DU MUSLIM AU MUHSIN

Collection « Prière » • Livret 4 sur 15

Piliers, obligations et sunan de la prière

Savoir ce qui compte, et pourquoi



Univers Muslim • Pour les débutants • UA-141

LES PILIERS EN QUELQUES MOTS

صَلُّوا كَمَا رَأَيْتُمُونِي أُصَلِّي

Ṣallū kamā raʾaytumūnī uṣallī.

« Priez comme vous m’avez vu prier. »

Parole du Prophète ﷺ, rapportée par al-Bukhārī — extrait

EN QUELQUES MOTS

Dans ma prière, il y a ce qui la fonde (les obligations), ce qui la complète (les sunna), ce qui l’embellit (les recommandés), ce qui l’abîme (le déconseillé) et ce qui l’annule. Ce livret m’apprend à les reconnaître un par un, pour prier avec assurance et savoir quoi faire quand j’oublie.

La question d’Awa



Tout n’a pas le même poids dans la prière.

Savoir, c’est prier en paix.

Avant de commencer

UNE PROMESSE

Tu fais peut-être déjà tous les gestes de la prière, sans savoir lesquels sont indispensables. Ce livret te donne la carte complète. À la fin, tu sauras distinguer ce qui fait la prière de ce qui l'embellit.

Ce livret approfondit le chapitre 6 de UA-138 « La prière de A à Z ». Les conditions de la prière (pureté, ʿawra, qibla, temps) sont expliquées dans UA-139, les gestes dans l'ordre dans UA-140, et ce qu'il faut faire en cas d'oubli dans UA-142.

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

Chaque chapitre suit le même chemin

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

BON À SAVOIR

Le Coran est la parole d'Allah. Ses passages sont accompagnés d'une traduction du sens en français. L'arabe est reproduit depuis Quran.com (lecture Ḥafṣ). La récitation s'apprend aussi avec un enseignant.

Ce livret suit l'**école malikite**, majoritaire en Afrique de l'Ouest et au Maghreb. Sur certains détails, les autres écoles sunnites ont d'autres avis : ce n'est pas une contradiction, c'est la richesse de la jurisprudence. Si tu suis une autre école, demande à ton enseignant.

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

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

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

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE LA MAISON



Pour construire une maison, il faut d'abord un terrain et un permis : ce sont les conditions. Puis il faut des fondations, des murs et un toit : ce sont les obligations. Les portes et les fenêtres rendent la maison vraiment habitable : ce sont les sunna. La peinture et les fleurs à l'entrée la rendent belle : ce sont les recommandés. Une fissure dans le mur l'abîme sans la faire tomber : c'est le déconseillé. Un incendie la détruit : c'est ce qui annule.

Une maison sans fenêtres reste une maison ; une maison sans toit n'en est pas une.

Comparaison pédagogique, pour aider à retenir.

Sommaire

Partie 1 — Comprendre les niveaux

1. Le miroir : tout n’a pas le même poids · 10 min
2. Condition ou obligation ? · 10 min

Partie 2 — Les fondations

3. Les obligations (1) : entrer, réciter, s’incliner · 15 min
4. Les obligations (2) : se prosterner, saluer, prendre son temps · 15 min

Partie 3 — Ce qui embellit la prière

5. Les sunna, une par une · 15 min
6. Les recommandés : la beauté de la prière · 15 min

Partie 4 — Ce qui abîme, ce qui annule

7. Les actes déconseillés · 10 min
8. Ce qui annule la prière · 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

Comprendre les niveaux

Dans la prière, tout n’a pas le même poids.

Quels gestes de ma prière est-ce que je fais « parce qu’on fait comme ça », sans savoir s’ils sont obligatoires ?

CHAPITRE 1

Le miroir : tout n'a pas le même poids

Obligatoire, sunna, recommandé, déconseillé, interdit.

JE M'ARRÊTE — QUESTION MIROIR

Si j'oublie quelque chose dans ma prière, est-ce que je sais si elle reste valide ?

Est-ce que je donne autant d'importance à lever les mains qu'à la Fātiḥa ?

Quel geste de ma prière ai-je appris sans jamais en connaître le statut ?

Je comprends

Le Prophète ﷺ a montré la prière à ses Compagnons par l'exemple. Les savants ont ensuite étudié chaque geste et chaque parole pour en préciser le **poids** : qu'est-ce qui fait la prière, qu'est-ce qui la complète, qu'est-ce qui l'embellit, qu'est-ce qui l'abîme ou l'annule ?

> *« Priez comme vous m'avez vu prier. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī — extrait

Connaître ces niveaux n'est pas un exercice de savant. C'est très concret : quand tu oublies quelque chose, tu sais aussitôt si tu dois le refaire, te prosterner pour l'oubli, ou simplement continuer en paix.

Le niveau	Ce que cela veut dire	Exemple
Obligation (farḍ)	Elle fait partie de la prière. Sans elle, la prière n'existe pas ou n'est pas valide.	La Fātiḥa, l'inclinaison, la prosternation
Sunna	Pratique régulière du Prophète ﷺ, fortement appuyée. On ne la délaisse pas ; son oubli se répare souvent par la prosternation de l'oubli.	La sourate après la Fātiḥa, le tashahhud
Recommandé (faḍīla)	Un plus qui augmente la récompense. Son oubli ne demande rien.	Lever les mains au premier takbīr, dire « āmīn »
Déconseillé (makrūh)	À éviter : il diminue la qualité de la prière, sans l'annuler.	Regarder à droite et à gauche, bâiller sans se couvrir
Ce qui annule (mubṭil)	Il fait tomber la prière : il faut la recommencer.	Parler volontairement, rire aux éclats

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LA MAISON

Pour construire une maison, il faut d'abord un terrain et un permis : ce sont les **conditions**. Puis il faut des fondations, des murs et un toit : ce sont les **obligations**. Les portes et les fenêtres rendent la maison vraiment habitable : ce sont les **sunna**. La peinture et les fleurs à l'entrée la rendent belle : ce sont les **recommandés**.

