

Le khoushou en prière

Description: Qu'est-ce que le khoushou et comment l'obtenir et le maintenir?

Par Aisha Stacey (© 2014 NewMuslims.com)

Publié le 13 Jun 2019 - Dernière modification le 25 Dec 2014

Catégorie: Cours > [Les actes d'adoration](#) > [Les prières](#)

Objectifs:

- Comprendre les subtilités du mot *khoushou* et son rapport avec notre prière.

Termes arabes:

- *Aayaat* - (singulier - *ayah*) le mot *aayaat* peut avoir plusieurs significations. Il est presque toujours utilisé pour parler des preuves d'Allah. Ceux-ci incluent des preuves, des versets, des leçons, des signes et des révélations.
- *Chaytan* - parfois orthographié *Chaitan* ou *Chaytaan*. C'est le mot utilisé dans l'Islam et la langue arabe pour désigner le diable ou Satan, la personnification du mal.
- *Sahabah* - la forme plurielle de «Sahabi», qui se traduit par Compagnons. Un *sahabi*, tel que le mot est couramment utilisé aujourd'hui, est quelqu'un qui a vu le prophète Mouhammad, a cru en lui et est mort musulman.
- *Salat* - le mot arabe pour désigner une connexion directe entre le croyant et Allah. Plus spécifiquement, dans l'Islam, il fait référence aux cinq prières quotidiennes obligatoires et constitue la forme de culte la plus importante.
- *SoubhanAllah* - Quelle perfection émane d'Allah! Allah est loin de toutes les imperfections.
- *Tafsir* - il peut être traduit en français par exégèse. Il s'agit donc d'une explication ou d'une interprétation d'un texte. Habituellement une écriture, dans ce cas le texte du Coran.
- *Waswaas* - insinuations de *Chaytan* en particulier afin perturber ou détruire une adoration.
- *Soutrah* - une barrière qu'une personne met devant elle tout en priant.
- *Dine* - le mode de vie basé sur la révélation islamique; la foi et la pratique d'un musulman réunit dans seul mot. Le *dine* est souvent utilisé pour désigner la foi ou la religion de l'islam.
- *Dou'a* - supplication, prière, demander quelque chose à Allah.

· *Adhan* - une manière islamique d'appeler les musulmans aux cinq prières obligatoires.

Qu'est-ce que *khoushou*?

À un moment ou à un autre, vous pourriez entendre quelqu'un dire qu'il souhaiterait avoir plus de *khoushou* dans sa prière. Le *khoushou* peut être traduit par humilité et dévotion dans la prière. C'est cet état d'esprit qui vous permet de transcender les soucis quotidiens qui flottent dans votre esprit et perturbent votre concentration dans la prière. Nous avons tous besoin d'un peu plus de *khoushou*, certains d'entre nous plus que d'autres, mais même les plus grands et les plus dévoués se plaignent parfois de leur manque de *khoushou*.



Le *khoushou* dans la prière signifie concentration, humilité et soumission. Cela signifie lutter de tout coeur contre les distractions ou les *waswaas* qui nous viennent à l'esprit alors que nous sommes censés être entièrement concentrés sur l'adoration d'Allah. L'un des complots les plus significatifs de *Chaytan* est de perturber la prière. Ainsi, il atteint deux objectifs. Il prive les gens de la joie d'adorer Allah et leur fait perdre en même temps tout ou une partie de la récompense. Un des *sahabah* nous dit que le prophète Mouhammad a déclaré: «La première chose que vous perdrez de votre religion est le *khoushou* et la dernière chose que vous perdrez de votre religion est la *salat*...»[\[1\]](#)

"Bienheureux sont certes les croyants, ceux qui sont humbles dans leur Salat." (Coran 23:1-2)

Nous pouvons dire que nous avons atteint le *khoushou* lorsqu'une personne est en mesure de vider son coeur et son esprit pour la prière et se concentrer sur elle, à l'exclusion de toute autre chose. Ainsi le prier préfère être en train de prier plutôt que de penser à autre chose. Nous savons tous que cela peut être très difficile, surtout lorsque nous sommes en proie aux *waswaas* de *Chaytan*.

Quand une personne se lève avec l'intention de prier, le *Chaytan* se sent jaloux et débute l'assaut destiné à ruiner la prière. Il va distraire le croyant par tous les moyens possibles et l'ennuyer en murmurant. As-tu fait tes ablutions correctement? As-tu laissé le poêle allumé? Il utilisera même des questions sur le *dine* pour vous faire penser à autre chose que la prière.

