



[www.stephabdallahiltis.fr](http://www.stephabdallahiltis.fr)



## FAIRE LE *DHIKR* COMME ON RESPIRE

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Le *Dhikr* est une respiration.

Comme toute respiration, il doit être continu.

Ininterrompu.

Car si on cesse de respirer, on meurt.

Les adorations comme la prière n'ont pas d'autre finalité que le *Dhikr*.

Et si ALLAH ﷻ nous les a rendues obligatoires, à intervalles réguliers, c'est juste pour nous permettre de continuer à respirer – sans quoi nous oublierions.

La question c'est de savoir si, entre les prières qui nous permettent de reprendre de l'oxygène, on reste dans l'apnée de l'oubli, ou si on continue de respirer, de L'évoquer, de rester en Sa Présence ?

Et si on tombe dans le *Ghafla* entre les prières, quels dégâts peuvent bien causer ces périodes pendant lesquelles nos cœurs ne sont pas oxygénés ?

Le *Dhikr* est une affaire sérieuse, vitale, pas un caprice de Soufi lunaire.

Il doit être pratiqué avec sérieux selon des modalités bien déterminées, conformément à la *Shari'a*, et surtout il doit être enseigné et supervisé par des experts.

Dans un verset, ALLAH ﷻ nous enjoint de répondre à ALLAH ﷻ et au Messager ﷺ lorsqu'ils nous appellent à ce qui nous donne la vie, à ce qui nous vivifie.

Ce qui nous donne la vie, c'est le *Dhikr*.

Et Il ne nous enjoint pas simplement d'entendre, mais de RÉPONDRE.



[www.stephabdallahiltis.fr](http://www.stephabdallahiltis.fr)





[www.stephabdallahiltis.fr](http://www.stephabdallahiltis.fr)



C'est-à-dire de s'engager – car une réponse est un engagement.

De passer à l'acte.

Alors répondons par l'affirmative : engageons-nous à respirer d'un *Dhikr* continu qui remplira nos cœurs de Lumière Vitale, et à nous détourner des attachements morbides du bas monde qui ne conduisent qu'à la misère et à la déroute.

À la désolation et au chaos.

Et pour ce-faire, que nos yeux ne se détachent point de ceux qui invoquent leur Seigneur matin et soir, désirant Sa Face.

Le 21 décembre 2023

Ce texte vous plaît ? [Soutenez mon travail](#), et rendez-vous sur mon site pour en découvrir tout le contenu – romans, récits, poésie, posts de blog... –, soit en cliquant [ici](#), soit en flashant le code QR à l'en-tête ou au pied de page.

Tous droits réservés © Stéphane Abdallah ILTIS / Abu Al-Huda : toute reproduction interdite, même partielle, sans autorisation écrite de l'auteur.



[www.stephabdallahiltis.fr](http://www.stephabdallahiltis.fr)

