



ÉCOLE AMA ASRAR



ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE
ET DES SECRETS SPIRITUELS



PROGRAMME SPIRITUEL COMPLET DU MOIS DE RAJAB



PROTECTION



CONNAISSANCE



VOYANCE



TRANSFORMATION



PUISSANCE



ÉVEIL SPIRITUEL

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

رَجَب RAJAB

PRÉPARATION À SHA'BÂN ET RAMADAN

12 PRATIQUES SPIRITUELLES ESSENTIELLES

MULTIPLIEZ
LES INVOCATIONS
LES ŒUVRES
ET LES ADHKÂR
POUR ATTIRER
LA MISÉRICORDE
D'ALLAH

يَا لَطِيفُ
YÂ LATÎF

DURÉE
29
JOURS
CONSÉCUTIFS

1

ISTIGHFÂR
GÉNÉRAL

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ

Astaghfirullah

70 000

FOIS DURANT LE MOIS

≈ 2 500 FOIS / JOUR

2

LATÎFOU
SAGHÎR

يَا لَطِيفُ

YÂ LATÎF

129

FOIS / JOUR

3

LATÎFOU KABÎR

يَا لَطِيفُ

YÂ LATÎF

16 666

FOIS DURANT LE MOIS

575 FOIS × 28 JOURS

566 FOIS LE 29^e JOUR

INVOCATION DE CLÔTURE

Yâ Latifou fil azal
Antal Haqq lam tazal
Oultouf bi 'ibâdikal mouslimina
Fimâ bihim nazal
Bi hourmatil Qour'ânîl 'Azîm
Wa mane 'alayhi nazal.

PUIS LIRE :

• S. AL-MULK V. 14
• S. ASH-SHÛRÂ V. 19

4

VERSET
ASH-SHÛRÂ

(42 : 19)

وَالَّذِينَ يَسْتَجِيبُونَ لِرَبِّهِمْ
وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَمْرُهُمْ
شُورَى بَيْنَهُمْ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ
يُنْفِقُونَ

12

FOIS / JOUR

5

INVOCATION
RABBANÂ

رَبَّنَا

(S. ÂL 'IMRÂN : 147)
À PARTIR DE "RABBANÂ"
JUSQU'À LA FIN DU VERSET

100 FOIS / JOUR

6

SEYYIDOUL
ISTIGHFÂR

سَيِّدُ الْأَسْتَغْفَارِ

3 FOIS LE MATIN

3 FOIS LE SOIR

7

INVOCATION
DU PARDON

رَبِّ اغْفِرْ لِي وَارْحَمْنِي
وَتُبَّ عَلَيَّ

Rabbi ighfir li
warhamni wa toub 'alayya

70 FOIS

AVANT SALÂT AL-FAJR
ET AVANT SALÂT AL-MAGHRIB

8

ISTIGHFÂR DE
DHOUL JALÂL
WAL IKRÂM

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ ذُو
الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ

مِنْ جَمِيعِ ذُنُوبِي وَالْإِتَامِ

50 FOIS LE MATIN

50 FOIS LE SOIR

BIENFAITS

- ✓ Pardon des péchés
- ✓ Ouverture des portes
- ✓ Facilité et baraka
- ✓ Guérison intérieure
- ✓ Protection divine
- ✓ Rizq abondant
- ✓ Proximité avec Allah
- ✓ Joie et tranquillité
- ✓ Préparation à Ramadan

RAPPEL IMPORTANT

La régularité et la sincérité
sont les clés de l'acceptation.
Que chaque jour soit plus
beau que le précédent.

