

AMA Asrar

ÉCOLE AMA ASRAR

AMA Asrar

ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE
ET DES SECRETS SPIRITUELS

**Rabbi Ishrah Lî ŞadrîWa
Yassir Lî AmrîWahloul
'Ouqdatan Min
LisânîYafqahou Qawlî**

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
CHAYDYAAKALICHOU

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 L'INVOCATION DE MÛSÂ (AS)

رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي

وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي

**Rabbi Ishrah Lî ŞadrîWa Yassir Lî AmrîWaḥloul ‘Ouqdatan Min
LisânîYafqahou Qawlî**

وَاحْطُلْ عُقْدَةً مِنْ لِسَانِي

يَفْقَهُوا قَوْلِي

Phonétique

Rabbi Ishrah Lî Şadrî

Wa Yassir Lî Amrî

Waḥloul 'Ouqdatan Min Lisânî

Yafqahou Qawlî

Traduction

**« Seigneur ! Ouvre ma
poitrine, facilite ma
mission, dénoue un
nœud de ma langue afin**

**qu'ils comprennent mes
paroles. »**

**(Sourate Tâ-Hâ, versets
25 à 28)**

INTRODUCTION

**Parmi les invocations
les plus célèbres du
Noble Coran figure celle
du Prophète Mûsâ (AS).**

**Au moment où Allah lui
confie la mission
immense d'affronter
Pharaon, Mûsâ ne
demande ni richesse, ni
armée, ni pouvoir.**

Il demande quatre choses :

- l'ouverture du cœur,**
- la facilité,**
- l'éloquence,**
- la compréhension de son message.**

**Ces quatre demandes
constituent les
fondements de toute
réussite spirituelle et
matérielle.**

LE CONTEXTE DE L'INVOCATION

Allah ordonne à Mûsâ :

«Va vers Pharaon.»

Or Pharaon était :

- le roi le plus puissant
de son époque,**
- un tyran,**

- un oppresseur,**
- un homme entouré
d'une immense armée.**

**Face à une telle
mission, Mûsâ se
tourne vers Allah.**

**Et il prononce cette
invocation
extraordinaire.**

PREMIER SECRET

رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي

École AMA ASRAR

Rabbi Ishrah Lî Şadrî

**« Seigneur, ouvre ma
poitrine »**

LE SECRET DE

اشرح

**Rabbi Ishrah Lî Şadrî Wa Yassir Lî Amrî Wa ħloul ‘Ouqdatan Min
Lisânî Yafqahou Qawlî**

Ishrah.

Élargis.

Ouvre.

Déploie.

Illumine.

**Le Sharḥ (ouverture) est
l'une des plus grandes
faveurs qu'Allah puisse
accorder.**

LE SECRET DE

صَدْرِي

Ma poitrine.

Mon cœur.

Mon intérieur.

Mon être.

**Dans le Coran, la
poitrine représente
souvent le siège :**

- de la foi,**
- de la certitude,**
- de la patience,**
- de la lumière.**

LE SECRET DE L'OUVERTURE DU CŒUR

**Lorsque le cœur est
fermé :**

- il se décourage,**
- il s'inquiète,**
- il s'agite.**

Lorsque le cœur est ouvert :

- il devient paisible,**
- il devient fort,**

- il devient réceptif à la lumière.

LES CINQ SIGNES DE L'OUVERTURE DU CŒUR

1

Amour du Coran.

2

Amour du Dhikr.

3

Patience dans les épreuves.

4

Espérance en Allah.

5

École AMA ASRAR

Détachement progressif des illusions du monde.

DEUXIÈME SECRET

وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي

Wa Yassir Lî Amrî

Rabbi Ishrah Lî ŞadrîWa Yassir Lî AmrîWaḥloul ‘Ouqdatan Min
LisânîYafqahou Qawlî

« Facilite ma mission »

LE SECRET DE

يَسِّرْ

Facilite.

Rends simple.

Rends accessible.

Les maîtres disent :

**La facilité est un don
d'Allah.**

**Deux personnes
peuvent accomplir le
même effort.**

**L'une souffre
énormément.**

**L'autre avance avec
facilité.**

**La différence réside
souvent dans le Tawfîq.**

LE SECRET DE

أَمْرِي

Mon affaire.

Ma mission.

Mon projet.

Ma responsabilité.

**Cette demande englobe
toute la vie.**

TROISIÈME SECRET

وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِنْ لِسَانِي

Waḥloul 'Ouqdatan Min Lisânî

« Dénoue un nœud de
ma langue »

LE SECRET DE

عُقْدَةٌ

Un nœud.

Un blocage.

Une difficulté.

