

☀ Adhkar ☀

Rappels Quotidiens



YAWMIN

FORMATIONS

Le mérite des invocations

Le Messager d'Allah ﷺ a dit :

« Voulez-vous que je vous dise quelle est la meilleure de vos actions, la plus pure pour votre Seigneur, qui vous élève le plus en degré, qui vous est meilleure que de faire aumône de votre or et de votre argent, et plus méritoire encore que le combat que vous pourriez mener contre votre ennemi sur le champ de bataille ? »

Ils (les compagnons) dirent : « Certes, oui »

Il ﷺ répliqua :

« L'évocation du souvenir d'Allah ﷻ »

(At Tirmidhi 3377 / Ibn Maja 3790)

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ

**Louange à Allah qui nous a rendus à la vie après nous avoir fait mourir,
et tout retourne à Lui. (1 fois)**

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، سُبْحَانَ
اللَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاللَّهُ أَكْبَرُ، وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ، رَبِّ
اغْفِرْ لِي.

**Il n'y a d'autre divinité qu'Allâh l'Unique sans associé, à Lui la
royauté et à Lui la louange et Il est capable de toute chose. Gloire
et pureté à Allah, la louange est à Allah et il n'y a de puissance ni
de force qu'en Allâh le Très-Haut, le Plus Grand. Ô Seigneur
pardonne-moi.**

1 fois

ﷻ Adhkar ﷻ
Rappels Quotidiens

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي عَافَانِي فِي جَسَدِي وَرَدَّ عَلَيَّ رُوحِي وَأَذِنَ لِي بِذِكْرِهِ.

Louange à Allah qui m'a rendu la vie, m'a préservé dans ma santé et m'a permis de Le mentionner.

1 fois

رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا وَبِمُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَبِيًّا.

Il m'agrée qu'Allah soit mon Seigneur, que l'islam soit ma religion et Muhammad soit mon Messenger.

3 fois

﷎ Adhkar ﷎
Rappels Quotidiens

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ عَدَدَ خَلْقِهِ، وَرِضَا نَفْسِهِ، وَزِنَةَ عَرْشِهِ، وَمِدَادَ
كَلِمَاتِهِ.

**Pureté et louange à Allah autant de fois qu'il existe de
créatures, autant que cela Lui plaît, autant que pèse
Son Trône, comme autant d'encre qu'il faut pour
écrire Ses paroles.**

3 fois

﷎ Adhkar ﷎
Rappels Quotidiens

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ
الْعَلِيمُ.

Par le nom d'Allah tel qu'en compagnie de Son Nom rien sur terre ni au ciel ne peut nuire, Lui qui entend tout et sait tout.

3 fois

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ.

Je cherche refuge auprès des paroles parfaites d'Allah contre le mal de Ses créatures.

3 fois

﷎ Adhkar ﷎
Rappels Quotidiens

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا
اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ، وَأَبُوءُ بِذَنْبِي
فَاغْفِرْ لِي، فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ.

**Ô Allah ! Tu es mon Seigneur, il n'y a de Dieu que Toi, c'est
Toi qui m'a créé et je suis ton serviteur. Je suis soumis à
Tes promesses autant que je le puis. Je cherche refuge
auprès de Toi contre le mal que j'ai commis, je me rends
devant Toi avec les bienfaits dont Tu m'as comblé et je me
rends devant Toi avec mon péché. Pardonne-moi, car nul
autre que Toi n'absout les péchés.**

1 fois

﷞ Adhkar ﷞
Rappels Quotidiens

اللَّهُمَّ إِنِّي أَصْبَحْتُ أُشْهِدُكَ، وَأَشْهَدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ، وَمَلَائِكَتَكَ، وَجَمِيعَ
خَلْقِكَ، أَنْكَ أَنْتَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ وَحْدَكَ لَا شَرِيكَ لَكَ، وَأَنَّ مُحَمَّدًا
عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ.

**Ô Allah je suis au matin. Je te prends à témoin ainsi que
les porteurs du Trône, Tes anges, et toutes les créatures
que j'atteste que Tu es Dieu tel qu'il n'y a Dieu que Toi,
que Muhammad est Ton serviteur et Ton Messenger.**

4 fois

﷞ Adhkar ﷞
Rappels Quotidiens

[أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ.]

