



**AMA Asrar**

# ÉCOLE AMA ASRAR

**AMA Asrar**

ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE  
ET DES SECRETS SPIRITUELS

## Exposé Sourate Al Inshiqaq



10:33 École AMA Asrar (Groupe)  
60 abonnés

MESSAGE ÉPINGLE  
Enseignements quotidiens

LE COURS COMPLEXE MAINTENANT  
Bienvenue dans l'école AMA ASRAR

100 MÉTHODES DE ZIKRE ET DE  
DISCIPLINE SPIRITUELLE AUTOUR DE  
CHAYDIYAAKALICHOU

Document pédagogique pour l'école AMA  
ASRAR

Ce document présente des exemples de  
pratiques simples de concentrations, de  
méditation, de discipline et de réflexion  
spirituelle autour d'un nom.

Chaydyakalichoup = dans une approche  
symbolique et contemplative.

À AMA ASRAR, nos missions toujours sur :

- la modification,
- la discipline,
- le calme intérieur,
- la purification du comportement,
- et la compréhension avant toute pratique.

1. Zikr du calme du soir  
Répéter le nom 33 fois après la prière du soir.

Message

PROTECTION CONNAISSANCE VOYANCE TRANSFORMATION PUISSANCE ÉVEIL SPIRITUEL

LA CONNAISSANCE ÉCLAIRE • LA DISCIPLINE TRANSFORME • L'ÉVEIL LIBÈRE

---

---

# LE GRAND DOSSIER DE LA SOURATE AL- INSHIQÂQ

Transmission  
spirituelle avancée  
École AMA ASRAR

---

---

# INTRODUCTION

---

---

---

---

**La Sourate Al-Inshiqâq est la 84ème sourate du Noble Coran.**

**Son nom :**

الانشقاق

**signifie :**

# **La Déchirure ou La Fissuration**

**Elle contient 25 versets et décrit les événements extraordinaires qui précéderont le Jour de la Résurrection.**

**Les maîtres spirituels**

**considèrent cette  
sourate comme :**

- . la sourate du  
retour vers Allah,**
- . la sourate du bilan  
des œuvres,**
- . la sourate de la  
rencontre avec le  
Seigneur,**

**. la sourate de la  
responsabilité  
humaine.**

**Son message  
principal est simple :  
L'être humain  
avance  
inévitablement vers  
Allah et rencontrera  
les conséquences de  
ses actes.**

---

---

---

---

# **PREMIER CHAPITRE**

## **LE SECRET DE LA DÉCHIRURE DU CIEL**

---

---

---

---

**Allah commence par**

**:**

إِذَا السَّمَاءُ انشَقَّتْ

**« Lorsque le ciel se déchirera. »**

**Le ciel représente aujourd'hui :**

- . la stabilité,**
- . l'ordre,**
- . l'équilibre du monde.**

**Mais au Jour  
Dernier, cet ordre  
sera bouleversé.**

**La déchirure du ciel  
symbolise :**

- . la fin du monde  
actuel,**
- . le commencement  
d'une nouvelle  
réalité,**

**. la manifestation de  
la puissance  
d'Allah.**

**Les anciens disaient  
:**

**« Lorsque les cieux  
se déchirent, les  
illusions des  
hommes se  
déchirent  
également. »**

---

---

# DEUXIÈME CHAPITRE LE SECRET DE LA TERRE

---

---

---

---

Allah dit :

وَإِذَا الْأَرْضُ مُدَّتْ

**« Et lorsque la terre  
sera étendue. »**

**Puis :**

**وَأَلْقَتْ مَا فِيهَا وَتَخَلَّتْ**

**« Elle rejettera ce  
qu'elle contient et se  
videra. »**

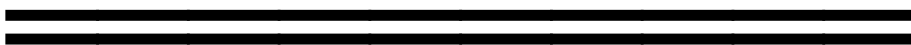
**La terre rendra :**

- . les corps,**
- . les secrets,**

**. les traces des  
actions.**

**Rien ne restera  
caché.**

**Cette scène rappelle  
que toute chose  
reviendra à son  
Créateur.**



# TROISIÈME CHAPITRE LE SECRET DU GRAND VOYAGE

---

---

Le cœur de la  
sourate se trouve  
dans ce verset :

يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ  
رَبِّكَ كَذًّا فَمُلَاقِيهِ

**« Ô homme ! Tu  
travailles sans  
relâche vers ton  
Seigneur et tu Le  
rencontreras. »**

**Ce verset résume  
toute la vie  
humaine.**

**Chaque jour :**

- . nous avançons,**
- . nous vieillissons,**

- . nous accumulons  
des œuvres,**
- . nous nous  
rapprochons de  
notre rencontre  
avec Allah.**

**Les maîtres  
spirituels  
considéraient ce  
verset comme l'un**

**des plus profonds du  
Coran.**

---

---

---

---

**QUATRIÈME  
CHAPITRE  
LE SECRET DU  
LIVRE DES  
ŒUVRES**

---

---

**Allah parle ensuite  
du livre des actions.**

**Certaines personnes  
recevront leur livre :**

**بِئَمَانِهِ**

**Dans leur main  
droite.**

**Celles-là connaîtront  
:**

**. la facilité,**

- . la joie,**
- . le salut.**

**D'autres recevront  
leur livre derrière  
leur dos.**

**Cela symbolise :**

- . le regret,**
- . la perte,**
- . le remords.**

**La sourate enseigne  
que chaque acte est  
enregistré.**

---

---

---

---

**CINQUIÈME  
CHAPITRE**

**LE SECRET DU  
RETOUR JOYEUX**

---

---

---

---

**Allah dit à propos  
des gens sauvés :**

فَسَوْفَ يُحَاسَبُ حِسَابًا يَسِيرًا

**« Il sera soumis à un  
compte facile. »**

**Puis :**

وَيَنْقَلِبُ إِلَىٰ أَهْلِهِ مَسْرُورًا

**« Et retournera  
auprès des siens  
plein de joie. »**

**Les anciens disaient  
:**

**« Le plus grand  
bonheur n'est pas  
celui du monde mais  
celui de recevoir  
l'agrément d'Allah. »**

---

---

---

---

## **SIXIÈME CHAPITRE**

# LE SECRET DES ÉTAPES DE LA VIE

---

---

Allah dit :

لَتَرْكَبُنَّ طَبَقًا عَنْ طَبَقٍ

« Vous passerez  
certainement d'un  
état à un autre. »

**Cette phrase décrit  
parfaitement la vie  
humaine :**

- . enfance,**
- . jeunesse,**
- . maturité,**
- . vieillesse,**

**mais aussi :**

- . facilité,**
- . difficulté,**
- . richesse,**

- **pauvreté,**
- **santé,**
- **maladie.**

**La vie est une  
succession de  
transformations.**

---

---

---

---

# **SEPTIÈME CHAPITRE**

# LES SEPT TRÉSORS DE AL-INSHIQÂQ

---

---

---

---

**Premier trésor :**

**La conscience du  
retour vers Allah.**

---

---

**Deuxième trésor :**

# La responsabilité.

---

---

## Troisième trésor : La patience.

---

---

## Quatrième trésor : L'espoir.

# **Cinquième trésor :**

## **La préparation à l'au-delà.**

---

---

# **Sixième trésor :**

## **La vigilance.**

**Septième trésor :  
La sincérité.**

---

---

---

---

**HUITIÈME  
CHAPITRE  
30 APPLICATIONS  
SPIRITUELLES**

# AUTOUR DE AL- INSHIQÂQ

---

---

---

---

## APPLICATION N°1

Lire Al-Inshiqâq  
après Fajr.

