



INVOCATIONS RÉGUL'ÉMOTIONS

IMPORTANCE DES iNVOCAtiONS

Dans la sourate coranique Ar-Ra'd (verset 28), Allah 3azza wa jal dit aux croyants de L'évoquer abondamment pour que leur cœur s'apaise. Allah dit :

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Traduction rapprochée du sens du verset :

{Ceux qui ont cru, et dont les cœurs se tranquillisent à l'évocation d'Allah. » N'est-ce point par l'évocation d'Allah que se tranquillisent les cœurs ?}



TRISTESSE

CHASSER LA PROCRASTINATION

« Ô Allah ! Je suis Ton serviteur, fils de Ton serviteur, fils de Ta servante. Je suis sous Ton pouvoir.
Ton jugement s'accomplit sur moi, Ton décret sur moi est juste. Je Te demande par tout nom qui T'appartient, par lequel Tu T'es nommé, ou que Tu as révélé dans Ton Livre ou que Tu as enseigné à l'une de Tes créatures, ou bien que Tu as gardé secret dans la science de l'inconnu, de faire en sorte que le Coran soit le printemps de mon cœur, la lumière de ma poitrine, qu'il dissipe ma tristesse et mette fin à mes soucis. »

"Ô Allah, je me mets sous Ta protection contre les soucis et la tristesse, contre l'incapacité et la paresse, contre l'avarice et la lâcheté, contre le poids de la dette et la domination des hommes."



TRISTESSE

CHASSER LA PROCRASTINATION

"اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ ابْنُ عَبْدِكَ ابْنُ أُمْتِكَ نَاصِيَتِي بِيَدِكَ، مَا ضِ
فِي حُكْمِكَ، عَذْلٌ فِي قَضَائِكَ أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ يَسْمُوتُ
بِهِ نَفْسِكَ أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ، أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ أَوْ
اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِي عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي،
وَنُورَ صَدْرِي وَجَلَاءَ حُزْنِي وَزَهَابَ هَمِّي"

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ، وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ،
وَالْبُخْلِ وَالْجُبْنِ، وَضَلَعِ الدَّيْنِ وَغَلَبَةِ الرِّجَالِ



COLÈRE

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

Je me mets sous la protection d'Allah
contre Satan le banni/lapidé



PEUR

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

Lâ ilâha illâ l-lâhou.

« Il n'y a de divinité qu'Allah. »



STRESS ET ANGOISSE

“ Ô Seigneur, c’est Ta Miséricorde que j’espère, ne me laisse donc pas à mon propre sort ne serait-ce que le temps d’un clin d’œil et améliore ma situation. Il n’y a d’autre divinité digne d’adoration sauf Toi. »

اللهم رحمتك أرجو فلا تكلني إلى نفسي طرفة عين وأصلح لي شأني كله لا
إله إلا أنت



STRESS ET ANGOISSE

« Nul ne mérite d'être adoré excepté Allâh, l'Incommensurable, l'Indulgent.

Nul ne mérite d'être adoré excepté Allâh, le Maître du Trône sublime.

Nul ne mérite d'être adoré excepté Allâh, le Seigneur des cieux, de la terre et du noble Trône. »

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ
لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ
لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَوَاتِ وَرَبُّ الْأَرْضِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ



QUAND ON CRAINT UNE INJUSTICE

Ô Seigneur ! Toi qui es le Maître des sept cieux et de l'immense Trône ! Sois pour moi une protection contre un tel, (citer son nom) et toute autre créature a liée avec lui. (Empêche les) de me maltraiter indûment ou d'outrepasser les limites. Que Ton protégé soit honoré et que Ton éloge soit exalté. Il n'est d'autre divinité méritant l'adoration en dehors de Toi.



QUAND ON CRAINT UNE INJUSTICE

اللَّهُمَّ رَبَّ السَّمَوَاتِ السَّبْعِ، وَرَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ، كُنْ لِي
جَارًا مِنْ فُلَانِ بْنِ فُلَانٍ، وَأَحْزَابِهِ مِنْ خَلَائِقِكَ؛ أَنْ يَفْرُطَ
عَلَيَّ أَحَدٌ مِنْهُمْ أَوْ يَطْغَى، عَزَّ جَارُكَ، وَجَلَّ ثَنَاؤُكَ، وَلَا إِلَهَ إِلَّا
أَنْتَ

