DU MUSLIM AU MUHSIN

Collection « Tawḥīd et adoration » • Livret 6 sur 11

L’intention dans l’adoration

Ce qui donne sa valeur à l’acte



Univers Muslim • Pour les débutants • UA-125

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE

L'ADRESSE SUR LE COLIS



Deux cartons identiques : même taille, même poids, même cadeau.



Le premier porte le nom et l'adresse de sa mère. Il peut partir.



Sans adresse, le second reste au dépôt.

Personne n'a ouvert les colis : c'est l'adresse qui a guidé le voyage.

Ton acte est le colis. Ton intention est l'adresse.

L'image rappelle la place de l'intention ;
elle ne permet pas de décider de la valeur de chaque geste d'autrui.

Avant de commencer

UNE PROMESSE

Tu dors, tu manges, tu travailles, tu t'occupes de ta famille. Tu n'as pas à ajouter des heures à ta journée.

Ce livret t'aide à donner une adresse à ce que tu fais déjà.

Dans le livret d'ouverture (**UA-111**), tu as lu ce hadith : « **Les actes ne valent que par les intentions.** » Le livret sur la sincérité (**UA-116**) travaille une autre question : **pour qui** est-ce que je le fais ?

Ce livret fait un pas de plus. Il regarde l'**intention** (*niyya*) comme un **outil** très concret : ce que c'est, où elle se trouve, à quoi elle sert, et comment l'utiliser **chaque jour**.

Tu vas découvrir qu'un même geste peut valoir très peu… ou devenir une adoration. Et que la différence tient souvent en **une seconde** de réflexion.

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.
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. Le français en présente le sens ; il ne remplace pas la récitation arabe. Certains passages français sont des extraits du verset reproduit.

Les histoires fictives et les illustrations aident à comprendre ; elles ne représentent pas Allah. Les exercices sont des propositions, pas des rites imposés.

ﷺ signifie : « qu'Allah prie sur lui et le salue ». Apprends la prononciation auprès d'un enseignant.

Sommaire

1. Le même geste, deux valeurs · 10 min
2. L'intention, c'est quoi ? · 15 min
3. Transformer l'ordinaire en adoration · 15 min
4. Renouveler son intention chaque jour · 10 min

Mes 7 jours • Je vérifie ma compréhension • Petit lexique • Fiche mémo à découper
Pour continuer le chemin • Fiche d'identification du livret

Retrouve chaque rubrique grâce aux titres du livret.

CHAPITRE 1

Le même geste, deux valeurs

Ce qui fait la différence ne se voit pas.

JE M'ARRÊTE — QUESTION MIROIR

Ce matin, pourquoi t'es-tu levé(e) ? Pourquoi as-tu mangé, travaillé, pris la route ?

Parmi tout ce que tu as fait hier, qu'est-ce qui a compté auprès d'Allah ?

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — L'ADRESSE SUR LE COLIS

Au garage, un transporteur charge des colis pour Thiès, Saint-Louis et Ziguinchor. Deux cartons sont posés côte à côte. **Identiques** : même taille, même poids, même cadeau à l'intérieur.

Sur le premier, l'expéditeur a collé une étiquette claire : le nom et l'adresse de sa mère. Sur le second, il n'a **rien écrit**. Il était pressé.

Le transporteur prend le premier sans hésiter. Il regarde le second et dit : « Celui-là, je ne sais pas où l'envoyer. » Le carton reste au dépôt.

Personne n'a ouvert les colis. Ce n'est pas le contenu qui a décidé du voyage : **c'est l'adresse**.

➜ Ton acte est le colis. Ton intention est l'adresse. L'image rappelle la place de l'intention ; elle ne permet pas de décider de la valeur de chaque geste d'autrui.

Je comprends

Deux personnes se lavent avec la même eau : l'une pour se rafraîchir, l'autre pour accomplir le lavage rituel (ghusl). L'intention les distingue, mais le ghusl doit aussi respecter ses règles : l'intention seule ne remplace pas la manière de se laver.

Ce qui change, c'est **ce que le cœur a décidé**. Tu connais déjà le hadith qui le dit :

> *« Les actes ne valent que par les intentions, et chacun n'aura que ce qu'il a eu l'intention de faire… »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī (nº 1) et Muslim (nº 1907) — extrait. Voir aussi UA-111 et UA-116.

INTENTION ET SINCÉRITÉ : QUELLE DIFFÉRENCE ?