---

---

## APPLICATION N°2

**Lire Al-Inshiqâq  
avant de dormir.**

---

---

**APPLICATION N°3**

**Lire Al-Inshiqâq  
après Tahajjud.**

---

---

**APPLICATION N°4**

**Lire Al-Inshiqâq  
chaque vendredi.**

---

---

## **APPLICATION N°5**

**Lire Al-Inshiqâq lors  
d'une retraite  
spirituelle.**

---

---

## **APPLICATION N°6**

**Exposé Sourate Al Inshiqâq**

**Lire Al-Inshiqâq  
pour méditer sur le  
retour vers Allah.**

---

---

## **APPLICATION N°7**

**Lire Al-Inshiqâq  
après une visite au  
cimetière.**

---

---

# APPLICATION N°8

**Lire Al-Inshiqâq  
lorsque l'on cherche  
à renforcer sa  
conscience de l'au-  
delà.**

---

---

# APPLICATION N°9

**Lire Al-Inshiqâq  
après une épreuve.**

# APPLICATION N°10

**Lire Al-Inshiqâq  
avant une décision  
importante.**

---

---

# APPLICATION N°11

**Lire Al-Inshiqâq  
avant une séance de  
dhikr.**

---

---

## **APPLICATION N°12**

**Lire Al-Inshiqâq  
après la lecture du  
Coran.**

---

---

# APPLICATION N°13

**Lire Al-Inshiqâq  
après avoir  
demandé pardon à  
Allah.**

---

---

# APPLICATION N°14

**Lire Al-Inshiqâq  
pour développer  
l'humilité.**

# APPLICATION N°15

**Lire Al-Inshiqâq  
lorsque l'on traverse  
une période de  
changement.**

---

---

# APPLICATION N°16

**Lire Al-Inshiqâq  
pour méditer sur les  
étapes de la vie.**

---

---

**APPLICATION N°17**

**Lire Al-Inshiqâq en  
famille chaque  
semaine.**

---

---

# APPLICATION N°18

**Lire Al-Inshiqâq  
après une bonne  
nouvelle.**

---

---

# APPLICATION N°19

**Lire Al-Inshiqâq  
avant un voyage.**

---

---

# APPLICATION N°20

**Lire Al-Inshiqâq  
pour renforcer la  
sincérité.**

---

---

# APPLICATION N°21

**Lire Al-Inshiqâq  
durant les dix  
dernières nuits de  
Ramadan.**

# APPLICATION N°22

**Lire Al-Inshiqâq  
pour développer la  
vigilance spirituelle.**

---

---

# APPLICATION N°23

**Lire Al-Inshiqâq  
lorsque l'on ressent  
de l'insouciance.**

---

---

## **APPLICATION N°24**

**Lire Al-Inshiqâq  
avec réflexion sur le  
livre des œuvres.**

---

---

# APPLICATION N°25

**Lire Al-Inshiqâq  
pour méditer sur la  
rencontre avec  
Allah.**

---

---

# APPLICATION N°26

**Lire Al-Inshiqâq  
avant de transmettre  
un enseignement.**

# APPLICATION N°27

**Lire Al-Inshiqâq  
pour renforcer sa  
préparation à l'au-  
delà.**

---

---

# APPLICATION N°28

**Lire Al-Inshiqâq  
avec réflexion sur :**

إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدْحًا  
فَمُلَاقِيهِ

---

---

## **APPLICATION N°29**

**Lire Al-Inshiqâq  
pour développer  
l'espérance en la  
miséricorde d'Allah.**

# APPLICATION N°30

**Wird permanent  
AMA ASRAR**

**Lire Al-Inshiqâq  
chaque soir avant le  
sommeil et méditer :**

**. Où m'ont conduit  
mes efforts  
aujourd'hui ?**

- . Mon cœur s'est-il rapproché ou éloigné d'Allah ?**
  - . Si je rencontrais Allah cette nuit, serais-je satisfait de ma journée ?**
- 
- 
- 
- 

