DU MUSLIM AU MUHSIN

Collection « Tawḥīd et adoration » • Livret 10 sur 11

Les invocations essentielles

Parler à Allah chaque jour



Univers Muslim • Pour les débutants • UA-129

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE

L'ENFANT QUI DEMANDE



Il a soif :
il demande simplement.



Il a peur :
il demande avec confiance.



Il revient souvent,
sans préparer de discours.

Cette image parle seulement de notre manière de demander.
Ce n'est pas une comparaison d'Allah avec un parent.

Rien ne Lui ressemble. *(Sourate 42, verset 11)*

Allah est plus proche et plus miséricordieux que tout ce que tu peux imaginer.

Demande à Allah comme l'enfant demande : simplement, souvent, avec confiance.

Aucune demande n'est trop petite.

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

Avant de commencer

UNE PROMESSE

Tu n'as pas besoin d'être savant(e) ni de parler un bel arabe pour parler à Allah.

Ce livret t'aide à Lui demander chaque jour, simplement, avec confiance.

Dans le livret précédent (UA-128), tu as appris à **te souvenir d'Allah**. Ici, tu vas apprendre à **Lui parler** : c'est l'invocation, la **duʿā'**.

L'invocation, c'est demander à Allah ce dont tu as besoin : pour cette vie et pour l'au-delà, pour toi et pour ceux que tu aimes. Avec des paroles transmises par le Prophète ﷺ, et aussi **avec tes propres mots**.

Ce livret est une **initiation** : quelques règles simples et une douzaine d'invocations pour la journée. Un recueil plus complet et un livret des invocations du matin et du soir sont en préparation.

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

Partie 1 — Comprendre

1. Parler à Allah · 10 min
2. Comment invoquer ? · 15 min

Partie 2 — Pratiquer

3. Mes invocations de la journée · 20 min
4. Dans l'épreuve, et avec mes mots · 15 min

Mes 7 jours • Je vérifie ma compréhension • Petit lexique • Fiche mémo « Mes invocations de la journée »

Pour continuer le chemin • Fiche d'identification du livret

Retrouve chaque rubrique grâce aux titres du livret.

CHAPITRE 1

Parler à Allah

Il entend. Il est proche. Il aime qu'on Lui demande.

JE M'ARRÊTE — QUESTION MIROIR

Quand ai-je demandé quelque chose à Allah pour la dernière fois, avec mes propres mots **?**

Quand j'ai un problème, est-ce que j'en parle d'abord à Allah, ou d'abord à tout le monde ?

Est-ce que je pense parfois : « Mes demandes sont trop petites pour Allah » ?

UNE IMAGE POUR COMPRENDRE — L'ENFANT QUI DEMANDE

Regarde un petit enfant dans une maison de Dakar. Il a soif, il a peur, il veut une chose : il **demande**. Il ne prépare pas de discours. Il ne se dit pas : « Ma demande est trop petite. » Il demande **simplement**, **souvent**, et il est **sûr** qu'on l'écoute.

Attention : ce n'est **pas une comparaison** d'Allah avec un parent. **Rien ne Lui ressemble** (sourate 42, verset 11). Allah est plus proche et plus miséricordieux que tout ce que tu peux imaginer.

L'image parle seulement de **notre manière de demander**.

➜ Demande à Allah comme l'enfant demande : simplement, souvent, avec confiance. Aucune demande n'est trop petite.

Je comprends : l'invocation est une adoration

وَقَالَ رَبُّكُمُ ٱدۡعُونِيٓ أَسۡتَجِبۡ لَكُمۡۚ إِنَّ ٱلَّذِينَ يَسۡتَكۡبِرُونَ عَنۡ عِبَادَتِي سَيَدۡخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ ٦٠

« Votre Seigneur a dit : « Invoquez-Moi, Je vous répondrai. Ceux qui, par orgueil, se refusent à M'adorer… » »

Sourate 40, verset 60 — traduction du sens

Dans ce verset, Allah appelle l'invocation une **adoration**. Demander à Allah n'est pas un manque de foi : c'est **un acte de foi**.

À RETENIR

Invoquer Allah est une adoration : on Lui demande avec humilité, en reconnaissant notre besoin de Lui (40:60).