Une fissure dans le mur l'abîme sans la faire tomber : c'est le **déconseillé**. Un incendie la détruit : c'est **ce qui annule**.

➜ Une maison sans fenêtres reste une maison ; une maison sans toit n'en est pas une.

Comparaison pédagogique, pour aider à retenir.

ATTENTION

Que quelque chose soit « seulement » sunna ou recommandé ne veut pas dire qu'on peut le négliger. Le Prophète ﷺ priait avec toutes ces sunna : celui qui l'aime cherche à l'imiter. Les niveaux servent à **savoir quoi faire en cas d'oubli**, pas à faire le minimum.

FICHE MÉMO 1 **Les niveaux** ✂️

- ✓ Obligation : sans elle, pas de prière valide.
- ✓ Sunna : fortement appuyée • recommandé : un plus • déconseillé : à éviter.
- ✓ Ce qui annule : il faut recommencer la prière.

J'AGIS Pendant ta prochaine prière, essaie de nommer intérieurement le statut de trois gestes que tu fais.

CHAPITRE 2

Condition ou obligation ?

Ce qui entoure la prière, et ce qui la compose.

Je comprends

Une **condition** (sharṭ) est extérieure à la prière : elle doit être présente **avant** de commencer et **rester présente** pendant toute la prière. Une **obligation** (farḍ, appelée aussi pilier) est une **partie** de la prière elle-même : on l'accomplit à un moment précis, à sa place.

	Condition (sharṭ)	Obligation (farḍ)
Où se trouve-t-elle ?	En dehors de la prière, autour d'elle.	À l'intérieur de la prière, à une place précise.
Quand compte-t-elle ?	Avant et pendant toute la prière.	Au moment où on l'accomplit.

	Condition (sharṭ)	Obligation (farḍ)
Exemples	Pureté rituelle • corps, vêtement et lieu purs • ʿawra couverte • qibla • heure entrée	Intention • takbīr d'entrée • Fātiḥa • inclinaison • prosternation • salut
Si elle manque	La prière n'est pas valide (avec des nuances pour l'oubli et l'incapacité, voir UA-139).	Il faut l'accomplir ; si ce n'est plus possible, refaire l'unité ou la prière.

Les conditions sont détaillées dans le livret UA-139 « Avant la prière ». Ce livret-ci s'occupe de **ce qui se passe à l'intérieur** de la prière.

> **LE CAS DE L'INTENTION**
>
> Certains savants classent l'intention parmi les conditions, d'autres parmi les obligations. Dans l'école malikite, on la compte habituellement parmi les **obligations** de la prière, car elle accompagne le takbīr d'entrée. En pratique, cela ne change rien : **sans intention, pas de prière**.

J'ai…	Ce qui manque	Je fais…
prié en croyant avoir le wuḍūʾ, et je découvre que je l'avais perdu	Une condition : la pureté	Je refais mes ablutions et je recommence la prière.
commencé la prière, puis j'ai perdu mon wuḍūʾ au milieu	Une condition qui doit durer	La prière est annulée : je refais le wuḍūʾ et je recommence.
oublié de m'incliner dans une unité	Une obligation	Je dois l'accomplir à sa place ou refaire l'unité (voir UA-142).
oublié de réciter une sourate après la Fātiḥa	Une sunna	Prosternation de l'oubli avant le salut ; la prière reste valide.
oublié de lever les mains au takbīr d'entrée	Un recommandé	Rien : je continue, ma prière est valide.

FICHE MÉMO 2 **Condition ou obligation** ✂️

- ✓ Condition : autour de la prière, du début à la fin.
- ✓ Obligation : à l'intérieur, à une place précise.
- ✓ Sans l'une ou l'autre, pas de prière valide.

J'AGIS Écris de mémoire les cinq conditions de validité, puis vérifie avec le tableau.

PARTIE 2

Les fondations

Les quinze obligations, une par une.

CHAPITRE 3

Les obligations (1) : entrer, réciter, s'incliner

De l'intention jusqu'au redressement.

Je comprends

Voici quinze repères essentiels pour les obligations de la prière. Les ouvrages détaillés peuvent les compter autrement ; ils ajoutent notamment, dans certains cas comme le vendredi, l'intention de l'imam de diriger la prière.

N°	L'obligation	En pratique
1	L'intention (niyya) de la prière précise	Savoir dans son cœur quelle prière on accomplit : « le Ẓuhr », « le Fajr ». Pas besoin de la prononcer à voix haute ; elle accompagne le takbīr d'entrée.
2	Le takbīr d'entrée (takbīrat al-iḥrām)	Dire « Allāhu akbar », exactement ces mots, en arabe. C'est la porte de la prière : tout ce qui était permis avant (parler, manger…) devient interdit.
3	Être debout pour ce takbīr	Dans la prière obligatoire, pour qui en est capable. Le dire en descendant déjà vers l'inclinaison n'est pas correct pour celui qui commence seul.
4	Réciter la Fātiḥa	Pour l'imam et pour celui qui prie seul, dans chaque unité. La prononcer avec la langue, pas seulement dans le cœur.
5	Être debout pour la Fātiḥa	Dans la prière obligatoire, pour qui en est capable. Le malade a ses règles (UA-145).
6	L'inclinaison (rukūʿ)	Se pencher de façon que les mains puissent atteindre les genoux ; le mieux : dos droit, mains posées sur les genoux.
7	Se relever de l'inclinaison	Revenir en position debout. On ne descend pas directement de l'inclinaison à la prosternation.

