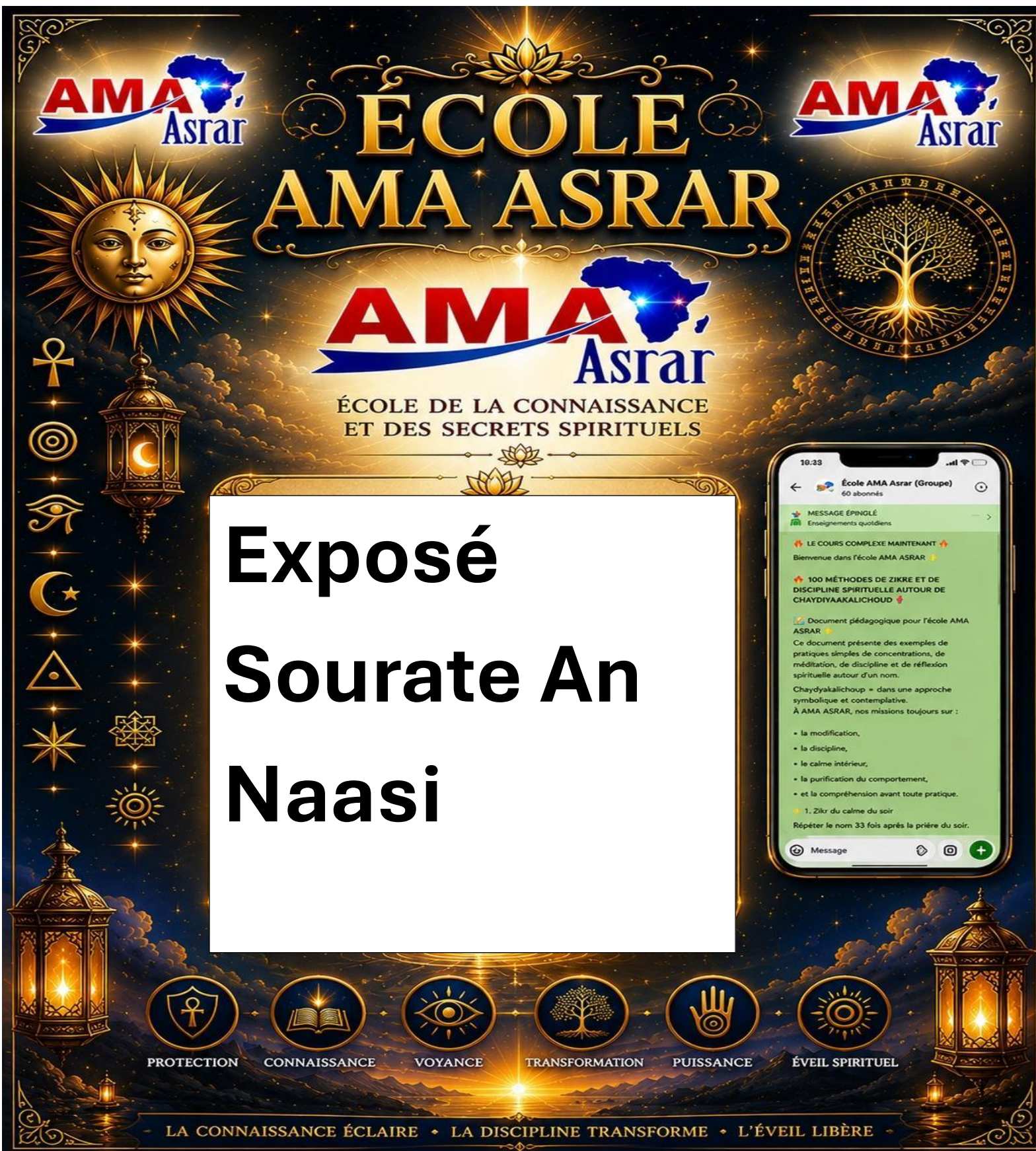




AMA Asrar

ÉCOLE AMA ASRAR

AMA Asrar

ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE
ET DES SECRETS SPIRITUELS

Exposé Sourate An Naasi



10:33 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.

