



www.stephabdallahiltis.fr



LA PURIFICATION DE L'ÂME (TAZKIYAT AN-NAFS) (LEÇON)

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Dans le *Qur'an*, ALLAH ﷻ nous parle de purification de l'âme :

Réussit, certes, celui qui se purifie
(87:14)

A réussi, certes, celui qui la purifie
(91:9)

De quoi s'agit-il ? Que faut-il purifier ?

À la base, ALLAH ﷻ nous a créés avec L'Esprit Divin *Ruh* :

Puis Il lui donna sa forme parfaite et lui insuffla de Son Esprit
(32:9)

Quand Je l'aurai bien formé et lui aurai insufflé de Mon Esprit
(38:72)

Ruh, c'est donc L'Esprit Divin – Le Souffle Divin : *Ruh* relève d'ALLAH ﷻ, c'est Son Affaire :

Et ils t'interrogent au sujet de L'Esprit ; dis : L'Esprit relève de L'Ordre de Mon Seigneur
(17:85)



www.stephabdallahiltis.fr





www.stephabdallahiltis.fr



C'est SON Domaine réservé, *Ruh* ne nous appartient pas, mais LUI appartient ; *Ruh* n'est pas créé mais d'Essence Divine ; et comme Tout Ce Qui est Incréé, C'est Pur.

Donc *Ruh*, C'est La Pureté Absolue – mais Qui vient Se greffer à quelque-chose d'impur qui est le corps humain, le corps d'argile sale :

Nous avons créé l'homme d'une argile [issue/extraite] de vieilles boues
(15:26)

Au contact de ce corps sale, *Ruh* S'altère, Se dégrade.

Parce que l'homme va utiliser *Ruh* pour satisfaire tous ses besoins corporels, ses besoins matériels, ses besoins égoïstes, ses passions ; parce que forcément, l'homme, dans le bas monde, dans le *Dunya*, s'attache aux choses matérielles, se passionne pour les affaires mondaines et les préoccupations terre à terre – au point qu'il en oublie ALLAH ﷻ – au point qu'il tombe dans le *Ghafa* – et c'est le cas d'une immense majorité qui est destinée à l'enfer:

Et Nous avons destiné à l'enfer beaucoup de jinn et d'hommes ; ils ont des cœurs mais ils ne comprennent pas ; et ils ont des yeux mais ils ne voient pas ; et ils ont des oreilles mais ils n'entendent pas ; ceux-là sont comme les bestiaux, même plus égarés encore ; ceux-là sont les oublieux/insoucians/négligents
(7:179)

Donc l'homme, pour satisfaire ses passions, ses pulsions, ses envies égoïstes, va forcément utiliser *Ruh* puisque il n'a que *Ruh* pour l'animer ; et c'est là une transgression, une désobéissance, puisque *Ruh* ne doit servir qu'au *Dhikr* et à L'Adoration d'ALLAH ﷻ :

Et rappelle, car le rappel profite aux croyants
(51:55)

Et Je n'ai créé les jinn et les hommes QUE pour qu'ils M'adorent
(51:56)

À la base, *Ruh* Se trouve en haut du cœur, au niveau de l'aorte ; et au fur et à mesure que l'homme s'En sert pour ses besoins matériels, Il Se dégrade, et les parties souillées s'En détachent et tombent au bas du cœur, au niveau du ventricule gauche.

Et cette partie dégradée de *Ruh*, c'est ce qu'on appelle *Nafs* – ou plutôt *An-Nafsu Al-Ammara bi As-Su'i*.



www.stephabdallahiltis.fr





www.stephabdallahiltis.fr



ALLAH ﷻ décrit ce processus, nécessaire parce que voulu :

Nous avons créé l'homme dans la forme la plus parfaite

(95:4)

Puis Nous l'avons ramené au niveau le plus bas

(94:5)

Et l'homme se retrouve ainsi avec deux forces opposées, deux pôles, avec au milieu son esprit personnel, son identité – ce qu'Ibn 'Arabi appelle son *proprium*.

Et l'esprit personnel passe son temps à osciller de *Nafs* (qui incite au mal, au péché) à *Ruh* (qui oriente vers ALLAH ﷻ) ; et on précise que *Ruh* et *Nafs* sont invariables : la variable, c'est l'esprit personnel.

