DU MUSLIM AU MUHSIN

Collection « Prophètes et Sīra » • Livret 8 sur 10

Ayyūb et la patience

Quand tout s’en va, Allah reste



Univers Mu’min • Pour les adultes • UA-217

UNE PAROLE POUR TOUS LES JOURS

عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ

ʿAjaban li-amri l-muʾmin, inna amrahū kullahū khayr.

« Étonnante est l'affaire du croyant : toute son affaire est un bien pour lui. »

Parole du Prophète ﷺ rapportée par Muslim d'après Ṣuhayb — extrait (la suite : « s'il lui arrive un bonheur, il remercie… s'il lui arrive un malheur, il patiente… »)

EN QUELQUES MOTS

Ayyūb (ʿalayhi s-salām) est, pour tous les musulmans, **le prophète de la patience**. Le Coran le cite peu, mais chaque mot compte : une épreuve, une invocation d'une grande délicatesse, une guérison, une famille rendue, et un éloge : « Quel excellent serviteur ! » Ce livret lit ces versets lentement, **sans y ajouter de légendes**, puis t'aide à vivre la patience aujourd'hui : dans la maladie, dans la perte, et auprès de ceux qui souffrent.

La nuit des aidants



« Je suis fatiguée… mais je ne suis pas seule. »

La patience ne se vit pas seul : Allah est là, et les autres aussi.

Avant de commencer

UNE PROMESSE

Tu as sûrement entendu dire : « Il a la patience d'Ayyūb. » Mais que sait-on vraiment de lui ? Ce livret t'apprend à distinguer ce que dit le Coran de ce que racontent les histoires populaires, puis à vivre la patience dans la maladie et dans la perte, sans te résigner et sans te culpabiliser. À la fin, tu sauras raconter l'histoire d'Ayyūb avec exactitude, et accompagner une personne éprouvée avec douceur.

Ce livret est le huitième de la collection « Prophètes et Sīra » (UA-210 à UA-219), dans la porte « Croire aux Messagers » de l'Univers Mu'min. Il s'appuie sur ce qui est déjà paru : la vue d'ensemble de la foi (UA-188) et le chapitre « Croire aux messagers » des six piliers (UA-190). Il prolonge UA-213 (Les épreuves des Prophètes) et se lit bien avec UA-201 (Connaître Allah dans l'épreuve), sans les répéter.

Si tu es malade, ou si tu accompagnes un proche malade, lis ce livret doucement, un chapitre à la fois. Il ne remplace ni le médecin, ni l'imam, ni une oreille amie : il t'aide à les chercher.

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

Les citations du Coran sont présentées en arabe voyellé, selon Ḥafṣ, avec les couleurs de tajwīd et une traduction du sens en français.

Ce livret suit la ligne sunnite, la croyance ashʿarite et le fiqh malikite. Pour une question personnelle ou une difficulté, fais-toi accompagner par 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 PROVERBE DU QUARTIER







Une phrase passe de la boutique au car rapide, puis au marché. À force d'ajouts, elle change. Pour connaître l'histoire d'Ayyūb, nous revenons au Coran et aux hadiths authentiques.

Avant de raconter, je vérifie la source.

Comparaison pédagogique. Aucun prophète n'est représenté.

Sommaire

Partie 1 — S’arrêter

1. Le miroir : ma patience à l’épreuve · 10 min

Partie 2 — Ayyūb dans le Coran

2. Ce que dit le Coran sur Ayyūb · 20 min
3. Ce que l’on ne sait pas · 15 min

Partie 3 — La patience

4. Qu’est-ce que le ṣabr ? · 15 min
5. Patience et maladie · 15 min

Partie 4 — Après l’épreuve, autour de l’épreuve

6. La guérison et la restitution · 15 min
7. Accompagner une personne éprouvée · 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 de parler de la patience d’un prophète, on regarde la sienne.

Quelle a été l’épreuve la plus longue de ma vie ? Qu’est-ce qui m’a aidé(e) à tenir ?

CHAPITRE 1

Le miroir : ma patience à l'épreuve

Regarder ses épreuves en face, sans honte.

JE M'ARRÊTE — QUESTION MIROIR

Quand une épreuve dure, est-ce que je me tourne vers Allah, ou est-ce que je m'éloigne de Lui ?

Quand je me plains, à qui est-ce que je me plains, et comment ?

Ai-je déjà pensé qu'une maladie était forcément une punition ?

Je comprends

Au Sénégal, on dit volontiers d'une personne qui supporte beaucoup : « Elle a la patience d'Ayyūb. » Le nom d'Ayyūb (ʿalayhi s-salām) est devenu un **proverbe**. C'est un bel héritage. Mais un proverbe peut aussi transporter des histoires inventées, et faire oublier ce que le Coran enseigne vraiment.

Ce livret te propose donc deux choses : **revenir aux textes**, pour connaître Ayyūb tel qu'Allah nous le présente, puis **revenir à notre vie**, pour apprendre de lui. Car Allah dit Lui-même que son histoire est un **rappel** pour ceux qui L'adorent et pour les doués d'intelligence.