- **L'intention** (*niyya*) répond à la question : **qu'est-ce que je fais, et dans quel but ?** C'est écrire une adresse sur le colis.
- **La sincérité** (*ikhlāṣ*) répond à la question : **pour qui ?** C'est écrire **la bonne** adresse : Allah seul. Le livret UA-116 lui est consacré.

Ce livret parle surtout de la première : comment écrire l'adresse, chaque jour, sur chacun de tes gestes.



FICHE MÉMO 1 Le même geste, deux valeurs ✂️

- ✓ Deux actes identiques peuvent valoir **très différemment**.
- ✓ Ce qui fait la différence : **l'intention**, que personne ne voit.
- ✓ L'acte est le **colis** ; l'intention est l'**adresse**.

J'AGIS Avant ton prochain repas, arrête-toi une seconde et demande-toi : « Pourquoi est-ce que je mange ? »

CHAPITRE 2

L'intention, c'est quoi ?

Une décision du cœur, simple et discrète.

Je comprends : une définition simple

L'intention (*niyya*), c'est **la décision du cœur** de faire un acte précis, dans un but précis. « Je me lève pour prier le Ẓuhr. » « Je jeûne ce jour de Ramadan. » « Je donne cet argent en aumône. »

Question	Réponse simple
Où est-elle ?	Dans le **cœur**. C'est ce que tu sais et décides au fond de toi.
Quand ?	En règle générale, au moment de **commencer** l'acte (pour le jeûne, dès la nuit, avant l'aube). Pour chaque adoration, les détails sont expliqués dans les livrets de fiqh.
Faut-il une formule ?	Non. Il n'y a pas de longue phrase à réciter. Le cœur qui sait ce qu'il fait a formé l'intention.

BON À SAVOIR

Dans l'école **malikite**, que nous suivons, l'intention se fait **dans le cœur**. Il n'est pas demandé de la prononcer à voix haute.

Si tu as appris autrement ou si tu as une question sur ce point, pose-la à ton enseignant.

RASSURE-TOI

Savoir quelle prière tu t'apprêtes à accomplir est une intention. Il n'est pas nécessaire de fabriquer une phrase ni une émotion particulière.

Garde cette intention au commencement de la prière, sans la répéter sans fin. Pour un doute persistant, fais-toi accompagner plutôt que de tout recommencer.

Premier rôle : dire ce que je fais

L'intention sert d'abord à **distinguer**. Elle sépare une **adoration** d'une simple **habitude**, et elle distingue les adorations **entre elles**.

Le même geste…	… comme habitude	… comme adoration
Se laver tout le corps	pour se rafraîchir	pour le lavage rituel (*ghusl*) En respectant aussi les règles du lavage rituel.
Ne pas manger de l'aube au coucher du soleil	par régime, ou faute de temps	pour jeûner, pour Allah
Donner de l'argent	un prêt, un cadeau, un paiement	une aumône (*ṣadaqa*) ou la zakāt

La même forme…	… mais des adorations différentes
Quatre unités de prière l'après-midi	la prière du **Ẓuhr** ou celle de l'**Aṣr** ?
Deux unités de prière	une prière **obligatoire** ou une prière **surérogatoire** (en plus) ?
Un jour de jeûne	le jeûne de **Ramadan**, un **rattrapage**, ou un jeûne **volontaire** ?

Les règles précises (quand former l'intention, que faire en cas d'oubli ou de doute) sont expliquées dans les livrets **La purification de A à Z** (UA-131) et **La prière de A à Z** (UA-138), en préparation.



FICHE MÉMO 2 L'intention ✂️

- ✓ *Niyya* = la **décision du cœur** de faire un acte précis, dans un but précis.
- ✓ Elle est **dans le cœur** ; pas besoin de longue formule.
- ✓ Elle **distingue** l'adoration de l'habitude, et les adorations entre elles.

J'AGIS À ta prochaine prière, avant de commencer, sache clairement dans ton cœur **quelle** prière tu vas faire.

CHAPITRE 3

Transformer l'ordinaire en adoration

Le deuxième rôle de l'intention.

JE M'ARRÊTE — QUESTION MIROIR

Combien d'heures par jour passes-tu à dormir, manger, travailler, t'occuper des tiens ? Et si ces heures pouvaient compter auprès d'Allah ?

