ulul albab
Les doués d'intelligence
FORMER L'ÉLITE MUSULMANE

DU MUSLIM AU MUHSIN

Collection « Prière » • Livret 15 sur 15

La prière d'istikhāra

Confier ses choix à Allah



Univers Muslim • Pour les débutants • UA-152

L'ISTIKHĀRA EN QUELQUES MOTS

وَشَاوِرْهُمْ فِي ٱلْأَمْرِ ۖ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلْمُتَوَكِّلِينَ

« … et consulte-les à propos des affaires ; puis, une fois que tu as pris ta décision, place ta confiance en Allah. Allah aime ceux qui placent leur confiance en Lui. »

Sourate 3, verset 159 (extrait) — traduction du sens

EN QUELQUES MOTS

Quand j'hésite devant une décision permise, je demande à Allah, qui sait tout, de choisir pour moi le bien. Ce livret m'explique le sens de l'istikhāra, pour quelles affaires la faire, comment prier les deux unités et dire l'invocation, et comment avancer ensuite avec confiance, en consultant des personnes sages.

Deux chemins



Je ne sais pas. Allah sait.

Je consulte, je prie, puis j'avance.

Avant de commencer

UNE PROMESSE

Mariage, travail, études, voyage, achat… La vie est faite de choix. Ce livret t'apprend la prière que le Prophète ﷺ enseignait « comme une sourate » pour confier ses décisions à Allah. À la fin, tu sauras la faire, et surtout avancer ensuite avec sérénité.

Ce livret clôt la collection « Prière ». Il suppose que tu sais prier deux unités (UA-138 La prière de A à Z, UA-140 Comment accomplir la prière). Les temps où la prière surérogatoire est interdite sont détaillés dans UA-148 ; l'état de pureté dans UA-132.

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
LE GUIDE DE MONTAGNE



Dans une montagne inconnue, tu peux choisir ton chemin seul(e), ou demander à un guide qui connaît chaque sentier. Le guide ne marche pas à ta place : il t'indique la voie, et c'est toi qui avances.

Par l'istikhāra, je demande à Allah, qui sait tout, de m'orienter vers le bien ; puis j'avance.

Comparaison pédagogique : Allah ne ressemble à aucune de Ses créatures.

Sommaire

Partie 1 — Comprendre

1. Le miroir : comment je décide ? · 10 min
2. Pour quelles affaires ? · 10 min

Partie 2 — Accomplir l'istikhāra

3. Les deux unités · 10 min
4. L'invocation de l'istikhāra · 15 min

Partie 3 — Après l'invocation

5. Avancer avec confiance · 10 min
6. Consulter et recommencer · 10 min

Partie 4 — Dans la vie

7. Questions fréquentes et cas pratiques · 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

Demander à Celui qui sait de choisir pour moi.

Quelle décision me pèse en ce moment ?

CHAPITRE 1

Le miroir : comment je décide ?

Le sens de l'istikhāra.

> **JE M'ARRÊTE — QUESTION MIROIR**
>
> **Quand je dois prendre une décision importante, vers qui je me tourne d'abord ?**
>
> **Ai-je déjà regretté une décision prise trop vite, ou par peur ?**
>
> **Qu'est-ce qui m'empêche de confier mes choix à Allah ?**

Je comprends

Le mot **istikhāra** vient de la racine *khayr*, « le bien ». Faire l'istikhāra, c'est **demander à Allah de choisir pour moi ce qui est bien**. Je ne vois qu'une petite partie des choses ; Allah connaît tout : le présent, l'avenir, et ce qui est caché.