> *« Pas de prière pour celui qui ne récite pas la Fātiḥa du Livre. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī et Muslim — sens

اللَّهُ أَكْبَرُ

Allāhu akbar

« Allah est le plus grand »

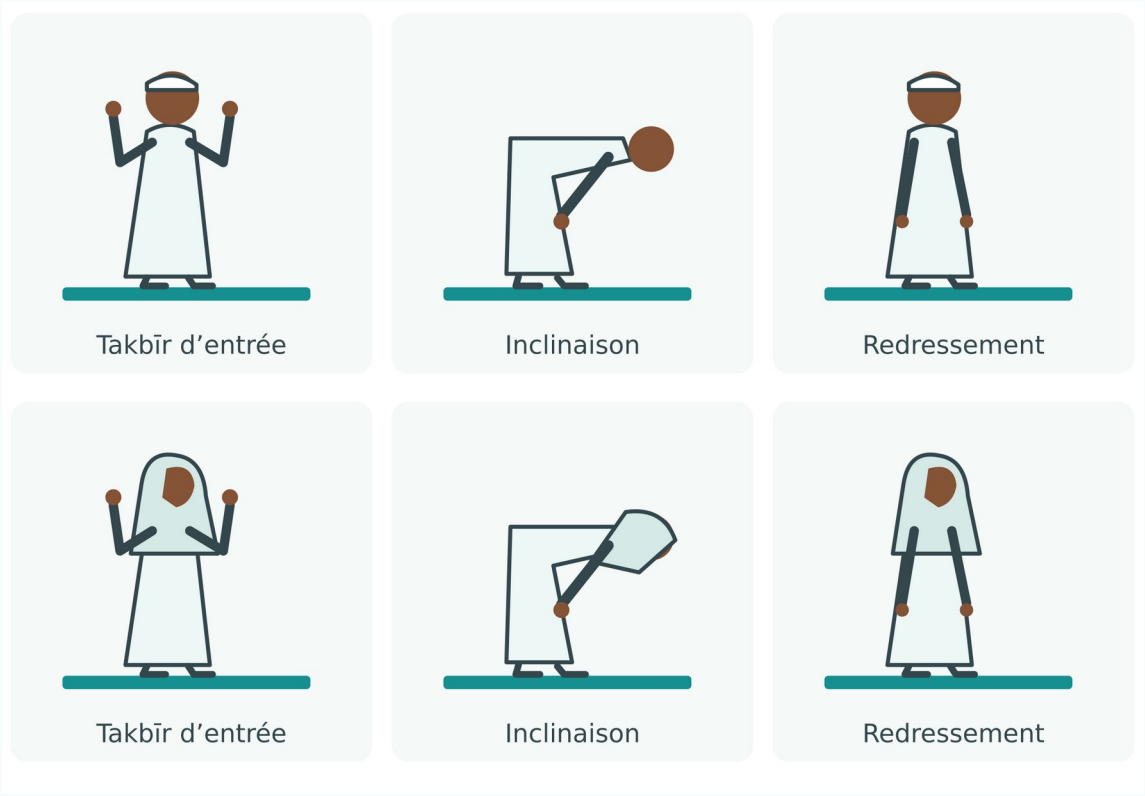
Formule arabe à faire relire par un référent qualifié.

Les questions qu'on se pose

La question	Le repère
Dois-je dire « je prie le Ẓuhr » à voix haute ?	Non. L'intention est dans le cœur. La prononcer n'est pas demandé ; l'important est de savoir ce qu'on fait.
Puis-je dire « Allāhu l-akbar » ou une autre formule ?	Non. Le takbīr d'entrée a une formule fixe : « Allāhu akbar ». Apprends-la bien : n'allonge pas le « A » du début (cela en ferait une question), ni le « a » d'akbar.
Je ne connais pas encore la Fātiḥa par cœur.	Apprends-la en priorité, avec l'aide d'un proche ou d'un enseignant. En attendant, prie avec ce que tu sais et demande à ton enseignant comment faire : ne délaisse pas la prière.
Derrière l'imam, dois-je réciter la Fātiḥa ?	Non, ce n'est pas une obligation pour le suiveur : la récitation de l'imam suffit. Dans les prières à voix basse, il est recommandé de la réciter doucement.

ATTENTION

Penser les mots sans les prononcer ne constitue pas une récitation si l'on peut parler. À voix basse, on articule avec la langue ; s'entendre soi-même n'est pas exigé dans l'école malikite.



FICHE MÉMO 3 **Obligations 1 à 7** ✂️

- ✓ Intention • « Allāhu akbar » debout • Fātiḥa debout.
- ✓ Inclinaison • se relever de l'inclinaison.
- ✓ La Fātiḥa se prononce avec la langue, dans chaque unité.

J'AGIS Récite la Fātiḥa devant une personne qui la connaît bien, et demande-lui de te corriger.

CHAPITRE 4

Les obligations (2) : se prosterner, saluer, prendre son temps

De la prosternation jusqu'au salut final.

Je comprends

N°	L'obligation	En pratique
8	La prosternation (sujūd)	Poser le front au sol, sur une partie aussi grande que possible. Poser aussi le nez est une sunna à ne pas négliger. Deux prosternations dans chaque unité.
9	Se relever de la prosternation	Lever la tête et s'asseoir entre les deux prosternations, avant de descendre pour la seconde.

N°	L'obligation	En pratique
10	Le salut final	Dire « as-salāmu ʿalaykum », exactement ces mots, en arabe. C'est la sortie de la prière.
11	Être assis pour le salut	Le salut se dit en position assise, à la fin du dernier tashahhud.
12	La stabilité (ṭumaʾnīna)	Dans chaque position (inclinaison, redressement, prosternation, assise), le corps se pose et s'immobilise un instant avant de passer à la suite.
13	Le redressement (iʿtidāl)	Après l'inclinaison et entre les deux prosternations, le corps revient vraiment droit, sans rester à moitié penché.
14	L'ordre entre les obligations	Debout, puis inclinaison, puis redressement, puis prosternations… On ne change pas l'ordre.
15	L'intention de suivre l'imam	Pour celui qui prie derrière un imam : savoir dans son cœur qu'on le suit. Sans cette intention, on ne peut pas se reposer sur sa récitation.

