir mon tableau « je fais / je confie » (chapitre 6).	☐
7	Confier une inquiétude à Allah avant de dormir, et Le remercier pour un bienfait (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 tawakkul, c'est…

- ☐ A. attendre sans rien faire
- ☐ B. l'appui du cœur sur Allah, avec la prise des moyens
- ☐ C. compter sur ses efforts seulement

2. Le tawakkul est d'abord une œuvre…

- ☐ A. du cœur
- ☐ B. de la langue seulement
- ☐ C. des mains seulement

3. Dans le récit d'at-Tirmidhī 2517, dont la chaîne est discutée, le conseil est…

- ☐ A. « Laisse-la, Allah la gardera »
- ☐ B. « Attache-la, et place ta confiance en Allah »
- ☐ C. « Vends-la »

4. Dans le hadith des oiseaux, les oiseaux…

- ☐ A. restent au nid
- ☐ B. partent le matin le ventre vide et reviennent rassasiés
- ☐ C. ne mangent jamais

5. Le tawākul (avec un « ā » long) désigne…

- ☐ A. la paresse déguisée en piété
- ☐ B. la confiance parfaite
- ☐ C. un Nom d'Allah

6. Prendre un traitement médical adapté…

- ☐ A. garantit toujours une guérison immédiate
- ☐ B. peut être un moyen utile, sans résultat individuel garanti
- ☐ C. rend inutile toute précaution

7. Après un échec, le hadith rapporté par Muslim nous apprend à dire…

- ☐ A. « Si j'avais fait ceci… »
- ☐ B. « C'est la faute des autres »
- ☐ C. « Allah l'a décrété, et Il fait ce qu'Il veut »

8. Consulter un médecin quand on est malade…

- ☐ A. contredit le tawakkul
- ☐ B. fait partie des moyens utiles selon sa situation
- ☐ C. est interdit

RÉPONSES

1 : B • 2 : A • 3 : B • 4 : B • 5 : A • 6 : B • 7 : C • 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
Tawakkul	L'appui du cœur sur Allah, avec la prise des moyens.
Mutawakkil	Celui qui place sa confiance en Allah.
Tawākul	La paresse qui se fait passer pour de la confiance en Allah.
Al-Wakīl	Nom d'Allah : le Garant, à qui l'on confie ses affaires.
Asbāb	Les moyens, les causes (singulier : sabab).
Moyen utile	Une démarche adaptée à la situation ; son résultat n'est pas garanti.
Ḥasbunā llāh	« Allah nous suffit. »
Qadar	Le destin décrété par Allah.
Istikhāra	La prière de consultation, pour demander à Allah de choisir le bien.
Rizq	La subsistance, tout ce qu'Allah accorde pour vivre.
Sakīna	La sérénité, la paix du cœur.
Qanāʿa	Le contentement de ce qu'Allah a donné.
Ruqya	Des récitations et invocations pour demander la guérison ; sans association (Muslim 2200), sans remplacer arbitrairement les soins.
Tamīma	L'amulette suspendue pour se protéger.
Kāhin	Le devin, qui prétend connaître l'invisible.
Shirk	Associer à Allah ce qui n'appartient qu'à Lui.

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

Fiche mémo : le tawakkul en une page

	Repères du livret : confiance et action possible
Définition	L'appui du cœur sur Allah • avec la prise des moyens
Coran	« Quiconque place sa confiance en Allah, Il lui suffit » (65, 3)
Nom d'Allah	Al-Wakīl : le Garant qui suffit
Règle d'or	Rechercher ce qui est utile et demander l'aide d'Allah (Muslim 2664).
Deux erreurs	Tawākul (paresse) • orgueil (compter sur soi seul)
Les moyens	À employer selon la situation • aucun résultat personnel garanti
Après l'action	« Qaddara llāhu wa mā shāʾa faʿal » • apprendre sans se condamner
Fruits	Appuis recherchés, non test des émotions • Allah aime les confiants (3:159)

Pour continuer le chemin

Ce livret appartient à la collection Mu'min, série « Connaître Allah ». Voici les autres titres de la série.

