

- ou alors 1 fois au moins dans sa vie.

En effet, par elle Dieu efface tous les péchés :

- connus ou inconnus
- faits sciemment ou inconsciemment
- petits ou grands
- anciens et récents (premiers et derniers)

On peut la faire de jour, comme de nuit. Elle consiste à faire **4 Rakas**.

Si c'est de jour, faire les **4 Rakas** d'un trait avec une salutation finale à la fin de la 4^{ème} Raka

Si c'est de nuit, faire :

- **2 Rakas**
- Salutation finale (" seulmeul ")
- **Puis 2 autres Rakas**
- Salutation finale

On peut également la faire en groupe avec un imam.

Le principe est de dire **300 fois** au cours de cette prière l'invocation - **formule (F)** - suivante :

**Soubhaanal laaHi
wal hamdoulil laaHi
wa laa ilaaHa illal laaHou
wal laaHou akbar.**

On peut ajouter à cette formule (mais c'est facultatif) : **wa laa hawla wa la qhouwwata illa bil LaaHil (a)liyyil (a)Ziime.**

Cette prière peut être faite de plusieurs manières ; dont la variante ci-après :

Nourrir l'intention de faire la prière de salaadou Tasbih (*Yalla ma gui fass yééné diouli salaatou Tasbih nguir diaamou la, diégueulou la, défal ko adiya yonente bi sallal laahou aleyhi wa sallam.*

- Faire le takbiir al ihram (« kabarou armal » c'est-à-dire (le 1^{er} "Allaahou Akbar") pour commencer la prière.

D'emblée on prononce la formule (F) 15 fois, cela avant même de réciter la Faatiha

- *Ensuite* seulement on récite la Faatiha puis 1 sourate, en l'occurrence *QHOUL HOUWA ALLAAHOU AHADOUNE* (10 fois) dans chaque raka.
- *Puis redire la formule (F) 10 fois.*
- faire son Roukoo et dire **10 fois la formule (F)** après les récitations habituelles (*Soubhaana Rabbiyal (a)Ziim wa bi hamedHi.*)

www.daaraserignemordiop.net / mouhamedw@gmail.com

MIIZAABOU RAHMATI - ميزات الرحمة

Parcelles Assainies Unité 25 n°169 Tél : +221 33 835 21 01 / +221 77 559 20 28

- **On se relève** : dire dans cette station 10 fois la formule (F).
- **On se prosterne** et après les 3 " *Soubhaana Rabbiyal a(h)laa* " **dire 10 fois la formule (F)**.
- **On se relève** de la première prosternation et on dit **10 fois la formule (F)**, en étant assis.
- **On se prosterne** une 2^{ème} fois et toujours après les (*Soubhaana Rabbiyal a(h)laa* 3 fois) **dire 10 fois la formule (F)**.
- **On se relève** pour faire la 2^{ème} Raka. Lorsqu'on est debout, on refait la même chose.

- D'abord 15 fois la formule (F)
- Ensuite la FAATIHA
- Puis QHOUL HOUWA (10 fois) ou la sourate de son choix
- Puis 10 fois la formule (F)
- Ensuite Roukoo : 10 fois
- On se relève : 10 fois
- Prosternation : 10 fois
- On se relève : 10 fois
- On se prosterne : 10 fois

On se relève pour faire le TachaHoud (**TAAYA**) puis le salut final. (Si cette prière est faite la nuit).

Remarque : dans cette variante, on ne dit pas la formule lorsqu'on s'assied pour faire le TachaHoud (**TAAYA**) précédant le salut final.

Puis on recommence 2 autres Rakas de la même manière. Si la prière est faite durant la journée, point n'est besoin de faire le salut final après la 2^{ème} raka. On se relève tout simplement après le TachaHoud (**TAAYA**) de la 2^{ème} Raka et on enchaîne la 3^{ème} puis la 4^{ème} Raka, à l'image d'une prière de tisbaar (zohr) ou takusaane (asr).