Je comprends

Le deuxième rôle de l'intention est magnifique : elle peut **transformer un acte permis en adoration**. Tu dors pour avoir la force de prier ; tu manges pour avoir la force d'obéir à Allah ; tu travailles pour nourrir ta famille dans le licite. Le geste reste le même. **L'adresse a changé.**

> *« Tu ne feras aucune dépense par laquelle tu recherches la Face d'Allah sans en être récompensé, même ce que tu mets dans la bouche de ton épouse. »*
>
> Parole du Prophète ﷺ à Saʿd ibn Abī Waqqāṣ, rapportée par al-Bukhārī (nº 56) et Muslim (nº 1628)

Même une bouchée donnée à son épouse peut être récompensée lorsqu'on recherche l'agrément d'Allah. Pense aux gestes que tu fais déjà pour ta famille.

Geste ordinaire, intention possible

Mon geste ordinaire	Une intention possible
Dormir	Reprendre des forces pour prier le Fajr et bien faire mon travail.
Manger	Avoir la force d'obéir à Allah ; je dis *Bismillāh* et je remercie.
Travailler	Nourrir ma famille dans le licite, assumer mes responsabilités et servir les gens.
Faire le marché	Prendre soin des miens ; être honnête et poli avec le vendeur.
M'habiller proprement	Me présenter dignement, par respect pour les gens et pour la prière.
Étudier	Sortir de l'ignorance et être utile à ma communauté.
Rendre visite à mes parents	Leur faire du bien et entretenir les liens de parenté, comme Allah l'aime.
Envoyer un message WhatsApp	Réconforter quelqu'un, apaiser un conflit, rappeler le bien.

ATTENTION

Une bonne intention transforme un acte **permis** en adoration. Mais elle ne rend **jamais permis** un acte **interdit**.

- Voler pour donner l'aumône reste un vol.
- **Tromper un acheteur pour financer une bonne action reste interdit.**
- Gagner de l'argent de façon illicite « pour nourrir ma famille » reste illicite.

L'adresse ne change pas ce qu'il y a dans le colis : **on n'envoie à Allah que ce qui est bon**.

Même quand je n'arrive pas à le faire

Voici une bonne nouvelle : **l'intention sincère compte déjà**, même quand l'acte n'a pas pu se faire.

> *« … Celui qui a l'intention d'une bonne action et ne la fait pas, Allah la lui inscrit auprès de Lui comme une bonne action complète… Et celui qui a l'intention d'une mauvaise action et ne la fait pas, Allah la lui inscrit auprès de Lui comme une bonne action complète… »*
>
> Hadith qudsī rapporté par al-Bukhārī (n° 6491) et Muslim (n° 131), d'après Ibn ʿAbbās — extrait

Pour la mauvaise action, les savants précisent qu'il s'agit de celui qui **y renonce pour Allah**. Quelle générosité : ton projet de bien est déjà inscrit, et ton combat contre le mal aussi.



FICHE MÉMO 3 Transformer l'ordinaire ✂️

- ✓ Avec une bonne intention, un acte **permis** devient **adoration**.
- ✓ Même la bouchée donnée à son épouse est **récompensée** (al-Bukhārī, Muslim).
- ✓ L'intention ne rend **jamais permis** ce qui est interdit.

J'AGIS Choisis **un** geste du tableau. Aujourd'hui, fais-le en pensant à l'intention écrite à côté.

CHAPITRE 4

Renouveler son intention chaque jour

Se rappeler pourquoi l'on agit, sans tout recommencer.

JE M'ARRÊTE — QUESTION MIROIR

À quel moment de la journée est-ce que j'oublie le plus pour qui je vis ?

La routine peut faire oublier le sens de ce que l'on fait. Elle n'annule pas automatiquement une bonne intention. Tu peux simplement te rappeler pour qui tu agis, sans vérifier ton cœur à chaque instant.

Ma routine du matin : « Aujourd'hui, pour qui ? »

AU RÉVEIL • en ouvrant les yeux

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ

Al-ḥamdu li-llāhi lladhī aḥyānā baʿda mā amātanā wa ilayhi n-nushūr.

« Louange à Allah qui nous a rendu la vie après nous avoir fait mourir, et c'est vers Lui que sera la résurrection. »

Rapporté par al-Bukhārī (nº 6312)

Moment	Ce que je fais
En me levant	Je remercie Allah de m'avoir donné une nouvelle journée.
Avant de sortir	Je me demande : « **Aujourd'hui, pour qui ?** » Et je choisis trois intentions pour ma journée (travail, famille, un bien à faire).
En route	Si je m'aperçois que j'ai oublié Allah, je ne me décourage pas : **je renouvelle mon intention maintenant**.
Le soir	Je remercie pour ce qui a été bien fait, je demande pardon pour ce qui a été oublié, et je prépare mon intention pour demain.