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ

As-salāmu ʿalaykum

« Que la paix soit sur vous »

Formule arabe à faire relire par un référent qualifié.

La stabilité : l'obligation la plus oubliée

Beaucoup de personnes connaissent les gestes, mais les enchaînent si vite qu'aucun n'est vraiment accompli. Un homme est entré dans la mosquée et a prié rapidement ; le Prophète ﷺ lui a dit de recommencer, trois fois, puis il lui a appris :

> *« … Puis incline-toi jusqu'à être tranquille dans l'inclinaison, puis relève-toi jusqu'à être bien droit debout, puis prosterne-toi jusqu'à être tranquille dans la prosternation… »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī et Muslim — extrait, sens (hadith de celui qui priait mal)

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LA PHOTO FLOUE

Si tu prends une photo en bougeant, elle est floue : on ne reconnaît rien. Pour qu'elle soit nette, il faut s'arrêter une seconde, bien immobile.

→ Chaque position de la prière doit être « nette » : un instant d'immobilité avant de passer à la suite.

N°	Le geste	Statut
1	Dans l'inclinaison : attendre que le dos soit posé et immobile, puis dire « subḥāna rabbiya l-ʿaẓīm ».	Stabilité : obligatoire
2	Au redressement : se tenir droit, les vertèbres reprennent leur place, puis descendre.	Redressement : obligatoire

N°	Le geste	Statut
3	Dans la prosternation : front et nez posés, corps immobile, puis dire « subḥāna rabbiya l-aʿlā ».	Stabilité : obligatoire
4	Entre les deux prosternations : s'asseoir vraiment, un instant, avant de redescendre.	Obligatoire

LE MINIMUM ET LE MIEUX

Le **minimum** obligatoire de la stabilité est que le corps se pose un instant. Le **mieux** est de prendre le temps de dire tranquillement les formules (trois fois, par exemple). Le reste du temps passé dans la position relève de la perfection de la prière.

GARDER UNE PROSTERNATION STABLE

Évite de relever puis de reposer le front sans besoin. Un geste minime et une prosternation supplémentaire ne se traitent pas de la même manière : garde le corps calme et demande conseil pour un cas précis.

FICHE MÉMO 4 **Obligations 8 à 15** ✂️

- ✓ Deux prosternations, front au sol • s'asseoir entre les deux.
- ✓ « As-salāmu ʿalaykum » assis • stabilité • redressement • ordre.
- ✓ Derrière l'imam : l'intention de le suivre.

J'AGIS Prie ta prochaine prière en comptant intérieurement « un » dans chaque position avant de bouger.

PARTIE 3

Ce qui embellit la prière

Les sunna et les recommandés.

Quelle sunna de la prière est-ce que j'oublie le plus souvent ?

CHAPITRE 5

Les sunna, une par une

Les pratiques constantes du Prophète ﷺ dans la prière.

Je comprends

Les sunna de la prière sont des actes que le Prophète ﷺ accomplissait régulièrement. Les délaisser volontairement est une perte et, pour certains savants, un manque grave. Les **oublier** se répare, pour les sunna importantes, par la **prosternation de l'oubli** avant le salut (voir UA-142).

Sunna et actes complémentaires	En pratique	Importance
Réciter une sourate après la Fātiḥa	Dans les deux premières unités, au moins un verset ou une courte sourate.	Principale
Être debout pour cette sourate	Pour celui qui en est capable.	Liée à la précédente
Voix haute là où c'est prévu	Fajr, deux premières unités du Maghrib et du ʿIshāʾ, Jumuʿa (pour l'imam et celui qui prie seul).	Principale
Voix basse là où c'est prévu	Ẓuhr, ʿAṣr, dernières unités du Maghrib et du ʿIshāʾ.	Principale
Chaque takbīr autre que celui d'entrée	En descendant à l'inclinaison, à la prosternation, en se relevant…	Légère une par une ; principale à partir de deux oubliées
« Samiʿa llāhu li-man ḥamidah »	En se relevant de l'inclinaison (imam et celui qui prie seul).	Légère une par une ; principale à partir de deux
Chaque tashahhud	Le premier (après la 2e unité) et le dernier.	À distinguer de l'assise ; voir UA-142
S'asseoir pour chaque tashahhud	La position assise elle-même, en plus des paroles.	Sunna ; l'assise nécessaire au salut est obligatoire
La prière sur le Prophète ﷺ	Après le dernier tashahhud.	Recommandé (mandūb)
Se prosterner sur les genoux, les mains et les orteils	En plus du front : genoux et paumes au sol, bouts des orteils posés.	Recommandé (mandūb)
Le salut du suiveur à l'imam et à sa gauche	Le suiveur rend le salut à l'imam, puis à celui qui est à sa gauche s'il y a quelqu'un.	Sunna
Écouter l'imam	Pour le suiveur, dans les prières à voix haute : il se tait et écoute.	Sunna

LES SUNNA PRINCIPALES

Les savants malikites distinguent les **sunna principales** (muʾakkada), dont l'oubli demande la prosternation de l'oubli, et les **sunna légères**. Les sunna principales le plus souvent citées sont : la sourate après la Fātiḥa, la voix haute, la voix basse, le premier tashahhud, la position assise pour ce tashahhud, et le takbīr ou le « samiʿa llāhu li-man ḥamidah » quand on en oublie au moins deux.

Si l'on oublie **un seul** takbīr ou **un seul** « samiʿa llāhu li-man ḥamidah », on ne se prosterne pas, selon l'avis le plus connu de l'école. Demande à ton enseignant de te montrer la liste exacte qu'il enseigne.

سَمِعَ اللَّهُ لِمَنْ حَمِدَهُ

Samiʿa llāhu li-man ḥamidah

« Allah entend celui qui Le loue »

Formule arabe à faire relire par un référent qualifié.