# **NEUVIÈME CHAPITRE**

# LA SCIENCE DU RETOUR

---

---

---

---

Toute la sourate  
tourne autour d'une  
vérité :

فَمُلَاقِيهِ

« Tu Le  
rencontreras. »

**L'homme peut  
oublier Allah.**

**Mais il ne peut  
éviter cette  
rencontre.**

**Les maîtres  
spirituels  
enseignaient :**

**« Le croyant  
intelligent prépare  
chaque jour la**

**rencontre qu'il sait  
inévitable. »**

---

---

---

---

# **DIXIÈME CHAPITRE**

## **LE SECRET DE LA COMPTABILITÉ SPIRITUELLE**

---

---

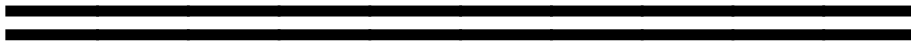
**Al-Inshiqâq enseigne  
l'importance de faire  
son propre bilan  
avant que celui-ci ne  
soit présenté.**

**Chaque soir, le  
disciple doit  
examiner :**

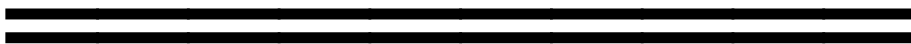
- . ses paroles,**
- . ses actes,**
- . ses intentions,**

**. ses manquements.**

**Celui qui se juge lui-même ici-bas verra son jugement facilité dans l'au-delà.**



## **CONCLUSION**



**La Sourate Al-Inshiqâq est une école de :**

- . retour vers Allah,**
- . responsabilité,**
- . vigilance,**
- . sincérité,**
- . préparation à l'au-delà.**

**Elle rappelle que toute vie est un**

**voyage dont la  
destination finale est  
la rencontre avec le  
Créateur.**

**Les anciens disaient  
:**

**« Celui qui se  
souvient  
constamment de sa  
rencontre avec Allah  
transforme chaque**

**jour de sa vie en  
préparation pour  
l'éternité. »**

**Fin du cours.**

**École AMA ASRAR.**









# ÉCOLE AMA ASRAR



**AMA Asrar**

ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE  
ET DES SECRETS SPIRITUELS



**PREUVES DE NOTRE ACTIVITÉ**

03:38 4G 100% 74%

← **École AMA Asrar [Groupe...]** seulement les admins peuvent envoyer d... →

🔥 LE COURS COMPRENDS MAINTENANT 🔥

Bienvenue dans l'école AMA ASRAR 🌟

🔥 100 MÉTHODES DE ZIKR ET DE DISCIPLINE SPIRITUELLE AUTOUR DE CHAYDIKAZICHOUNE 🔥

📄 Document pédagogique pour l'école AMA ASRAR 🌟

Ce document présente des exemples de pratiques simples de concentration, de méditation, de discipline et de réflexion spirituelle autour du nom « Chaydikazichoun » dans une approche symbolique et contemplative.

À AMA ASRAR, nous insistons toujours sur :

- la modération,
- la discipline,
- le calme intérieur,
- la purification du comportement,
- et la compréhension avant toute pratique.

1. Zikr du calme du soir

Réciter le nom 33 fois après la prière du soir 🌙

**CONTACTEZ-NOUS**



**WHATSAPP**  
+221 78 291 19 22



**APPEL TÉLÉPHONIQUE**  
+221 78 291 19 22



**TÉLÉGRAM (GROUPE)**  
+221 78 291 19 22

**"LA CONNAISSANCE ÉCLAIRE, LA DISCIPLINE TRANSFORME, L'ÉVEIL LIBÈRE."**

**NOS VALEURS FONDAMENTALES**



PROTECTION



CONNAISSANCE



VOYANCE



TRANSFORMATION



PUISSANCE



ÉVEIL SPIRITUEL

**AMA ASRAR, VOTRE ÉCOLE, VOTRE FAMILLE, VOTRE AVENIR.**