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌۖ أُجِيبُ دَعۡوَةَ ٱلدَّاعِ إِذَا دَعَانِۖ فَلۡيَسۡتَجِيبُواْ لِي وَلۡيُؤۡمِنُواْ بِي لَعَلَّهُمۡ يَرۡشُدُونَ ١٨٦

« Et quand Mes serviteurs t'interrogent sur Moi, alors Je suis tout proche : Je réponds à l'appel de celui qui M'invoque quand il M'invoque… »

Sourate 2, verset 186 — traduction du sens

Quand tu invoques, tu reconnais deux vérités de la Shahāda : **toi, tu as besoin** ; **Allah, Lui, n'a besoin de rien** et peut tout. C'est pourquoi l'invocation est au cœur du tawḥīd : on ne demande **qu'à Allah** ce que seul Allah peut donner (voir UA-124).



FICHE MÉMO 1 **Parler à Allah** ✂️

✓ L'invocation (**duʿā'**) est une **adoration** (40:60).

✓ Allah est **proche** et **répond** (2:186).

✓ Demander **simplement, souvent, avec confiance** : aucune demande n'est trop petite.

J'AGIS Aujourd'hui, demande à Allah **une chose précise**, avec tes mots, dans ta langue.

CHAPITRE 2

Comment invoquer ?

Quelques bonnes manières, et des moments favorables.

Les bonnes manières de l'invocation

La manière	Comment	Repère
1. Commencer par Allah	Louer Allah, puis prier sur le Prophète ﷺ, avant de demander.	Coran 1:2 ; 33:56. Bonnes manières : cet ordre n'est pas une condition de validité.
2. Lever les mains	On peut lever les mains dans l'invocation personnelle, hors des situations qui ont leurs règles propres. Ce n'est pas une condition pour être entendu.	Exemple du Prophète ﷺ — al-Bukhārī, n° 6383.
3. Demander avec résolution	Ne pas dire « si Tu veux » : demander franchement, en étant confiant.	al-Bukhārī et Muslim (ci-dessous).
4. Avoir confiance	Penser du bien d'Allah : Il entend et répond.	Hadith qudsī (al-Bukhārī, Muslim).
5. Ne pas se presser	Continuer à demander, même si la réponse semble tarder.	al-Bukhārī et Muslim (ci-dessous).

> *« Que l'un de vous ne dise pas : « Ô Allah, pardonne-moi si Tu veux. » Qu'il soit résolu dans sa demande, car personne ne peut contraindre Allah. »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī, nº 6339 ; Muslim, nº 2679 — sens.

> *« Allah dit : « Je suis tel que Mon serviteur pense de Moi… » »*
>
> Hadith qudsī rapporté par al-Bukhārī (nº 7405) et Muslim (nº 2675) — extrait

> *« Vous êtes exaucés tant que vous ne vous impatientez pas en disant : « J'ai invoqué, et je n'ai pas été exaucé. » »*
>
> Rapporté par al-Bukhārī (nº 6340) et Muslim (nº 2735) — sens

ET SI LA RÉPONSE TARDE ?

Allah connaît ce que nous ignorons. L'invocation n'est pas une garantie d'obtenir exactement ce que nous voulons, au moment voulu.

Continue à demander le bien et à agir utilement. Le Prophète ﷺ invite à ne pas abandonner par impatience (Muslim, n° 2735).

Des moments favorables

- **La dernière partie de la nuit.** Le Prophète ﷺ a enseigné qu'à ce moment, Allah dit : « *Qui M'invoque, que Je lui réponde ? Qui Me demande, que Je lui donne ? Qui Me demande pardon, que Je lui pardonne ?* » (al-Bukhārī n° 1145, Muslim n° 758 — extrait).
- **La prosternation.** « *Le moment où le serviteur est le plus proche de son Seigneur, c'est quand il est prosterné : multipliez donc les invocations* » (Muslim n° 482).
- **Le vendredi comporte un moment favorable à l'invocation (al-Bukhārī, n° 935 ; Muslim, n° 852). Les savants ont discuté de son horaire : ne limite pas toutes tes demandes à une seule minute.**

ATTENTION

Ces moments sont **favorables**, mais Allah entend **à tout moment**. Ne garde pas tes demandes pour « plus tard » : demande **maintenant**.

