



www.stephabdallahiltis.fr



CE QU'EST VRAIMENT *RUH* ?

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Si on se demande ce qu'est vraiment *Ruh*, il suffit de regarder un homme debout en prière — ou en inclination, ou en prosternation ; car *Ruh*, à la base, c'est exactement ça : cette façon de communiquer avec ALLAH ﷻ, de s'adresser à LUI, **AU MOYEN DU CORPS**.

On ne le rappellera jamais assez, mais c'est dans le corps adamique qu'a été insufflé *Ruh*, dans la statue d'argile sale : ce corps n'a été façonné qu'à cette fin, et *Ruh* est d'une certaine manière la « télécommande » par quoi il s'exécute ; et cela se traduit par cette gestuelle, cette gymnastique, qui consiste à faire — uniquement pour ALLAH ﷻ — des mouvements exclusivement dédiés à l'adoration ; gestuelle à laquelle aucune autre créature n'est programmée.

Et c'est au moment où un *Jinni* est associé à ce corps pour former le couple *Nafs* que tout part en vrille, que tout dérape (mais il s'agit d'un dérapage contrôlé) ; car ce *Qarîn*, qui logiquement devrait suivre le corps dans cette gymnastique à laquelle il est conditionné, va plutôt l'inciter, via son *Shayt* iblisien, à s'en détourner, et à s'attacher plutôt aux plaisirs et aux frivolités — et c'est ainsi que le corps, initialement sain(t), entraîné par ce compagnon encombrant, se retrouve à mentir, voler, forniquer, consommer des produits illicites...

Mais il se peut aussi que le *Jinni*, qui a hérité du *Ruh* via *Nafs*, devienne plus enclin à l'adoration que le corps, qui lui — inversement — a hérité du *Shayt* (toujours via *Nafs*) : c'est le cas classique d'inversion, qui voit le corps entraîner le *Qarîn* au péché, et le *Qarîn* entraîner le corps à l'adoration — car *Nafs* rebat le jeu initial et mélange tout.

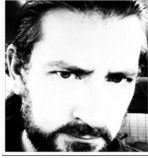
Ainsi, bien malin qui peut dire, en voyant un homme en prière et à moins d'un œil exercé au détail, si c'est son corps qui est le moteur, l'initiateur de cette adoration, ou si c'est son *Qarîn* :

- en vérité, si le corps est maladroit, emprunté, manque de fluidité dans les enchaînements, c'est qu'il subit la prière et qu'il est poussé par le *Qarîn* : il traîne la patte ;
- s'il se meut comme un robot, dans un enchaînement certes parfait mais trop mécanique pour être honnête, c'est qu'il est seul à accomplir la prière et que le *Qarîn* se contente de suivre — sans pour autant s'opposer ;
- s'il commet des erreurs manifestes, c'est que le *Qarîn* l'entraîne avec lui dans sa distraction, pensant à tout sauf à ALLAH ﷻ ;
- mais s'il semble totalement absorbé par sa prière, éteint dans le *Khushu'*, c'est que toute la *Nafs* — corps et *Qarîn* confondus — est à ALLAH ﷻ : les gestes, spontanés, ne semblent pas réfléchis mais naturels, tendant vers leur Objet, et le corps et l'esprit sont parfaitement synchronisés et réunifiés dans La Présence d'ALLAH ﷻ.



www.stephabdallahiltis.fr





www.stephabdallahiltis.fr



Mais à la base, *Ruh*, c'est le corps : c'est cette chorégraphie, en apparence exécutée par l'homme mais en vérité accomplie par ALLAH ﷻ interposé — car « ALLAH ﷻ S'interpose entre l'homme et son cœur »¹, et C'est LUI Qui S'adore ; autrement dit, dès lors que son libre arbitre l'incline à se soumettre, l'homme subit (plus ou moins de bonne grâce selon son degré spirituel, comme il subit sa respiration ou les battements de son cœur) cette gestuelle qu'il porte en lui, dans ses gènes, comme tout autre acte d'adoration — du jeûne à l'aumône en passant par le sacrifice ; et aussi paradoxal que cela puisse paraître, c'est parfois le *Jinni* — normalement programmé à la désobéissance, mais qui a appris à adorer ALLAH ﷻ et s'est soumis au contact du corps dans le cadre de *Nafs*, qui s'est étroitement lié à *Ruh* — qui rappelle à ce dernier cette mécanique relevant de la *Fitra*², et l'incite à l'exécuter.

Et si un homme délaisse la prière et les adorations, tout en restant croyant et soumis, c'est que son *Qarîn* est converti, mais qu'il n'a pas la force d'entraîner son corps : le corps ne suit plus l'esprit, le *Ruh* a totalement glissé de lui au *Qarîn* hélas impuissant à le mouvoir, car le *Shayt*, qui a glissé du *Qarîn* à lui, le neutralise par un *Waswas* qui l'empêche et le rend paresseux.

Le 11 *Shawwal* 1447 / 30 mars 2026

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.

- 1 Entre le cœur siège de *Nafs* et le corps, il y a *Ruh* par quoi ALLAH ﷻ transmet Ses Ordres : même si *Ruh* se fond dans *Nafs*, et que souvent ALLAH ﷻ S'y efface à dessein (Se voile) en neutralisant certains aspects de *Ruh*, Il reste Souverain et prédomine sur *Nafs* ; ainsi peut-Il commander la prière au corps (qui s'exécute automatiquement) sans que la partie jinnique de *Nafs* ne soit vraiment impliquée : ce qui explique ce décalage qu'on peut fréquemment entre un corps en prière et un esprit absent, neutre, avec pour résultat une prière de robot, sans le *Dhikr* (qui est l'esprit) ni la sincérité *Ikhlas* (qui est l'esprit de l'esprit) ; inversement, quand l'esprit est à la prière mais que le corps (qui est peut être fatigué, ou amoindri) se contente de suivre, on a une prière laborieuse et maladroite ; mais quand l'esprit distrait n'est pas du tout à la prière, il interfère dans celle du corps et la perturbe au point de l'altérer.
- 2 Les actes d'adoration, dans tous les cas, nécessitent un (ré)apprentissage, car ALLAH ﷻ veut qu'ils soient transmis par les hommes dans le monde matériel : d'où cette étape initiatique qui consiste à réveiller une science dont on sent bien qu'elle est profondément naturelle quand on l'exerce avec sincérité, mais qui exige d'être formellement enseignée ; et une fois cette connaissance (ré)assimilée par le corps, le *Qarîn* est censé suivre — mais comme on l'a précédemment, évoqué c'est un peu plus compliqué que ça : parfois il ne suit pas, parfois c'est lui le moteur ; et tant qu'un homme ne ressent pas ses actes d'adoration comme quelque chose de naturel, relevant de la pure *Fitra*, tant qu'il les ressent comme une contrainte, c'est que son âme n'est pas encore tout à ALLAH ﷻ : il doit encore cheminer.



www.stephabdallahiltis.fr

