DU MUSLIM AU MUHSIN

Collection « Les anges » • Livret 3 sur 4

Les anges qui écrivent les actions

Chaque mot compte, chaque bien est multiplié



Univers Mu'min • Pour les adultes • UA-204

UNE PAROLE QUI ÉLÈVE

إِنَّ الْعَبْدَ لَيَتَكَلَّمُ بِالْكَلِمَةِ مِنْ رِضْوَانِ اللَّهِ، لَا يُلْقِي لَهَا بَالًا، يَرْفَعُ اللَّهُ بِهَا دَرَجَاتٍ

Inna l-ʿabda la-yatakallamu bi-l-kalimati min riḍwāni llāhi, lā yulqī lahā bālan, yarfaʿu llāhu bihā darajāt.

« Le serviteur prononce une parole qui plaît à Allah, sans même y prêter attention, et Allah l'élève par elle de plusieurs degrés. »

Parole du Prophète ﷺ rapportée par al-Bukhārī d'après Abū Hurayra — extrait, traduction du sens.

EN QUELQUES MOTS

Allah sait tout, depuis toujours. Et pourtant, Il a confié à des anges, les **nobles scribes**, la mission d'écrire nos actes et nos paroles. Ce livret t'explique ce que disent le Coran et la Sunna de ces anges, pourquoi tout est écrit, comment Allah **multiplie le bien** et **limite le mal**, et comment remplir ton registre de lumière : par la parole, l'intention et le repentir.

Le message vocal



« Celui-là, je vais lui dire ses quatre vérités… »

Avant d'envoyer ce message, je m'arrête : sera-t-il vrai, utile et juste ?

Avant de commencer

> **UNE PROMESSE**
>
> Tout ce que tu dis et tout ce que tu fais est écrit. Cette idée peut faire peur. Ce livret te montre qu'elle est surtout une **bonne nouvelle** : Allah compte le bien avec générosité, Il pardonne à celui qui revient, et chaque petite parole sincère peut t'élever. À la fin, tu sauras ce que disent les textes sur les anges scribes, et tu auras des gestes simples pour remplir ton registre de lumière.

Ce livret est le troisième de la collection « Les anges » (UA-202 à UA-205), dans la porte « Croire aux anges » de l'Univers Mu'min. UA-202 présente qui sont les anges ; UA-203 leurs grandes missions ; celui-ci se concentre sur **une seule mission**, celle qui nous touche à chaque instant : écrire nos actes. UA-205 montrera la présence des anges dans la vie du croyant.

Pour les bases de la foi, tu peux aussi lire UA-188 (Comprendre l'īmān) et UA-190 (Les six piliers de la foi). Ici, nous approfondissons la mission des anges scribes.

Rappel important : les anges font partie du **ghayb**, l'invisible. Dans ce livret, **aucune image ne les représente**. Les illustrations montrent des personnes et des objets de notre vie, pour nous aider à réfléchir.

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 accompagné de son texte arabe voyellé, selon la lecture Ḥafṣ, avec les couleurs de tajwīd, et d'une traduction du sens en français.

Ce livret suit la ligne sunnite, la croyance ashʿarite et le fiqh malikite. Les questions qui demandent une explication personnelle se posent à un enseignant qualifié.

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 CAHIER DU BOUTIQUIER



Dans le quartier, le boutiquier note dans un cahier ce que chacun prend à crédit : un paquet de sucre, un pot de lait, un pain. Les clients oublient souvent ; le cahier, lui, n'oublie pas. À la fin du mois, on fait les comptes.

Nos actes aussi sont notés. Mais il y a une grande différence : **ici, le bien est multiplié**, et la dette peut être effacée par le repentir.

➜ Ce qui est écrit aujourd'hui sera lu demain : écrivons de belles pages.

Comparaison pédagogique : les anges sont des réalités du ghayb ; l'image éclaire une idée, elle ne les décrit pas.

Sommaire

Partie 1 — S’arrêter

1. Le miroir : si je relisais ma journée ? · 10 min

Partie 2 — Comprendre

2. Les nobles scribes · 15 min
3. Le bien multiplié, le mal limité · 15 min

Partie 3 — Ce qui est écrit

4. La parole · 15 min
5. Le secret et l’intention · 15 min

Partie 4 — Vivre

6. Effacer, remplacer, réparer · 15 min
7. Remplir son registre de lumière · 15 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

Avant d’apprendre ce qui est écrit, on relit sa journée.

Si je pouvais relire, ce soir, tout ce qui a été écrit de ma journée, quelle page aimerais-je effacer ? Laquelle me rendrait heureux(se) ?

CHAPITRE 1

Le miroir : si je relisais ma journée ?

Regarder ses paroles et ses actes, sans peur et sans honte.

JE M'ARRÊTE — QUESTION MIROIR

De quoi ai-je parlé aujourd'hui ? Combien de mes paroles étaient utiles ?

Y a-t-il un message, un vocal ou un commentaire que je regrette ?

Quel petit bien ai-je fait aujourd'hui, que personne n'a vu ?

Je comprends

Pense à ta journée d'hier. Le réveil, la prière de l'aube (ou le retard…), la route en car rapide, les discussions au travail ou au marché, les messages sur le téléphone, le repas en famille, la soirée. Combien de **paroles** as-tu prononcées ? Combien de **gestes** as-tu faits ? Tu en as oublié la plupart.

Allah, Lui, n'oublie rien. Et Il nous apprend dans le Coran que des anges, les **nobles scribes** (al-kirām al-kātibūn), écrivent tout ce que nous faisons. Le jour du Jugement, chacun recevra son **registre** (kitāb) : le livre de sa propre vie. Mais tant que nous vivons, il reste **ouvert** : on peut y ajouter du bien, et le repentir peut effacer le mal.