L'homme, c'est donc une machine ambivalente, un être ni tout bon, ni tout mauvais – mais constamment tiraillé entre le bien et le mal, entre ALLAH ﷻ et les besoins de son corps, entre l'*Akhira* et le *Dunya*, entre l'esprit et la matière :

Il lui a inspiré l'immoralité et la piété

(91-8)

Donc, l'homme, à la base, était pur, avec la *Fitra* : il était sain(t) ; mais avec son libre arbitre, avec ce choix qu'il a fait de faire la mal en conscience, de pécher, de transgresser, il a changé cette prime nature, il s'est transformé ; et il a transformé l'état de grâce initial en état d'impureté :

C'est qu'en effet ALLAH ﷻ ne modifie pas Un Bienfait/Une Grâce Dont Il gratifié un peuple avant que celui-ci ne change ce qui est en lui-même ; et ALLAH ﷻ est Audient et Omniscient

(8:53)

Et quand on parle de péché, il ne s'agit pas seulement de forniquer, ou de voler, ou de tuer, ou de mentir ; c'est plus bête que ça – et c'est bien pour ça que c'est plus grave, et qu'on est tous dedans ! Quel est, d'après vous, le pire des péchés ?

Le pire des péchés, c'est le *Ghafla* : c'est oublier ALLAH ﷻ ; parce que l'oubli d'ALLAH ﷻ est le porte ouverte à toutes les fautes ; et chaque fois qu'on satisfait un besoin personnel, un besoin égoïste, un besoin du corps, c'est non seulement parce qu'on était dans le *Ghafla*, mais encore on s'y enfonce un peu plus : quand on prend du plaisir sexuel, on sombre dans le *Ghafla* total ; pareil quand on fait la fête avec des potes, quand on mange un truc qui fait envie à notre âme, etc...



www.stephabdallahiltis.fr





www.stephabdallahiltis.fr



C'est pour ça que l'ego, l'âme instigatrice, est mille fois pire que *Shaytan* : parce que pendant qu'on pense à la satisfaire, on oublie ALLAH ﷻ – si tant est qu'on soit un peu avec LUI ; c'est aussi grave d'oublier ALLAH ﷻ en mangeant une glace ou un kebab que de tuer quelqu'un ; et ça n'est pas la faute en soi qui est grave, c'est de la commettre dans l'oubli d'ALLAH ﷻ ; parce qu'on oublie qu'ALLAH ﷻ nous regarde pendant qu'on commet la faute ; est-ce qu'il nous viendrait à l'idée de forniquer devant nos parents ? Non, on aurait trop honte ; pourtant on n'hésite pas à faire des choses encore pires devant ALLAH ﷻ – parce qu'on oublie qu'ALLAH ﷻ est en permanence avec nous, qu'Il ne s'absente pas un instant :

En effet Nous avons créé l'homme, et Nous savons ce que son âme lui suggère, et nous sommes plus près de lui que sa veine jugulaire

(50:16)

Quand recueillent les recueillants à droite et à gauche assis

(50:17)

Et Il est avec vous où que vous soyez

(57:4)

Et c'est bien parce que l'âme est si dangereuse pour faire oublier ALLAH ﷻ que *Sayyidina* Muhammad ﷺ avait cette invocation :

ALLAH ﷻ, ne m'abandonne pas à mon âme le temps d'un clin d'œil !

Donc l'homme s'est souillé, mais comme il a toujours *Ruh* en haut du cœur, il a toujours Cette Partie Saine, Cette Partie Pure, Qui l'appelle à ALLAH ﷻ ; et si Cette Partie Pure devient Plus Forte que *Nafs*, parce que L'Appel d'ALLAH ﷻ est plus fort que l'attrance du *Dunya*, il va bien falloir se décider à renoncer au bas monde pour revenir vers ALLAH ﷻ.

Parce que tant qu'il y aura le moindre attachement au bas monde, la moindre passion, on ne pourra pas atteindre ALLAH ﷻ : ALLAH ﷻ ne Se dévoile qu'aux cœurs entièrement purifiés, donc il va falloir faire le ménage et se débarrasser de tout ce qui n'est pas LUI : et ce processus de nettoyage du cœur, ça s'appelle *Tazkiyat An-Nafs*.