MES TROIS INTENTIONS POUR AUJOURD'HUI

1.

2.

3.

Plusieurs intentions pour un seul acte

Un même acte peut porter **plusieurs bonnes intentions**. Tu vas à la mosquée : pour prier en groupe, pour saluer tes frères, pour apprendre quelque chose, pour attendre la prière suivante dans le calme. Un seul trajet, plusieurs adresses sur le même colis.

ATTENTION

Renouveler son intention en cours de route vaut pour les **actes ordinaires** (travail, études, service…). Pour la **prière** et le **jeûne**, les règles de l'intention sont précises : elles seront expliquées dans les livrets de fiqh (UA-131, UA-138).

DEMANDER LA GUIDANCE • une invocation générale

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْهُدَى وَالتُّقَى وَالْعَفَافَ وَالْغِنَى

Allāhumma innī asʾaluka l-hudā wa t-tuqā wa l-ʿafāfa wa l-ghinā.

« Ô Allah, je Te demande la bonne direction, la piété, la chasteté et de me préserver du besoin. »

Rapporté par Muslim, nº 2721.



FICHE MÉMO 4 Renouveler mon intention ✂️

- ✓ Chaque matin : « **Aujourd'hui, pour qui ?** »
- ✓ Je peux me rappeler mon intention sans la vérifier sans fin.
- ✓ Un seul acte peut porter **plusieurs** bonnes intentions.

J'AGIS Demain matin, avant de sortir, écris trois intentions pour ta journée. Le soir, relis-les.

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	Avant chaque repas, me demander : « Pourquoi est-ce que je mange ? » (chapitre 1).	☐
2	Avant chaque prière, savoir clairement dans mon cœur quelle prière je fais (chapitre 2).	☐
3	Me coucher avec l'intention de me lever pour le Fajr (chapitre 3).	☐
4	Aller au travail ou à l'école avec une intention écrite dans mon cœur (chapitre 3).	☐
5	Faire une dépense pour ma famille en recherchant la Face d'Allah (chapitre 3).	☐
6	Écrire mes trois intentions du jour, et les relire le soir (chapitre 4).	☐
7	Dire l'invocation de guidance « Allāhumma innī asʾaluka l-hudā… » et remercier Allah pour la semaine (chapitre 4).	☐

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. Qu'est-ce que la niyya ?

- ☐ A. Une formule à réciter à voix haute
- ☐ B. La décision du cœur de faire un acte précis, dans un but précis
- ☐ C. Une prière surérogatoire

2. Dans l'image du colis, que représente l'adresse ?

- ☐ A. L'intention
- ☐ B. La récompense
- ☐ C. Le transporteur

3. Quel est le premier rôle de l'intention ?

- ☐ A. Rendre l'acte plus long
- ☐ B. Montrer aux gens ce que je fais
- ☐ C. Distinguer une adoration d'une habitude, et les adorations entre elles

4. Une bonne intention peut-elle rendre permis un acte interdit ?

- ☐ A. Oui, si c'est pour aider
- ☐ B. Non, jamais
- ☐ C. Oui, pendant le Ramadan

5. Selon le hadith de Saʿd, une dépense pour sa famille faite en recherchant la Face d'Allah…

- ☐ A. ne compte pas
- ☐ B. est récompensée, même une bouchée
- ☐ C. doit être annoncée

6. J'ai l'intention sincère d'une bonne action, mais je n'ai pas pu la faire. Que dit le hadith qudsī ?

- ☐ A. Elle ne compte pas
- ☐ B. Elle est inscrite comme une bonne action complète
- ☐ C. Je dois la faire deux fois

RÉPONSES

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

Si tu t'es trompé(e), relis le chapitre concerné : c'est normal, c'est comme ça qu'on apprend.

Petit lexique

Mot	Sens simple
Niyya	L'intention : la décision du cœur de faire un acte précis, dans un but précis.
Ikhlāṣ	La sincérité : faire l'adoration pour Allah seul (livret UA-116).
ʿIbāda	L'adoration : tout ce qu'Allah aime, fait pour Lui.
ʿĀda	L'habitude : un geste de la vie courante (dormir, manger, se laver…).
Ghusl	Le grand lavage rituel de tout le corps.
Farḍ	Obligatoire : ce qu'Allah a imposé (les cinq prières, le jeûne de Ramadan…).
Nāfila	Surérogatoire : une adoration faite en plus de l'obligatoire.
Mubāḥ	Permis : ni obligatoire ni interdit. Avec une bonne intention, il peut devenir adoration.
Ṣadaqa	L'aumône volontaire.