وَكُلَّ إِنسَٰنٍ أَلْزَمْنَٰهُ طَٰٓئِرَهُۥ فِى عُنُقِهِۦ ۖ وَنُخْرِجُ لَهُۥ يَوْمَ ٱلْقِيَٰمَةِ كِتَٰبًا يَلْقَىٰهُ مَنشُورًا ٱقْرَأْ كِتَٰبَكَ كَفَىٰ بِنَفْسِكَ ٱلْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا

« Et au cou de chaque homme, Nous avons attaché son œuvre. Et le Jour de la Résurrection, Nous lui sortirons un écrit qu'il trouvera déroulé : « Lis ton écrit ! Aujourd'hui, tu suffis pour faire ton propre compte. » »

Sourate 17, versets 13-14 — traduction du sens

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE CAHIER DU BOUTIQUIER

Dans le quartier, le boutiquier note dans un cahier ce que chacun prend à crédit : un paquet de sucre, un pot de lait, un pain. Les clients oublient souvent ; le cahier, lui, n'oublie pas. À la fin du mois, on fait les comptes.

Nos actes aussi sont notés. Mais il y a une grande différence : **ici, le bien est multiplié**, et la dette peut être effacée par le repentir.

→ Ce qui est écrit aujourd'hui sera lu demain : écrivons de belles pages.

Comparaison pédagogique : les anges sont des réalités du ghayb ; l'image éclaire une idée, elle ne les décrit pas.

Je vis ma foi

Ce soir, avant de dormir, prends deux minutes. Repasse ta journée dans ta tête, comme si tu feuilletais un cahier. Note une parole que tu regrettes et une bonne action dont tu es content(e). Ce n'est pas pour te juger : c'est ton point de départ.

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

- ✓ Mes paroles et mes actes sont écrits, même ceux que j'oublie.
- ✓ Le registre reste ouvert tant que je suis vivant(e).
- ✓ Se souvenir que tout est écrit rend plus attentif, pas plus craintif.

J'AGIS Ce soir, note une parole à regretter et un bien à remercier.

PARTIE 2

Comprendre

Qui écrit, pourquoi, et comment Allah compte.

CHAPITRE 2

Les nobles scribes

Ce que le Coran et la Sunna nous apprennent.

وَإِنَّ عَلَيْكُمْ لَحَٰفِظِينَ كِرَامًا كَٰتِبِينَ يَعْلَمُونَ مَا تَفْعَلُونَ

« Et veillent sur vous des gardiens, de nobles scribes, qui savent ce que vous faites. »

Sourate 82, versets 10-12 — traduction du sens

Je comprends

Le Coran appelle ces anges kirām kātibīn : des scribes nobles, honorés par Allah. Ils consignent nos actes selon ce qu'Il leur fait connaître. Leur savoir est reçu d'Allah ; seul Allah possède une science parfaite et sans limite.

وَلَقَدْ خَلَقْنَا ٱلْإِنسَٰنَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِۦ نَفْسُهُۥ ۖ وَنَحْنُ أَقْرَبُ
إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ ٱلْوَرِيدِ إِذْ يَتَلَقَّى ٱلْمُتَلَقِّيَانِ عَنِ ٱلْيَمِينِ وَعَنِ ٱلشِّمَالِ
قَعِيدٌ مَّا يَلْفِظُ مِن قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ

« Nous avons créé l'homme et Nous savons ce que son âme lui suggère, et Nous sommes plus près de lui que sa veine jugulaire. Quand les deux recueillants, assis à droite et à gauche, recueillent, il ne prononce pas une parole sans avoir auprès de lui un observateur prêt à l'inscrire. »

Sourate 50, versets 16-18 — traduction du sens

Le passage mentionne deux anges, l'un à droite et l'autre à gauche. Raqīb ʿatīd signifie « observateur prêt ». Des commentateurs expliquent que celui de droite écrit le bien et celui de gauche le mal. La proximité mentionnée au verset 16 ne signifie pas qu'Allah serait un corps près du nôtre : al-Qurṭubī l'explique notamment par Sa science et Sa puissance.

أَمْ يَحْسَبُونَ أَنَّا لَا نَسْمَعُ سِرَّهُمْ وَنَجْوَىٰهُم ۚ بَلَىٰ وَرُسُلُنَا لَدَيْهِمْ يَكْتُبُونَ

« Ou bien pensent-ils que Nous n'entendons pas leur secret et leurs conversations confidentielles ? Mais si ! Et Nos messagers auprès d'eux enregistrent. »

Sourate 43, verset 80 — traduction du sens

ATTENTION : RAQĪB ET ʿATĪD, DEUX NOMS ?

On entend souvent dire que les deux anges s'appellent « Raqīb » et « ʿAtīd ». Selon l'explication la plus répandue chez les commentateurs, ces deux mots sont des **qualités** (« observateur », « prêt »), et non des noms propres. Ce qui est sûr, c'est ce que dit le verset : un ange **observe** et **inscrit**.

Nous ne savons pas à quoi ressemblent ces anges, ni comment ils écrivent, ni avec quoi. Le Coran ne le décrit pas : on s'arrête là où s'arrêtent les textes (voir UA-202).