J'accomplis : la voix haute et la voix basse

La prière	Unités 1 et 2	Unités 3 et 4
Fajr	Voix haute	—
Ẓuhr • ʿAṣr	Voix basse	Voix basse
Maghrib	Voix haute	Voix basse (3e unité)
ʿIshāʾ	Voix haute	Voix basse

À voix haute, on se fait entendre à proximité, sans crier. À voix basse, on prononce réellement avec la langue ; s'entendre soi-même n'est pas exigé dans l'école malikite. Une récitation seulement pensée ne suffit pas si l'on peut parler.

ATTENTION

Négliger une sunna n'est pas la même chose qu'oublier un pilier. Ne déclare pas toute la prière annulée pour un acte recommandé manqué. Les réparations concernent des omissions précises : reporte-toi à UA-142 et demande conseil pour un cas réel.

FICHE MÉMO 5 **Les sunna** ✂️

- ✓ Sourate après la Fātiḥa • voix haute et basse • takbīr • tashahhud et position assise.
- ✓ Sunna principale oubliée : prosternation de l'oubli avant le salut.
- ✓ Un seul takbīr oublié : pas de prosternation.

J'AGIS Dans ta prochaine prière à voix haute, vérifie que ta voix est audible sans crier.

CHAPITRE 6

Les recommandés : la beauté de la prière

Les petits gestes qui augmentent la récompense.

Je comprends

Les recommandés (faḍā'il, ou mandūbāt) sont des actes qui embellissent la prière. Les oublier ne demande **aucune réparation** : la prière est complète et valide. Mais celui qui les connaît et les pratique gagne en récompense et en présence du cœur.

Le recommandé	En pratique
Lever les mains au takbīr d'entrée	Mains ouvertes, à hauteur des épaules (ou des oreilles), seulement au premier takbīr dans l'avis le plus connu de l'école.
Dire « āmīn » après la Fātiḥa	Pour celui qui prie seul et pour le suiveur ; l'imam le dit dans les prières à voix basse. On le dit doucement.
« Rabbanā wa laka l-ḥamd »	Pour le suiveur et pour celui qui prie seul, en se relevant de l'inclinaison.
Glorifier Allah dans l'inclinaison	« Subḥāna rabbiya l-ʿaẓīm », par exemple trois fois.
Glorifier et invoquer dans la prosternation	« Subḥāna rabbiya l-aʿlā », puis des invocations personnelles.
Allonger ou raccourcir la récitation	Plus longue au Fajr et au Ẓuhr, plus courte au ʿAṣr et au Maghrib, moyenne au ʿIshā'. La première unité un peu plus longue que la deuxième.
Le qunūt au Fajr	À voix basse, avant l'inclinaison de la deuxième unité (ou après, selon un avis). S'il est oublié : aucune prosternation.
Invoquer avant le salut final	Après le dernier tashahhud et la prière sur le Prophète ﷺ.
Bouger l'index droit pendant le tashahhud	Les autres doigts de la main droite repliés, l'index tendu et bougé doucement.
Les belles positions	Dos droit dans l'inclinaison ; dans la prosternation, mains à hauteur des oreilles ou des épaules ; pour l'homme, bras écartés du corps sans gêner son voisin.
Le dernier tashahhud plus long que le premier	Le premier est court ; on ne s'y attarde pas.

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ

Subḥāna rabbiya l-ʿaẓīm

« Gloire à mon Seigneur, le Très-Grand »

رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ

Rabbanā wa laka l-ḥamd

« Notre Seigneur, à Toi la louange »

Formules arabes à faire relire par un référent qualifié.

Trois questions souvent posées

LES BRAS LE LONG DU CORPS OU CROISÉS ?

Dans l'école malikite, la pratique la plus connue est de laisser les bras le long du corps (sadl). D'autres malikites, et d'autres écoles, croisent les bras sur le corps (qabḍ). Les deux sont pratiqués par des savants et des fidèles sincères : suis l'enseignement de ton enseignant, sans en faire un sujet de dispute.

LA BASMALA AVANT LA FĀTIḤA

Dans l'école malikite, on ne récite pas « bismi llāhi r-raḥmāni r-raḥīm » avant la Fātiḥa dans la prière **obligatoire**, ni à voix haute ni à voix basse. Elle est permise dans la prière surérogatoire. D'autres écoles la récitent : c'est une différence connue entre les écoles.

LE QUNŪT — UNE FORMULE TRANSMISE DANS AR-RISĀLA

اللَّهُمَّ إِنَّا نَسْتَعِينُكَ وَنَسْتَغْفِرُكَ وَنُؤْمِنُ بِكَ وَنَتَوَكَّلُ عَلَيْكَ وَنَخْنَعُ لَكَ وَنَخْلَعُ وَنَتْرُكُ مَنْ يَكْفُرُكَ. اللَّهُمَّ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَلَكَ نُصَلِّي وَنَسْجُدُ، وَإِلَيْكَ نَسْعَى وَنَحْفِدُ، نَرْجُو رَحْمَتَكَ وَنَخَافُ عَذَابَكَ الْجِدَّ، إِنَّ عَذَابَكَ بِالْكَافِرِينَ مُلْحِقٌ.

Allāhumma innā nastaʿīnuka wa nastaghfiruka wa nuʾminu bika wa natawakkalu ʿalayka wa nakhnaʿu laka wa nakhlaʿu wa natruku man yakfuruk. Allāhumma iyyāka naʿbudu wa laka nuṣallī wa nasjudu, wa ilayka nasʿā wa naḥfidu, narjū raḥmataka wa nakhāfu ʿadhābaka l-jidda, inna ʿadhābaka bi-l-kāfirīna mulḥiq.