Référence	Titre de travail
UA-193	Allah le Créateur et le Seigneur
UA-194	Les Noms d'Allah — Introduction

Référence	Titre de travail
UA-195	Les Attributs d'Allah
UA-196	Aimer Allah
UA-197	Craindre Allah avec équilibre
UA-198	Espérer en Allah
UA-200	La proximité d'Allah
UA-201	Connaître Allah dans l'épreuve

Et ensuite…

Référence	Titre de travail
UA-130	La confiance en Allah (Univers Muslim)
UA-230	Comprendre le destin
UA-233	Patience et confiance
UA-234	Agir sans fatalisme

> **UN CONSEIL**
>
> Garde ton tableau « je fais / je confie » si cela t'aide. Quand une inquiétude revient, tu peux invoquer et choisir un petit pas possible. Si elle devient envahissante, chercher un soutien ou des soins n'est pas un manque de foi.

Repères et sources

UA-199 • Collection Mu'min • Série Connaître Allah • Révision du 31 octobre 2026. Version source : 3 octobre 2026 ; PDF public rapproché : 7 octobre 2026.

Cadre : Coran et Sunna authentique ; fiqh malikite. Aucune école théologique ajoutée automatiquement ni formulation tardive attribuée à Mālik. Scènes contemporaines imaginées, sans représentation d'Allah, des prophètes ni des anges.

Coran : lecture Ḥafṣ. Quatre blocs colorés : édition quran-tajweed, Al Quran Cloud, recoupée avec Quran.com. Le bloc 21:69 est entièrement noir, source Quran.com, police officielle KFGQPC HAFS Uthmanic Script incorporée. Traductions du sens : Hamidullah ou extraits adaptés ; les coupures sont signalées.

Hadiths vérifiés sur sunnah.com : Abū Dāwūd 5095 et 3855 ; al-Bukhārī 4563, 1523, 2263, 6384, 5752, 5705 et 1166 ; Muslim 8a, 2664, 2200 et 2230 ; at-Tirmidhī 2344, 2516, 2517 et 2038. Les qualifications d'auteur et d'éditeur sont distinguées près des récits ; la chaîne de 2517 reste signalée comme discutée.

Commentaires attribués : Ibn Kathīr sur 65:3, 3:159, 19:25 et 21:69 (quran.ksu.edu.sa/tafseer/katheer/). An-Nawawī, commentaire de Muslim 2230 (islamweb.net, bibliothèque du Sharḥ) ; al-Adhkār, n° 686 (islamhouse.com/read/ar/2431-الأذكار-النووية). Ces commentaires ne sont pas des paroles de Mālik. Matrice de sources et journal de révision conservés avec le maître Word.

Rédaction et contrôles assistés par IA. Validation humaine en cours ; aucun visa religieux humain attribué. Originaux conservés, illustrations préservées ; sources, arabe, quiz et formats révisés.

Code de couleurs (alquran.cloud/tajweed-guide) : gris : lettres non prononcées ; bleus : prolongations ; rouge : qalqala ; orange : ghunna ; violet : ikhfāʾ ; turquoise : iqlāb ; verts : idghām. Les couleurs des extraits gardent le contexte du verset entier ; les arrêts s'apprennent oralement. PDF gratuit, livre imprimé payant.

Faire sa part, et s’en remettre à Allah.

Comment faire confiance à Allah sans tomber dans la paresse ?

Ce livret explique le tawakkul à partir de textes référencés : confiance en Allah et moyens utiles, sans résultat garanti ni jugement de foi fondé sur les émotions. Il distingue citations, commentaires et exemples, traite des soins, du destin et des précautions, puis propose un quiz et des gestes possibles.

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-199 • Révision du 31 octobre 2026 • Validation humaine en cours