Tout est écrit

وَوُضِعَ ٱلْكِتَٰبُ فَتَرَى ٱلْمُجْرِمِينَ مُشْفِقِينَ مِمَّا فِيهِ وَيَقُولُونَ يَٰوَيْلَتَنَا مَالِ هَٰذَا ٱلْكِتَٰبِ لَا يُغَادِرُ صَغِيرَةً وَلَا كَبِيرَةً إِلَّآ أَحْصَىٰهَا ۚ وَوَجَدُوا۟ مَا عَمِلُوا۟ حَاضِرًا ۗ وَلَا يَظْلِمُ رَبُّكَ أَحَدًا

« Et on déposera le registre. Alors tu verras les criminels effrayés de ce qu'il contient ; ils diront : « Malheur à nous ! Qu'a donc ce registre à n'omettre ni petite ni grande action sans l'avoir comptée ? » Et ils trouveront présent tout ce qu'ils ont fait. Et ton Seigneur ne fait de tort à personne. »

Sourate 18, verset 49 — traduction du sens

« Ni petite ni grande » : un mot gentil comme une moquerie, un billet donné comme un billet volé, une prière faite à l'heure comme une prière négligée. Mais la fin du verset rassure : **« ton Seigneur ne fait de tort à personne »**. Rien ne sera ajouté injustement, rien de bon ne sera oublié.

Allah sait tout : pourquoi faire écrire ?

Voici une question que beaucoup se posent : si Allah sait tout, depuis toujours, avant même que nous agissions, **pourquoi des anges écrivent-ils ?** La science d'Allah est éternelle et parfaite : elle n'a besoin d'aucun cahier. Les savants expliquent que cette écriture est voulue par Allah pour des **sagesses** qui nous concernent :

La sagesse	Ce qu'elle veut dire
La justice	Chacun sera jugé sur ce qu'il a réellement fait, et non sur ce qu'Allah savait qu'il ferait.
La preuve (ḥujja)	Le registre est une preuve contre laquelle personne ne pourra protester : « Lis ton écrit ! »
L'honneur	Allah honore Ses anges en leur confiant cette mission, et Il honore le croyant en faisant écrire son bien.
L'éducation	Savoir que nos actes sont écrits nous rend attentifs à ce que nous disons et faisons.

CE QUE L'ON GARDE À L'ESPRIT

Les anges écrivent **par l'ordre d'Allah** ; ils ne décident de rien par eux-mêmes et ne Lui désobéissent pas.

Le véritable témoin, c'est **Allah**, qui sait tout. Le registre ne Lui apprend rien : il est pour nous.

Les anges scribes sont **distincts** des autres anges dont parle le Coran, comme ceux qui protègent l'homme par l'ordre d'Allah (sourate 13, verset 11). Les grandes missions des anges sont présentées dans UA-203.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE PROCÈS-VERBAL

Au tribunal de Dakar, le juge connaît déjà très bien le dossier. Pourtant, un greffier écrit tout ce qui se dit à l'audience. Pourquoi ? Pour que le jugement repose sur une **trace** que personne ne peut contester.

Allah n'a pas besoin de trace : Il sait tout. Mais Il a voulu que nos actes soient écrits, pour que Sa justice soit **manifeste** à nos yeux.

→ L'écriture des actes ne sert pas à informer Allah ; elle sert à nous montrer Sa justice.

Comparaison pédagogique : les anges sont des réalités du ghayb ; l'image éclaire une idée, elle ne les décrit pas.

FICHE MÉMO 2 **Les nobles scribes** ✂️

- ✓ Des anges nobles écrivent nos actes, par l'ordre d'Allah (sourate 82).
- ✓ Deux auprès de chacun, à droite et à gauche ; aucune parole n'échappe (sourate 50).
- ✓ Allah sait déjà tout : l'écriture est pour la justice et la preuve.

J'AGIS Lis aujourd'hui la sourate 82 (al-Infiṭār) avec la traduction du sens.

CHAPITRE 3

Le bien multiplié, le mal limité

La générosité d'Allah dans Sa manière de compter.

> *« Allah a écrit les bonnes et les mauvaises actions, puis Il a expliqué cela. Celui qui projette une bonne action et ne la fait pas, Allah l'inscrit auprès de Lui comme une bonne action complète. S'il la projette et la fait, Allah l'inscrit auprès de Lui de dix bonnes actions jusqu'à sept cents fois, et bien plus encore. Celui qui projette une mauvaise action et ne la fait pas, Allah l'inscrit auprès de Lui comme une bonne action complète. S'il la projette et la fait, Allah l'inscrit comme une seule mauvaise action. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī et Muslim d'après Ibn ʿAbbās — sens

Je comprends

Ce hadith est l'un des plus beaux sur la **générosité d'Allah**. Regarde comment le bien et le mal sont comptés :

La situation	Ce qui est écrit
Je veux faire un bien, mais je ne le fais pas.	**Une bonne action complète.**
Je fais ce bien.	**De dix à sept cents fois**, et bien plus encore, selon la volonté d'Allah.
Je veux faire un mal, puis j'y renonce pour Allah.	**Une bonne action complète.**
Je fais ce mal.	**Une seule** mauvaise action, pas plus.

مَن جَآءَ بِٱلْحَسَنَةِ فَلَهُۥ عَشْرُ أَمْثَالِهَا ۖ وَمَن جَآءَ بِٱلسَّيِّئَةِ فَلَا يُجْزَىٰٓ إِلَّا مِثْلَهَا وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ

« Quiconque viendra avec le bien aura dix fois autant ; et quiconque viendra avec le mal ne sera rétribué que par son équivalent. Et on ne leur fera aucun tort. »

Sourate 6, verset 160 — traduction du sens

Dans une autre version, rapportée par al-Bukhārī et Muslim d'après Abū Hurayra, Allah dit aux anges : si Mon serviteur veut faire une mauvaise action, **ne l'écrivez pas contre lui** tant qu'il ne l'a pas faite ; et s'il y renonce **pour Moi**, écrivez-la pour lui comme une bonne action. Les anges écrivent donc exactement **comme Allah le leur ordonne**, et cet ordre est plein de miséricorde.