Après avoir terminé la prière du **TASBIH**, dire l'invocation suivante :

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ تَوْفِيقًا مِمَّنْ أَمَدَى
وَأَعْمَالَ مِمَّنْ أَلْفَيْنِ وَمَنَاسِكَ مِمَّنْ أَلْفِ تَوْبَةٍ
وَعَزْمًا مِمَّنْ الصَّابِرِينَ وَأَهْلَ الْخَشْيَةِ وَطَلَبَ
أَهْلَ الرَّغْبَةِ وَرَعِيَّةَ أَهْلِ الْعَزْمِ وَعِزِّ قَانِ
أَهْلِ الرَّحْمَةِ كَأَخَا فِدَاكَ اللَّهُمَّ إِنِّي
أَسْأَلُكَ مَخَافَةَ تَجِيزَتِي عَنْ مَخَافَتِكَ
كَأَعْمَلِ طَاعَتِكَ عَمَلًا أَسْتَحِبُّهُ رِضًا
وَحَتًّا أَنَا صَدَقَ بِالتَّوْبَةِ خَوْفًا مَتَدًا وَكَأَنَّ
أَخْلَصَ رَدَّ النَّصِيحَةَ جَبَّالًا وَكَأَنَّ التَّوَكَّلَ
عَلَيْكَ فِي الْأُمُورِ كُلِّهَا حَسْرَةً مِمَّنْ سَبَّحَانَ
خَالِقِ الشُّعْرِ

(صلاة التَّوْبَةِ)

مركبًا - التَّوْبَةُ وَاللَّهُمَّ هَبْ الْجَزْدَ لِلدُّوَلِ ٤٦٧ / ٤٦٦
الردعه ٤٧

AllaaHoumma innii ass-alouka tawefiiqha aHlil Houdaa wa
a(h)maala aHlil yaqhiini wa mounaa-Sahata aHlit-tawebati wa
(a)zema aHliS-Sabri wa djidda aHlil khacheyati wa Talaba aHlir-
raghebati wa ta-(a)bbouda aHlil wara-(i) wa (i)rfaana aHlil (i)lmi
hattaa akhaafaka ;

www.daaarasernemordiop.net / mouhamedw@gmail.com

مِيزَابُ الرَّحْمَةِ - MIIZAABOU RAHMATI

Parcelles Assainies Unité 25 n°169 Tél : +221 33 835 21 01 / +221 77 559 20 28

AllaaHoumma innii ass-alouka makhaafatane tah-djouzounii biHaa ane ma-(aa)Siika hattaa a(h)mala biTaa-(a)tika, (a)malane assta-hiqqhou biHi riDaaka wa hattaa ounaaSihaka bit-tawebati, khawefane mineka wa hatta oukhliSa laka an-naSiihata, houbbane laka wa hatta atawakkala (a)leyka fiil oumoûri koulliHaa ; housna Zanine bika, soubhaana khaaliqhine noûri. aamiine.

Ô mon Dieu, je te demande:

ton assistance permanente (tawfeekh), celle dont tu gratifies les justes; et par laquelle tu leur assures la satisfaction de tous leurs besoins.

Je te demande de m'inspirer:

- Les actes de ceux qui agissent avec conviction,
- la sincérité de ceux qui se repentent
- l'endurance de ceux qui ont fait de la patience leur viatique
- l'assiduité de ceux qui te craignent
- le désir de ceux qui aspirent à tes faveurs
- la piété de ceux qui sont scrupuleux à ton égard (qui s'abstiennent de tout ce qui est illicite, douteux ou suspect)
- la connaissance des savants

jusqu'à que je te craigne réellement.

Ô mon Dieu, inspire moi une crainte qui m'empêche de te désobéir jusqu'à ce que je ne puisse que suivre tes ordres afin de mériter ton agrément et que je sois parmi les repentants.

Ô mon Dieu accorde moi une crainte qui m'inspire la foi pure ainsi que l'humilité et le repentir par amour pour toi.

Ô Mon Dieu accorde moi cette crainte jusqu'à ce que je m'en remette entièrement à ta volonté dans toutes mes affaires par confiance dans tes décisions. Gloire au Créateur de la lumière.

Derniere observation:

Au lieu de reciter uniquement la sourate (Ikhlaas 1, 3 ou 10 fois dans chaque raka) on peut réciter en lieu et place les sourates suivantes comme suit :



- ✓ Soit 1^{er} raka : faatiha + al hakoumou,
- 2^{ème} raka : faatiha + wal (a)sri,
- 3^{ème} raka : faatiha + kaafiroune,
- 4^{ème} raka : faatiha + Ikhlass.

- ✓ Soit 1^{er} raka : faatiha + Izaa zoulziilati,
- 2^{ème} raka : faatiha + wal (aa)Diyati,
- 3^{ème} raka : faatiha + izaadja-a,
- 4^{ème} raka : faatiha + Ikhlass.