



ÉCOLE AMA ASRAR

ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE
ET DES SECRETS SPIRITUELS

50 Recettes sur Wa Qoul Rabbi Zidni Ilman



10:23 École AMA Asrar (Groupe)
60 abonnés

MESSAGE ÉPINGLE
Enseignements quotidiens

LE COURS COMPLEXE MAINTENANT
Bienvenue dans l'école AMA ASRAR

100 MÉTHODES DE ZIKRE ET DE
DISCIPLINE SPIRITUELLE AUTOUR DE
CHAYDIYAAKALICHOU

Document pédagogique pour l'école AMA
ASRAR

Ce document présente des exemples de
pratiques simples de concentrations, de
méditation, de discipline et de réflexion
spirituelle autour d'un nom.

Chaydyakalichoup = dans une approche
symbolique et contemplative.

À AMA ASRAR, nos missions toujours sur :

- la modification,
- la discipline,
- le calme intérieur,
- la purification du comportement,
- et la compréhension avant toute pratique.

1. Zikr du calme du soir
Répéter le nom 33 fois après la prière du soir.

Message

PROTECTION CONNAISSANCE VOYANCE TRANSFORMATION PUISSANCE ÉVEIL SPIRITUEL

LA CONNAISSANCE ÉCLAIRE • LA DISCIPLINE TRANSFORME • L'ÉVEIL LIBÈRE

École AMA ASRAR

ÉCOLE AMA ASRAR

**Le verset **« Wa qul
Rabbi zidnī ‘ilmā »**
(وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا — **)
Et
dis : “Ô mon Seigneur,
accroît mes
connaissances / ma
science” **, Sourate**

Taha, verset 114) est la seule formule d'invocation que Dieu a expressément ordonné au Prophète Muhammad (PSL) de réciter pour demander une augmentation de quelque chose.

Dans la science des secrets coraniques (*Asrar*), ce verset est

**la source absolue de
**l'expansion
intellectuelle, de la
clairvoyance spirituelle,
de la haute
mémorisation, de
l'acquisition de la
sagesse (*Hikmah*) et
de l'accès aux sciences
inspirées (*Ilm al-
Ladhuni*)**. C'est le
secret de prédilection**

**des savants, des
étudiants, des
chercheurs, mais aussi
des mystiques en quête
de dévoilement.**

**Voici la compilation
structurée et exhaustive
des **50 principales
méthodes,
configurations
numériques et
applications**

traditionnelles basées
sur ce verset sacré.**

**## I. Pour l'Excellence
Scolaire, les Études et
la Mémorisation Rapide**

**Ces formules
s'intègrent dans la
routine quotidienne des
élèves et des étudiants
pour stimuler
l'assimilation des cours.**

*** **1. Le Sceau du Cahier (3 fois) : ****

Réciter le verset et souffler sur ses cahiers, livres ou ordinateur avant de commencer une session de révisions.

*** **2. L'Ouverture de la Classe (3 fois) : ** À réciter à voix basse juste avant que le**

**professeur ne
commence à dispenser
son cours pour capter
l'essentiel.**

*** **3. Le Zikr de
l'Examen (21 fois) : **
Réciter chaque matin
après la prière de Fadjr
durant la semaine qui
précède un concours ou
un examen majeur.**

*** **4. La Clé de l'Aube
(19 fois) : ** Nombre
des gardiens de l'ordre.
À réciter
immédiatement après la
prière du matin pour
éveiller les fonctions
cognitives de la
journée.**

*** **5. Le Verrou de la
Leçon (7 fois) : ** À
réciter après avoir fini**

**d'apprendre un cours,
puis passer ses mains
sur sa poitrine pour
fixer la mémoire.**

*** **6. Le Souffle du
Stylo : ** Réciter le
verset 7 fois et souffler
sur ses stylos ou son
matériel d'écriture le
jour du grand examen.**

*** **7. La Dissolution
du Stress (11 fois) : ** À**

**réciter dans la salle
d'attente avant un
examen oral pour éviter
les trous de mémoire
causés par le trac.**

*** **8. La Constante de
la Sagesse (66 fois) : **
Valeur du nom
Allah. Praticqué
après la prière d'Asr
pour illuminer la**