DEUX PRÉCISIONS DES SAVANTS

Renoncer au mal **pour Allah** donne une bonne action. Mais celui qui était **décidé** à faire le mal et n'a été arrêté que par un obstacle (il n'a pas pu) n'est pas dans la même situation : les savants disent qu'il peut être tenu responsable de sa ferme résolution (voir le chapitre 5).

La multiplication « de dix à sept cents fois et plus » dépend de la **sincérité**, de la **qualité** de l'acte et de la **générosité d'Allah**, qui donne sans compter à qui Il veut (sourate 2, verset 261).

مَّثَلُ ٱلَّذِينَ يُنفِقُونَ أَمْوَٰلَهُمْ فِى سَبِيلِ ٱللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَنۢبَتَتْ سَبْعَ سَنَابِلَ فِى كُلِّ سُنۢبُلَةٍ مِّا۟ئَةُ حَبَّةٍ ۗ وَٱللَّهُ يُضَٰعِفُ لِمَن يَشَآءُ ۗ وَٱللَّهُ وَٰسِعٌ عَلِيمٌ

« Ceux qui dépensent leurs biens dans le sentier d'Allah ressemblent à un grain d'où naissent sept épis, à cent grains par épi. Car Allah multiplie la récompense à qui Il veut, et la grâce d'Allah est immense, et Il est Omniscient. »

Sourate 2, verset 261 — traduction du sens

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE GRAIN DE MIL

Au début de l'hivernage, un paysan du Saloum sème une poignée de mil. Quelques mois plus tard, chaque grain est devenu un épi chargé de centaines de grains. Il n'a pas fabriqué cette récolte : il a semé, et Allah a fait pousser.

Le bien que tu fais est une graine. Allah la fait grandir **bien au-delà** de ce que tu as mis en terre. Le mal, lui, ne pousse pas : il compte pour **un**.

→ Sème du bien chaque jour : c'est Allah qui fait la récolte.

Comparaison pédagogique : les anges sont des réalités du ghayb ; l'image éclaire une idée, elle ne les décrit pas.

ATTENTION : GÉNÉROSITÉ NE VEUT PAS DIRE NÉGLIGENCE

Savoir que le mal est compté une seule fois ne veut pas dire que le péché est sans importance. Un seul grand péché peut peser lourd, et les droits des gens (argent pris, honneur blessé) devront être rendus.

L'équilibre du croyant : **espérer** en la générosité d'Allah, sans perdre la **crainte** de Lui désobéir (voir UA-197 et UA-198).

FICHE MÉMO 3 **Le bien multiplié** ✂️

- ✓ Un bien projeté : une bonne action ; un bien fait : de dix à sept cents fois et plus.
- ✓ Un mal auquel on renonce pour Allah : une bonne action.
- ✓ Un mal commis : une seule mauvaise action. Allah ne fait de tort à personne.

J'AGIS Aujourd'hui, formule sincèrement l'intention d'un bien, puis fais-le.

PARTIE 3

Ce qui est écrit

La langue, le cœur, et ce que personne ne voit.

Qu'est-ce qui, dans ma vie, n'est connu que d'Allah ? Est-ce que j'en suis fier(ère), ou est-ce que j'en ai honte ?

CHAPITRE 4

La parole

« Il ne prononce pas une parole sans… »

> *« Que celui qui croit en Allah et au Jour dernier dise du bien, ou qu'il se taise. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī et Muslim — extrait, sens

Je comprends

Le verset de la sourate 50 parle d'abord de la **parole** : « il ne prononce pas une parole sans avoir auprès de lui un observateur ». La langue est légère : elle bouge sans effort, toute la journée. C'est pourquoi elle peut remplir le registre très vite, **de bien ou de mal**.

Le hadith de la page 2 le montre : une seule parole, dite sans y prêter attention, peut **élever** quelqu'un de plusieurs degrés. Dans la suite du même hadith, le Prophète ﷺ avertit qu'une parole qui déplaît à Allah, dite elle aussi sans y prêter attention, peut **faire tomber** très bas.

Ce que ma langue peut écrire	De quel côté ?
« Bismillāh », « al-ḥamdu lillāh », « astaghfiru llāh », le dhikr.	Le bien
Un conseil sincère, un mot qui console, une parole qui réconcilie.	Le bien
Apprendre à quelqu'un une sourate ou une bonne habitude.	Le bien
La médisance (ghība) : parler d'un absent de ce qu'il n'aimerait pas entendre.	Le mal
Le mensonge, même « pour rire ».	Le mal
La moquerie, le surnom blessant, l'insulte.	Le mal
Répéter une rumeur sans vérifier.	Le mal

> *« Savez-vous ce qu'est la médisance ? — C'est que tu mentionnes ton frère par ce qu'il déteste. — Et si ce que je dis est vrai ? — Si c'est vrai, tu as médit de lui ; et si c'est faux, tu l'as calomnié. »*
>
> Rapporté par Muslim — sens

La parole écrite et enregistrée, aussi

Un message, un vocal ou un commentaire peut consoler, tromper ou blesser. Les règles de vérité et de respect s'appliquent aussi à ce que nous écrivons et partageons. C'est une application à nos usages actuels des enseignements sur la parole.