رَحْمَةً مِّنْ عِندِنَا وَذِكْرَىٰ لِلْعَٰبِدِينَ …

« … par miséricorde de Notre part, et comme rappel pour les adorateurs. »

Sourate 21, verset 84 (fin) — traduction du sens

Ce que l'on croit souvent	Ce que ce livret va montrer
Être patient, c'est tout accepter sans rien faire.	La patience va avec l'action : se soigner, chercher, demander de l'aide.
Se plaindre, c'est manquer de foi.	Se plaindre À Allah est un acte de foi ; c'est se plaindre DE Allah qui est blâmé.
Une longue maladie est un signe de la colère d'Allah.	Allah a éprouvé Ayyūb, et Il l'a appelé « excellent serviteur ».
Plus l'histoire est détaillée, plus elle est vraie.	Le Coran dit l'essentiel ; beaucoup de détails populaires ne sont pas établis.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE PROVERBE DU QUARTIER

Une phrase passe de bouche en bouche, de la boutique au car rapide, du car rapide au marché. À chaque passage, quelqu'un ajoute un détail. Au bout d'une semaine, plus personne ne sait ce qui a été dit au départ.

Pour connaître Ayyūb, on remonte à **la source** : le Coran et les hadiths authentiques.

➜ Avant de raconter, je vérifie la source.

Comparaison pédagogique.

Je vis ma foi

Pense à une difficulté passée ou présente. Si tu le souhaites, note ce que tu ressens et ce qui t'aide. Tu pourras relire ces phrases au chapitre 7, sans te forcer à revivre un souvenir douloureux.

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

- ✓ Ayyūb est le modèle de la patience pour tous les musulmans.
- ✓ Son histoire est un rappel voulu par Allah, pas un simple proverbe.
- ✓ On la connaît par le Coran et les hadiths authentiques, pas par les légendes.

J'AGIS Écris aujourd'hui trois phrases sur une épreuve que tu as vécue.

PARTIE 2

Ayyūb dans le Coran

Peu de versets, beaucoup de lumière.

Qu'est-ce que je sais déjà d'Ayyūb ? D'où est-ce que je le tiens ?

CHAPITRE 2

Ce que dit le Coran sur Ayyūb

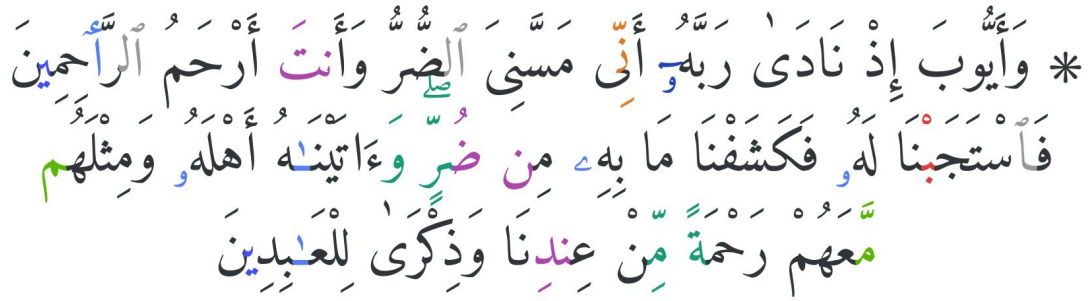
Une lecture lente, verset par verset.

Je comprends : où le Coran parle-t-il d'Ayyūb ?

Le nom d'Ayyūb (ʿalayhi s-salām) apparaît **quatre fois** dans le Coran. Deux fois dans des listes de prophètes, deux fois dans un court récit. C'est tout. Ce peu de mots suffit à faire de lui un modèle pour toute la communauté.

Passage	Ce qu'il dit	Ce qu'on en retient
Sourate 4, verset 163	Ayyūb est cité parmi ceux à qui Allah a fait des révélations.	C'est un prophète, au même titre que les autres.
Sourate 6, verset 84	Il est cité parmi les prophètes guidés, dans la descendance d'un ancêtre commun.	Il appartient à la grande famille des prophètes.
Sourate 21, versets 83-84	Son invocation, son exaucement, la famille rendue.	La plainte adressée à Allah ; la miséricorde.
Sourate 38, versets 41-44	Son appel, la source, la famille rendue, le serment, l'éloge.	Les moyens de la guérison ; « Quel excellent serviteur ! »

L'invocation d'Ayyūb : se plaindre À Allah



« Et Ayyūb, quand il appela son Seigneur : « Le mal m'a touché, et Tu es le plus Miséricordieux des miséricordieux. » Nous l'avons exaucé, Nous avons enlevé le mal qui était en lui, et Nous lui avons rendu les siens, et autant qu'eux avec eux, par miséricorde de Notre part, et comme rappel pour les adorateurs. »

Sourate 21, versets 83-84 — traduction du sens

Regarde bien cette invocation. Ayyūb ne dit pas : « Pourquoi moi ? » Il ne dit même pas : « Guéris-moi ! » Il **décrit son état** — « le mal m'a touché » — puis il **rappelle qui est Allah** — « Tu es le plus Miséricordieux des miséricordieux ». Il laisse Allah décider. Les savants y voient une forme très délicate de demande : se présenter devant le Généreux, montrer son besoin, et faire confiance à Sa générosité.

Ayyūb confie à Allah ce qui le fait souffrir. Yaʿqūb fait de même dans la sourate 12, verset 86. Cette confiance n'interdit pas de parler à un médecin, à un proche ou à une personne compétente pour être aidé.

Se plaindre À Allah (louable)	Se plaindre DE Allah (blâmé)
« Yā Rabb, j'ai mal, et Tu es le plus Miséricordieux. »	Affirmer qu'Allah serait injuste.
Pleurer dans la prosternation et demander Son aide.	Conclure qu'Allah nous a abandonnés parce que l'épreuve dure.
Dire sa douleur à un médecin ou à un proche pour chercher de l'aide.	Accuser le décret d'Allah d'injustice devant les gens.