Chaydyakalichou = 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

LE GRAND DOSSIER DE LA SOURATE AN-NÂS

Transmission
spirituelle avancée
École AMA ASRAR

INTRODUCTION

**La Sourate An-Nâs
est la 114^{ème} et**

**dernière sourate du
Noble Coran.**

**Elle est composée de
six versets et
constitue, avec la
Sourate Al-Falaq, les
deux grandes
sourates protectrices
appelées :**

Al-Mu'awwidhatayn (Les Deux Sourates de Refuge)

**Si Al-Falaq enseigne
la protection contre
les dangers
extérieurs, An-Nâs
enseigne
principalement la**

**protection contre les
dangers intérieurs.**

Cette sourate traite :

**Des pensées
négatives,**

**Des suggestions
trompeuses,**

**Des influences
invisibles,**

Des doutes,

Des tentations,

**Et des troubles du
cœur.**

**Les maîtres
spirituels
considèrent souvent
An-Nâs comme la
sourate de la
purification du cœur
et de la protection
de l'esprit.**

PREMIER CHAPITRE

LE SECRET DU NOM AN-NÂS

Le mot :

➤ النَّاسُ

Signifie :

« L’humanité »

Ou

**« Les êtres
humains. »**

Fait remarquable :

**Le mot « An-Nâs »
apparaît plusieurs
fois dans la sourate.**

**Cela montre que la
protection divine
concerne tous les
êtres humains.**

**Cette sourate nous
rappelle que chacun
est exposé :**

Aux doutes,

Aux peurs,

Aux suggestions,

**Aux pensées
négatives.**

**Et qu'Allah seul peut
protéger
parfaitement le
cœur.**

DEUXIÈME CHAPITRE

LES TROIS NOMS DIVINS DE LA SOURATE

Premier Nom

➤ رَبِّ النَّاسِ

**Le Seigneur des
Hommes.**

Secret :

**Allah éduque,
protège et guide Ses
créatures.**

Deuxième Nom

➤ مَلِكِ النَّاسِ

Le Roi des Hommes.

Secret :

Toute autorité appartient à Allah.

Troisième Nom

➤ إِلَهِ النَّاسِ

**Le Dieu des
Hommes.**

Secret :

**L'adoration ne doit
être dirigée que vers
Lui.**

Ces trois Noms résumé :

La Seigneurie,

La Royauté,

La Divinité.

**Ils constituent l'une
des plus belles
synthèses du
Tawhid dans tout le
Coran.**

TROISIÈME CHAPITRE

LE SECRET DU WASWÂS

Allah dit :

➤ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ

**Le Waswâs est celui
qui souffle des
suggestions
trompeuses.**

Le mot :

➤ الخناس

Désigne celui qui se retire lorsqu'Allah est invoqué.

Les maîtres spirituels enseignent que :

**Les pensées
nuisibles
augmentent dans
l'insouciance,**

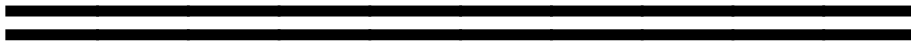
**Elles diminuent avec
le rappel d'Allah.**

**C'est pourquoi cette
sourate est souvent
liée au dhikr et à la
vigilance spirituelle.**



QUATRIÈME CHAPITRE

LES SIX ENSEIGNEMENTS MAJEURS DE AN- NÂS



1. Chercher refuge auprès d'Allah.

2. Reconnaître la Seigneurie d'Allah.

3. Reconnaître Sa Royauté.

4. Reconnaître Son droit exclusif à l'adoration.

5. Se protéger des mauvaises suggestions.

6. Purifier le cœur par le rappel d'Allah.

CINQUIÈME CHAPITRE

30 APPLICATIONS SPIRITUELLES AUTOUR DE AN- NÂS



RECETTE N°1

**Lire An-Nâs après
chaque prière
obligatoire.**

Objectif :

Maintenir la protection spirituelle.

RECETTE N°2

**Lire An-Nâs avant
de dormir.**

RECETTE N°3

**Lire An-Nâs au
réveil.**

RECETTE N°4

**Lire An-Nâs après
Fajr.**

RECETTE N°5

**Lire An-Nâs après
Maghrib.**

RECETTE N°6

**Lire An-Nâs avant
un voyage.**

RECETTE N°7

Exposé Sourate An Naasi

**Lire An-Nâs avant
un examen.**



RECETTE N°8

Lire An-Nâs avant un entretien.