Il y a même une différence : la parole dite s'envole, mais le message envoyé **reste**, se partage, se transfère. Un vocal moqueur peut faire le tour de Dakar en une heure. Un rappel bénéfique, partagé sincèrement, peut aussi toucher des centaines de personnes.

N°	Avant d'envoyer ou de dire	Je me demande
1	Est-ce vrai ?	Ai-je vérifié, ou est-ce une rumeur ?
2	Est-ce utile ?	Cela fait-il du bien à quelqu'un ?
3	Est-ce bienveillant ?	Dirais-je cela devant la personne concernée ?
4	Est-ce le bon moment ?	Suis-je en colère ? Si oui, j'attends.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE VOCAL QU'ON NE PEUT PAS RATTRAPER

Tu as envoyé un vocal dans le groupe du quartier, sous le coup de la colère. Une minute après, tu regrettes. Tu le supprimes… mais trois personnes l'ont déjà écouté, et une l'a transféré.

Nos paroles, une fois prononcées, sont **déjà écrites**. Le repentir peut effacer le péché, mais le plus sage est de **réfléchir avant**.

→ Avant de parler ou d'envoyer, je réfléchis aux conséquences.

Comparaison pédagogique : les anges sont des réalités du ghayb ; l'image éclaire une idée, elle ne les décrit pas.



FICHE MÉMO 4 **La parole** ✂️

- ✓ Aucune parole n'échappe : ni dite, ni écrite, ni enregistrée.
- ✓ Une parole légère peut élever de plusieurs degrés, ou faire tomber.
- ✓ Dire du bien ou se taire ; vérifier avant de transmettre.

J'AGIS Aujourd'hui, avant chaque message, pose-toi les quatre questions.

CHAPITRE 5

Le secret et l'intention

Ce que personne ne voit, et ce qui vit dans le cœur.

وَإِن تَجْهَرْ بِٱلْقَوْلِ فَإِنَّهُۥ يَعْلَمُ ٱلسِّرَّ وَأَخْفَى

« Et si tu élèves la voix, Il connaît certes les secrets, même les plus cachés. »

Sourate 20, verset 7 — traduction du sens

Je comprends : les actes cachés

Nous vivons souvent sous le regard des autres : la famille, les voisins, les collègues, et maintenant les réseaux sociaux. Mais le croyant sait que les actes faits **seul**, la porte fermée, le téléphone à la main, sont aussi écrits. Le verset de la sourate 43 le dit : même « leurs secrets et leurs conversations confidentielles ».

C'est une mise en garde contre les péchés cachés. C'est aussi une **bonne nouvelle** : les biens cachés, que personne ne voit, sont écrits eux aussi, et ils sont parmi les plus précieux.

> *« Sept personnes, Allah les abritera de Son ombre le jour où il n'y aura d'ombre que la Sienne… parmi elles : un homme qui fait une aumône en la cachant, au point que sa main gauche ne sait pas ce que donne sa main droite ; et un homme qui se souvient d'Allah seul, et dont les yeux se remplissent de larmes. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī et Muslim — extrait, sens

Je comprends : l'intention

> *« Les actes ne valent que par les intentions, et chacun n'aura que ce qu'il a eu l'intention de faire. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī et Muslim — extrait, sens

Une intention sincère de bien est récompensée. Deux personnes peuvent faire le même geste avec des intentions différentes : Allah connaît leurs cœurs. Dans le hadith des sept personnes à l'ombre, il s'agit d'une ombre qu'Allah accorde ; on ne Lui attribue pas un corps. Pour approfondir l'intention, voir UA-125.

Ce qui se passe dans le cœur	Comment c'est compté
Une **pensée qui passe** (une idée de mal qui traverse l'esprit et qu'on repousse).	Pardonnée : « Allah a pardonné à ma communauté ce que leurs âmes leur suggèrent, tant qu'ils n'agissent pas ou n'en parlent pas » (al-Bukhārī et Muslim — sens).
Une **intention sincère de bien**, même non réalisée.	Écrite comme une bonne action complète.
Un mal **abandonné pour Allah**.	Écrit comme une bonne action.
Une **ferme résolution de mal**, arrêtée seulement par un obstacle.	Les savants disent qu'on peut en être tenu responsable (hadith des deux musulmans qui s'affrontent, al-Bukhārī et Muslim).

QUAND ON NE PEUT PLUS FAIRE CE QU'ON FAISAIT

Le Prophète ﷺ a dit : « Quand le serviteur tombe malade ou voyage, il lui est écrit l'équivalent de ce qu'il faisait quand il était résident et en bonne santé » (al-Bukhārī — sens).

Quand une maladie ou un voyage empêche une bonne habitude, ce hadith donne une raison d'espérer sa récompense. Il ne dispense pas des obligations que l'on peut encore accomplir.

ATTENTION : NE PAS TOMBER DANS L'OSTENTATION NI DANS L'OBSESSION

Faire le bien **pour être vu** (riyāʾ) vide l'acte de sa valeur. Faire le bien en public n'est pas interdit pour autant : l'important est l'intention.

À l'inverse, ne pas abandonner un bien par peur de l'ostentation : on corrige l'intention et on continue. Si les pensées te tourmentent sans cesse, parles-en à ton enseignant.



FICHE MÉMO 5 **Le secret et l'intention** ✂️

- ✓ Les actes cachés sont écrits, le mal comme le bien.
- ✓ Une pensée qui passe est pardonnée ; une intention sincère de bien est récompensée.
- ✓ Le malade et le voyageur gardent la récompense de leurs habitudes de bien.