L'appel, la source et le serment



« Et rappelle-toi Notre serviteur Ayyūb, quand il appela son Seigneur : « Le Diable m'a touché de fatigue et de souffrance. » — « Frappe le sol de ton pied : voici une eau fraîche pour te laver et pour boire. » Et Nous lui avons rendu sa famille, et autant qu'elle avec elle, par miséricorde de Notre part et comme rappel pour les doués d'intelligence. — « Et prends dans ta main une poignée de brindilles, frappe avec, et ne manque pas à ton serment. » Oui, Nous l'avons trouvé endurant. Quel excellent serviteur ! Il était plein de repentir. »

Sourate 38, versets 41-44 — traduction du sens

Trois remarques simples, à partir du texte lui-même :

N°	Ce que dit le verset	La leçon
1	Ayyūb attribue la fatigue et la souffrance au Diable.	Les commentateurs expliquent cette parole de plusieurs façons. Elle ne permet pas de diagnostiquer une maladie comme une action du Diable.
2	« Frappe le sol de ton pied. »	Même pour un miracle, Allah lui demande un geste. La guérison vient d'Allah ; le geste est la part du serviteur.
3	« Prends une poignée de brindilles… ne manque pas à ton serment. »	Le Coran évoque un serment sans en donner le détail. Allah lui indique une issue particulière. Ce passage ne donne pas le droit de frapper un proche ni de contourner les règles des serments.

« COMME RAPPEL POUR LES DOUÉS D'INTELLIGENCE »

Dans la sourate 38, verset 43, l'histoire d'Ayyūb est donnée comme rappel pour **ulū l-albāb**, « les doués d'intelligence » : c'est le nom même de notre école.

Être « doué d'intelligence », ici, ce n'est pas seulement savoir : c'est **tirer la leçon** de l'épreuve d'Ayyūb pour sa propre vie.

« Quel excellent serviteur ! »

Le dernier mot d'Allah sur Ayyūb est un éloge : il était **endurant** (ṣābir), **excellent serviteur** et **plein de repentir** (awwāb), c'est-à-dire qu'il revenait sans cesse vers Allah. Le même éloge, « Quel excellent serviteur ! Il était plein de repentir », est donné à Sulaymān (sourate 38, verset 30), le roi comblé de richesses. L'un dans la richesse, l'autre dans l'épreuve : **les deux chemins mènent au même éloge** quand le cœur reste tourné vers Allah.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE MARCHAND ET LE MALADE

À Sandaga, un commerçant prospère remercie Allah chaque soir et paie sa zakāt. À l'hôpital, un malade patiente et invoque Allah chaque nuit.

Ils ne vivent pas la même vie. Mais si leurs deux cœurs reviennent vers Allah, ils peuvent être, tous les deux, d'**excellents serviteurs**.

→ Ce n'est pas la situation qui fait le bon serviteur, c'est le cœur qui revient vers Allah.

Comparaison pédagogique.

FICHE MÉMO 2 **Ayyūb dans le Coran** ✂️

- ✓ Quatre mentions : 4:163, 6:84, 21:83-84, 38:41-44.
- ✓ Il se plaint À Allah, jamais DE Allah : « Le mal m'a touché, et Tu es le plus Miséricordieux. »
- ✓ Éloge final : endurant, excellent serviteur, plein de repentir.

J'AGIS Lis aujourd'hui les deux passages (21:83-84 et 38:41-44) dans une traduction du sens, lentement.

CHAPITRE 3

Ce que l'on ne sait pas

Une méthode : s'en tenir aux textes.

Je comprends : les récits populaires

Autour d'Ayyūb (ʿalayhi s-salām), beaucoup d'histoires circulent : dans des livres anciens, dans des sermons, dans des chants. Certaines viennent des **israʾīliyyāt** : des récits repris des traditions juives et chrétiennes, entrés dans certains livres de commentaire sans preuve. On y trouve par exemple :

Ce que racontent des récits populaires	Ce qu'en disent les textes établis
Son corps aurait été rongé par des vers.	Rien dans le Coran ni dans les hadiths authentiques.
Il aurait été chassé de la ville et laissé sur un tas d'ordures.	Rien dans le Coran ni dans les hadiths authentiques.
Sa maladie aurait duré 3, 7, 13 ou 18 ans, selon les versions.	Le Coran ne donne aucune durée. Des récits donnent des durées différentes. Ce livret n'en fixe aucune : la leçon ne dépend pas de ce chiffre.
Son épouse aurait vendu ses tresses pour acheter du pain, et le serment viendrait de là.	Le Coran parle d'un serment sans dire pourquoi, ni contre qui.
Le Diable aurait reçu pouvoir sur son corps.	Le Coran rapporte seulement la parole d'Ayyūb (38:41) ; les savants l'expliquent de plusieurs façons.

Pourquoi on ne les retient pas

D'abord, parce que **la religion se prend dans des sources sûres**. Le Prophète ﷺ a permis de rapporter des récits des Fils d'Isrāʾīl, tout en disant : « Ne les croyez pas et ne les démentez pas » (al-Bukhārī — sens). Les savants en ont tiré une règle simple :

Le récit…	Ce qu'on en fait
est confirmé par le Coran ou la Sunna authentique	On l'accepte, à cause du Coran et de la Sunna.
contredit le Coran, la Sunna ou la dignité des prophètes	On le rejette.
n'est ni confirmé ni contredit	On ne le croit pas et on ne le dément pas ; on ne construit rien dessus, et on ne l'enseigne pas comme une vérité.

Ensuite, parce que **certains détails abîment la dignité d'un prophète**. Selon notre école de croyance, les prophètes peuvent connaître les états humains ordinaires — faim, fatigue, maladie — à condition que cela n'abaisse pas leur rang et n'éloigne pas les gens de leur message. Beaucoup de savants ont donc rejeté l'image d'un Ayyūb repoussant, abandonné de tous, dont les gens s'écartaient avec dégoût : elle contredit la mission d'un messager, qui est d'être approché et suivi.