« Ô Allah, nous demandons Ton aide et Ton pardon. Nous croyons en Toi, nous nous en remettons à Toi et nous nous soumettons à Toi. Nous nous séparons de celui qui Te renie. C'est Toi que nous adorons ; pour Toi nous prions et nous nous prosternons. Nous nous empressons de Te servir, espérons Ta miséricorde et craignons Ton châtiment rigoureux, qui atteint les mécréants. »

Ibn Abī Zayd, ar-Risāla, chapitre 10, qunūt. Formule recommandée, non obligatoire.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE CADEAU EMBALLÉ

Offrir un cadeau, c'est déjà beau. L'offrir joliment emballé, avec un mot gentil, le rend encore plus précieux pour celui qui le reçoit.

→ Les recommandés sont l'emballage soigné de ta prière : ils ne la rendent pas valide, ils la rendent plus belle.

ATTENTION

Se prosterner pour l'oubli d'un recommandé (comme le qunūt) **avant** le salut est une erreur : dans l'avis le plus connu de l'école, cela peut même invalider la prière. Pour un recommandé oublié : on continue simplement.

FICHE MÉMO 6 Les recommandés ✂️

- ✓ Lever les mains au premier takbīr • « āmīn » • « rabbanā wa laka l-ḥamd ».
- ✓ Glorifier dans l'inclinaison et la prosternation • qunūt au Fajr • index qui bouge.
- ✓ Recommandé oublié : rien à faire, surtout pas de prosternation.

J'AGIS Choisis un recommandé que tu ne faisais pas, et ajoute-le à tes prières de demain.

PARTIE 4

Ce qui abîme, ce qui annule

Protéger sa prière.

CHAPITRE 7

Les actes déconseillés

Ce qui abîme la prière sans l'annuler.

Je comprends

Un acte déconseillé (makrūh) n'annule pas la prière, mais il en diminue la qualité et la récompense. Souvent, il vient d'une distraction ou d'une habitude. Les connaître aide à prier avec plus de présence.

Actes à éviter	Pourquoi l'éviter	Ce que je fais
Regarder à droite et à gauche	Le cœur suit les yeux ; c'est une distraction.	Je regarde l'endroit de ma prosternation.
Bâiller sans se couvrir la bouche	Le bâillement vient de la paresse ; on le retient.	Je le retiens autant que possible, sinon je couvre ma bouche avec la main.
Faire craquer ses doigts, croiser les doigts	C'est un geste de jeu, sans rapport avec la prière.	Je laisse mes mains tranquilles.
Prier en se retenant d'aller aux toilettes	Le corps est pressé, le cœur n'est pas présent.	Je vais d'abord aux toilettes, puis je prie, si le temps le permet.
Prier devant un repas servi qu'on désire	L'esprit reste tourné vers la nourriture.	Je mange d'abord, si le temps de la prière le permet.
Invoquer dans l'inclinaison	Dans l'avis le plus connu de l'école, l'inclinaison est pour glorifier Allah ; l'invocation se fait dans la prosternation.	Je glorifie dans l'inclinaison, j'invoque dans la prosternation.
Réciter le Coran dans l'inclinaison ou la prosternation	Le Prophète ﷺ a interdit la récitation du Coran dans ces positions (Muslim, n° 479).	Je récite debout, je glorifie et j'invoque ailleurs.
La basmala et la formule de protection avant la Fātiḥa (prière obligatoire)	Ce n'est pas la pratique retenue par l'école dans l'obligatoire.	Je commence directement par la Fātiḥa.
Fermer les yeux	Déconseillé, sauf si on le fait pour éviter une distraction.	Je garde les yeux ouverts, posés sur le lieu de prosternation.

Actes à éviter	Pourquoi l'éviter	Ce que je fais
Jouer avec sa barbe, ses vêtements, son téléphone	Ces gestes vident la prière de sa présence.	Je pose mon téléphone en silencieux avant de commencer.
Penser volontairement aux affaires du monde	La prière devient un corps sans âme.	Je ramène doucement mon attention sur ce que je dis.
Lever les yeux vers le ciel	Le Prophète ﷺ l'a interdit fermement.	Je baisse le regard.
Poser les mains sur les hanches, s'appuyer sur un pied	Posture de négligence (sauf fatigue d'une longue station debout).	Je me tiens droit(e), calmement.
Garder quelque chose dans la bouche ou des poches pleines qui gênent	Cela gêne la récitation ou distrait.	Je vide ma bouche et mes poches avant.

> *« C'est un larcin que le Shayṭān dérobe à la prière du serviteur. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī — sens (à propos du fait de se retourner dans la prière)

> *« Pas de prière en présence d'un repas servi, ni pour celui que pressent ses deux besoins naturels. »*
>
> Rapporté par Muslim — sens

> *« Le bâillement vient du Shayṭān : si l'un de vous bâille, qu'il le retienne autant qu'il le peut. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī et Muslim — sens

ATTENTION

Se retenir d'aller aux toilettes est **déconseillé**. Mais si le besoin est si fort qu'il empêche d'accomplir correctement une obligation (rester stable, réciter la Fātiḥa), la prière peut devoir être recommencée. Le plus simple : y aller **avant**.



FICHE MÉMO 7 **Le déconseillé** ✂️

- ✓ Il abîme la prière sans l'annuler.
- ✓ Regard sur le lieu de prosternation • bâillement retenu • mains tranquilles.
- ✓ Toilettes et repas : d'abord, si le temps le permet.

J'AGIS Avant ta prochaine prière, mets ton téléphone en silencieux et pose-le hors de ta vue.

CHAPITRE 8

Ce qui annule la prière

Quand il faut recommencer.

Je comprends

Certaines choses font tomber la prière : elle n'est plus valide, et il faut la **recommencer depuis le début**, après s'être remis en état (wuḍūʾ, vêtement…). Le principe : tout ce qui **rompt une condition**, **détruit une obligation** ou **fait sortir de l'attitude de prière** l'annule.

