



La concentration dans la prière

(en 10 points)





1. Les ablutions

- ❑ Intention: purifie-toi dans l'intention de te rapprocher de ton Seigneur, etc...
- ❑ Parfaites tes ablutions (concentre-toi pour bien laver les parties concernées, ne parle pas pendant les ablutions, sauf cas extrême)
- ❑ Ne gaspille pas l'eau: « *les gaspilleurs sont les frères des diables* » (S17 V27)
- ❑ Ne laisse pas Shaytan installer de doute au sujet de la validité de tes ablutions



2. La ponctualité

- ❑ Mon Seigneur me donne rendez-vous: je dois être à l'heure!
- ❑ C'est Allah qui a mis à ma disposition tous les bienfaits qui me distraient de Son rappel (enfants, travail, mari, amies, etc...)
- ❑ C'est un test, donc ATTENTION à qui on donne la priorité
- ❑ Intervalle de temps pour effectuer les prières = signe de la Miséricorde divine
- ❑ Minimum de RESPECT face au Créateur qui m'a tout donné!



3. Juste avant de commencer

- ❑ Débarrasse-toi des urgences mineures:
 - ***bébés ou enfants en bas âge: nourris-le s'il a faim, tiens-le occupé. Lui inculquer dès que possible cette nécessité pour toi de t'entretenir avec ton Seigneur. Allah t'a mise en garde: « *Ô vous qui avez cru! Que ni vos biens ni vos enfants ne vous distraient du rappel d'Allah. Et quiconque fait cela... alors ceux-là seront les perdants.* » (S63, V9)
 - ***si tu as faim, mange d'abord!
 - ***si tu as un besoin urgent (toilettes, etc...), soulage-toi d'abord
- ❑ Eteins ton téléphone, car la sonnerie te perturbera pendant la prière (was-was de shaytan)
- ❑ Ne laisse rien à mijoter sur la cuisinière, éteins le feu! Qu'est-ce qui te garantit de revenir vivante de ta prière?



4. La salât: une passion

- ❑ Approche la prière avec passion, et non comme un devoir que tu vas t'empresse de satisfaire!
- ❑ Apprête-toi à accomplir la prière comme si c'était la dernière de ta vie!
- ❑ Choisis un endroit calme, et STP, éteins la TV! Un peu de respect!
- ❑ Rappelle-toi que tu vas rencontrer quelqu'un que tu aimes. Tu devrais donc élaborer 1000 et une astuces pour Le satisfaire.
- ❑ Tu t'apprêtes à te tenir devant Allah, Seigneur des mondes, Celui qui n'a pas besoin de tes actes d'adoration, alors que toi, tu as besoin de Lui!
- ❑ Avance, Il t'attend!



5. Allahu akbar

- ❑ Voilà, tu es face à Lui, Le Tout Puissant, Le Majestueux, à Lui les plus beaux noms. Il te voit, mais toi tu ne Le vois pas. Les regards ne le cernent pas!
- ❑ Rappelle-toi l'énorme privilège qu'Allah vient de t'accorder.
- ❑ Tu es debout, devant Qui? Pour réciter les paroles de Qui? Une opportunité UNIQUE, que beaucoup d'autres n'ont pas! Allah t'a choisie parmi tant d'autres!
- ❑ Cherche refuge auprès d'Allah contre Shaytan le maudit, qui va essayer de te distraire, mais ignore-le et continue!
- ❑ Fixe ton regard à l'endroit où tu vas te prosterner;



6. Allah entend celui qui Le loue

- ❑ Tiens-toi droite devant Lui et STP arrête de te balancer!
- ❑ Tu es honorée par Allah, alors tu commences par Le remercier: *Alhamdulillah rabbil a'lamine*. Récite la Fatiha LENTEMENT et CLAIREMENT! Rappelle-toi qu'Allah te répond à chaque verset!
- ❑ Imagine-toi en compagnie de l'Ange de la mort, le Paradis à ta droite, l'enfer à ta gauche!
- ❑ Concentre-toi sur ce que tu récites! Choisis des versets ou sourates que tu maîtrises et comprends!
- ❑ Fais tes évocations et invocations à voix basse. Celui que tu invoques n'est ni sourd ni absent (hadith)! Alors, arrête de déranger les autres qui prient à côté de toi en chuchotant à voix haute!



7. Gloire à Allah Le Très-Haut

- ❑ Rappelle-toi l'importance de parfaire chaque mouvement dans la salât, car ta salât doit répondre aux conditions de validité (piliers obligatoires dans la salât) avant même d'être acceptée par Allah!
- ❑ Attention aux erreurs classiques: fermer les yeux pour soi-disant rechercher la concentration (c'est une grosse ruse de shaytan), ne pas bouger les lèvres, etc...
- ❑ Lorsque tu es prosternée, multiplie tes invocations. C'est à ce moment-là que tu es le plus proche de Ton Seigneur!
- ❑ Sois sincère envers Allah! Si l'émotion t'envahit, laisse-toi aller, mais ne fais jamais semblant de pleurer! « *c'est Lui qui a fait rire et qui a fait pleurer* » (S53, V43)



8. Le bilan

- ❑ C'est déjà fini! 5 à 10 petites minutes de ton temps!
- ❑ Que ressens-tu au fond de toi?
- ❑ Masha Allah, tu t'es appliquée dans la concentration, dans les gestes, etc... Et alors, tu crois que tu mérites une médaille?
- ❑ D'accord, tu as fait beaucoup d'efforts, mais ce n'était pas parfait! C'est pourquoi tu dis « *AstaghfirAllah* » (je demande pardon à Allah) 3 fois juste après avoir dit le taslim (salam final)
- ❑ Alors, remercie-Le encore pour cette opportunité: « *Allahoumma anta salam...* »)
- ❑ Demande encore à faire partie des gens reconnaissants et qui se souviennent de Lui: « *Allahoumma 'inni 'ala dhikrika, wa shoukrika, wa housni 'ibadatik* »



9. Le tasbih

- ❑ Multiplie les évocations liées à la prière: ayat al kursy (verset du Trône), les sourates protectrices, etc...
- ❑ Glorifie Allah LENTEMENT. Prends conscience du geste que tu poses: c'est une ADORATION! Alors, stp, compte LENTEMENT sur tes phalanges! Ne fais pas la course; À chaque phalange, tu dois PRONONCER clairement *SoubhanAllah* (33 fois), puis *Alhamdulillah* (33 fois), enfin *Allah akbar* (33 fois), et tu termines par *La illaha illa Allah wah dahou la charika lah, lahoul' moulkou, wa lahoul' hamd, wa houwa a'la koulli chayin qodir*
- ❑ La récompense? Tous tes péchés antérieurs viennent d'être pardonnés! Attention, on parle des petits péchés! Pour les grands, y a un autre effort à faire!



10. Les prières surérogatoires

- ❑ Multiplie autant que possible les prières surérogatoires!
- ❑ Elles viendront compenser les manquements dans tes prières obligatoires:
- ❑ Par ordre de priorité:
 - ***qiyam al layl: la prière de la nuit: la prière des dévôts!

 - ***rawatib: prières surérogatoires liées aux prières obligatoires

 - ***prières de sunna mu'akkada: fortement recommandées (salât doha, witr, etc...)

 - ***autres prières surérogatoires: tu en fais autant que tu veux, sauf pendant les moments interdits (entre 'asr et maghrib, etc...)

الله اعلم

By Badreddine

ET ALLAH EST LE PLUS SAVANT