> **ATTENTION : LE SILENCE DU CORAN EST VOULU**
>
> Le Coran ne nous dit ni la durée de la maladie, ni son nom, ni le nombre des enfants, ni l'histoire du serment. Ce silence n'est pas un « trou » à remplir : c'est un choix d'Allah. **La leçon est complète sans ces détails.**
>
> Quand tu entends un détail précis, demande poliment : « Quelle est la source ? » Ce n'est pas un manque de respect : c'est la méthode des savants (voir UA-211, la méthode critique simple).

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE PLAT DE THIÉBOUDIENNE

Une mère prépare un thiéboudienne parfait. Quelqu'un, pour « l'améliorer », ajoute du sucre, puis encore autre chose. Le plat n'est plus le même, et plus personne ne reconnaît sa recette.

Le récit coranique d'Ayyūb est complet. Lui ajouter des détails inventés ne l'enrichit pas : **cela le déforme**.

→ Je reste fidèle au récit du Coran et aux textes authentiques.

Comparaison pédagogique.

Je vis ma foi

La prochaine fois qu'on te racontera une histoire de prophète avec beaucoup de détails, demande avec douceur d'où elle vient. Et quand tu racontes toi-même, dis clairement : « Le Coran dit… » ou « Certains récits, non établis, disent… ».

FICHE MÉMO 3 **S'en tenir aux textes** ✂️

✓ Beaucoup de détails populaires sur Ayyūb viennent des isrā'īliyyāt.

✓ On ne les croit pas, on ne les dément pas s'ils ne contredisent rien, mais on ne les enseigne pas.

✓ Ce qui abîme la dignité d'un prophète est rejeté.

J'AGIS Raconte à un proche l'histoire d'Ayyūb en t'en tenant seulement aux versets.

PARTIE 3

La patience

Tenir debout, garder le cap, continuer à avancer.

Dans ma vie, où ai-je confondu patience et résignation ?

CHAPITRE 4

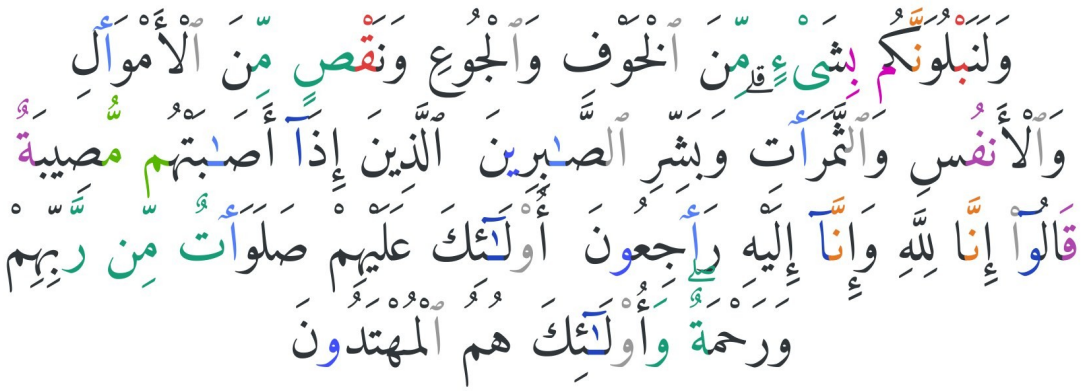
Qu’est-ce que le ṣabr ?

Une force active, pas un renoncement.

Je comprends

Le mot **ṣabr** vient d’une racine qui évoque l’idée de **retenir**. Être patient, c’est retenir son cœur du désespoir, sa langue de la révolte et ses membres des gestes interdits — tout en continuant d’agir. Le livret UA-201 l’a présenté ; ici, on le regarde à travers Ayyūb (ʿalayhi s-salām).

La patience…	Chez Ayyūb	Chez moi, aujourd’hui
dans l’obéissance	Il reste serviteur, plein de repentir, au cœur de l’épreuve.	Continuer à prier, même assis ou couché, quand je suis malade.
loin de la désobéissance	Il ne se révolte pas contre son Seigneur et tient à son serment.	Ne pas chercher la guérison par des moyens interdits.
face au décret douloureux	Il supporte le mal et s’adresse à Allah.	Accueillir un diagnostic difficile sans désespérer.



« Très certainement, Nous vous éprouverons par un peu de peur, de faim, de diminution de biens, de personnes et de fruits. Et annonce la bonne nouvelle aux endurants, qui disent, quand un malheur les atteint : « Nous sommes à Allah, et c’est vers Lui que nous retournerons. » Ceux-là reçoivent des bénédictions de leur Seigneur, ainsi que la miséricorde ; et ceux-là sont les bien-guidés. »

Sourate 2, versets 155-157 — traduction du sens

La patience est au premier choc

Le Prophète ﷺ passa près d’une femme qui pleurait auprès d’une tombe. Il lui dit : « Crains Allah et patiente. » Elle, sans le reconnaître, répondit durement. Quand elle apprit que c’était le Prophète ﷺ, elle vint s’excuser. Il lui dit alors :

> *« La patience, c'est au premier choc. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī et Muslim — sens

Le hadith souligne la valeur de la patience au moment du choc. Cela ne condamne ni les larmes ni le besoin de soutien. Si la première réaction a été difficile, on peut toujours se reprendre et avancer ; le deuil n'a pas un calendrier identique pour tous.

Patience ou résignation ?