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

Fiche mémo : l’intention en une page

Je retiens	
La question	Qu’est-ce que je fais, et dans quel but ?
Définition	La décision du cœur de faire un acte précis, dans un but précis. Elle est dans le cœur.
La base	« Les actes ne valent que par les intentions » (al-Bukhārī 1, Muslim 1907).
Rôle 1	Distinguer l’adoration de l’habitude, et les adorations entre elles.
Rôle 2	Transformer un acte permis en adoration : dormir, manger, travailler pour Allah.
La limite	L’intention ne rend jamais permis ce qui est interdit.
L’image	L’acte est le colis ; l’intention est l’adresse.
Chaque jour	« Aujourd’hui, pour qui ? » Trois intentions le matin, un regard le soir.

Pour continuer le chemin

Ce livret fait partie de la collection « Tawḥīd et adoration ». Voici les autres titres pour poursuivre ton apprentissage. Le livret « Renouveler son intention » (UA-254) prolongera ce thème sous forme de carnet pratique.

Référence	Titre de travail	État
UA-111	Comprendre la Shahāda (livret d’ouverture)	Version relue
UA-120	Introduction au Tawḥīd	Version relue
UA-121	Tawḥīd ar-Rubūbiyya	Version relue
UA-122	Tawḥīd al-Ulūhiyya	Version relue
UA-123	Les Noms et Attributs d’Allah	Version relue
UA-124	Reconnaître les formes de shirk	Version relue
UA-126	L’adoration de A à Z	Version relue
UA-127	Le repentir	Version relue
UA-128	Le dhikr	Version relue
UA-129	Les invocations essentielles	Version relue

Référence	Titre de travail	État
UA-130	La confiance en Allah	Version relue
UA-116	Condition 5 — La sincérité	Version relue
UA-131	La purification de A à Z	en préparation
UA-138	La prière de A à Z	en préparation
UA-254	Renouveler son intention	en préparation

UN CONSEIL

Une intention se travaille comme un muscle : un peu chaque jour. Demande de l'aide à un **enseignant fiable**, et entoure-toi de personnes qui te rappellent **pour qui** tu vis.

ULUL ALBAB • DU MUSLIM AU MUHSIN

Fiche d'identification du livret

Rubrique	Information
Référence	**UA-125**
Titre	L'intention dans l'adoration — Ce qui donne sa valeur à l'acte
Univers • Porte • Collection	Muslim • Shahāda et Tawḥīd • Tawḥīd et adoration
Public • Niveau	Débutants, adultes • Découverte
Version du contenu • Date	v0.2 — version corrigée et illustrée • 01/10/2026
Langue • Format	Français • A4
Cadre de référence	Islam sunnite • ʿaqīda ashʿarite • fiqh malikite • Coran : riwāya Ḥafṣ ʿan ʿĀṣim
Statut • Validation religieuse	**RÉDACTION IA** • validation humaine **EN ATTENTE**

Rédaction et contrôles

Étape	Intervenant et fonction	Date et état
Responsable de rédaction	Ndeye Khady Athie — Seyda (à confirmer)	Parcours source « Niveau 0 » (2025)
Rédaction assistée	Claude — outil d'IA générative	01/10/2026 • v0.1 produite
Pré-vérification automatisée	ChatGPT • consignes Ya Oustaz Mouhamed Ulul Albab	01/10/2026 • relecture du texte et des références ; visa humain en attente
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
v0.1	Première rédaction	01/10/2026	Rédaction
v0.2	Corrections, références précisées, illustrations intégrées et pagination fluide.	01/10/2026	Version Word illustrée

Aujourd’hui, pour qui ?

Deux colis identiques. Un seul arrive : celui qui porte une adresse.

Ce livret t’aide à donner une adresse à tes gestes de chaque jour : dormir, manger, travailler, aimer les tiens… pour Allah.

Quatre chapitres courts. Une seconde de réflexion avant chaque geste.

Bibliothèque « Du Muslim au Muhsin » • Univers Muslim

La transmission passe avant le commerce.

UA-125 • v0.2 • 01/10/2026