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ.

[Je me mets sous la protection d'Allah contre Satan le lapidé.]

Allah ! Nulle divinité autre que Lui, le Vivant qui veille éternellement à la bonne marche de toute chose. Ni somnolence ni sommeil ne Le saisissent. A Lui appartient tout ce qui est dans les cieux et sur la terre. Qui peut intercéder auprès de Lui sans Sa permission ? Il sait tout leur passé et tout leur futur. Et ils ne savent de sa science que ce qu'Il veut. Son trône (Kursî) déborde les cieux et la terre dont la garde ne Lui coûte aucune peine. Et Il est le Très Haut, le Très Grand.

1 fois

﷞ Adhkar ﷞
Rappels Quotidiens

[بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ].
قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ، اللَّهُ الصَّمَدُ، لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ، وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ

[Au nom d'Allah, le Tout Miséricordieux, le Très Miséricordieux.]

Dis : C'est Lui Allah Seul et Unique ; Allah le Seul à être imploré pour ce que nous désirons ; Il n'a jamais engendré ni n'a été engendré ; et nul n'est égal à Lui.

3 fois

﷎ Adhkar ﷎
Rappels Quotidiens

[بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ.]

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ، مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ، وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ، وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ، وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ.

[Au nom d'Allah, le Tout Miséricordieux, le Très Miséricordieux.]

**Dis : Je cherche protection auprès du Seigneur de l'aube naissante ;
contre le mal des êtres qu'il a créés ; contre le mal de l'obscurité
quand elle s'approfondit ; contre le mal de celles qui soufflent sur
les nœuds ; et contre le mal de l'envieux quand il envie.**

3 fois

﷎ Adhkar ﷎

Rappels Quotidiens

[بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ.]

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ، مَلِكِ النَّاسِ، إِلَهِ النَّاسِ، مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ، الَّذِي يُوَسْوِسُ
فِي صُدُورِ النَّاسِ، مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ.

[Au nom d'Allah, le Tout Miséricordieux, le Très Miséricordieux.]

Dis : Je cherche protection auprès du Seigneur des hommes ; le

Souverain des hommes ; Dieu des hommes ; contre le mal du

mauvais conseiller furtif ; qui souffle le mal dans les poitrines des

hommes ; qu'il soit djinn ou être humain.

3 fois

﷎ Adhkar ﷎

Rappels Quotidiens



YAWMIN

FORMATIONS

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ
وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ. رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَخَيْرَ مَا
بَعْدَهُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ
وَسُوءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ.

Nous voilà au matin et le règne appartient à Allah. Louange à Allah, Il n'y a pas d'autre divinité sauf Allah Seul, sans associé.

A Lui la royauté, à Lui la louange et Il est capable de toute chose. Seigneur ! Je Te demande le bien de ce jour et le bien qui vient après. Et je me mets sous Ta protection contre le mal de ce jour et le mal qui vient après. Ô Seigneur ! Je me mets sous Ta protection contre la paresse et les maux de la vieillesse. Je demande Ta protection contre le châtement de l'Enfer et contre les tourments de la tombe.

1 fois

﷞ Adhkar ﷞
Rappels Quotidiens

اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا وَبِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ النُّشُورُ.

Ô Seigneur ! C'est par Toi que nous nous retrouvons au matin et c'est par Toi que nous nous retrouvons au soir. C'est par Toi que nous vivons et c'est par Toi que nous mourons et c'est vers Toi que se fera la résurrection.

1 fois

اللَّهُمَّ مَا أَصْبَحَ بِي مِنْ نِعْمَةٍ أَوْ بِأَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ، فَمِنْكَ وَحْدَكَ لَا شَرِيكَ لَكَ،
فَلَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ.

Ô Seigneur ! Tout ce qui m'arrive comme bienfaits en ce jour qui se lève, à moi ou à l'une de Tes créatures, provient de Toi Seul, sans associé. A Toi la louange ainsi que la gratitude.

1 fois

﷧ Adhkar ﷧
Rappels Quotidiens

اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ.