La patience n'est pas la **résignation passive**. Celui qui se résigne baisse les bras : « De toute façon, c'est écrit. » Celui qui patiente garde confiance en Allah **et** continue d'agir. Ayyūb a invoqué, puis il a frappé le sol de son pied, comme Allah le lui demandait.

La patience (ṣabr)	La résignation passive
J'accepte ce qui est arrivé, et je cherche une issue.	Je subis, et je ne cherche plus rien.
Je vais chez le médecin et j'invoque Allah.	Je ne me soigne pas : « Allah décidera. »
Je garde l'espoir, même si l'épreuve dure.	Je perds l'espoir : « Ça ne changera jamais. »
Je demande de l'aide quand j'en ai besoin.	Je m'enferme dans le silence et la solitude.

> *« Personne n'a reçu un don meilleur et plus vaste que la patience. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī et Muslim — extrait, sens

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE BAOBAB ET L'HARMATTAN

Pendant des semaines, l'harmattan souffle sur le baobab : vent sec, poussière, chaleur. Le baobab ne fuit pas, mais il ne fait pas « rien » : ses racines vont chercher l'eau en profondeur, son tronc garde ses réserves.

La patience ressemble à cela : **tenir debout, et continuer à puiser**, dans la prière, l'invocation et l'aide des autres.

→ Patienter, c'est rester debout en continuant d'agir.

Comparaison pédagogique : l'image éclaire une leçon ; elle n'ajoute rien au récit coranique.



FICHE MÉMO 4 **Le ṣabr** ✂️

- ✓ Trois patiences : dans l'obéissance, loin de l'interdit, face au décret.
- ✓ La patience vraie est au premier choc.
- ✓ Patienter, ce n'est pas se résigner : on accepte et on agit.

J'AGIS Au prochain contretemps, dis d'abord : « Nous sommes à Allah, et c'est vers Lui que nous retournerons », puis cherche une solution.

CHAPITRE 5

Patience et maladie

Se soigner, espérer, garder sa dignité.

Je comprends : se soigner fait partie de la foi

Se soigner est compatible avec la patience et la confiance en Allah. Le récit d'Ayyūb unit l'invocation et l'action. Le Prophète ﷺ a aussi enseigné l'existence de remèdes :

> *« Allah n'a fait descendre aucune maladie sans faire descendre un remède pour elle. »*
>
> Al-Bukhārī 5678 — traduction du sens. Cela ne signifie pas que tout remède est déjà connu ou que chaque malade guérira.

Se soigner ne contredit pas la confiance en Allah : c'est **prendre les moyens** qu'Il a créés, puis Lui confier le résultat (voir UA-199 sur le tawakkul). Le médecin soigne ; **c'est Allah qui guérit**.

ATTENTION : LES FAUSSES PROMESSES DE GUÉRISON

Méfie-toi de toute personne qui promet une guérison certaine contre de l'argent, qui demande d'**arrêter un traitement médical**, ou qui propose des pratiques contraires au tawḥīd (voir UA-124).

La ruqya par le Coran et les invocations authentiques est permise ; elle **accompagne** les soins, elle ne les remplace pas.

La maladie qui efface les fautes

> *« Aucune fatigue, aucune maladie, aucun souci, aucune tristesse, aucun mal, aucun chagrin n'atteint le musulman — pas même une épine qui le pique — sans qu'Allah n'efface par cela une partie de ses fautes. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī et Muslim — sens

Ce hadith console : rien n'est perdu dans la souffrance du croyant. Mais il ne veut pas dire que le malade est un grand pécheur ! Ayyūb n'a pas été éprouvé parce qu'il était mauvais : Allah l'appelle « excellent serviteur ». L'épreuve peut **effacer**, **élever** ou **rapprocher** — et seul Allah sait laquelle de ces sagesses est en jeu.

> *« Quand le serviteur tombe malade ou voyage, il lui est inscrit l'équivalent de ce qu'il faisait lorsqu'il était en bonne santé et chez lui. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī — sens

Maladie chronique, handicap : la dignité intacte

Le diabète, l'hypertension, la drépanocytose, un handicap de naissance ou après un accident : certaines épreuves ne passent pas en quelques jours. Elles s'installent. L'Islam rappelle trois choses :

N°	Ce que l'Islam rappelle	Ce que cela change
1	La valeur d'une personne est dans sa piété, pas dans la santé de son corps.	Personne n'est « moins musulman » parce qu'il est malade ou handicapé.
2	Allah ne charge une âme que selon sa capacité (sourate 2, verset 286). On prie debout, sinon assis, sinon couché sur le côté (al-Bukhārī).	La religion s'adapte au malade ; il n'a pas à culpabiliser (voir UA-138).
3	Le Prophète ﷺ confiait des responsabilités à Ibn Umm Maktūm, un Compagnon aveugle, qui appelait à la prière (al-Bukhārī 617).	La personne handicapée a sa place pleine dans la communauté.

اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ، أَذْهِبِ الْبَأْسَ، اشْفِ أَنْتَ الشَّافِي، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا

Allāhumma rabba n-nās, adhhibi l-baʾs, ishfi anta sh-shāfī, lā shifāʾa illā shifāʾuk, shifāʾan lā yughādiru saqamā — **« Ô Allah, Seigneur des hommes, ôte le mal ; guéris, c'est Toi qui guéris ; il n'est de guérison que Ta guérison, une guérison qui ne laisse aucune maladie »**

Invocation du Prophète ﷺ pour un malade, rapportée par al-Bukhārī et Muslim — sens.



FICHE MÉMO 5 **Patience et maladie** ✂️

- ✓ Prendre des soins adaptés ne contredit pas la confiance en Allah.
- ✓ La maladie efface des fautes, mais elle n'est pas la preuve d'un péché.
- ✓ Malade ou handicapé, le croyant garde toute sa dignité.