Huit moyens faciles d'acquérir et de maintenir le *khoushou*.

- 1) Préparez-vous à la prière correctement. Vous pouvez le faire en répétant les mots de l'

adhan et en faisant des *dou'as*. Prêtez attention à vos ablutions et souvenez-vous toujours d'Allah. Assurez-vous également que vos vêtements et votre lieu de prière sont propres et rangés. Allah est bien sûr celui qui est le plus digne d'avoir de nous des vêtements et un environnement propres.

- 2) Déplacez-vous calmement sur le lieu de prière et pendant la prière. N'effectuez pas la prière rapidement comme un poulet picorant le sol. La hâte empêche le *khoushou*.
- 3) Rappelez-vous la mort et ce qui nous attend après la mort. Le prophète Mouhammad a dit: «Souvenez-vous de la mort dans votre prière, car l'homme qui se souvient de la mort est plus tenu de prier correctement et de prier comme un homme qui ne pense pas qu'il priera une autre prière».[2]
- 4) Pensez aux paroles de la prière et aux versets récités du Coran. Le Coran a été révélé pour être réfléchi. Il serait utile de lire un *tafsir*. Faire une pause à la fin de chaque *ayah* et même interagir avec les mots. Par exemple, lorsque le prophète Mouhammad a récité une *ayah* mentionnant la glorification, il a dit *soubhanAllah*, si l'*ayah* mentionnait la recherche d'un refuge auprès d'Allah, il cherchait refuge auprès d'Allah.[3]
- 5) Récitez lentement et essayez d'embellir votre voix. Dans le Coran, Allah dit, "**...Et récite le Coran, lentement et clairement.**" (Coran 73:4) Un rythme lent et mesuré est plus propice à la réflexion.
- 6) Gardez à l'esprit qu'Allah répond aux prières. La prière est un lien et une conversation avec Allah et il faut lui attribuer la valeur qui convient. Parlez calmement et permettez une pause pour qu'Allah réponde, si il veut.
- 7) Priez (si possible) avec une *soutrah* devant vous. Cela peut être un mur ou un arbre à l'extérieur ou même en plaçant une chaise devant votre lieu de prière. Cela limite votre champ de vision et empêche quiconque de passer devant vous. Cela doit également inclure de ne pas prier dans des endroits où il y a beaucoup de bruit ou de distractions.
- 8) En regardant le lieu de prosternation. Aïsha, l'épouse bienaimée du prophète Mouhammad, rapporte qu'il avait l'habitude de prier la tête en avant et le regard tourné vers le sol.[4] Essayez de ne pas vous laisser distraire par des vues, des sons ou des pensées et minimisez les risques de dérangement.

Les avantages d'avoir le *khoushou*

- 1) Le prophète Mouhammad a déclaré, «**Il n'y a pas d'homme musulman qui, lorsque le temps de la prière arrive, fait ses ablutions correctement, respecte le *khoushou* et s'incline correctement, sans que ce soit une expiation pour tous ses péchés antérieurs, tant qu'ils n'y ait pas de péchés majeurs. Et cela pour toute la vie**».[5]
- 2) Les récompenses pour la prière sont proportionnelles au degré de *khoushou*, compte tenu de l'effort et de l'intention.

- 3) Celui qui prie avec *khoushou* se sentira plus léger à la fin de sa prière, comme si ses fardeaux avaient été enlevés et qu'il se sentait rafraîchi.

En conclusion, gardez toujours à l'esprit que le *khoushou* est un problème grave dans l'adoration et que s'en priver est une calamité. Même le prophète Mouhammad cherchait refuge contre un coeur qui n'a pas de *khoushou*.[\[6\]](#)

Notes de bas de page:

[\[1\]](#) *Al Madarij* 1/521

[\[2\]](#) *Silsilat al-Ahadith as-Sahihah de Cheikh Albani*

[\[3\]](#) *Sahih Mouslim*

[\[4\]](#) *Al-Hakim et sahih selon les conditions d'Al-Boukhari, Mouslim et Cheikh Albani.*

[\[5\]](#) *Sahih Mouslim*

[\[6\]](#) *At-Tirmidhi*

L'adresse internet de cet article: <http://www.newmuslims.com/fr/lessons/271>

Droits d'auteur© 2011-2022 [NewMuslims.com](http://www.NewMuslims.com). Tous les droits sont réservés.

ajsultan