J'AGIS Aujourd'hui, fais un bien que personne ne connaîtra, sauf Allah.

PARTIE 4

Vivre

Effacer ce qui est sombre, ajouter ce qui éclaire.

Quelle page de mon registre aimerais-je voir effacée ? Qu'est-ce que je peux faire, dès aujourd'hui, pour la réparer ?

CHAPITRE 6

Effacer, remplacer, réparer

Le registre reste ouvert tant que l'on vit.

إِلَّا مَن تَابَ وَءَامَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَٰلِحًا فَأُو۟لَٰٓئِكَ يُبَدِّلُ ٱللَّهُ سَيِّـَٔاتِهِمْ حَسَنَٰتٍ ۗ وَكَانَ ٱللَّهُ غَفُورًا رَّحِيمًا

« Sauf celui qui se repent, croit et accomplit une bonne œuvre : ceux-là, Allah changera leurs mauvaises actions en bonnes, et Allah est Pardonneur et Miséricordieux. »

Sourate 25, verset 70 — traduction du sens

Je comprends : le repentir efface

Voici la plus belle nouvelle de ce livret : **ce qui est écrit peut être effacé**. Le repentir sincère (tawba) efface le péché, et le verset ci-dessus va plus loin : Allah peut même **changer les mauvaises actions en bonnes** pour celui qui se repent, croit et fait le bien.

> *Le Prophète ﷺ a rappelé le verset : « Les bonnes œuvres dissipent les mauvaises. »*
>
> Al-Bukhārī 526 — sens du récit ; Coran 11:114 ci-dessous

وَأَقِمِ ٱلصَّلَوٰةَ طَرَفَىِ ٱلنَّهَارِ وَزُلَفًا مِّنَ ٱلَّيْلِ ۚ إِنَّ ٱلْحَسَنَٰتِ يُذْهِبْنَ ٱلسَّيِّـَٔاتِ ۚ ذَٰلِكَ ذِكْرَىٰ لِلذَّٰكِرِينَ

« Accomplis la prière aux deux extrémités du jour et à certaines heures de la nuit. Les bonnes œuvres dissipent les mauvaises. Cela est une exhortation pour ceux qui réfléchissent. »

Sourate 11, verset 114 (extrait) — traduction du sens

Pour effacer	Comment
Le repentir	Regretter, arrêter, être décidé à ne pas recommencer, et demander pardon à Allah (voir UA-127).
La bonne action	Faire suivre la faute d'un bien : une prière, une aumône, un dhikr, une parole bonne.
La réparation	Si la faute touche quelqu'un : rendre ce qui a été pris, demander pardon, corriger une rumeur.

ATTENTION : LES DROITS DES GENS

Le repentir demande d'arrêter la faute, de la regretter et de vouloir ne pas recommencer. Si l'on a lésé quelqu'un, il faut aussi réparer ses droits. Une invocation ne remplace pas le remboursement d'une dette ou la restitution d'un bien.

Pour la médisance ou une situation où parler aggraverait le tort, demande conseil sur la réparation adaptée.

Je comprends : apprendre sans décourager

> *Une femme montra un enfant au Prophète ﷺ et demanda s'il pouvait accomplir le pèlerinage. Il répondit : « Oui, et tu auras une récompense. »*
>
> Rapporté par Muslim 1336 — traduction du sens

Ce récit montre que le bien accompli par un enfant a sa valeur. On l'encourage avec douceur, selon son âge. Les règles de responsabilité ne suppriment pas les réparations dues à autrui : une chose cassée ou prise doit être traitée avec ses responsables.

لَا يُكَلِّفُ ٱللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ ... رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَآ إِن نَّسِينَآ أَوْ أَخْطَأْنَا ...

« Allah n'impose à aucune âme une charge supérieure à sa capacité… Seigneur, ne nous tiens pas rigueur de nos oublis et de nos erreurs. »

Sourate 2, verset 286 (extrait) — traduction du sens

L'oubli involontaire ne se confond pas avec la négligence volontaire. Une réparation peut rester nécessaire : celui qui oublie une prière l'accomplit lorsqu'il s'en souvient (al-Bukhārī 597). Pour un cas précis de jeûne ou de prière, demande la règle à ton enseignant.

> *La porte du repentir reste ouverte : le hadith encourage celui qui a péché le jour ou la nuit à revenir vers Allah.*
>
> Muslim 2759 — résumé du sens. N'attends pas un délai supposé pour te repentir.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE TABLEAU DE LA CLASSE

À l'école, l'enfant fait une erreur au tableau. La maîtresse ne le gronde pas : elle lui tend le chiffon, il efface, et il écrit la bonne réponse à la place. À la fin, le tableau est propre et juste.

Le repentir est ce chiffon, et la bonne action est la bonne réponse écrite à la place. Mais attention : on ne sait pas quand la classe se termine. **On efface tout de suite.**

➜ Ne remets pas ton repentir à demain : efface aujourd'hui, écris le bien aujourd'hui.

Comparaison pédagogique : les anges sont des réalités du ghayb ; l'image éclaire une idée, elle ne les décrit pas.

FICHE MÉMO 6 **Effacer, remplacer, réparer** ✂️

✓ Le repentir sincère efface ; Allah peut changer les fautes en bonnes actions.

✓ Fais suivre la mauvaise action d'une bonne ; répare envers les gens.

✓ Une faute involontaire peut demander une réparation ; une prière oubliée se fait dès qu'on s'en souvient.

J'AGIS Aujourd'hui, répare une faute envers quelqu'un : une excuse, une dette rendue, une rumeur corrigée.