J'AGIS Apprends l'invocation « Allāhumma rabba n-nās… » et dis-la pour un malade que tu connais.

PARTIE 4

Après l'épreuve, autour de l'épreuve

Allah rend, et nous accompagnons.

Qui, autour de moi, porte une épreuve longue ? Qui porte celui qui la porte ?

CHAPITRE 6

La guérison et la restitution

Une guérison et des bienfaits accordés par Allah.

Je comprends

Le récit coranique d'Ayyūb (ʿalayhi s-salām) se termine par la **guérison** et la **restitution**. Allah lui fait jaillir une eau fraîche pour se laver et boire, et le mal s'en va. Puis Il lui rend sa famille, « **et autant qu'elle avec elle** ».

ٱرْكُضْ بِرِجْلِكَ هَٰذَا مُغْتَسَلٌۢ بَارِدٌ وَشَرَابٌ ۖ وَوَهَبْنَا لَهُۥٓ أَهْلَهُۥ
وَمِثْلَهُم مَّعَهُمْ رَحْمَةً مِّنَّا وَذِكْرَىٰ لِأُو۟لِى ٱلْأَلْبَٰبِ ۝

« « Frappe le sol de ton pied : voici une eau fraîche pour te laver et pour boire. » Et Nous lui avons rendu sa famille, et autant qu'elle avec elle, par miséricorde de Notre part et comme rappel pour les doués d'intelligence. »

Sourate 38, versets 42-43 — traduction du sens

Les commentateurs ont expliqué « sa famille et autant qu'elle » de plusieurs manières (les siens rendus et d'autres en plus, ou une descendance nombreuse). Le Coran ne précise pas : on retient l'essentiel, **Allah a rendu davantage**, par pure miséricorde.

Un hadith authentique sur Ayyūb

> *« Pendant qu'Ayyūb se lavait, des sauterelles d'or tombèrent sur lui, et il se mit à les ramasser dans son vêtement. Son Seigneur l'appela : « Ô Ayyūb ! Ne t'ai-Je pas rendu assez riche pour que tu n'aies pas besoin de cela ? » Il répondit : « Si, par Ta puissance ! Mais je ne peux me passer de Ta bénédiction. » »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī d'après Abū Hurayra — sens

Ce hadith montre qu'Ayyūb reconnaît les bienfaits d'Allah et ne peut se passer de Sa bénédiction. Le croyant apprend à patienter dans la difficulté et à remercier dans l'aisance, comme le rappelle le hadith de la page 2.

Toutes les épreuves ne finissent pas ici-bas

Il faut le dire avec honnêteté : **toutes les maladies ne guérissent pas** en ce monde, et tous les biens perdus ne reviennent pas. Le récit d'Ayyūb n'est pas une promesse que chaque épreuve se terminera comme la sienne, ici-bas. C'est une promesse plus grande : **Allah ne laisse perdre aucune patience**.

Une femme vint voir le Prophète ﷺ : elle souffrait de crises et demanda qu'il invoque pour sa guérison. Il lui dit : « Si tu veux, patiente, et tu auras le Paradis ; et si tu veux, j'invoque Allah pour qu'Il te guérisse. » Elle choisit de patienter, et demanda seulement qu'il invoque pour qu'elle ne se découvre pas pendant ses crises ; ce qu'il fit (al-Bukhārī et Muslim — sens).

Ce que l'on peut espérer	Ce que cela veut dire
La guérison ici-bas	On la demande, on prend les moyens, et Allah l'accorde quand Il veut.
Une compensation meilleure	Allah peut remplacer ce qui est perdu par un bien autre, parfois inattendu.
Des fautes effacées, un rang élevé	Rien de la patience n'est perdu.
La récompense de l'au-delà	« Sans compter » (sourate 39, verset 10) : la plus grande des restitutions (voir UA-229).



FICHE MÉMO 6 **Guérison et restitution** ✂️

- ✓ Allah a guéri Ayyūb et lui a rendu sa famille, et davantage.
- ✓ Après la patience vient la reconnaissance : Ayyūb ne pouvait se passer de la baraka d'Allah.
- ✓ Toutes les épreuves ne finissent pas ici-bas, mais aucune patience n'est perdue.

J'AGIS Remercie Allah aujourd'hui pour une guérison passée : la tienne ou celle d'un proche.

CHAPITRE 7

Accompagner une personne éprouvée

Être une source d'eau fraîche pour celui qui souffre.

Je comprends

Nous ne sommes pas des prophètes. Mais nous pouvons être, pour un malade, un peu de cette « eau fraîche » qu'Allah a fait jaillir pour Ayyūb (ʿalayhi s-salām) : une présence, un repas, une parole douce. Visiter le malade est un **droit du musulman** sur son frère (al-Bukhārī et Muslim).

> *« Allah dira le Jour de la Résurrection : « Ô fils d'Adam, J'étais malade et tu ne M'as pas rendu visite. » Il dira : « Seigneur, comment Te rendrais-je visite, alors que Tu es le Seigneur des mondes ? » Il dira : « Ne savais-tu pas que Mon serviteur untel était malade, et tu ne lui as pas rendu visite ? Ne savais-tu pas que si tu lui avais rendu visite, tu M'aurais trouvé auprès de lui ? » »*
>
> Hadith qudsī rapporté par Muslim — extrait, sens

Le hadith lui-même explique le sens : Allah n'est pas malade, Il est au-dessus de tout défaut. Mais Il est **auprès du malade** par Sa miséricorde et Sa récompense. Celui qui visite un malade s'approche de cette miséricorde.