**compréhension des
textes complexes.**

*** **9. Le Zikr
Prophétique (92 fois)
:** Valeur du nom
Muhammad. À
faire le vendredi pour
lier son intelligence à la
clarté prophétique.**

*** **10. Le Rituel des 41
Jours (100 fois par jour)
:** Pour installer une**

**discipline mentale
d'apprentissage
définitive et surmonter
les difficultés
d'attention.**

**## II. Les Recettes par
Écriture (Nassi / Eau
Bénite) et Stimulants
Naturels**

**L'infusion du verset
dans le corps par le
biais d'écritures sacrées**

**est la méthode
traditionnelle la plus
réputée pour guérir
l'esprit lourd ou l'oubli.**

*** **11. Le Nassi du
Miel Pur :** Écrire le
verset 7 fois sur une
ardoise en bois, laver
avec un peu d'eau
propre, mélanger cette
eau à du miel pur.**

Prendre une cuillère à jeun.

*** **12. Le Secret des 7 Raisins Secs : ** Écrire le verset 7 fois. Faire tremper 7 raisins secs dans cette eau toute la nuit et les consommer à l'aube.**

*** **13. L'Élixir du Lait de Vache : ** Écrire le verset 3 fois, laver**

l'ardoise avec du lait frais de vache. Boire avant de dormir pour nourrir les cellules cérébrales.

*** **14. L'Encre de Safran Sacrée :** Écrire le verset 41 fois à l'encre de safran pure sur du papier blanc, diluer dans une bouteille d'eau et boire**

**une gorgée avant
d'étudier.**

*** **15. La Cure du
Gingembre : ** Écrire le
verset 12 fois, laver
avec une infusion
légère de gingembre
tiède pour stimuler la
vivacité cérébrale.**

*** **16. Le Bain de la
Clarté Mentale : **
Écrire le verset 99 fois**

**(les Beaux Noms
d'Allah), laver l'ardoise
et utiliser cette eau
pour se laver
uniquement le visage et
la tête.**

*** **17. Le Nassi des
Enfants Distracts :**
Pour un enfant qui a du
mal à l'école, écrire le
verset 7 fois combiné
avec la sourate Al-**

Fatiha, et lui faire boire discrètement.

*** **18. Le Secret de la
Feuille Blanche :**
Écrire le verset 14 fois
sur une feuille de papier
propre, la plier et la
glisser sous l'oreiller
d'un étudiant pour
favoriser des rêves
inspirants.**

*** **19. L'Eau de
Menthe et de Mémoire
:** Écrire le verset 7
fois, diluer avec une
eau infusée à la menthe
fraîche pour dégager les
voies de la réflexion.**

*** **20. Le Sceau du
Savoir Supérieur (313
fois) :** Écrire le verset
313 fois (nombre de
Badr). Conserver cette**

**eau précieuse et n'en
boire qu'une gorgée lors
des examens.**

**## III. Pour
l'Éloquence, la Sagesse
de la Parole et la
Persuasion**

**Ces méthodes
permettent non
seulement de
comprendre, mais de
restituer le savoir avec**

**clarté, charisme et
impact lors des
discours.**

*** **21. Le Déblocage
de la Langue (3 fois) :**
Réciter avant de
prendre la parole en
public, avaler sa salive
et commencer son
discours pour captiver
l'auditoire.**

*** **22. Le Zikr de l'Enseignant (70 fois) : ** À faire après la prière de Maghrib pour les professeurs, conférenciers ou avocats afin que leur message touche les cœurs.**

*** **23. Le Parfum de la Sagesse : ** Réciter le verset 99 fois sur un**

flacon de parfum sans alcool. En appliquer une touche sur soi avant un entretien important.