وَعَسَىٰٓ أَن تَكۡرَهُواْ شَيۡـٔٗا وَهُوَ خَيۡرٞ لَّكُمۡۖ وَعَسَىٰٓ أَن تُحِبُّواْ شَيۡـٔٗا وَهُوَ شَرّٞ لَّكُمۡۚ وَٱللَّهُ يَعۡلَمُ وَأَنتُمۡ لَا تَعۡلَمُونَ

« … Il se peut que vous ayez de l'aversion pour une chose alors qu'elle est un bien pour vous, et il se peut que vous aimiez une chose alors qu'elle est un mal pour vous. Allah sait, alors que vous ne savez pas. »

Sourate 2, verset 216 (extrait) — traduction du sens

> *« Le Messager d'Allah ﷺ nous enseignait l'istikhāra dans toutes les affaires, comme il nous enseignait une sourate du Coran. Il disait : « Lorsque l'un de vous envisage une affaire, qu'il prie deux unités en dehors de la prière obligatoire, puis qu'il dise : … » »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī d'après Jābir ibn ʿAbd Allāh — extrait, sens

Remarque le soin des Compagnons : le Prophète ﷺ leur enseignait cette invocation **comme une sourate**, mot à mot. Ce n'est pas un rituel réservé aux grandes crises : c'est une habitude du croyant, « dans toutes les affaires ».

SON STATUT

La prière d'istikhāra est **recommandée** (sunna). Ce n'est pas une obligation : celui qui ne la fait pas ne commet pas de péché, mais il se prive d'un grand bien.

> **UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — LE GUIDE DE MONTAGNE**
>
> Dans une montagne inconnue, tu peux choisir ton chemin seul(e), ou demander à un guide qui connaît chaque sentier. Le guide ne marche pas à ta place : il t'indique la voie, et c'est toi qui avances.
>
> **→ Par l'istikhāra, je demande à Allah, qui sait tout, de m'orienter vers le bien ; puis j'avance.**
>
> *Comparaison pédagogique : Allah ne ressemble à aucune de Ses créatures.*

FICHE MÉMO 1 **Le sens** ✂️

- ✓ Istikhāra : demander à Allah de choisir pour moi le bien.
- ✓ Je ne sais pas ; Allah sait (sourate 2, verset 216).
- ✓ Une sunna enseignée « comme une sourate », pour toutes les affaires.

J'AGIS Écris ici une décision que tu dois prendre bientôt :

_____

CHAPITRE 2

Pour quelles affaires ?

Le permis, oui ; l'obligatoire et l'interdit, non.

Je comprends

L'istikhāra concerne les affaires **permises** où plusieurs choix sont possibles et où je ne sais pas lequel est le meilleur. Elle ne sert pas à décider si l'on fait ce qu'Allah a déjà tranché.

Le type d'affaire	L'istikhāra ?	Exemples
Permise (mubāḥ), avec un choix réel	Oui, c'est son domaine	Mariage, travail, études, voyage, achat d'une maison ou d'une voiture, ouverture d'un commerce, choix d'une école.
Obligatoire (farḍ)	Non, pour savoir **s'il faut** le faire	Prier, jeûner le Ramadan, rembourser une dette. On le fait, sans istikhāra.
Interdite (ḥarām)	Non, jamais	Un gain malhonnête, un prêt à intérêt (ribā), une relation interdite. On s'abstient, sans istikhāra.
Recommandée	Pas pour savoir s'il faut la faire, mais possible pour le moment ou la manière	Choisir une date, des compagnons, une organisation.

UN EXEMPLE : LE HAJJ

Lorsqu'il est dû et possible, le Hajj obligatoire ne se soumet pas à l'istikhāra pour décider de l'accomplir ou de le retarder. On peut demander le bien pour choisir une agence fiable ou des compagnons de voyage, dans le respect de cette obligation.

ATTENTION

Faire l'istikhāra pour une chose interdite, c'est demander à Allah de bénir ce qu'Il a interdit. La réponse est déjà donnée : c'est **non**.

FICHE MÉMO 2 **Quelles affaires ?** ✂️

- ✓ Pour les affaires permises où j'hésite entre plusieurs choix.
- ✓ Pas pour savoir si je fais l'obligatoire, ni pour l'interdit.
- ✓ Possible pour le moment ou la manière d'un acte d'adoration.

J'AGIS Vérifie que la décision notée au chapitre 1 est bien une affaire permise.

PARTIE 2

Accomplir l'istikhāra

Deux unités, puis l'invocation.