Les aidants : ceux qui portent ceux qui souffrent

À Dakar, quand un parent est hospitalisé — à Fann, à Principal, à Dalal Jamm ou ailleurs — c'est souvent une fille, une épouse, un fils qui passe les nuits sur une chaise, court à la pharmacie, prépare les repas. Ces **aidants familiaux** vivent eux aussi une épreuve, souvent en silence.

N°	Le geste	Pour qui
1	Organiser un tour de garde dans la famille, pour que la même personne ne porte pas tout.	L'aidant
2	Apporter un repas, un thermos de café Touba, du crédit téléphonique, ou payer une ordonnance, discrètement.	La famille
3	Faire des visites courtes, à une heure qui arrange, en respectant les consignes de l'hôpital.	Le malade
4	Invoquer pour le malade devant lui, et pour l'aidant aussi.	Les deux
5	Revenir prendre des nouvelles quand l'épreuve dure : les visites diminuent, la fatigue augmente.	Les deux

Les paroles qui blessent, les paroles qui soignent

Certaines paroles, même bien intentionnées, **culpabilisent le malade**. Le Coran nous montre un prophète, aimé d'Allah, longuement éprouvé : la maladie n'est donc jamais une preuve de faute ni de faible foi.

À éviter	À préférer
« Qu'est-ce que tu as fait pour mériter ça ? »	« Qu'Allah te guérisse et fasse de cette épreuve une élévation pour toi. »
« Si tu avais plus de foi, tu guérirais. »	« Ta patience est précieuse auprès d'Allah. »
« Moi, je connais quelqu'un qui en est mort. »	« Je suis là. De quoi as-tu besoin cette semaine ? »
« Arrête ces médicaments, j'ai un meilleur remède. »	« Suis bien ton traitement ; je t'accompagne au prochain rendez-vous. »

ATTENTION : QUAND LA DÉTRESSE EST TROP LOURDE

Une longue maladie, un deuil ou la fatigue d'un aidant peuvent conduire à une grande détresse : tristesse qui ne passe pas, sommeil perdu, pensées très sombres, envie de tout arrêter.

Ce n'est pas un manque de foi. Parles-en sans attendre à un professionnel de santé et à un proche de confiance. Un soutien spirituel peut les accompagner. Si tu risques de te faire du mal, cherche immédiatement une aide d'urgence et ne reste pas seul(e). Chercher de l'aide, c'est prendre les moyens, comme Ayyūb a frappé le sol de son pied.

Ayyūb en cinq leçons

N°	La leçon	Le texte
1	Se plaindre À Allah, jamais DE Allah.	Sourate 21, verset 83
2	Reconnaître son besoin et demander à Allah Sa miséricorde.	Sourate 38, verset 41
3	Prendre les moyens, même quand on attend un miracle.	Sourate 38, verset 42
4	S'en tenir aux textes, sans légendes.	Sourate 38, verset 43 : « rappel pour les doués d'intelligence »
5	Patient dans l'épreuve, reconnaissant après : « Quel excellent serviteur ! »	Sourate 38, verset 44

Pour aller plus loin sur l'épreuve, relis UA-201 (Connaître Allah dans l'épreuve), puis UA-232 (La foi face aux épreuves) et UA-233 (Patience et confiance). Le prochain livret de la collection, UA-218, présente Yūnus (ʿalayhi s-salām) et le retour à Allah.

FICHE MÉMO 7 **Accompagner** ✂

- ✓ Visiter le malade est un droit du musulman ; Allah est auprès du malade par Sa miséricorde.
- ✓ Penser aussi aux aidants : tour de garde, repas, présence.
- ✓ Ne jamais culpabiliser le malade ; en cas de détresse, parler à quelqu'un.

J'AGIS Rends visite (ou téléphone) cette semaine à un malade ou à un aidant, et propose une aide concrète.

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 trois phrases sur une épreuve que j'ai vécue (chapitre 1).	☐
2	Lire lentement 21:83-84 et 38:41-44 dans une traduction du sens (chapitre 2).	☐
3	Raconter l'histoire d'Ayyūb à un proche, sans aucun détail non établi (chapitre 3).	☐
4	Au premier contretemps, dire « Nous sommes à Allah… » puis chercher une solution (chapitre 4).	☐
5	Apprendre l'invocation « Allāhumma rabba n-nās… » (chapitre 5).	☐
6	Remercier Allah pour une guérison passée (chapitre 6).	☐
7	Visiter ou appeler un malade ou un aidant, 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. Combien de fois le nom d'Ayyūb est-il cité dans le Coran ?

- ☐ A. quatre fois
- ☐ B. une seule fois
- ☐ C. vingt fois

2. L'invocation d'Ayyūb en 21:83 est : « Le mal m'a touché, et… »

- ☐ A. « guéris-moi tout de suite »
- ☐ B. « Tu es le plus Miséricordieux des miséricordieux »
- ☐ C. « pourquoi moi ? »

3. Se plaindre À Allah de sa souffrance…

- ☐ A. est un manque de foi
- ☐ B. est permis et louable
- ☐ C. est interdit

4. Que dit le Coran de la durée de la maladie d'Ayyūb ?

- ☐ A. 18 ans
- ☐ B. 7 ans
- ☐ C. il ne donne aucune durée

5. Un récit des isrāʾīliyyāt qui abîme la dignité d'un prophète…

- ☐ A. est rejeté
- ☐ B. est accepté
- ☐ C. est enseigné comme une vérité

6. « La patience, c'est… »

- ☐ A. après quelques jours
- ☐ B. au premier choc
- ☐ C. quand on a oublié

7. Pour le croyant malade, se soigner…

- ☐ A. contredit la patience
- ☐ B. est permis et recommandé
- ☐ C. n'est utile que sans invocation