*** **24. Le Sel de l'Élocution (7 fois) : **
Réciter sur une pincée de sel, la diluer dans un verre d'eau et se rincer la bouche avant un examen oral.**

*** **25. L'Inspiration
Littéraire (100 fois) : **
Pratiqué au milieu de la
nuit (Tahajjoud) pour
les écrivains,
chercheurs et poètes en
quête d'inspiration
profonde.**

*** **26. La Clarté du
Débat : ** Réciter le
verset 4 fois en secret
pendant que votre**

**interlocuteur parle,
pour préparer une
réponse structurée et
imparable.**

*** **27.**

**L'Adoucissement des
Jugements (33 fois) : **
Pour toute personne
devant arbitrer un
conflit ou expliquer une
situation complexe sans
s'énervier.**

*** **28. La Voix**

Persuasive (7 fois) : **

Réciter dans un verre d'eau chaude avec du citron et du miel, puis boire pour adoucir ses cordes vocales avant une intervention.

*** **29. Le Zikr du Grand Oral (111 fois) : ** À faire la veille d'une soutenance de**

thèse ou d'un grand oral professionnel.

*** **30. Le Sceau de l'Écoute Attentive (3 fois) : ** Réciter en massant doucement ses lobes d'oreilles pour augmenter ses capacités d'écoute et de discernement.**

IV. Les Formules Avancées par les

50 Recettes sur Wa Qoul Rabbi Zidni Ilman

Grands Nombres (Sciences des Lettres)

**Pratiques de haute
intensité destinées aux
érudits ou à ceux qui
recherchent un éveil
spirituel ou
professionnel majeur.**

*** **31. La Valeur Brute
du Verset (355 fois) : **
C'est la valeur
numérique classique**

**(*Abjad*) du fragment
Rabbi zidnī ‘ilmā. À
faire en une seule
séance de nuit pour
“ouvrir” l’esprit.**

*** **32. La Riyada des 7
Jours (355 fois après
Isha) : ** Faire ce zikr
pendant une semaine
complète dans le calme
absolu pour provoquer**

**un déblocage
intellectuel.**

*** **33. L'Alliance avec
"Ya 'Alīm" (Le Très
Savant) : ** Réciter le
verset 100 fois suivi du
nom divin *Ya 'Alīm*
150 fois après la prière
de la nuit.**

*** **34. Le Chiffre du
Trône Impérial (1001
fois) : ** Pour les**

chercheurs, savants et auteurs qui écrivent des livres, afin de préserver leurs écrits de l'erreur.

*** **35. Le Grand Chiffre de l'Éveil (3333 fois) : ** Divisé sur trois nuits consécutives pour briser un blocage psychologique ou un traumatisme lié à l'apprentissage.**

*** **36. Le Sceau des 5
000 :** Une récitation
étalée sur un mois de
dévotion pour
transformer
radicalement une
mémoire paresseuse en
un esprit vif.**

*** **37. L'Alliance des 4
Archanges (400 fois) :**
Divisé en 100
répétitions pour appeler**

**la clarté d'esprit dans
les domaines
scientifique, littéraire,
spirituel et pratique.**

*** **38. La Clôture
Suprême (6666 fois) : **
Le nombre mythique du
Coran. Pratiqué pour
sceller définitivement
sa réussite dans une
carrière académique ou
de recherche.**

*** **39. Le Zikr de l'Intuition Pure (555 fois) : ** Nombre d'ancrage pour maintenir la lucidité d'esprit même en période de grand surmenage professionnel.**

*** **40. Le Rempart contre la Sénilité (70 fois par jour) : ****

Pratique constante tout au long de la vie pour préserver ses facultés cognitives contre les maladies de la vieillesse (Alzheimer, démence).

V. Carrés Magiques (Hatim), Écritures et Liens Mystiques

*** **41. Le Hatim 3x3 de la Connaissance :**
Insérer la valeur**

**numérique (355) dans
un carré de Ghazali.**

**Dessiner ce carré sur un
papier propre et le
garder dans sa poche
supérieure (proche du
cœur).**

*** **42. L'Écriture
Circulaire du Sceau : **
Écrire le verset en
cercle parfait autour de
votre nom ou de votre**

discipline d'étude. Plier et placer dans son livre principal.

*** **43. L'Alliance
Majeure avec la Fatiha
:** Réciter la Fatiha, et
intercaler *Wa qul
Rabbi zidnī 'ilmā* après
le verset *« Ihdinā s-
sirāta l-moustaqīm »*.
À faire 7 fois de suite.**

*** **44. Le Talisman du Marque-Page : ** Écrire le verset proprement sur une bande de papier cartonné et l'utiliser comme marque-page dans le livre ou le Coran que l'on étudie.**

*** **45. Le Bain de Sel et de Clarté : ** Écrire le verset 21 fois sur une ardoise, laver, ajouter**

du gros sel à l'eau et se frotter doucement la nuque et le front pour libérer les tensions nerveuses.