CHAPITRE 7

Remplir son registre de lumière

Des gestes petits, réguliers et sincères.

> *« Deux paroles légères sur la langue, lourdes dans la balance, aimées du Tout-Miséricordieux : « Subḥāna llāhi wa bi-ḥamdih, subḥāna llāhi l-ʿaẓīm ». »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī et Muslim — sens

Je comprends

Remplir son registre de bien ne demande pas des exploits. Le Prophète ﷺ nous a montré des paroles **légères sur la langue** et **lourdes dans la balance**. Quelques secondes, dans le car rapide, en cuisine, en marchant vers le marché : et le registre s'éclaire.

> *« Les œuvres les plus aimées d'Allah sont les plus régulières, même si elles sont peu nombreuses. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī et Muslim — sens

> *« Ne méprise aucun bien, même de rencontrer ton frère avec un visage souriant. »*
>
> Rapporté par Muslim — sens

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ، سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ

Subḥāna llāhi wa bi-ḥamdih, subḥāna llāhi l-ʿaẓīm — **« Gloire et louange à Allah, gloire à Allah l'Immense »**

D'autres formules de dhikr sont présentées dans UA-128.

Les biens qui continuent d'être écrits

> *« Quand l'homme meurt, ses œuvres s'interrompent, sauf trois : une aumône continue, une science dont on tire profit, ou un enfant vertueux qui invoque pour lui. »*
>
> Rapporté par Muslim — sens

Allah dit qu'Il inscrit « ce qu'ils ont fait avancer ainsi que leurs **traces** » (sourate 36, verset 12). Un puits creusé dans un village, un Coran offert à une école coranique, une sourate apprise à un enfant, un arbre planté : ce sont des traces qui continuent d'être écrites, même après nous. Le registre et la balance du Jour dernier sont expliqués dans le livret UA-226 (La balance et les registres), de la porte « Croire au Jour dernier ».

Je vis ma foi : l'examen du soir

> *Prends deux minutes pour relire ta journée : un bien à remercier, une faute à réparer, un effort pour demain.*
>
> Exercice pédagogique proposé pour ce livret.

N°	Le geste	Pour
1	Au réveil : renouveler l'intention, « aujourd'hui, je veux écrire du bien ».	L'intention
2	Dans la journée : dire les deux paroles légères pendant un temps d'attente, avec attention.	La langue
3	Un petit bien régulier : un sourire, un service, une aumône, même petite.	Les actes
4	Le soir : deux minutes pour relire sa journée ; « astaghfiru llāh » pour le mal, « al-ḥamdu lillāh » pour le bien.	Le cœur





FICHE MÉMO 7 **Remplir son registre de lumière** ✂️

- ✓ Des paroles légères sur la langue, lourdes dans la balance.
- ✓ Les œuvres les plus aimées d'Allah : les plus régulières, même petites.
- ✓ Le soir, je relis ma journée : pardon pour le mal, louange pour le bien.

J'AGIS Ce soir, fais ton premier examen du soir, en deux minutes.

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	Relire ma journée le soir : une parole à regretter, un bien à remercier (chapitre 1).	☐
2	Lire la sourate 82 (al-Infiṭār) avec la traduction du sens (chapitre 2).	☐
3	Formuler l'intention sincère d'un bien, puis le faire (chapitre 3).	☐
4	Avant chaque message ou vocal, me poser les quatre questions (chapitre 4).	☐
5	Faire un bien que personne ne connaîtra (chapitre 5).	☐
6	Réparer une faute envers quelqu'un : excuse, dette, rumeur corrigée (chapitre 6).	☐
7	Dire les deux paroles légères, puis faire mon examen du soir (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. Comment le Coran appelle-t-il les anges qui écrivent les actes ?

- ☐ A. les nobles scribes (kirām kātibīn)
- ☐ B. les porteurs du Trône
- ☐ C. les gardiens de la montagne

2. Selon la sourate 50, l'ange qui inscrit les paroles est décrit comme…

- ☐ A. un messager de passage
- ☐ B. un observateur prêt (raqīb ʿatīd)
- ☐ C. un juge

3. Pourquoi les actes sont-ils écrits, alors qu'Allah sait tout ?

- ☐ A. pour informer Allah
- ☐ B. parce qu'Allah pourrait oublier
- ☐ C. pour la justice et la preuve, par sagesse

4. Celui qui projette un bien sans pouvoir le faire reçoit…

- ☐ A. rien
- ☐ B. une bonne action complète
- ☐ C. dix bonnes actions

5. Une mauvaise action commise est écrite…

- ☐ A. une seule fois
- ☐ B. dix fois
- ☐ C. sept cents fois

6. Une pensée mauvaise qui traverse l'esprit et que l'on repousse…

- ☐ A. est écrite comme un péché
- ☐ B. est pardonnée
- ☐ C. annule la prière

7. Selon la sourate 11, verset 114, les bonnes œuvres…

- ☐ A. dissipent les mauvaises
- ☐ B. rendent le repentir inutile
- ☐ C. permettent de négliger les droits des autres

8. Si j'oublie une prière, je dois…

- ☐ A. ne plus y penser
- ☐ B. l'accomplir lorsque je m'en souviens
- ☐ C. attendre la semaine suivante

RÉPONSES

1 : A • 2 : B • 3 : C • 4 : B • 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
Kirām kātibīn	Les nobles scribes : anges qui écrivent les actes (sourate 82).
Raqīb	Observateur, celui qui surveille.
ʿAtīd	Prêt, présent pour inscrire.
Ḥafaẓa	Les gardiens : anges qui conservent et consignent les actes.
Kitāb / ṣaḥīfa	Le registre, le livre des actes de chaque personne.
Ḥasana	Une bonne action.
Sayyiʾa	Une mauvaise action.
Niyya	L'intention.
Hamm	Le projet, le fait de penser à faire une action.
ʿAzm	La ferme résolution.
Ghība	La médisance : parler d'un absent de ce qu'il n'aimerait pas.
Riyāʾ	L'ostentation : faire le bien pour être vu.
Tawba	Le repentir : revenir à Allah.
Ḥujja	La preuve, l'argument décisif.
Ghayb	L'invisible : ce que nos sens ne perçoivent pas.
Dhikr	Le rappel d'Allah, par le cœur et la langue.