Dans la prière, la façon d'invoquer (langue, moment) obéit à des règles de fiqh : demande à ton enseignant ce qu'enseigne l'école malikite.



FICHE MÉMO 2 Comment invoquer ? ✂️

- ✓ Louer Allah, prier sur le Prophète ﷺ, **puis** demander.
- ✓ Demander avec **résolution** et **confiance** ; **ne pas se presser**.
- ✓ Moments favorables : **fin de la nuit**, **prosternation**, **vendredi**… et **maintenant**.

J'AGIS Ce soir ou à l'aube, lève les mains : loue Allah, prie sur le Prophète ﷺ, puis demande une chose précise.

CHAPITRE 3

Mes invocations de la journée

Du réveil au coucher, accompagné(e) par Allah.

Apprends ces invocations une à une, avec leur sens. La translittération aide à débuter ; fais-toi accompagner pour bien prononcer. Les indications distinguent les formules liées à un moment précis des paroles générales.

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 la résurrection. »

al-Bukhārī n° 6312

AVANT DE MANGER • « Dis le nom d'Allah, mange de ta main droite »

بِسْمِ اللَّهِ

Bismillāh

« Au nom d'Allah. »

al-Bukhārī n° 5376 ; Muslim n° 2022

BIEN MANGER • un conseil du Prophète ﷺ

Mentionne le nom d'Allah, mange de la main droite et prends ce qui est près de toi dans le plat partagé.

Sens du hadith — al-Bukhārī, n° 5376 ; Muslim, n° 2022.

APRÈS AVOIR MANGÉ OU BU • Des formules plus longues existent (recueil en préparation)

الْحَمْدُ لِلَّهِ

Al-ḥamdu li-llāh

« Louange à Allah. »

Muslim n° 2734 : Allah est satisfait du serviteur qui mange une bouchée et L'en loue

DEMANDER LA FORCE • une parole générale, sans moment imposé

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ

Lā ḥawla wa lā quwwata illā bi-llāh.

« Il n'y a de puissance ni de force que par Allah. »

Cette parole est décrite comme un trésor du Paradis — al-Bukhārī, n° 6384 ; Muslim, n° 2704.

EN ENTRANT AUX TOILETTES • Avant d'entrer ; avant de franchir la porte

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ

Allāhumma innī aʿūdhu bika mina l-khubuthi wa l-khabāʾith

« Ô Allah, je cherche refuge auprès de Toi contre le mal et les êtres malfaisants. »

al-Bukhārī n° 142 ; Muslim n° 375

EN ENTRANT À LA MOSQUÉE, PUIS EN SORTANT

اللَّهُمَّ افْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ • اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ

Allāhumma-ftaḥ lī abwāba raḥmatik • Allāhumma innī asʾaluka min faḍlik

« Ô Allah, ouvre-moi les portes de Ta miséricorde. • Ô Allah, je Te demande de Ta grâce. »

Muslim n° 713

En voyage

Quand il montait sur sa monture pour voyager, le Prophète ﷺ récitait notamment ce passage du Coran (Muslim n° 1342). Tu peux le dire en montant dans une voiture, un car ou un avion :

لِتَسْتَوُۥا۟ عَلَىٰ ظُهُورِهِۦ ثُمَّ تَذْكُرُوا۟ نِعْمَةَ رَبِّكُمْ إِذَا ٱسْتَوَيْتُمْ عَلَيْهِ وَتَقُولُوا۟ سُبْحَٰنَ ٱلَّذِى سَخَّرَ لَنَا هَٰذَا وَمَا كُنَّا لَهُۥ مُقْرِنِينَ ١٣ وَإِنَّآ إِلَىٰ رَبِّنَا لَمُنقَلِبُونَ (14)

« Gloire à Celui qui nous a soumis tout ceci, alors que nous n'étions pas capables de le dominer. C'est vers notre Seigneur que nous retournerons. »

Sourate 43, versets 13-14 — traduction du sens

Subḥāna lladhī sakhkhara lanā hādhā wa mā kunnā lahu muqrinīn, wa innā ilā rabbinā la-munqalibūn.

L'invocation complète du voyage sera dans le recueil.