9

GRAND ISTIGHFÂR

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ
الْحَيُّ الْقَيُّومُ. غُفِرَ ذُنُوبِي نَنَا وَلِوَالِدَيْنَا
وَلِجَمِيعِ الْمُسْلِمِينَ نَسْأَلُكَ تَوْبَةً
وَمَغْفِرَةً. إِنَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ تَوَّابٌ كَرِيمٌ

7 FOIS / JOUR

10

INVOCATION
DE RAJAB ET SHA'BÂN

يَا رَبِّ كَمَا بَلَّغْتَنَا رَجَبًا
بَلِّغْنَا شَعْبَانَ وَفَضَّلْنَا
إِلَى شَهْرِ رَمَضَانَ

3 FOIS / JOUR

11

INVOCATION DE
BÉNÉDICTION

اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِي رَجَبِنَا وَشَعْبَانِ
وَبَلِّغْنَا رَمَضَانَ وَأَعِنَّا عَلَى صِيَامِهِ
وَقِيَامِهِ وَتِلَاوَةِ الْقُرْآنِ

100 FOIS / JOUR

12

TASBÎH DES 3 PÉRIODES
DU MOIS

1^{ER} TIERS
Soubhâal
Hayyoul Qayyoom
100 FOIS / JOUR

2^{ÈME} TIERS
Soubhâal
Ahadis Samad
100 FOIS / JOUR

3^{ÈME} TIERS
Soubhâna
Raoufou Rahim
100 FOIS / JOUR

INVOCATION FINALE

اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِي رَجَبِنَا، وَارْزُقْنَا فِيهِ الْمَغْفِرَةَ وَالرَّحْمَةَ وَالْقَبُولَ وَالْعَتَقَ مِنَ النَّارِ،
وَأَعِنَّا عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحَسَنِ عِبَادَتِكَ، وَبَلِّغْنَا شَعْبَانَ وَرَمَضَانَ،
وَأَنْتَ رَاضٍ عَنَّا إِنَّكَ أَنْتَ الثَّوَابُ الرَّحِيمِ.
أَمِينَ يَا رَبَّ الْعَالَمِينَ

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ
وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ

PROGRAMME SPIRITUEL COMPLET DU MOIS DE RAJAB

ÉCOLE AMA ASRAR

**Préparation spirituelle
vers Sha'bân et
Ramadan**

Le mois béni de Rajab est l'un des mois sacrés de l'Islam. C'est une période privilégiée pour multiplier les invocations, les demandes de pardon, les adhkâr et les œuvres pieuses afin de préparer son cœur à l'arrivée de Sha'bân puis du mois béni de Ramadan.

**Ce programme
rassemble plusieurs
pratiques
traditionnelles
destinées à renforcer la
proximité avec Allah,
rechercher Son pardon
et attirer Sa
miséricorde.**

1. ISTIGHFÂR GÉNÉRAL

Formule

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ

Astaghfiroullâh

Objectif du mois

70 000 fois

Répartition

**Environ 2 500 fois par
jour**

2. LATÎFOU SAGHÎR

Nom Divin

يا لطيف

Yâ Latîf

Nombre

129 fois par jour

3. LATÎFOU KABÎR

Nom Divin

يا لطيف

Yâ Latîf

Objectif du mois

16 666 fois

Répartition

- 575 fois par jour
pendant 28 jours**
- 566 fois le 29^{ème} jour**

INVOCATION DE CLÔTURE

**Yâ Latîfou fil azal
Antal Haqq lam tazal
Oultouf bi ‘ibâdikal
mouslimîna
Fîmâ bihim nazal
Bi hourmatil Qour’ânil
‘Azîm**

Wa mane ‘alayhi nazal

VERSSETS À LIRE

✓ Sourate Al-Mulk –
Verset 14

✓ Sourate Ash-Shûrâ –
Verset 19

4. VERSSET DE LA SOURATE ASH- SHÛRÂ

Sourate 42 – Verset 19

Nombre

12 fois par jour

PROGRAMME SPIRITUEL COMPLET DU MOIS DE RAJAB

5. INVOCATION « RABBANÂ »

Sourate Âl ‘Imrân –
Verset 147

À partir de :

ربنا

Jusqu'à la fin du verset.

