



ÉCOLE AMA ASRAR

ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE
ET DES SECRETS SPIRITUELS

Deux Secrets pour la Vue



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 :

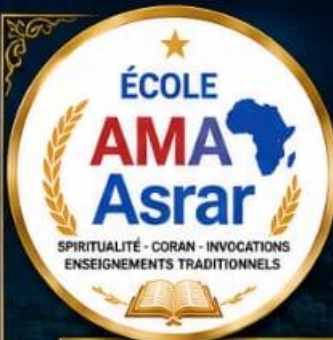
- la modification,
- la discipline,
- le calme intérieur,
- la purification du comportement,
- et la compréhension avant toute pratique.

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



PROTECTION DE LA VUE PAR LA LECTURE DE SOURATE ACH-CHAMS

Fixer la lune pleine en récitant
la sourate Ach-Chams jusqu'à la fin.

Parmi les pratiques spirituelles traditionnelles rapportées pour demander à Allah la préservation de la vue, il est recommandé de méditer sur les signes de la création divine en observant la pleine lune tout en récitant la sourate Ach-Chams.

اللَّهُمَّ
أَحْفَظْ بَصْرِي
وَأَجْعَلْهُ نُورًا
وَارْزُقْنِي النُّورَ
فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ

MÉTHODE



- 1 Choisir une nuit de pleine lune lorsque le ciel est dégagé.



- 2 Se placer dans un endroit calme et propre.



- 3 Regarder la lune avec sérénité, sans forcer le regard.



- 4 Réciter la sourate Ach-Chams en entier :

وَالشَّمْسِ وَضُحَاهَا

Wa chamsi wa duḥāhā...

jusqu'à la fin de la sourate.



- 5 Demander ensuite à Allah la préservation de la vue, la clarté du regard et la lumière intérieure.

TEXTE DE LA SOURATE ACH-CHAMS

- | | | |
|----|--|---|
| 1 | Wa chamsi
wa duḥāhā | وَالشَّمْسِ وَضُحَاهَا |
| 2 | Wal-qamari
idhā talāhā | وَالْقَمَرِ إِذَا تَلَاهَا |
| 3 | Wannahāri
idhā jallāhā | وَالنَّهَارِ إِذَا جَلَاهَا |
| 4 | Wallayli
idhā yaghshāhā | وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَاهَا |
| 5 | Wassamai
wa mā banāhā | وَالسَّمَاءِ وَمَا بَنَاهَا |
| 6 | Wal-ardi
wa mā ṭahāhā | وَالْأَرْضِ وَمَا طَحَاهَا |
| 7 | Wa nafsin
wa mā sawwāhā | وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا |
| 8 | Fa alhamahā
fujūrahā wa taqwāhā | فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا |
| 9 | Qad aflahā
man zakkāhā | قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا |
| 10 | Wa qad khāba
man dassāhā | وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا |
| 11 | Kadhdhabat
Thamūdu bi ṭagwāhā | كَذَّبَتْ ثَمُودُ بِطَغْوَاهَا |
| 12 | Idh inba'atha
ashqāhā | إِذْ انْبَعَثَ أَشْقَاهَا |
| 13 | Faqāla lahum rasūlu Allāhi nāqata Allāhi wa siqyāhā | فَقَالَ لَهُمْ رَسُولُ اللَّهِ نَاقَةَ اللَّهِ وَسُقْيَاهَا |
| 14 | Fakdabūhā fəqəqrūhā fədmədmə ʿalīhəmrə rəbīhəmrə bədnihəmrə fəsqwāhā | فَكَذَّبُوهُ فَعَقَرُوهَا فَدَمْدَمَ عَلَيْهِمْ رَبُّهُمْ بِذَنبِهِمْ فَسَوَّاهَا |
| 15 | Wa lā yakḥāfu ʿuqbāhā | وَلَا يَخَافُ عُقْبَاهَا |

RECOMMANDATIONS



Ne pas fixer intensément la lune au point de fatiguer les yeux.



Effectuer cette pratique avec recueillement et confiance en Allah.



L'accompagner d'istighfar et de salawāt sur le Prophète ﷺ.



Préserver sa santé visuelle par de bonnes habitudes et un suivi médical si nécessaire.

INVOCATION

اللَّهُمَّ نَوِّرْ بَصْرِي
وَأَحْفَظْ عَيْنِي
وَأَجْعَلْ فِي نُورِهِمَا بَرَكَةً

Allahoumma nawwir basarī
wahfaz 'aynayya
waj'al fi nūrihimā barakah.

Ô Allah, illumine ma vue, préserve
mes yeux et mets la bénédiction
dans leur lumière.

Qu'Allah nous accorde une vue saine, un regard lumineux
et une perception claire de Ses signes. Âmin.



WhatsApp / Telegram
+221 78 291 19 22



INVOCATIONS BÉNÉFIQUES
ENSEIGNEMENTS UTILES
VIE SPIRITUELLE ÉQUILIBRÉE

Protection de la Vue par la Lecture de Sourate Ach-Chams

**Parmi les pratiques
spirituelles
traditionnelles
rapportées pour
demander à Allah la
préservation de la vue,
il est recommandé de
méditer sur les signes**

École AMA ASRAR

**de la création divine en
observant la pleine lune
tout en récitant la
sourate Ach-Chams.**

Méthode

**Choisir une nuit de
pleine lune lorsque le
ciel est dégagé.**

**Se placer dans un
endroit calme et propre.**

**Regarder la lune avec
sérénité, sans forcer le
regard.**

**Réciter la sourate Ach-
Chams en entier :**

وَالشَّمْسِ وَضُحَاهَا

**Wa chamsi wa
duḥāhā...**

**Jusqu'à la fin de la
sourate.**

**Demander ensuite à
Allah la préservation de
la vue, la clarté du**

**regard et la lumière
intérieure.**

Recommandations

**Ne pas fixer
intensément la lune au
point de fatiguer les
yeux.**

**Effectuer cette pratique
avec recueillement et
confiance en Allah.**

**L'accompagner
d'istighfar et de salawât
sur le Prophète ﷺ.**

**Préserver sa santé
visuelle par de bonnes**

**habitudes et un suivi
médical si nécessaire.**

Invocation

اللَّهُمَّ نَوِّرْ بَصَرِي وَاحْفَظْ عَيْنِي
وَاجْعَلْ فِي نُورِهِمَا بَرَكَاتًا

**Allahoumma nawwir
basarî wahfaz ‘aynayya
waj‘al fî nûrihimâ
barakah.**

**Ô Allah, illumine ma
vue, préserve mes yeux
et mets la bénédiction
dans leur lumière.**

**Qu'Allah nous accorde
une vue saine, un
regard lumineux et une
perception claire de Ses
signes. Âmîn.**

ÉCOLE AMA ASRAR

Spiritualité • Coran •

Invocations •

**Enseignements
traditionnels**

École AMA ASRAR



AMA Asrar

ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE
ET DES SECRETS SPIRITUELS



PREUVES DE NOTRE ACTIVITÉ



03:38 4G 100% 74%
← 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 «
Chaydikazichouné », 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.