AVANT DE DORMIR • Couché(e), avant de fermer les yeux

بِاسْمِكَ اللَّهُمَّ أَمُوتُ وَأَحْيَا

Bismika-llāhumma amūtu wa aḥyā

« C'est en Ton nom, ô Allah, que je meurs et que je vis. »

al-Bukhārī n° 6324

Le soir, on dit « je meurs » ; le matin, « Il nous a rendu la vie ». Le sommeil ressemble à une **petite mort** (voir sourate 39, verset 42) : chaque réveil est un **cadeau** d'Allah.



FICHE MÉMO 3 Mes invocations de la journée ✂️

- ✓ Réveil • repas (avant et après) • sortie • toilettes • mosquée • voyage • coucher.
- ✓ Chaque geste simple peut devenir un **rendez-vous avec Allah**.
- ✓ Une invocation à la fois, **avec son sens**.

J'AGIS Cette semaine, apprends **deux** invocations : celle d'avant le repas et celle d'avant de dormir. Dis-les à voix basse, chaque jour.

CHAPITRE 4

Dans l'épreuve, et avec mes mots

Quand le cœur est serré, et pour ceux que j'aime.

Quand l'angoisse serre le cœur

Le prophète Yūnus (Jonas), dans l'obscurité, a invoqué Allah par ces mots, rapportés dans le Coran :

وَذَا ٱلنُّونِ إِذ ذَّهَبَ مُغَٰضِبًا فَظَنَّ أَن لَّن نَّقۡدِرَ عَلَيۡهِ فَنَادَىٰ فِي ٱلظُّلُمَٰتِ أَن لَّآ إِلَٰهَ إِلَّآ أَنتَ سُبۡحَٰنَكَ إِنِّي كُنتُ مِنَ ٱلظَّٰلِمِينَ ٨٧

« Pas de divinité en dehors de Toi ! Gloire à Toi ! J'ai été vraiment parmi les injustes. »

Sourate 21, verset 87 — traduction du sens

Lā ilāha illā anta, subḥānaka, innī kuntu mina ẓ-ẓālimīn. Apprends cette parole du Coran avec son sens.

DANS LA DÉTRESSE • Invocation du Prophète ﷺ dans l'angoisse

لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ رَبُّ السَّمَوَاتِ، وَرَبُّ الأَرْضِ، وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ

Lā ilāha illa-llāhu l-ʿaẓīmu l-ḥalīm, lā ilāha illa-llāhu rabbu l-ʿarshi l-ʿaẓīm, lā ilāha illa-llāhu rabbu s-samāwāti wa rabbu l-arḍi wa rabbu l-ʿarshi l-karīm

« Il n'y a de divinité qu'Allah, l'Immense, le Longanime. Il n'y a de divinité qu'Allah, Seigneur du Trône immense. Il n'y a de divinité qu'Allah, Seigneur des cieux, Seigneur de la terre et Seigneur du noble Trône. »

al-Bukhārī nº 6346 ; Muslim nº 2730

Pour cette vie et pour l'au-delà

وَمِنۡهُم مَّن يَقُولُ رَبَّنَآ ءَاتِنَا فِي ٱلدُّنۡيَا حَسَنَةٗ وَفِي ٱلۡأٓخِرَةِ حَسَنَةٗ وَقِنَا عَذَابَ ٱلنَّارِ ٢٠١

« Seigneur ! Accorde-nous une belle part ici-bas, et une belle part aussi dans l'au-delà, et protège-nous du châtiment du Feu. »

Sourate 2, verset 201 — traduction du sens

Rabbanā ātinā fi-d-dunyā ḥasanatan wa fi-l-ākhirati ḥasanatan wa qinā ʿadhāba n-nār. C'était l'invocation que le Prophète ﷺ faisait le plus souvent (al-Bukhārī n° 6389, Muslim n° 2690).

Pour mes parents

وَٱخۡفِضۡ لَهُمَا جَنَاحَ ٱلذُّلِّ مِنَ ٱلرَّحۡمَةِ وَقُل رَّبِّ ٱرۡحَمۡهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرٗا ٢٤

« Seigneur, fais-leur miséricorde comme ils m'ont élevé tout petit. »

Sourate 17, verset 24 — traduction du sens

Rabbi rḥamhumā kamā rabbayānī ṣaghīrā. Pour tes parents musulmans, vivants ou décédés. Pour des parents vivants non musulmans, demande aussi leur guidance et leur bien ; l'invocation pour les défunts a des règles (9:113).