Qu'est-ce que je veux vraiment demander à Allah ?

CHAPITRE 3

Les deux unités

Quand et comment prier.

Je comprends

L'istikhāra commence par une prière de **deux unités surérogatoires** (en dehors de la prière obligatoire), comme indiqué dans le hadith de Jābir.

J'accomplis

N°	Le geste	Statut
1	Être en état de pureté (wuḍūʾ), comme pour toute prière.	Condition
2	Choisir un moment en dehors des temps où la prière surérogatoire est interdite (voir ci-dessous).	À respecter
3	Formuler dans le cœur l'intention : « je prie deux unités pour l'istikhāra ».	Obligatoire
4	Prier deux unités comme une prière surérogatoire ordinaire : Fātiḥa et une sourate dans chaque unité.	Comme toute prière
5	Terminer par le tashahhud et le salut.	Comme toute prière
6	Après le salut, dire l'invocation de l'istikhāra (chapitre 4) en nommant son affaire.	Sunna

QUELLES SOURATES ?

Aucune sourate particulière n'est obligatoire. Certains savants recommandent al-Kāfirūn (sourate 109) dans la première unité et al-Ikhlāṣ (sourate 112) dans la seconde. Tu peux réciter ce que tu connais.

Les temps à éviter

Temps où la prière surérogatoire est interdite ou déconseillée	Que faire ?
Dès l'aube, jusqu'à ce que le soleil soit bien élevé	Attendre le Ḍuḥā.
Après la prière du ʿAṣr, jusqu'au coucher du soleil	Attendre après le Maghrib.
Pendant le sermon du vendredi	Attendre la fin de la prière du vendredi.

Les détails des temps interdits sont dans le livret UA-148. Le dernier tiers de la nuit est un moment particulièrement favorable pour invoquer.

FICHE MÉMO 3 **Les deux unités** ✂️

✓ Wuḍūʾ, intention, deux unités surérogatoires, salut.

✓ **Pas entre l'aube et le soleil bien élevé, ni après le ʿAṣr, ni pendant le sermon du vendredi.**

✓ Sourates libres ; al-Kāfirūn et al-Ikhlāṣ conseillées par certains savants.

J'AGIS Repère dans ta journée de demain un moment calme, hors des temps interdits, pour prier deux unités.

CHAPITRE 4

L'invocation de l'istikhāra

Ses mots, son sens, et nommer son affaire.

Je comprends

Après les deux unités, on dit l'invocation que le Prophète ﷺ a enseignée. Elle a trois mouvements : **je reconnais** que je ne sais pas et qu'Allah sait ; **je demande** le bien s'il est dans cette affaire ; **je demande** d'en être écarté(e) si elle est un mal, et d'être satisfait(e) de Son choix.

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْتَخِيرُكَ بِعِلْمِكَ وَأَسْتَقْدِرُكَ بِقُدْرَتِكَ، وَأَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ الْعَظِيمِ، فَإِنَّكَ تَقْدِرُ وَلاَ أَقْدِرُ وَتَعْلَمُ وَلاَ أَعْلَمُ وَأَنْتَ عَلاَّمُ الْغُيُوبِ، اللَّهُمَّ إِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الأَمْرَ خَيْرٌ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي فَاقْدُرْهُ لِي وَيَسِّرْهُ لِي ثُمَّ بَارِكْ لِي فِيهِ، وَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الأَمْرَ شَرٌّ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي فَاصْرِفْهُ عَنِّي وَاصْرِفْنِي عَنْهُ، وَاقْدُرْ لِي الْخَيْرَ حَيْثُ كَانَ ثُمَّ أَرْضِنِي بِهِ

Aide à la prononciation

Allāhumma innī astakhīruka bi-ʿilmika, wa astaqdiruka bi-qudratika, wa asʾaluka min faḍlika l-ʿaẓīm, fa-innaka taqdiru wa lā aqdir, wa taʿlamu wa lā aʿlam, wa anta ʿallāmu l-ghuyūb. Allāhumma in kunta taʿlamu anna hādha l-amra [ici, je nomme mon affaire] khayrun lī fī dīnī wa maʿāshī wa ʿāqibati amrī, fa-qdurhu lī

wa yassirhu lī, thumma bārik lī fīh. Wa in kunta taʿlamu anna hādha l-amra sharrun lī fī dīnī wa maʿāshī wa ʿāqibati amrī, fa-ṣrifhu ʿannī wa-ṣrifnī ʿanh, wa-qdur liya l-khayra ḥaythu kāna, thumma arḍinī bih.