**Ô Seigneur ! Accorde-moi la santé (ou le salut). Ô Seigneur !
Accorde la santé à mon ouïe. Ô Seigneur ! Accorde la santé à ma
vue. Il n'y a de divinité qu'Allah.**

3 fois

﷞ Adhkar ﷞
Rappels Quotidiens

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ، وَالْفَقْرِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ.

**Ô Seigneur ! Je cherche protection auprès de Toi contre la
mécréance, la pauvreté et je me mets sous Ta protection contre
les tourments de la tombe. Il n'y a pas de divinité sauf Toi.**

3 fois

حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ.

Allah me suffit, il n'y a de divinité que Lui, c'est en Lui que je place ma confiance et Il est le Seigneur du Trône immense.

7 fois

﷞ Adhkar ﷞
Rappels Quotidiens

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ
وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي وَمَالِي، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي وَآمِنْ رَوْعَاتِي،
اللَّهُمَّ احْفَظْنِي مِنْ بَيْنِ يَدَيَّْ وَمِنْ خَلْفِي وَعَنْ يَمِينِي وَعَنْ شِمَالِي، وَمِنْ فَوْقِي،
وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي.

**Ô Seigneur ! Je te demande le pardon et la santé dans cette vie
et dans l'au-delà. Ô Seigneur ! Je Te demande le pardon et la
paix dans ma religion, ma vie, ma famille et mes biens. Ô
Seigneur ! Cache mes défauts et mets-moi à l'abri de tous mes
effrois. Ô Seigneur ! Protège-moi devant moi, derrière moi, sur
ma droite, sur ma gauche et au-dessus de moi et je me mets
sous la protection de Ta grandeur pour que je ne sois pas
assassiné par en dessous de moi.**

1 fois

﷞ Adhkar ﷞
Rappels Quotidiens

اللَّهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ،
أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ، وَأَنْ
أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِي سُوءًا أَوْ أَجْرَهُ إِلَى مُسْلِمٍ.

**Ô Seigneur ! Le Connaisseur de l'invisible et du visible, le
Créateur des cieux et de la terre, Seigneur et Maître de toute
chose. J'atteste qu'il n'y a d'autre divinité sauf Toi. Je me mets
sous Ta protection contre le mal de mon âme, contre le mal du
diable et son polythéisme et contre le fait que je me nuise à moi-
même ou que je nuise à un musulman.**

1 fois

﷞ Adhkar ﷞
Rappels Quotidiens

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ، أَصْلِحْ لِيْ شَأْنِيْ كُلَّهُ، وَلَا تَكِلْنِيْ إِلَى نَفْسِيْ
ظَرْفَةَ عَيْنٍ.

**Ô le Vivant, Celui qui veille éternellement à la bonne marche de
toute chose, j'implore secours auprès de Ta miséricorde. Améliore
ma situation et ne me laisse pas à mon propre sort ne serait-ce
le temps d'un clin d'œil.**

3 fois

﷞ Adhkar ﷞
Rappels Quotidiens

أَصْبَحْنَا عَلَى فِطْرَةِ الْإِسْلَامِ، وَعَلَى كَلِمَةِ الْإِخْلَاصِ، وَعَلَى دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى مِلَّةِ
أَبِينَا إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا مُسْلِمًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ.

Nous voici au matin, et en nous se trouve la nature première qui est l'Islam, en nous, la parole du monothéisme ; nous sommes dans la religion de notre Prophète Muhammad et sur la voie de notre père Abraham qui vouait son culte exclusivement à Allah, soumis à Lui, et n'était point du nombre des associateurs.

1 fois

﷞ Adhkar ﷞
Rappels Quotidiens

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ.

**Gloire et pureté à Allah et à Lui la louange.
100 fois**

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ.

**Il n'y a d'autre divinité qu'Allah Unique, sans associé. A Lui la royauté, à Lui la louange et Il est capable de toute chose.
10 fois**

﷎ Adhkar ﷎
Rappels Quotidiens

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ.

**Je demande pardon à Allah et je me repens à Lui.
100 fois**

اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ.

**Ô Seigneur ! Prie et salue sur notre Prophète Muhammad.
10 fois**

﷎ Adhkar ﷎
Rappels Quotidiens

**Puisse Allah accepter nos
évoations et invocations et qu'Il
agrée nos œuvres**

أَمِينَ اللَّهُمَّ أَمِينَ