



AMA Asrar

ÉCOLE AMA ASRAR

AMA Asrar

ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE
ET DES SECRETS SPIRITUELS

Exposé Sourate Qaf



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.

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

LE GRAND DOSSIER DE LA SOURATE QÂF

Transmission spirituelle avancée École AMA ASRAR

INTRODUCTION

**La Sourate Qâf est la
50ème sourate du
Noble Coran.**

**Elle tire son nom de
la mystérieuse lettre
:**

ق

Qâf

**qui apparaît au
début de la sourate.**

**Cette sourate est
l'une des plus
puissantes du Coran
concernant :**

- . la résurrection,**
- . la mort,**
- . le rappel,**
- . la contemplation,**

- . la proximité
d'Allah,
- . et la réalité de
l'âme humaine.

Le Prophète ﷺ la
récitait
fréquemment lors
des sermons du
vendredi et dans
certaines prières

**publiques
importantes.**

**Les maîtres
spirituels
considèrent Qâf
comme une sourate
de réveil spirituel.**

**Elle secoue le cœur
de l'insouciance et
rappelle à l'homme**

**sa véritable
destination.**

**PREMIER
CHAPITRE**

**LE SECRET DE LA
LETTRE QÂF**

**La sourate débute
par :**

قَ ّ وَالْقُرْآنِ الْمَجِيدِ

**"Qâf. Par le Coran
glorieux."**

**La lettre Qâf
appartient aux
lettres mystérieuses
du Coran.**

**Depuis les premiers
siècles, les savants**

**ont médité sur son
sens.**

**Les maîtres
spirituels
enseignaient que
cette lettre
représente :**

- . la grandeur,**
- . la puissance,**
- . le commandement
divin,**

**. les mystères du
Coran.**

**Elle agit comme une
invitation à entrer
dans la
contemplation
profonde des réalités
spirituelles.**

DEUXIÈME CHAPITRE

LA SOURATE DU RÉVEIL

Le thème principal
de Qâf est le réveil
de l'homme.

La sourate rappelle :
. la mort,

- . la tombe,**
- . la résurrection,**
- . le jugement,**
- . et la rencontre
avec Allah.**

**Les anciens disaient
:**

**"L'homme dort dans
l'insouciance jusqu'à
ce qu'un rappel**

**sincère réveille son
cœur."**

**Qâf est précisément
cette sourate du
réveil.**



TROISIÈME CHAPITRE

LE SECRET DE LA PROXIMITÉ DIVINE

Parmi les versets les plus célèbres :

وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ

"Nous sommes plus proches de lui que sa veine jugulaire."

Ce verset est considéré comme

**l'un des plus
profonds du Coran.**

Il enseigne :

- . la science parfaite
d'Allah,**
- . Sa proximité,**
- . Sa connaissance
de nos pensées,**
- . Sa présence dans
tous les instants de
notre vie.**

**Les maîtres
spirituels méditaient
longuement ce
verset pour
renforcer la
conscience d'Allah.**

QUATRIÈME CHAPITRE

LE SECRET DU CŒUR

Allah dit :

إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرًا لِمَنْ كَانَ
لَهُ قَلْبٌ

"Il y a certes là un
rappel pour
quiconque possède
un cœur."

Le cœur ici ne désigne pas seulement l'organe physique.

Il désigne :

- . le cœur spirituel,**
- . la conscience,**
- . la compréhension intérieure.**

Les maîtres enseignaient :

**"Tout le monde
possède un cœur
physique, mais peu
possèdent un cœur
éveillé."**

CINQUIÈME CHAPITRE

LES SIGNES DANS LA CRÉATION

La sourate invite à méditer :

- . les montagnes,**
- . les jardins,**
- . la pluie,**
- . les fruits,**
- . la terre,**
- . le ciel.**

**Elle enseigne que la
création entière
constitue une
preuve de la
puissance d'Allah.**

**Chaque élément de
l'univers devient
ainsi un livre ouvert
pour celui qui sait
observer.**

SIXIÈME CHAPITRE

30 APPLICATIONS

SPIRITUELLES

AUTOUR DE QÂF

APPLICATION N°1

Lire la Sourate Qâf

chaque vendredi.

Objectif :

**Renforcer le rappel
de l'au-delà.**

APPLICATION N°2

Lire Qâf après Fajr.

APPLICATION N°3

Lire Qâf après Tahajjud.