RECETTE N°9

**Lire An-Nâs
lorsqu'on ressent de
l'anxiété.**

RECETTE N°10

Lire An-Nâs après une mauvaise nouvelle.

RECETTE N°11

**Lire An-Nâs lors
d'une période de
confusion.**

RECETTE N°12

**Lire An-Nâs avant
une décision
importante.**

RECETTE N°13

Lire An-Nâs après une dispute.



RECETTE N°14

**Lire An-Nâs avant
de commencer une
étude.**

RECETTE N°15

**Lire An-Nâs avant
une séance de dhikr.**

RECETTE N°16

**Lire An-Nâs après
Tahajjud.**

RECETTE N°17

Lire An-Nâs après Salat al-Hajah.

RECETTE N°18

**Lire An-Nâs dans
une nouvelle
maison.**

RECETTE N°19

**Lire An-Nâs lors
d'une retraite
spirituelle.**

RECETTE N°20

**Lire An-Nâs après la
lecture du Coran.**

RECETTE N°21

**Lire An-Nâs lors des
dix dernières nuits
de Ramadan.**

RECETTE N°22

**Lire An-Nâs en
famille chaque soir.**

RECETTE N°23

**Lire An-Nâs après
avoir demandé
pardon à Allah.**

RECETTE N°24

**Lire An-Nâs lorsque
l'on ressent de la
colère.**

RECETTE N°25

**Lire An-Nâs lorsque
l'on ressent du
découragement.**

RECETTE N°26

**Lire An-Nâs pour
renforcer sa
vigilance spirituelle.**

RECETTE N°27

**Lire An-Nâs avec
méditation sur les
trois Noms Divins de
la sourate.**

RECETTE N°28

**Lire An-Nâs après
les adhkâr du matin.**

RECETTE N°29

**Lire An-Nâs après
les adhkâr du soir.**

RECETTE N°30

**Wird permanent
AMA ASRAR**

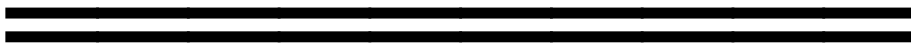
**Lire An-Nâs 11 fois
chaque matin et 11
fois chaque soir.**

**Puis méditer
quelques instants
sur :**

Rabb An-Nâs,

Malik An-Nâs,

Ilah An-Nâs.



SIXIÈME CHAPITRE

LE SECRET DE LA PROTECTION INTÉRIEURE



La Sourate Al-Falaq
protège
principalement :

**Des dangers
extérieurs,**

**Des nuisances
visibles.**

**La Sourate An-Nâs
protège
principalement :**

**Des dangers
intérieurs,**

**Des pensées
trompeuses,**

**Des suggestions
négatives.**

Ainsi :

**Al-Falaq protège le
monde autour de toi.**

**An-Nâs protège le
monde à l'intérieur
de toi.**

**C'est pourquoi les
deux sourates sont
souvent récitées
ensemble.**



SEPTIÈME CHAPITRE

AN-NÂS ET LA PURIFICATION DU CŒUR



**Les maîtres de la
spiritualité
enseignaient que :**

**Le plus grand
combat du croyant
est celui qui se
déroule dans son
propre cœur.**

An-Nâs rappelle :

**De surveiller ses
pensées,**

**De purifier ses
intentions,**

**De renforcer sa
sincérité,**

**De multiplier le
rappel d'Allah.**

**Car le cœur est la
porte par laquelle
entrent :**

La lumière,

Ou les ténèbres.

CONCLUSION

**La Sourate An-Nâs
est une école**

**complète de
protection
spirituelle.**

Elle enseigne :

**La confiance en
Allah,**

La vigilance,

**La purification
intérieure,**

La sincérité,

**Le refuge auprès du
Seigneur des
hommes.**

**Les anciens
disaient :**

**« Celui qui protège
son cœur par le
rappel d'Allah
possède la plus
grande des
protections. »**

**Ainsi, le disciple doit
faire de la Sourate
An-Nâs une
compagne
quotidienne afin de
préserver son cœur,
son esprit et sa
relation avec Allah.**

Fin du cours.

ÉCOLE AMA ASRAR

École AMA ASRAR.

ÉCOLE AMA ASRAR



**ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE
ET DES SECRETS SPIRITUELS**



PREUVES DE NOTRE ACTIVITÉ



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.