DEMANDER PARDON

La demande de pardon (astaghfiru-llāh) est vue dans le livret sur le dhikr (UA-128), et approfondie dans le livret sur le repentir (UA-127).

Avec mes propres mots

En dehors de la prière, tu peux parler à Allah **dans ta langue** : en wolof, en pulaar, en français… Allah comprend toutes les langues et connaît ce qui est dans les cœurs. Les invocations transmises sont **les meilleures paroles** ; tes propres mots sont **ton cœur qui parle**. Les deux vont ensemble.

UN MODÈLE, AVEC TES MOTS

1. Je **loue** Allah (« Louange à Toi, ô Allah… »).
2. Je **prie sur le Prophète** ﷺ.
3. Je **demande** simplement : pour moi, pour ma famille, pour les musulmans.
   « Ô Allah, facilite-moi cette journée, guide mes enfants, guéris ma mère, et accorde-moi une subsistance licite. »
4. Je **termine** en louant Allah et en priant sur le Prophète ﷺ.

OÙ EN SONT MES INVOCATIONS ?

Coche ce qui est déjà vrai pour toi, même un peu. Ce qui reste est ton **prochain pas**, sans te juger.

- ☐ Je demande à Allah avec mes propres mots, au moins une fois par jour.
- ☐ Je connais **au moins une** invocation transmise de la journée.
- ☐ Quand j'ai un souci, j'invoque Allah et je cherche l'aide utile.
- ☐ J'invoque pour mes **parents**, et pour d'autres personnes.
- ☐ Je continue à demander, même quand la réponse **tarde**.



FICHE MÉMO 4 Dans l'épreuve, et avec mes mots ✂️

- ✓ Angoisse : l'invocation de **Yūnus** (21:87) et celle de la détresse.
- ✓ *Rabbanā ātinā…* (2:201) • pour mes parents (17:24).
- ✓ En dehors de la prière, je parle à Allah **dans ma langue**, avec mon cœur.

J'AGIS Écris aujourd'hui ta propre invocation en quatre lignes (louer, prier sur le Prophète ﷺ, demander, remercier) et dis-la ce soir.

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	Demander à Allah une chose précise, avec mes mots, dans ma langue (chapitre 1).	☐
2	Faire une invocation en suivant les bonnes manières : louer, prier sur le Prophète ﷺ, demander (chapitre 2).	☐
3	Dire *Bismillāh* avant chaque repas et *al-ḥamdu li-llāh* après (chapitre 3).	☐
4	Dire l'invocation du réveil et celle d'avant de dormir (chapitre 3).	☐
5	Dire lā ḥawla wa lā quwwata illā bi-llāh en pensant à son sens (chapitre 3).	☐
6	Invoquer pour mes parents avec la sourate 17, verset 24 (chapitre 4).	☐
7	Réciter *Rabbanā ātinā…* 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. Que nous apprend la sourate 40, verset 60, sur l'invocation ?

- ☐ A. L'invocation est réservée aux savants
- ☐ B. L'invocation, c'est l'adoration
- ☐ C. L'invocation se fait seulement en arabe

2. Que nous apprend l'image de l'enfant qui demande ?

- ☐ A. Qu'Allah ressemble à un père
- ☐ B. Qu'il faut préparer de longs discours
- ☐ C. À demander simplement, souvent, avec confiance

3. Selon al-Bukhārī et Muslim, qu'est-ce qui empêche d'être exaucé ?

- ☐ A. S'impatienter en disant : « J'ai invoqué et je n'ai pas été exaucé »
- ☐ B. Demander de petites choses
- ☐ C. Invoquer le soir

4. Quel est un moment favorable à l'invocation, selon Muslim (n° 482) ?

- ☐ A. Le repas
- ☐ B. La prosternation
- ☐ C. Le marché

5. Que dit-on avant de dormir ?

- ☐ A. Bismika-llāhumma amūtu wa aḥyā
- ☐ B. Allāhumma-ftaḥ lī abwāba raḥmatik
- ☐ C. Al-ḥamdu li-llāh