**Mûsâ demandait à
Allah de supprimer ce
qui empêchait sa parole
d'atteindre les cœurs.**

LE SECRET DE LA PAROLE

Les maîtres disent :

**La parole possède deux
dimensions :**

La parole de la langue.

La parole du cœur.

**Lorsque la parole sort
du cœur, elle atteint les
cœurs.**

QUATRIÈME SECRET

يَفْقَهُوا قَوْلِي

Yafqahou Qawlî

**« Afin qu'ils
comprennent mes
paroles »**

LE SECRET DE

يَفْقَهُوا

**Comprendre
profondément.**

Saisir.

Assimiler.

Intégrer.

**Mûsâ ne demande pas
simplement de parler.**

**Il demande d'être
compris.**

LE SECRET DE LA COMPRÉHENSION

Beaucoup parlent.

Peu sont compris.

Beaucoup enseignent.

**Peu transmettent
réellement.**

**La compréhension est
un don d'Allah.**

École AMA ASRAR

LES QUATRE TRÉSORS DE CETTE INVOCATION

1

L'ouverture du cœur.

2

**Rabbi Ishrah Lî ŞadrîWa Yassir Lî AmrîWaḥloul ‘Ouqdatan Min
LisânîYafqahou Qawlî**

La facilité.

3

L'éloquence.

4

L'influence bénéfique.

LES LEÇONS AMA ASRAR

**Cette invocation
enseigne :**

 **La confiance en Allah.**

 **L'humilité.**

 **La préparation spirituelle.**

 **L'ouverture du cœur.**



La facilité.



La transmission du savoir.



L'efficacité de la parole.

LES CINQ OBSTACLES DU CŒUR

1

La peur.

2

Le doute.

3

Le découragement.

4

L'orgueil.

5

La distraction.

**Cette invocation aide le
serviteur à demander à
Allah de lever ces
obstacles.**

LES 30 APPLICATIONS SPIRITUELLES

1

Avant un cours.

2

**Rabbi Ishrah Lî ŞadrîWa Yassir Lî AmrîWaḥloul ‘Ouqdatan Min
LisânîYafqahou Qawlî**

Avant un examen.

3

Avant une conférence.

4

Avant une réunion.

5

Avant un entretien.

6

Avant une prédication.

7

Avant d'enseigner.

8

Avant une négociation.

9

Avant une prise de parole.

10

Avant une décision importante.

11

Après Fajr.

12

Après Tahajjud.

13

Après chaque prière.

14

Avant de dormir.

15

Au réveil.

16

**Pour renforcer la
confiance.**

17

Pour développer l'éloquence.

18

Pour améliorer la compréhension.

19

**Pour demander la
facilité.**

20

**Pour développer la
sérénité.**

21

Faire ensuite 100 fois :

يَا فَتَّاحُ

22

Faire 100 fois :

يَا عَلِيمُ

23

Faire 100 fois :

يَا حَكِيمُ

24

Faire 100 fois :

يَا نُورُ

25

Faire 100 fois :

يَا وَهَّابُ

26

**Rabbi Ishrah Lî ŞadrîWa Yassir Lî AmrîWaḥloul ‘Ouqdatan Min
LisânîYafqahou Qawlî**

**Lire quelques pages du
Coran.**

27

**Faire beaucoup
d'Istighfâr.**

28

Multiplier les Salât sur le Prophète . ﷺ

29

**Demander la
compréhension utile.**

30

**Demander à Allah
l'ouverture du cœur.**

LE GRAND SECRET

**Le plus grand secret de
cette invocation est
l'ordre des demandes.**

Mûsâ commence par :

اشرح لي صَدْرِي

L'ouverture du cœur.

Avant la facilité.

Avant la parole.

**Avant la
compréhension.**

Pourquoi ?

**Parce que lorsque le
cœur s'ouvre, le reste
devient plus facile.**

**Le cœur est la porte de
toutes les lumières.**

CONCLUSION

**L'invocation de Mûsâ
(AS) est l'une des plus
grandes écoles du
Coran.**

**Elle enseigne que toute
réussite durable repose
sur quatre piliers :**

- un cœur ouvert,**
- une mission facilitée,**
- une parole claire,**
- une compréhension profonde.**

Celui qui obtient ces quatre trésors possède un immense bien.

École AMA ASRAR

  **ÉCOLE AMA
ASRAR**

**L'ouverture du cœur est
la clé de toutes les
autres ouvertures. Celui
dont Allah ouvre le
cœur trouve la lumière
dans son chemin.**

École AMA ASRAR



AMA Asrar

ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE
ET DES SECRETS SPIRITUELS

☥

☯

👁

☾

△

✳

✳

△

☆

🎯

🎯

✳

✳

PREUVES DE NOTRE ACTIVITÉ

03:38 4G 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.