Traduction du sens

« Ô Allah, je Te demande de choisir pour moi par Ta science, je Te demande de m'en rendre capable par Ta puissance, et je Te demande de Ton immense grâce. Car Toi, Tu es capable, et moi je ne le suis pas ; Tu sais, et moi je ne sais pas ; et Tu es le Grand Connaisseur de ce qui est caché.

Ô Allah, si Tu sais que cette affaire [ici, je nomme mon affaire] est un bien pour moi dans ma religion, dans ma vie et dans l'issue de mon affaire, alors décrète-la pour moi, rends-la-moi facile, puis bénis-la pour moi.

Et si Tu sais que cette affaire est un mal pour moi dans ma religion, dans ma vie et dans l'issue de mon affaire, alors écarte-la de moi, écarte-moi d'elle, décrète pour moi le bien où qu'il soit, puis rends-moi satisfait(e) de lui. »

Al-Bukhārī, n° 1166, d'après Jābir. Le rapporteur transmet aussi une variante : « dans mon affaire présente et future ». À « cette affaire », nomme ton choix.

APPRENDRE L'INVOCATION

Après le salut, tu peux lire ce texte sur une feuille ou un téléphone. Comprends d'abord son sens, puis apprends-le par petites parties avec une personne compétente. La translittération est une aide, pas un remplacement de l'apprentissage oral.

Nommer son affaire

Aux deux endroits marqués « cette affaire », on nomme ce qu'on envisage. Par exemple : « … que mon mariage avec telle personne… », « … que ce poste à Thiès… », « … que l'achat de ce terrain… ».

Je peux…	Repère
Lire l'invocation sur un papier ou un téléphone	Oui, après le salut, tant que je ne la connais pas par cœur.
Nommer l'affaire dans ma langue (français, wolof…)	Après le salut, tu peux nommer ton affaire dans ta langue. Tu peux aussi invoquer en français ou en wolof en attendant d'apprendre l'arabe.
Invoquer ensuite avec mes propres mots	Oui. Comprends le sens de l'invocation transmise et apprends-la progressivement ; tu peux aussi demander le bien avec tes propres mots.

FICHE MÉMO 4 **L'invocation** ✂️

✓ Après le salut : l'invocation enseignée par le Prophète ﷺ (al-Bukhārī, d'après Jābir).

✓ Je reconnais mon ignorance, je demande le bien, et la satisfaction.

✓ **Je nomme mon affaire lorsque je dis « cette affaire ».**

J'AGIS Lis la traduction de l'invocation trois fois aujourd'hui pour bien en saisir le sens.

PARTIE 3

Après l'invocation

Avancer avec confiance, consulter, recommencer si besoin.

CHAPITRE 5

Avancer avec confiance

Le tawakkul, sans attendre forcément un rêve.

Je comprends

Après l'istikhāra, on ne reste pas immobile à attendre un miracle. On **avance** dans l'affaire en prenant les moyens, en ayant confiance qu'Allah facilitera ce qui est bien et écartera ce qui ne l'est pas.

وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُۥٓ

« … Et quiconque place sa confiance en Allah, Il lui suffit… »

Sourate 65, verset 3 (extrait) — traduction du sens

Idée reçue	Ce qu'il faut savoir
« Je dois voir un rêve pour avoir la réponse. »	Non. Le hadith ne parle ni de rêve ni de dormir après. Un rêve peut arriver, mais il n'est pas nécessaire et ne fait pas loi à lui seul.

