

**AMA Asrar**

# ÉCOLE AMA ASRAR

**AMA Asrar**

ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE  
ET DES SECRETS SPIRITUELS

**Fadhkourounî  
Adhkourkoum**

10:33

École AMA Asrar (Groupe)  
60 abonnés

MESSAGE ÉPINGLÉ  
Enseignements quotidiens

LE COURS COMPLEXE MAINTENANT  
Bienvenue dans l'école AMA ASRAR

100 MÉTHODES DE ZIKRE ET DE DISCIPLINE SPIRITUELLE AUTOUR DE CHAYDYAALKALICHOU

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**

**LES SECRETS DE**

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ

**Arabe**

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ

**Phonétique**

**Fadhkourounî  
Adhkourkoum**

**Fadhkourounî Adhkourkoum**

# Traduction

**« Rappelez-vous de  
Moi, Je me souviendrai  
de vous. »**

**(Sourate Al-Baqara,  
verset 152)**

---

## INTRODUCTION

**Parmi les versets les  
plus extraordinaires du**

**Noble Coran figure  
cette parole sublime  
d'Allah :**

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ

**Quelques mots  
seulement.**

**Mais une promesse  
immense.**

**Une promesse royale.**

**Une promesse divine.**

**Une promesse que  
l'esprit humain peine à  
mesurer.**

**Le serviteur se souvient  
d'Allah.**

**Et Allah lui répond :**

أَذْكُرْكُمْ

**« Je me souviendrai de  
vous. »**

**Quelle récompense  
peut être plus grande ?**

**Quelle faveur peut être plus noble ?**

**Quel honneur peut être plus élevé ?**

---

## **LE CONTEXTE DU VERSET**

**Ce verset se trouve  
dans une série de  
versets consacrés :**

- . aux bienfaits d'Allah,**
- . à la gratitude,**
- . au Dhikr,**
- . à la reconnaissance.**

**Allah enseigne ici le  
secret de la proximité.**

**Le serviteur fait un pas  
vers Allah.**

**Et Allah lui accorde une  
faveur immense.**

# **PREMIER SECRET**

فَاذْكُرُونِي

**Phonétique**

**Traduction**

**« Souvenez-vous de  
Moi »**

**Le Dhikr signifie :**

- . se rappeler Allah,**
- . invoquer Allah,**
- . glorifier Allah,**

**. vivre avec Allah dans son cœur.**

**Le Dhikr n'est pas uniquement un mouvement de la langue.**

**C'est une présence intérieure.**

---

# LE SECRET DU MOT

ذِكْر

## Dhikr

**Le Dhikr est la  
nourriture du cœur.**

**De même que le corps a  
besoin de nourriture,  
le cœur a besoin du  
rappel d'Allah.**

**Lorsque le Dhikr  
diminue :**

- . le cœur s'affaiblit,**
- . la lumière diminue,**
- . les inquiétudes  
augmentent.**

**Lorsque le Dhikr  
augmente :**

- . la lumière augmente,**
- . la paix augmente,**

**. la proximité  
augmente.**

---

## **LES QUATRE NIVEAUX DU DHIKR**

### **Premier niveau**

**Le Dhikr de la langue.**

**Exemple :**

- . Subhânallâh**
- . Alhamdoulillâh**

# **. Allâhou Akbar**

---

## **Deuxième niveau**

**Le Dhikr de l'esprit.**

**Réfléchir aux bienfaits  
d'Allah.**

---

## **Troisième niveau**

**Le Dhikr du cœur.**

**Ressentir la présence  
d'Allah.**

---

**Quatrième niveau**

**Le Dhikr de toute  
l'existence.**

**Lorsque toute la vie  
devient un rappel  
d'Allah.**

---

# DEUXIÈME SECRET

أَذْكُرْكُمْ

Phonétique

Traduction

« Je me souviendrai de  
vous »

Voilà le plus grand  
secret du verset.

Le Roi des mondes  
promet :

**Les savants expliquent  
que cela signifie  
notamment :**

- . Miséricorde,**
- . Protection,**
- . Guidance,**
- . Assistance,**
- . Bénédiction,**
- . Élévation.**