APPLICATION N°4

**Lire Qâf lors d'une
retraite spirituelle.**

APPLICATION N°5

**Lire Qâf pendant
une période de
remise en question.**

APPLICATION N°6

**Lire Qâf lorsqu'on
cherche à renforcer
sa foi.**

APPLICATION N°7

**Lire Qâf avant une
séance de
méditation.**

APPLICATION N°8

**Lire Qâf après une
épreuve importante.**

APPLICATION N°9

**Lire Qâf avant une
décision majeure.**

APPLICATION N°10

**Lire Qâf lorsque l'on
ressent de
l'insouciance.**

APPLICATION N°11

Méditer le verset de
la veine jugulaire.

APPLICATION N°12

Lire Qâf avant une
séance de dhikr.

APPLICATION N°13

**Lire Qâf après la
lecture du Coran.**

APPLICATION N°14

**Lire Qâf avant une
étude religieuse.**

APPLICATION N°15

Lire Qâf lors des dix dernières nuits de Ramadan.

APPLICATION N°16

Lire Qâf après Maghrib.

APPLICATION N°17

**Lire Qâf après avoir
demandé pardon à
Allah.**

APPLICATION N°18

**Lire Qâf lors d'une
recherche de
sérénité.**

APPLICATION N°19

**Lire Qâf lorsque l'on
cherche à purifier
son cœur.**

APPLICATION N°20

**Lire Qâf en famille
chaque semaine.**

APPLICATION N°21

Lire Qâf avant un voyage.

APPLICATION N°22

Lire Qâf après une bonne nouvelle.

APPLICATION N°23

**Lire Qâf lorsque l'on
médite sur la mort et
l'au-delà.**

APPLICATION N°24

**Lire Qâf pour
développer la
conscience d'Allah.**

APPLICATION N°25

**Lire Qâf lors d'une
période de
changement.**

APPLICATION N°26

**Lire Qâf avec
méditation sur les
signes de la
création.**

APPLICATION N°27

**Lire Qâf avant de
transmettre un
enseignement.**

APPLICATION N°28

**Lire Qâf pour
renforcer la
présence du cœur.**

APPLICATION N°29

**Lire Qâf avec
réflexion sur la
résurrection.**

APPLICATION N°30

**Wird permanent
AMA ASRAR**

**Lire la Sourate Qâf
une fois par semaine**

avec méditation sur

:

- . la proximité
d'Allah,**
- . le réveil du cœur,**
- . les signes de la
création,**
- . la préparation à la
rencontre avec
Allah.**

SEPTIÈME CHAPITRE LE SECRET DE LA VEINE JUGULAIRE

Le verset :

وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ
الْوَرِيدِ

**est l'un des versets
les plus médités par
les maîtres de la
spiritualité.**

Il enseigne :

- . qu'Allah connaît
nos pensées avant
même qu'elles ne
soient exprimées,**
- . qu'aucun secret ne
Lui échappe,**

- . qu'Il est proche de
Ses serviteurs par
Sa science et Sa
connaissance
parfaite.**

**Ce verset développe
chez le croyant :**

- . la sincérité,**
- . la vigilance,**
- . la présence du
cœur.**

HUITIÈME CHAPITRE LE SECRET DU CŒUR ÉVEILLÉ

**La sourate enseigne
que tous les
hommes entendent**

**les rappels, mais
seuls certains en
tirent profit.**

Pourquoi ?

**Parce que seuls les
cœurs éveillés
reçoivent
véritablement les
enseignements.**

**Les anciens disaient
:**

**"Le Coran est une
lumière. Mais seule
une lampe allumée
peut recevoir
davantage de
lumière."**

CONCLUSION

**La Sourate Qâf est
une école de :**

- . réveil spirituel,**
- . contemplation,**
- . conscience d'Allah,**
- . préparation à l'au-
delà,**
- . purification du
cœur.**

**Celui qui médite
cette sourate**

**découvre
progressivement :**

- . la proximité
d'Allah,**
- . la réalité de la
mort,**
- . la valeur du temps,**
- . la nécessité de
préparer sa
rencontre avec son
Seigneur.**

Les anciens disaient

:

**« Celui qui
comprend Qâf cesse
de vivre dans
l'insouciance et
commence à vivre
dans la conscience.**

»

Fin du cours.

École AMA ASRAR.

ÉCOLE AMA ASRAR



AMA Asrar

ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE
ET DES SECRETS SPIRITUELS



PREUVES DE NOTRE ACTIVITÉ



03:38 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.