



www.stephabdallahiltis.fr



LA RETRAITE DANS LA FOULE

بسم الله الرحمن الرحيم

Il y a bien sûr les nécessaires retraites hors du monde — et il s'agit là d'une *Sunna* prophétique : ce sont celles par lesquelles on se ressource, on se purifie, on s'élève ; mais elles ne doivent pas être exclusives, et le cheminement ne doit surtout pas se limiter à une exclusion volontaire du monde qui serait ni plus ni moins qu'une fuite : ainsi, le cheminant doit se confronter au bas monde pour y éprouver son *Maqam*, et pratiquer la retraite dans la foule (*Khalwa fi'l Jalwa*) — et c'est là une *Sunna* du maître de notre voie.

Certes, on peut goûter dans la retraite en solitaire, au fond d'une grotte, de magnifiques états, y voir anges et lumières — mais il s'agit de voir si tout cela tient au contact du monde matériel et de sa *Fitna* ; car il est bien évident que le *Dunya* et sa force d'attraction vers le bas, de distraction, sont de nature à anéantir les états spirituels les plus extatiques ; et le *Maqam* qu'on pense avoir atteint (non sans fierté) au bout de plusieurs semaines voire plusieurs mois de *Dhikr*, peut se dissiper en quelques heures dans le bas monde comme neige au soleil — et on doit bien poser alors le terrible constat qu'il ne s'agit pas là d'un *Maqam*, mais d'une illusion de *Maqam*.

Il est donc nécessaire de se confronter régulièrement à la souillure du bas monde, et même d'y évoluer normalement afin d'y mettre à l'épreuve ses efforts, son *Dhikr* — et même sa *Rabita* avec son maître : c'est en s'immergeant dans la fange qu'on voit si son armure de lumière tient bon, et si on ne se laisse pas pénétrer par toute cette m..., toutes ces tentations diverses, toutes ces envies ; si on ne se laisse pas envahir par toutes ces émotions négatives comme la colère, ou par le besoin irrésistible de médire, de mentir, de tricher... — ou de jouir, tout simplement.

Si on ne se teste pas ainsi régulièrement, non seulement on ne saura pas réellement où on en est, mais encore on se laissera envahir par l'illusion trompeuse d'être parvenu aux plus hauts degrés, et au fond de soi on en nourrira un orgueil insidieux sous couvert de fausse modestie ; non, c'est bien en se levant, en faisant quelques pas et en trébuchant, voire en chutant lourdement, que non seulement on voit si on sait réellement marcher, mais encore qu'on apprend l'humilité — celle de la faute qui pique l'ego alors qu'on se croyait irréprochable.



www.stephabdallahiltis.fr





www.stephabdallahiltis.fr



Le cheminement est ainsi fait de chutes lourdes, d'incessants retours à la caverne pour remettre l'ouvrage sur le métier du *Dhikr*, et de nouveaux départs dans le bas monde pour y tester encore et toujours son degré ; alors on finit par se rendre compte, à la longue, que les chutes sont de moins en moins fréquentes, de moins en moins lourdes, et qu'on parvient à tenir plus longtemps dans le *Dunya* sans y succomber à quelqu'un de ses innombrables pièges ; mais comme on a déjà goûté maintes fois à la chute, qu'on est blasé, qu'on s'attend tôt ou tard à rechuter, on ne se gargarise pas de ce réel degré et on continue le processus, le cycle, alternant inlassablement les allers-retours de la grotte au bas monde.

Et tant qu'on ne chute pas dans ce dernier, on en profite pour y appeler à ALLAH ﷻ, sans attendre une hypothétique excellence qui n'arrivera peut-être jamais : on fait avec ce que l'on a, avec une bonne *Niya*, et en comptant non pas sur son effort personnel (surtout pas !) mais sur ALLAH ﷻ.

Le 9 *Rajab* 1447 / 29 décembre 2025

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