Idée reçue	Ce qu’il faut savoir
« Je dois attendre un signe clair. »	Non. Le hadith ne demande pas de signe. Renseigne-toi, consulte et décide dans ce qui est permis. Une facilité ne prouve pas à elle seule que le choix est bon.
« Si ça devient difficile, l’istikhāra a dit non. »	Pas nécessairement : une affaire bénie peut demander des efforts. On regarde l’ensemble, avec des personnes sages.

AVANCER : COMMENT DÉCIDER ?

Tu n’as pas à attendre un rêve ou un sentiment particulier. Après la réflexion, le conseil et l’istikhāra, choisis raisonnablement et avance. Une facilité ou une difficulté n’est pas, à elle seule, une réponse certaine d’Allah. Réévalue ton choix si les faits l’exigent.

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — UNE CANDIDATURE

Moussa consulte, fait l’istikhāra puis présente sa candidature. Si elle est refusée, il en cherche les raisons et étudie d’autres possibilités.

→ Je prends les moyens avec confiance, sans prétendre connaître l’invisible.

Histoire imaginée pour comprendre.

FICHE MÉMO 5 **Avancer** ✂️

- ✓ Après l'istikhāra, j'avance en prenant les moyens.
- ✓ Pas d'obligation d'attendre un rêve ou un signe.
- ✓ Facilité ou obstacle : je regarde l'ensemble, et j'accepte.

J'AGIS Fais aujourd'hui une première démarche concrète pour l'affaire que tu as confiée à Allah.

CHAPITRE 6

Consulter et recommencer

L'istishāra : l'avis des gens sages.

Je comprends

L'istikhāra (demander à Allah) et l'**istishāra** (demander conseil aux gens) vont ensemble. Allah a ordonné à Son Prophète ﷺ, le plus sage des hommes, de consulter ses Compagnons.

وَشَاوِرْهُمْ فِي ٱلْأَمْرِ ۖ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلْمُتَوَكِّلِينَ

« … et consulte-les à propos des affaires ; puis, une fois que tu as pris ta décision, place ta confiance en Allah. Allah aime ceux qui placent leur confiance en Lui. »

Sourate 3, verset 159 (extrait) — traduction du sens

Beaucoup de savants conseillent de **consulter d'abord**, pour bien connaître son affaire, puis de faire l'istikhāra.

Qui consulter ?	Pourquoi ?
Une personne pieuse et honnête	Elle te conseillera pour ton bien, pas pour son intérêt.
Une personne qui connaît le domaine	Pour un commerce, un commerçant expérimenté ; pour une maison, un connaisseur.
Pour le mariage : la famille, des proches de confiance	Ils connaissent les personnes et les familles.
Pour une question de religion : un enseignant, un imam	Pour savoir si l'affaire est permise et comment la mener.

Et si j'hésite encore ?

On peut **répéter** l'istikhāra, les jours suivants, tant qu'on reste dans le doute. Il n'y a pas de nombre obligatoire. Mais attention : répéter sans fin pour attendre la réponse qu'on souhaite n'est plus de l'istikhāra. À un moment, il faut décider et faire confiance à Allah.

> **ATTENTION**
>
> L'istikhāra n'est pas une manière de forcer Allah à approuver un choix déjà fait par passion. Je la fais le cœur prêt à accepter Son choix, quel qu'il soit.

FICHE MÉMO 6 **Consulter** ✂️

- ✓ Istikhāra (Allah) + istishāra (les gens sages) : les deux ensemble.
- ✓ Consulter une personne pieuse, honnête et compétente.
- ✓ On peut répéter l'istikhāra, puis décider et faire confiance.

J'AGIS Choisis une personne sage à consulter sur ta décision, et contacte-la cette semaine.

PARTIE 4

Dans la vie

Des questions fréquentes et des situations réelles.

CHAPITRE 7

Questions fréquentes et cas pratiques

Appliquer l'istikhāra dans sa vie.