# **LE SECRET DE LA RÉPONSE DIVINE**

**Le serviteur mentionne  
Allah.**

**Allah le mentionne.**

**Le serviteur se tourne  
vers Allah.**

**Allah se tourne vers lui  
avec Miséricorde.**

**Le serviteur cherche  
Allah.**

**Allah lui ouvre des  
portes.**

---

## **LE SECRET DES ANGES**

**Les traditions  
prophétiques  
enseignent que les**

**assemblées de Dhikr  
sont entourées par les  
anges.**

**Les anges assistent aux  
réunions où Allah est  
évoqué.**

**Ils portent ensuite ces  
œuvres vers les cieux.**

---

# LE SECRET DU CŒUR

**Le cœur possède :**

- . une vie,**
- . une maladie,**
- . une guérison.**

**La guérison du cœur se trouve dans :**

ذِكْرُ اللَّهِ

**Le rappel d'Allah.**

# LE SECRET DES PROPHÈTES

**Tous les prophètes  
étaient des gens du  
Dhikr.**

---

**Nûh (AS)**

**Rappelait constamment  
Allah.**

---

## **Ibrâhîm (AS)**

**Vivait dans le souvenir  
permanent d'Allah.**

---

## **Mûsâ (AS)**

**Recevait la force à  
travers le rappel  
d'Allah.**

---

**Muhammad** ﷺ

**Était le plus grand  
parmi les gens du  
Dhikr.**

---

## **LES FRUITS DU DHIKR**

**1**

**Paix intérieure.**

**2**

**Protection divine.**

**3**

**Lumière du cœur.**

**4**

**Augmentation de la foi.**

**5**

**Bénédiction.**

**6**

**Patience.**

7

**Sérénité.**

8

**Proximité d'Allah.**

9

**Force spirituelle.**

10

**Espérance.**

# LES OBSTACLES AU DHIKR

1

**La distraction  
excessive.**

2

**La négligence.**

3

**L'attachement excessif  
au monde.**

4

**L'ingratitude.**

5

**L'oubli d'Allah.**

---

## **LES LEÇONS AMA ASRAR**

**Ce verset enseigne :**



**Le Dhikr.**



**La gratitude.**



**La proximité divine.**



**La paix du cœur.**



**La lumière  
intérieure.**



**La confiance.**



**La sincérité.**

# LES 30 APPLICATIONS SPIRITUELLES

1

**Après Fajr.**

2

**Après Dhohr.**

3

**Après Asr.**

**4**

**Après Maghrib.**

**5**

**Après Icha.**

**6**

**Après Tahajjud.**

**7**

**Avant de dormir.**

**8**

**Au réveil.**

**9**

**Pendant un voyage.**

**10**

**Pendant une attente.**

**11**

**Faire 100 fois :**

**سُبْحَانَ اللَّهِ**

**(Subḥânallâh)**

**12**

**Faire 100 fois :**

الْحَمْدُ لِلَّهِ

**(Alḥamdoulillâh)**

**13**

**Faire 100 fois :**

اللَّهُ أَكْبَرُ

**(Allâhou Akbar)**

14

Faire 100 fois :

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

(Lâ Ilâha Illâ Allâh)

15

Faire 100 fois :

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ

(Astaghfiroullâh)

**16**

**Lire une page du Coran.**

**17**

**Faire une aumône.**

**18**

**Aider un proche.**

**19**

**Multiplier les Salât sur  
le Prophète ﷺ .**

**20**

**Remercier Allah pour un bienfait.**

**21**

**Faire du Dhikr en marchant.**

**22**

**Faire du Dhikr avant un travail.**

**23**

**Faire du Dhikr après un succès.**

**24**

**Faire du Dhikr pendant une difficulté.**

**25**

**Faire du Dhikr avant une décision.**

**26**

**Faire du Dhikr avant un voyage.**

**27**

**Faire du Dhikr avant un examen.**

**28**

**Faire du Dhikr dans les moments de solitude.**

**29**

**Faire du Dhikr dans les moments de joie.**

**30**

**Consacrer chaque jour un temps au rappel d'Allah.**

---

# **LE GRAND SECRET AMA ASRAR**

**Le plus grand secret du verset est que :**

**Le serviteur pense souvent qu'il cherche Allah.**

**Mais en réalité, lorsqu'il fait du Dhikr, Allah lui ouvre déjà les portes du Dhikr.**

**Car beaucoup de gens possèdent une langue.**

**Mais peu possèdent une langue qui se rappelle constamment Allah.**

**Le Dhikr est lui-même une faveur divine.**

---

# **LE SECRET DES GENS DU DHIKR**

**Les maîtres disent :**

**Le signe que Allah veut  
du bien à un serviteur  
est qu'Il place Son  
rappel dans son cœur.**

**Lorsque le cœur aime le  
Dhikr :**

- . il s'apaise,**
- . il s'illumine,**

**. il se rapproche  
d'Allah.**

---

## **CONCLUSION**

**Le verset :**

**فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ**

**est l'une des plus belles  
promesses du Coran.**

**Il enseigne que le Dhikr n'est pas seulement une adoration.**

**C'est un dialogue spirituel entre le serviteur et son Seigneur.**

**Le serviteur se souvient d'Allah.**

**Et Allah l'enveloppe de Sa Miséricorde, de Sa**

*École AMA ASRAR*

**Protection et de Sa  
Guidance.**

  **ÉCOLE AMA  
ASRAR**

**Celui qui se souvient  
constamment d'Allah  
ne marche jamais seul,  
car Allah se souvient de  
lui.**





***École AMA ASRAR***

**Fadhkourouni Adhkeurkoum**

# 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.

Fadhkourounî Adhkourkoum