6. En dehors de la prière, puis-je invoquer Allah en wolof ou en français ?

- ☐ A. Non, jamais
- ☐ B. Oui, Allah comprend toutes les langues
- ☐ C. Seulement le vendredi

RÉPONSES

1 : B • 2 : C • 3 : A • 4 : B • 5 : A • 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
Duʿāʾ	L'invocation : demander à Allah, parler à Allah.
Dhikr	Le souvenir, l'évocation d'Allah (livret UA-128).
Bismillāh	« Au nom d'Allah » : pour commencer un geste avec Allah.
Al-ḥamdu li-llāh	« Louange à Allah » : pour remercier.
Tawakkul	La confiance en Allah, après avoir pris les moyens (livret UA-130).
Sujūd	La prosternation : un moment où le serviteur est très proche de son Seigneur.
Istighfār	La demande de pardon à Allah.
Āmīn	« Exauce ! » : dit à la fin d'une invocation.

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

Fiche mémo : mes invocations de la journée

Je retiens	
Au réveil	*Al-ḥamdu li-llāhi lladhī aḥyānā baʿda mā amātanā wa ilayhi n-nushūr.*
Toilettes	Avant d'entrer : Allāhumma innī aʿūdhu bika mina l-khubuthi wa l-khabāʾith.
Demander la force	*Lā ḥawla wa lā quwwata illā bi-llāh — une parole générale.*
Avant de manger	*Bismillāh. Manger de la main droite et prendre près de soi dans le plat partagé.*
Après le repas	*Al-ḥamdu li-llāh.*
Mosquée	Entrer : *Allāhumma-ftaḥ lī abwāba raḥmatik.* Sortir : *Allāhumma innī asʾaluka min faḍlik.*
En voyage	*Subḥāna lladhī sakhkhara lanā hādhā…* (43:13-14).
Angoisse	*Lā ilāha illā anta, subḥānaka, innī kuntu mina ẓ-ẓālimīn* (21:87).
Pour tout	*Rabbanā ātinā fi-d-dunyā ḥasanatan…* (2:201) • Parents : *Rabbi rḥamhumā…* (17:24).
Avant de dormir	*Bismika-llāhumma amūtu wa aḥyā.*
Avec mes mots	Louer Allah • prier sur le Prophète ﷺ • demander • remercier. À tout moment, dans ma langue.

Pour continuer le chemin

Ce livret fait partie de la collection **« Tawḥīd et adoration »**. Pour aller plus loin dans les invocations, un **recueil** et un livret **« Invocations du matin et du soir »** sont en préparation.

Référence	Titre de travail	État
UA-111	Comprendre la Shahāda (livret d'ouverture)	Version relue
UA-120	Introduction au Tawḥīd	Version relue
UA-124	Reconnaître les formes de shirk	Version relue
UA-126	L'adoration de A à Z	Version relue

Référence	Titre de travail	État
UA-127	Le repentir	Version relue
UA-128	Le dhikr	Version relue
UA-130	La confiance en Allah	Version relue
UA-152	La prière d'istikhāra	en préparation
—	Invocations du matin et du soir	en préparation
—	Recueil d'invocations « Du Muslim au Muhsin »	en préparation

UN CONSEIL

Ne cherche pas à tout apprendre d'un coup. **Une invocation par semaine**, dite chaque jour avec son sens, et bientôt ta journée entière sera accompagnée par Allah. Pour la prononciation, fais-toi aider par un **enseignant de confiance**.

ULUL ALBAB • DU MUSLIM AU MUHSIN

Fiche d'identification du livret

Rubrique	Information
Référence	**UA-129**
Titre	Les invocations essentielles — Parler à Allah chaque jour
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

Parle à Allah.

Il est proche. Il entend. Il aime qu'on Lui demande.

Ce livret t'apprend les bonnes manières de l'invocation et des paroles sourcées pour la journée, du réveil au coucher.

Et il t'invite à Lui parler **avec tes propres mots**, chaque jour.



Bibliothèque « Du Muslim au Muhsin » • Univers Muslim

La transmission passe avant le commerce.

UA-129 • v0.2 • 01/10/2026