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

Fiche mémo : les anges qui écrivent

	Ce que je retiens
Qui écrit ?	Les nobles scribes (82:10-12) • deux, à droite et à gauche (50:17-18)
Quoi ?	Tout : petit et grand (18:49) • paroles (50:18) • secrets (43:80)
Pourquoi ?	Allah sait déjà tout • l'écriture est pour la justice et la preuve
Le bien	Projeté : 1 • fait : de 10 à 700 fois et plus
Le mal	Abandonné pour Allah : 1 bien • commis : 1 seul mal
La parole	Dire du bien ou se taire • vérifier avant de transmettre
Effacer	Repentir • faire suivre d'un bien • réparer envers les gens
Chaque jour	Intention le matin • dhikr léger • petit bien régulier • examen du soir

Pour continuer le chemin

Retrouve les autres volumes de la collection « Les anges » ci-dessous.

Référence	Titre
UA-202	Croire aux anges
UA-203	Les missions des anges
UA-205	Les anges dans la vie du croyant

Et ensuite…

Référence	Titre
UA-125	L'intention dans l'adoration (Univers Muslim)
UA-127	Le repentir (Univers Muslim)
UA-128	Le dhikr (Univers Muslim)
UA-220	Croire au Jour dernier

> **UN CONSEIL**
>
> Garde un petit carnet près de ton lit. Chaque soir, écris une ligne : un bien à remercier, une faute à réparer. Ce carnet n'est pas ton registre — seul Allah sait ce qui y est écrit — mais il t'aide à te souvenir que chaque jour compte.

Fiche d’identification du livret

Rubrique	Information
Référence	UA-204
Titre	Les anges qui écrivent les actions — Chaque mot compte, chaque bien est multiplié
Univers • Porte • Collection	Mu’min • Croire aux anges • Les anges (livret 3 sur 4)
Public • Niveau	Adultes • Découverte
Version du contenu • Date	v1.0 — édition illustrée • 04/10/2026
Langue • Format	Français • Master A4 (l’édition A5 sera adaptée, pas réduite)
Cadre de référence	Islam sunnite • ʿaqīda ashʿarite • fiqh malikite • Coran : riwāya Ḥafṣ ʿan ʿĀṣim
Statut • Validation religieuse	Texte corrigé et illustré • validation religieuse humaine en attente

Sources et repères

Les références permettent de retrouver les textes. La numérotation des hadiths suit l’index de Sunnah.com et peut varier selon les éditions. Les passages français donnent le sens ; les extraits sont signalés.

Une parole qui élève — al-Bukhārī 6478. Proximité en 50:16 — tafsīr d’al-Qurṭubī.

Bien multiplié — al-Bukhārī 6491 ; Muslim 131. Renoncer au mal pour Allah — Muslim 129.

Dire du bien — al-Bukhārī 6018. Médisance — Muslim 2589.

Ombre accordée — al-Bukhārī 660. Intentions — al-Bukhārī 1.

Pensées passagères — al-Bukhārī 5269. Ferme résolution — al-Bukhārī 31.

Malade et voyageur — al-Bukhārī 2996. Bonnes œuvres — al-Bukhārī 526.

Pèlerinage de l’enfant — Muslim 1336. Prière oubliée — al-Bukhārī 597.

Repentir — Muslim 2759. Deux paroles légères — al-Bukhārī 6406.

Constance — al-Bukhārī 6464. Petit bien — Muslim 2626. Œuvres durables — Muslim 1631.

Coran arabe : Al Quran Cloud, édition quran-tajweed, lecture Ḥafṣ, données récupérées le 04/10/2026. Les extraits conservent les caractères de la source ; « … » signale une coupure. Traductions du sens : texte français de la maquette, revu pour la lecture.

Couleurs de tajwīd

Gris : lettres non prononcées ou assimilées.

Bleus : allongements, selon la nuance.

Rouge : qalqala. Orange : ghunna.

Violet : ikhfāʾ. Turquoise : iqlāb. Verts : idghām.

Code de couleurs : alquran.cloud/tajweed-guide. Fais-toi accompagner pour les durées, les liaisons et les arrêts. Les durées des activités sont des repères pédagogiques, sans valeur d’obligation religieuse.

Édition illustrée reconstituée le 04/10/2026. Correction et mise en page assistées par ChatGPT. Validation religieuse humaine en attente : la vérification automatisée ne remplace pas cette relecture.

Chaque mot compte. Chaque bien est multiplié.

Si tout ce que je dis et fais est écrit, comment remplir mon registre de lumière ?

Ce livret t’explique, selon la croyance ashʿarite enseignée en Afrique de l’Ouest, ce que disent le Coran et la Sunna des anges qui écrivent les actes : les nobles scribes, la sagesse de l’écriture, la générosité d’Allah qui multiplie le bien, le poids de la parole, l’intention, et le repentir qui efface.

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-204 • v1.0 • 04/10/2026