*** **46. L'Onction de l'Aura Intellectuelle : **
Écrire le verset 7 fois avec de l'eau de rose pure. S'en frotter les mains et le visage chaque matin avant de**

**se rendre sur son lieu
d'étude ou de travail.**

*** **47. Le Secret de la
Feuille de Laurier : ****

**Réciter le verset 9 fois
sur une feuille de
laurier, puis infuser la
feuille dans son thé ou
sa boisson chaude du
matin.**

*** **48. Le Zikr du
Rappel Spontané : ** Si**

**vous égarez un objet ou
oubliez un mot
important pendant une
discussion, fermez les
yeux et répétez 3 fois :
« Rabbi zidnī ‘ilmā ».
L’information revient
généralement à l’esprit.**

*** **49. La Recette du
Verre de Lait :** Réciter
le verset 7 fois sur un
verre de lait frais et le**

**boire avant une
épreuve difficile pour
recevoir la paix et la
clarté mentale.**

*** **50. Le Sceau de la
Transmission
Universelle :** Pour un
maître ou un formateur,
réciter le verset 100 fois
avant de donner son
cours pour que la
connaissance s'ancre**

**parfaitement et
proprement dans
l'esprit de ses
auditeurs.**

**> **Rappel
fondamental de sagesse
:** Dans la tradition
spirituelle islamique, le
savoir (*Ilm*) est
considéré comme une
lumière divine
(*Nour*). L'ingrédient**

secret qui active toutes ces recettes est la pureté de l'intention (*Niyyah*). Chercher le savoir pour être utile à l'humanité, et non pour s'enorgueillir, démultipliera de façon prodigieuse l'effet de ces secrets coraniques.

>

École AMA ASRAR

  **ÉCOLE AMA
ASRAR**

**Les Salawât sont des
lumières qui montent
vers le ciel et des
miséricordes qui
redescendent vers celui
qui les prononce. Plus
le serviteur prie sur le**

École AMA ASRAR

**Prophète ﷺ, plus son
cœur s'illumine.**

École AMA ASRAR



AMA Asrar

ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE
ET DES SECRETS SPIRITUELS

PREUVES DE NOTRE ACTIVITÉ

03:38 4G 100% 74%

← AMA Asrar École AMA Asrar [Groupe...] seulement les admins peuvent envoyer d... ⌵

LE COURS COMPREND MAINTENANT

Bienvenue dans l'école AMA ASRAR

100 MÉTHODES DE ZIKR ET DE DISCIPLINE SPIRITUELLE AUTOUR DE CHAYDIKAZICHOUNE

Document pédagogique pour l'école AMA ASRAR

Ce document présente des exemples de pratiques simples de concentration, de méditation, de discipline et de réflexion spirituelle autour du nom « Chaydikazichoun » dans une approche symbolique et contemplative.

À AMA ASRAR, nous insistons toujours sur :

- la modération,
- la discipline,
- le calme intérieur,
- la purification du comportement,
- et la compréhension avant toute pratique.

1. Zikr du calme du soir

Réciter le nom 33 fois après la prière du soir

CONTACTEZ-NOUS

 **WHATSAPP**
+221 78 291 19 22

 **APPEL TÉLÉPHONIQUE**
+221 78 291 19 22

 **TÉLÉGRAM (GROUPE)**
+221 78 291 19 22

"LA CONNAISSANCE ÉCLAIRE, LA DISCIPLINE TRANSFORME, L'ÉVEIL LIBÈRE."

NOS VALEURS FONDAMENTALES



PROTECTION



CONNAISSANCE



VOYANCE



TRANSFORMATION



PUISSANCE



ÉVEIL SPIRITUEL

AMA ASRAR, VOTRE ÉCOLE, VOTRE FAMILLE, VOTRE AVENIR.

50 Recettes sur Wa Qoul Rabbi Zidni Ilman