> *« Cette prière ne convient à rien des paroles des gens : elle n'est que glorification, takbīr et récitation du Coran. »*
>
> Rapporté par Muslim — sens

Ce qui annule	Précision
Parler volontairement	La parole volontaire étrangère à la prière l'annule. Une courte parole par oubli se répare après le salut. La parole strictement nécessaire pour réparer la prière a des règles particulières : demande conseil.
Rire aux éclats	Le rire sonore annule la prière, qu'il soit volontaire ou non, selon l'avis le plus connu de l'école. Le simple sourire ne l'annule pas.
Manger ou boire volontairement	Même peu. Pour ce qui est fait par oubli, demande à ton enseignant : il y a des détails.
Un mouvement important étranger à la prière	Beaucoup de gestes sans rapport avec la prière (s'habiller, ranger, écrire un message…). Un petit geste nécessaire (remettre son voile, se gratter une fois) ne l'annule pas.
Perdre le wuḍūʾ	Gaz, urine, sommeil profond… La prière s'arrête : on refait le wuḍūʾ et on recommence.
Découvrir la partie grave de la ʿawra	Si elle reste découverte. Pour les autres parties, il y a des détails selon l'école (UA-139).
Une impureté sur soi dont on se souvient et qu'on peut enlever	Si l'on peut enlever simplement le vêtement souillé sans découvrir la ʿawra, il peut être possible de continuer. Sinon, la reprise dépend de la situation : voir UA-135.
Délaisser volontairement une obligation	Ne pas s'incliner, ne pas réciter la Fātiḥa exprès…
Ajouter volontairement une unité ou une position	Faire exprès une prosternation ou une unité de plus.
Décider d'arrêter la prière	L'intention de sortir de la prière la fait tomber.
Tourner volontairement la poitrine loin de la qibla	Sans excuse.
Souffler volontairement avec la bouche, vomir volontairement	Ils sont traités comme une parole ou un acte qui fait sortir de la prière (détails avec l'enseignant).
Oublier une obligation sans la rattraper à temps	Voir UA-142.

J'ai… → Je fais…

J'ai…	Je fais…
répondu « oui » à quelqu'un qui m'appelait, exprès	Ma prière est annulée : je la recommence.
dit un mot par oubli, en me croyant hors de la prière	Je continue ; je fais la prosternation de l'oubli après le salut.
ri aux éclats en entendant un bruit drôle	Ma prière est annulée : je la recommence.
souri	Je continue : ma prière est valide.
senti un gaz sortir	J'arrête, je refais le wuḍūʾ, je recommence la prière.

J'ai…	Je fais…
vu mon enfant s'approcher d'un danger	Je le protège immédiatement. Si un petit geste suffit, je continue ; sinon, j'interromps la prière, je le mets en sécurité, puis je recommence.
remis mon voile qui glissait	Je continue : c'est un petit geste nécessaire.
éteint mon téléphone qui sonnait, d'un geste	Je continue ; la prochaine fois, je le mets en silencieux avant.
pleuré par émotion en écoutant la récitation	Je continue : pleurer par crainte d'Allah n'annule pas la prière, c'est un signe de présence du cœur.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE FIL ÉLECTRIQUE

Une lampe reste allumée tant que le courant passe. Si l'on débranche la prise, elle s'éteint : il faut la rebrancher et rallumer.

➜ Ce qui annule la prière coupe le lien ; on ne continue pas, on recommence.

Comparaison pédagogique.

FICHE MÉMO 8 Ce qui annule ✂️

- ✓ Parler exprès • rire aux éclats • manger ou boire • beaucoup de mouvements.
- ✓ Perte du wuḍūʾ • partie grave de la ʿawra découverte • obligation délaissée.
- ✓ Prière annulée : je me remets en état et je recommence.

J'AGIS Explique à un proche la différence entre une prière abîmée (déconseillé) et une prière annulée.

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	Nommer intérieurement le statut de trois gestes pendant une prière (chapitre 1).	☐
2	Écrire de mémoire les conditions de validité (chapitre 2).	☐
3	Faire vérifier ma Fātiḥa par une personne qui la connaît bien (chapitre 3).	☐
4	Prier en marquant un instant d'immobilité dans chaque position (chapitre 4).	☐
5	Vérifier ma voix haute et ma voix basse (chapitre 5).	☐
6	Ajouter un recommandé que je ne faisais pas (chapitre 6).	☐
7	Prier sans téléphone à portée de vue (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. La Fātiḥa, pour celui qui prie seul, est…

- ☐ A. un recommandé
- ☐ B. une sunna
- ☐ C. une obligation

2. La pureté rituelle (wuḍūʾ) est…

- ☐ A. une condition de la prière
- ☐ B. une obligation à l'intérieur de la prière
- ☐ C. un recommandé

3. La stabilité (ṭumaʾnīna) dans chaque position est…

- ☐ A. un simple recommandé
- ☐ B. une obligation
- ☐ C. déconseillée

4. J'ai oublié de réciter une sourate après la Fātiḥa. Je…

- ☐ A. fais la prosternation de l'oubli avant le salut
- ☐ B. recommence toute la prière
- ☐ C. ne fais rien