8. Allah dit d'Ayyūb (38:44) :

- ☐ A. « Quel excellent serviteur ! »
- ☐ B. « Il a douté »
- ☐ C. « Il s'est révolté »

RÉPONSES

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

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
Ayyūb	Prophète cité quatre fois dans le Coran ; modèle de la patience.
Ṣabr	La patience : retenir son cœur, sa langue et ses membres, tout en agissant.
Ṣābir	L'endurant, celui qui patiente.
Awwāb	Celui qui revient sans cesse vers Allah, plein de repentir.
Shukr	La reconnaissance envers Allah pour Ses bienfaits.
Adab	La politesse, la bonne manière, ici envers Allah.
Shakwā	La plainte : louable quand elle est adressée à Allah.
Israʾīliyyāt	Récits issus des traditions juives et chrétiennes ; à examiner avec prudence.
Ḥadīth qudsī	Parole qu'Allah adresse par la bouche du Prophète ﷺ, hors du Coran.
Isnād	La chaîne de transmission d'un hadith ou d'un récit.
Ruqya	Soin par la lecture du Coran et les invocations authentiques.
Tawakkul	La confiance en Allah, après avoir pris les moyens.
Baraka	La bénédiction qu'Allah met dans une chose.
ʿIṣma	La protection qu'Allah accorde aux prophètes.
Ulū l-albāb	« Les doués d'intelligence » (38:43), nom de notre école.
Muṣība	Le malheur, l'épreuve qui frappe.

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

Fiche mémo : Ayyūb et la patience en une page

	Ce qu'il faut retenir
Dans le Coran	4:163 • 6:84 • 21:83-84 • 38:41-44
Son invocation	« Le mal m'a touché, et Tu es le plus Miséricordieux des miséricordieux »
L'adab	Se plaindre À Allah, jamais DE Allah • ne pas Lui attribuer le mal
L'éloge	Endurant • excellent serviteur • plein de repentir (38:44)
La méthode	S'en tenir aux textes • pas d'isrāʾīliyyāt (durée, vers, épouse…)
Le ṣabr	Au premier choc • trois sortes • accepter ET agir
La maladie	Se soigner • elle efface des fautes • elle ne prouve aucune faute
Accompagner	Visiter • soutenir les aidants • ne pas culpabiliser • parler de sa détresse

Pour continuer le chemin

Retrouve les autres volumes de la collection « Prophètes et Sīra » ci-dessous.

Référence	Titre
UA-210	Croire aux Prophètes et Messagers
UA-211	La Sīra — Introduction
UA-212	Les grandes étapes de la Sīra
UA-213	Les épreuves des Prophètes
UA-214	Les qualités des Messagers
UA-215	Ibrāhīm et la soumission
UA-216	Yūsuf et la confiance
UA-218	Yūnus et le retour à Allah
UA-219	Muḥammad ﷺ modèle du croyant

Et ensuite…

Référence	Titre
UA-201	Connaître Allah dans l'épreuve
UA-232	La foi face aux épreuves
UA-233	Patience et confiance
UA-245	Je découvre les Prophètes (Mu'min Kids, pour les enfants)

UN CONSEIL

Garde dans ton téléphone ou sur un papier l'invocation d'Ayyūb (sourate 21, verset 83). Les jours difficiles, récite-la avec la traduction du sens : elle t'apprendra à te plaindre comme les prophètes, à Allah seul, avec espoir.

Fiche d'identification du livret

Rubrique	Information
Référence	UA-217
Titre	Ayyūb et la patience — Quand tout s'en va, Allah reste
Univers • Porte • Collection	Mu'min • Croire aux Messagers • Prophètes et Sīra (livret 8 sur 10)
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 passages français donnent le sens des textes. Les numéros des hadiths suivent Sunnah.com et peuvent varier selon les éditions. Les activités sont des propositions pédagogiques, sans valeur d'obligation religieuse.

Ayyūb : Coran 4:163 ; 6:84 ; 21:83-84 ; 38:41-44, avec les commentaires d'Ibn Kathīr et d'al-Qurṭubī.

Patience au premier choc — al-Bukhārī 1283. Don de la patience — al-Bukhārī 1469.

Remède et maladie — al-Bukhārī 5678. Effacement des fautes — al-Bukhārī 5641-5642. Œuvres habituelles — al-Bukhārī 2996.

Prière du malade — al-Bukhārī 1117. Invocation de guérison — al-Bukhārī 5743. Sauterelles d'or — al-Bukhārī 279.

Femme éprouvée par des crises — al-Bukhārī 5652. Visite au malade — Muslim 2569. Affaire du croyant — Muslim 2999.

Coran arabe : Al Quran Cloud, édition quran-tajweed, Ḥafṣ, consultée le 04/10/2026. Les caractères de la source sont conservés ; « … » signale une coupure. Français : traduction du sens de la maquette, revue.

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. Les couleurs accompagnent l'apprentissage ; elles ne remplacent pas la correction orale par un enseignant.

Quand tout s’en va, Allah reste.

Que dit vraiment le Coran sur Ayyūb ? Et comment patienter dans la maladie et la perte ?

Ce livret lit lentement les versets consacrés au prophète Ayyūb, sans y ajouter les légendes qui circulent, puis t’aide à vivre la patience aujourd’hui : se plaindre à Allah avec politesse, se soigner sans perdre confiance, garder sa dignité dans la maladie, et accompagner ceux qui souffrent et ceux qui les portent.

Sept chapitres courts. Dix à vingt 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-217 • v1.0 • 04/10/2026