Questions fréquentes

La question	Le repère
Puis-je faire l'istikhāra pour une petite affaire ?	Oui : le hadith dit « dans toutes les affaires ». Pas besoin d'attendre une grande décision.

La question	Le repère
Quelqu'un peut-il la faire à ma place ?	L'enseignement du hadith est que chacun la fait pour son affaire. Pour le reste, demande à ton enseignant ; chacun peut toujours invoquer pour les autres.
Une femme en période de règles peut-elle la faire ?	Elle ne prie pas pendant cette période, mais elle peut dire l'invocation et demander le bien à Allah.
Puis-je dire l'invocation après une autre prière surérogatoire ?	Les savants en discutent ; le plus sûr est de prier deux unités avec l'intention de l'istikhāra.
Puis-je faire l'istikhāra pour deux choix à la fois ?	Fais-la pour un choix précis (par exemple le poste A) : si ce choix est écarté, tu peux la refaire pour l'autre.

Cas pratiques

La situation	Ce que je fais
Aïssatou reçoit une demande en mariage. La famille est d'accord, mais elle hésite.	Elle se renseigne sur le caractère du prétendant, consulte des personnes de confiance et fait l'istikhāra. Elle décide librement ; une facilité ne remplace ni son consentement ni les vérifications nécessaires.
Moussa a deux offres d'emploi, à Dakar et à Saint-Louis.	Il compare les offres, consulte, puis fait l'istikhāra pour celle qu'il envisage. Il choisit avec confiance et réévalue les faits si nécessaire.
Fatou veut ouvrir une boutique de tissus.	Elle vérifie d'abord que son financement est permis (sans ribā), consulte une commerçante, fait l'istikhāra, puis commence petit.
Ibrahima veut savoir s'il doit prier le Fajr à l'heure.	Pas d'istikhāra : c'est une obligation. Il règle son réveil (voir UA-138).



FICHE MÉMO 7 **Dans la vie** ✂️

✓ L'istikhāra est pour toutes les affaires permises, petites ou grandes.

✓ Pour un choix précis à la fois.

✓ Jamais pour l'obligatoire ni l'interdit.

J'AGIS Fais cette semaine ta première istikhāra pour la décision notée au chapitre 1, et note la date ici : _____

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 une décision que je dois prendre (chapitre 1).	☐
2	Vérifier que cette affaire est permise (chapitre 2).	☐
3	Repérer un moment calme, hors des temps interdits (chapitre 3).	☐
4	Lire trois fois la traduction de l'invocation (chapitre 4).	☐
5	Consulter une personne sage sur ma décision (chapitre 6).	☐
6	Prier les deux unités et dire l'invocation en nommant mon affaire (chapitres 3 et 4).	☐
7	Faire une première démarche concrète, avec confiance (chapitre 5).	☐

MON ENGAGEMENT

Je m'engage, avec l'aide d'Allah, à :

_____

_____

Ma question à poser à une personne compétente (enseignant, imam, oustaz) :

_____

_____

Date : _____

Je vérifie ma compréhension

1. Le mot istikhāra signifie…

- ☐ A. demander un rêve
- ☐ B. demander à Allah de choisir le bien
- ☐ C. demander pardon

2. Fait-on l'istikhāra pour savoir s'il faut prier le Fajr ?

- ☐ A. Non, c'est une obligation
- ☐ B. Oui, chaque matin
- ☐ C. Seulement en voyage

3. La prière d'istikhāra compte…

- ☐ A. une unité
- ☐ B. quatre unités
- ☐ C. deux unités surérogatoires

4. Quand dit-on l'invocation, selon le hadith de Jābir ?

- ☐ A. Avant de commencer la prière
- ☐ B. Après les deux unités
- ☐ C. Seulement au réveil

5. Après l'istikhāra, faut-il obligatoirement voir un rêve ?

- ☐ A. Oui, sinon elle n'est pas acceptée
- ☐ B. Oui, la nuit suivante
- ☐ C. Non : on avance en prenant les moyens

6. Quel moment faut-il éviter pour prier les deux unités ?

- ☐ A. Après la prière du ʿAṣr
- ☐ B. Après la prière du Maghrib
- ☐ C. Le dernier tiers de la nuit