5. Lever les mains au takbīr d'entrée est…

- ☐ A. une obligation
- ☐ B. un recommandé
- ☐ C. déconseillé

6. Dans l'avis le plus connu de l'école malikite, invoquer dans l'inclinaison est…

- ☐ A. obligatoire
- ☐ B. recommandé
- ☐ C. déconseillé

7. Lequel de ces actes annule la prière ?

- ☐ A. Sourire
- ☐ B. Remettre son voile qui glisse
- ☐ C. Rire aux éclats

8. Le salut final « as-salāmu ʿalaykum » est…

☐ A. une obligation
☐ B. une sunna
☐ C. un recommandé

RÉPONSES

1 : C • 2 : A • 3 : B • 4 : A • 5 : B • 6 : C • 7 : C • 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
Farḍ • rukn	Obligation, pilier : partie indispensable de la prière.
Sharṭ	Condition : ce qui doit être présent avant et pendant la prière.
Sunna muʾakkada	Sunna principale, dont l'oubli se répare par la prosternation de l'oubli.
Faḍīla • mandūb	Recommandé : un plus qui augmente la récompense.
Makrūh	Déconseillé : abîme la prière sans l'annuler.
Mubṭil	Ce qui annule la prière.
Niyya	L'intention, dans le cœur.
Takbīrat al-iḥrām	Le « Allāhu akbar » d'entrée dans la prière.
Ṭumaʾnīna	La stabilité : s'immobiliser un instant dans chaque position.
Iʿtidāl	Le redressement : revenir bien droit.
Taslīm	Le salut final : « as-salāmu ʿalaykum ».
Jahr • sirr	Voix haute • voix basse.
Qunūt	Invocation recommandée au Fajr.
Sadl • qabḍ	Bras le long du corps • bras croisés.
Sujūd as-sahw	La prosternation de l'oubli (UA-142).

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

Fiche mémo : les piliers de la prière en une page

	Piliers, obligations et sunan (école malikite)
Conditions	Pureté • corps, vêtement, lieu purs • ʿawra couverte • qibla • heure entrée
15 obligations	Intention • « Allāhu akbar » debout • Fātiḥa debout • inclinaison • se relever • prosternation • se relever • salut assis • stabilité • redressement • ordre • intention de suivre l'imam
Sunna principales	Sourate après la Fātiḥa • voix haute • voix basse • tashahhud et position assise • takbīr et « samiʿa llāhu… » (à partir de deux)
Autres sunna	Prière sur le Prophète ﷺ • prosternation sur genoux, mains, orteils • salut du suiveur • écouter l'imam
Recommandés	Mains levées au 1er takbīr • « āmīn » • « rabbanā wa laka l-ḥamd » • glorifier • qunūt au Fajr • index • invocation finale
Déconseillé	Regarder ailleurs • bâiller sans couvrir • craquer les doigts • toilettes ou repas pressants • invoquer dans l'inclinaison
Annule	Parler ou manger exprès • rire aux éclats • beaucoup de mouvements • perte du wuḍūʾ • ʿawra grave découverte • obligation délaissée

Pour continuer le chemin

Ce livret fait partie de la collection « Prière ». Les autres livrets de la collection sont en préparation : ils ne sont pas encore disponibles.

Référence	Titre de travail
UA-138	La prière de A à Z
UA-139	Avant la prière
UA-140	Comment accomplir la prière
UA-142	Les erreurs et oublis dans la prière
UA-143	Retrouver le khushūʿ
UA-144	La prière du voyageur
UA-145	La prière du malade
UA-146	La prière du vendredi
UA-147	La prière funéraire
UA-148	Les prières rawātib
UA-149	La prière du Ḍuḥā
UA-150	Witr et prières nocturnes
UA-151	Qiyām et Tarāwīḥ

Référence	Titre de travail
UA-152	La prière d'istikhāra

Et ensuite…

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

UN CONSEIL

Recopie la fiche mémo sur une petite carte et garde-la près de ton tapis de prière pendant un mois. Relis-la avant une prière par jour : en peu de temps, tu connaîtras le statut de chaque geste.

ULUL ALBAB • DU MUSLIM AU MUHSIN

Fiche d'identification du livret

Rubrique	Information
Référence	UA-141
Titre	Piliers, obligations et sunan de la prière — Savoir ce qui compte, et pourquoi
Univers • Porte • Collection	Muslim • Purification et prière • Prière (livret 4 sur 15)
Public • Niveau	Débutants, adultes • Découverte
Version du contenu • Date	v1.0 — version corrigée et illustrée • 01/10/2026
Langue • Format	Français • Word A4
Cadre de référence	Islam sunnite • ʿaqīda ashʿarite • fiqh malikite • Coran : riwāya Ḥafṣ ʿan ʿĀṣim
Statut • Validation religieuse	Édition corrigée avec assistance IA • visa religieux humain non renseigné

Rédaction et contrôles

Étape	Intervenant et fonction	Date et état
Responsable de rédaction	Ndeye Khady Athie — Seyda	Modèle de structure : UA-111 v0.3 et collection Purification v0.1
Rédaction assistée	Claude	01/10/2026 • v0.1 première rédaction
Pré-vérification automatisée	ChatGPT — assistance éditoriale	01/10/2026 • corrections, consultation de sources et illustrations
Validation religieuse humaine	Mouhammad Coly — Oustaz, approbateur prévu	En attente • visa non renseigné

L'IA ne délivre aucune validation religieuse. La validation humaine sera renseignée après examen.

Historique des modifications

Version	Modification	Date	État
v1.0	Corrections de fond et de langue ; arabe et illustrations intégrés ; sauts de page revus	01/10/2026	Version corrigée

Sources et suivi éditorial

Sources : Coran, texte arabe de Quran.com ; traductions du sens adaptées en français. Repères malikites : ar-Risāla d'Ibn Abī Zayd, chapitres 10 à 12 et 40 ; al-Bukhārī 757 ; Muslim 479. Les numéros des hadiths suivent sunnah.com. Ar-Risāla : dhspriory.org/kenny/RISALA.htm.

Bibliothèque Du Muslim au Muhsin • Livret gratuit • UA-141 • v1.0 • 01/10/2026
Édition corrigée et illustrée. Le visa de validation religieuse humaine reste à renseigner dans la fiche d'identification.

Ce qui fait la prière.

Si tu oublies un geste, sais-tu si ta prière reste valide ?

Ce livret présente, selon l'école malikite, les principales obligations de la prière, ses sunna, ses recommandés, les actes déconseillés et ce qui l'annule, avec des tableaux simples pour savoir quoi faire.

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

Bibliothèque « Du Muslim au Muhsin » • Univers Muslim
Diffusion gratuite : la transmission passe avant le commerce.
UA-141 • v1.0 • 01/10/2026