Ça se fait en deux temps : d'une part il faut nettoyer le cœur des parties souillées ; le Prophète ﷺ a dit que chaque péché fait sur le cœur une petite tache noire, et l'accumulation de ces taches finit par recouvrir entièrement le cœur d'une gangue noire et dure, qui empêche de laisser filtrer la lumière et enlève toute miséricorde.



www.stephabdallahiltis.fr





www.stephabdallahiltis.fr



Ça, c'est le travail du *Dhikr* : chaque fois qu'on évoque Le Nom d'ALLAH ﷻ, c'est comme une goutte d'eau qui tombe sur une pierre : une goutte d'eau c'est doux, mais à force de tomber inlassablement sur la pierre, elle finit par la creuser jusqu'à la fendre.

Mais il ne suffit pas de faire le *Dhikr*, il faut aussi se détacher des attachements du bas monde qui salissent le cœur ; parce que si on nettoie d'un côté mais qu'on resalit de l'autre en laissant *Nafs* nous mener par le bout du nez, ça ne sert à rien.

Il faut donc s'efforcer d'oublier le bas monde et de se détacher des passions, des choses matérielles : et il n'y a qu'une chose assez forte pour ça – pour nous faire renoncer à notre passion pour notre femme, nos enfants, notre voiture, notre maison : c'est l'amour – mais pas n'importe quel amour : l'amour des Gens qui nous rappellent ALLAH ﷻ et nous font oublier tout ce qui n'est pas ALLAH ﷻ ; cet amour qui a fait que les *Sahaba* ont tout abandonné pour suivre *Sayyidina* Muhammad ﷺ – et c'est ça la vraie *Hijra*, et la vraie purification : abandonner ses passions pour se tourner vers ALLAH ﷻ et *RasuluLLAH* :

Dirige tout ton être vers la religion, exclusivement ; telle est la prime nature qu'ALLAH ﷻ a donnée aux hommes ; pas de changement à La Création d'ALLAH ﷻ ; voilà la religion de droiture ; mais la plupart des gens ne savent pas
(8:53)

Et pour ça il nous faut la lumière de L'Envoyé d'ALLAH ﷻ, parce qu'une fois qu'on a goûté à cette lumière on oublie tout le reste – femme, enfants, biens matériels ; et on est prêt à tout quitter pour rester dans le rayonnement de cette lumière.

C'est en ce sens que le Prophète ﷺ a été envoyé comme purificateur : pour détourner nos cœurs du *Dunya* et les réorienter vers ALLAH ﷻ :

C'est LUI Qui a envoyé à des gens sans livre un Messager des leurs qui leur récite Ses Versets, et les purifie, et leur enseigne le Livre et la sagesse – bien qu'ils étaient auparavant dans un égarement évident
(62:2)

Certes nous n'avons pas la lumière du corps de *Sayyidina* Muhammad ﷺ, mais nous avons la lumière de son esprit qui circule comme un héritage, de *Walî* en *Walî*.

C'est donc vers ces porteurs de la lumière muhammadienne qu'il faut se tourner – et si on est sincère, ALLAH ﷻ en mettra forcément un sur notre chemin – un *Walî Murshid* qui nous tirera de l'oubli et de l'égarement :

Celui qu'ALLAH ﷻ guide, c'est lui le bien guidé ; et celui qu'Il égare, tu ne trouveras pour lui aucun Walî Murshid



www.stephabdallahiltis.fr





www.stephabdallahiltis.fr



(18:17)

Et une fois qu'on est en présence de cet homme, il ne faut plus détacher son regard de lui – et si ça n'est pas avec l'œil du cœur (*Al-Basira*), que ça soit au moins par le regard du corps (*Al-Basar*) :

Et fais preuve de patience avec ceux qui invoquent leur Seigneur matin et soir, désirant Sa Face ; et que tes yeux ne se détachent point d'eux en cherchant le brillant de la vie sur terre

(18:28)

La clé de la purification, c'est donc d'attacher son cœur au cœur d'Un Homme d'ALLAH ﷺ – parce qu'en réalité, c'est à *Sayyidina* Muhammad ﷺ qu'on s'attache.

Et donc à ALLAH ﷻ.

Le 14 janvier 2024

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