7. L'istishāra, c'est…

- ☐ A. une autre prière obligatoire
- ☐ B. demander conseil à des personnes sages
- ☐ C. un rêve envoyé par Allah

8. Peut-on répéter l'istikhāra ?

- ☐ A. Non, jamais
- ☐ B. Oui, exactement sept fois
- ☐ C. Oui, tant qu'on hésite, sans nombre obligatoire

> **RÉPONSES**
>
> 1 : B • 2 : A • 3 : C • 4 : B • 5 : C • 6 : A • 7 : B • 8 : C
>
> 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
Istikhāra	Demander à Allah de choisir pour soi le bien.
Istishāra • Shūrā	Demander conseil • la consultation.
Tawakkul	Placer sa confiance en Allah après avoir pris les moyens.
Khayr • Sharr	Le bien • le mal.
Mubāḥ	Permis.
Farḍ	Obligatoire.
Ḥarām	Interdit.
Nāfila	Prière surérogatoire, en plus des obligatoires.
Rakʿa	Une unité de prière.
Duʿāʾ	L'invocation.
Ghayb	Ce qui est caché aux créatures (l'avenir, l'invisible).
Ribā	L'intérêt usuraire, interdit en Islam.
Taslīm	Le salut final de la prière.

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

Fiche mémo : l'istikhāra en une page

	La prière d'istikhāra
Le sens	Demander à Allah, qui sait, de choisir pour moi le bien • sunna (recommandée)
Pour quoi	Affaires permises : mariage, travail, voyage, achat… • pas pour l'obligatoire ni l'interdit
Comment	Wuḍūʾ • intention • 2 unités surérogatoires • salut • invocation de Jābir (al-Bukhārī)
Quand	Hors temps interdits : pas entre l'aube et le soleil bien élevé, ni après le ʿAṣr, ni pendant le sermon du vendredi
L'invocation	Je ne sais pas, Tu sais • si c'est un bien : décrète-le, facilite-le, bénis-le • si c'est un mal : écarte-le, rends-moi satisfait(e)
Nommer	À « cette affaire », je nomme mon affaire
Après	Avancer en prenant les moyens • pas obligatoirement de rêve • accepter le résultat
Avec	Consulter des gens sages (istishāra) • répéter si j'hésite encore

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

Référence	Titre de travail
UA-140	Comment accomplir la prière
UA-141	Piliers, obligations et sunan de 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

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**
>
> Fais de l'istikhāra une habitude, pas une prière de crise. Plus tu confies tes petites décisions à Allah, plus tu prendras les grandes avec sérénité.

ULUL ALBAB • DU MUSLIM AU MUHSIN

Fiche d’identification du livret

Rubrique	Information
Référence	UA-152
Titre	La prière d’istikhāra — Confier ses choix à Allah
Univers • Porte • Collection	Muslim • Purification et prière • Prière (livret 15 sur 15)
Public • Niveau	Débutants, adultes • Découverte
Version du contenu • Date	v1.0 — version corrigée et illustrée • 01/10/2026
Langue • Format	Français • Word A5
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

Étape	Intervenant et fonction	Date et état
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 ; al-Bukhārī 1166. Les numéros des hadiths suivent sunnah.com. Ar-Risāla : dhspriory.org/kenny/RISALA.htm.

Bibliothèque Du Muslim au Muhsin • Livret gratuit • UA-152 • v1.0 • 01/10/2026
Édition corrigée et illustrée. Le visa de validation religieuse humaine reste à renseigner dans la fiche d'identification.

Confier ses choix à Allah.

Tu hésites devant une décision importante ? Tu n’as pas à porter ce choix seul(e).

Ce livret t’apprend la prière d’istikhāra selon la Sunna et l’école malikite : son sens, les affaires concernées, les deux unités, l’invocation et sa traduction, puis comment avancer avec confiance, en consultant des personnes sages.

Sept 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-152 • v1.0 • 01/10/2026