Nombre

100 fois par jour

6. SEYYIDOUL ISTIGHFÂR

Nombre

✓ 3 fois le matin

✓ 3 fois le soir

7. INVOCATION DU PARDON

Formule

**Rabbi ighfir lâ warhamnî
wa toub ‘alayya**

Nombre

70 fois

Avant Salât Al-Fadjr

Et

Avant Salât Al-Maghrib

8. ISTIGHFÂR DE DHOUL JALÂL WAL IKRÂM

Formule

**Astaghfiroullâha Dhoul
Jalâli wal Ikrâm min
jamî'i dhounoubî wal
âthâm**

Nombre

✓ 50 fois le matin

✓ 50 fois le soir

9. GRAND ISTIGHFÂR

Formule

**Astaghfiroullâhal ‘Azîmi
alladhî lâ ilâha illâ
Houwal Hayyoul
Qayyoun, ghafara**

**dhounoubî lanâ wa li
wâlidaynâ wa li jamî'il
mouslimîna,
nasha'allâhou tawbatan
wa maghfiratan,
innahou ghafourou
rahîmou tawwâboul
karîm**

Nombre

7 fois par jour

PROGRAMME SPIRITUEL COMPLET DU MOIS DE RAJAB

10. INVOCATION DE RAJAB ET SHA'BÂN

Formule

**Yâ Rabbî kamâ
ballaghtanâ Rajabane,
ballighnâ Sha'bâne wa**

**faddilnâ ilâ shahri
Ramadâne**

Nombre

3 fois par jour

11. INVOCATION DE BÉNÉDICTION

Formule

**Allâhoumma bârik lanâ
fî Rajabina wa Sha'bâne
wa ballighnâ Ramadâne
wa a'innâ 'alâ siyâmihi
wa qiyâmihi wa
tilâwatil Qour'âni**

Nombre

3 fois par jour

12. TASBÎH DES TROIS PÉRIODES DU MOIS

Premier tiers

Formule

Soubhânal Hayyoul Qayyoum

Nombre

100 fois par jour

Deuxième tiers

Formule

Soubhânal Ahadis Samad

Nombre

100 fois par jour

Dernier tiers

Formule

**Soubhâna Raoufou
Rahîm**

Nombre

100 fois par jour

LES OBJECTIFS SPIRITUELS DU PROGRAMME

**✓ Recherche du pardon
divin**

✓ Purification du cœur

**✓ Préparation à
Ramadan**

**✓ Augmentation de la
foi**

**✓ Multiplication des
bonnes œuvres**

**✓ Renforcement du
Tawakkoul**

**✓ Recherche de la
miséricorde d'Allah**

**✓ Développement de la
discipline spirituelle**

CONSEILS DES MAÎTRES AMA ASRAR

✓ Maintenir les cinq prières à l'heure.

✓ Lire quotidiennement le Coran.

✓ Donner régulièrement des aumônes.

✓ Multiplier les Salâts
sur le Prophète ﷺ.

✓ Préserver les
ablutions.

✓ Éviter les péchés
apparents et cachés.

✓ Être constant même
dans les petites œuvres.

INVOCATION FINALE

**Ô Allah, bénis pour
nous le mois de Rajab.**

**Accorde-nous Ton
pardon, Ta miséricorde
et Ta proximité.**

**Prépare nos cœurs pour
Sha'bân et fais-nous
atteindre Ramadan
dans la santé, la foi et
la sincérité.**

**Accorde-nous la
lumière du Coran, la
douceur du rappel et la
constance dans
l'adoration.**

**Fais de ce mois une
cause de purification,
d'ouverture et de
bénédiction pour nous
et nos familles.**

**Âmîne Yâ Rabbal
'Âlamîne.**

ÉCOLE AMA ASRAR



WhatsApp /

**Telegram : +221 78 291
19 22**

**Rejoignez l'École AMA
ASRAR**

- Enseignements
spirituels**
- Documents rares**

- Programmes de dhikr**
- Invocations et awrâd**
- Formation continue
en spiritualité islamique**

**LA CONNNAISSANCE
EST UNE LUMIÈRE.**

**LA TRANSMISSION
EST UNE BARAKA.**

AMA Asrar

ÉCOLE DE LA CONNAISSANCE ET DES SECRETS SPIRITUELS

PREUVES DE NOTRE ACTIVITÉ

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.