

## EVOCATIONS DU MATIN

### Dire trois fois :

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ ، أَصْلِحْ لِيْ شَأْنِيْ كُلَّهُ وَلَا تَكِلْنِيْ إِلَى نَفْسِيْ طَرْفَةَ عَيْنٍ

ya Hayyou ya Qayyoum, birahmatika 'astaghith, 'aslih li cha'ni koullahou wala takilni 'ila nafsī tarfata ^ayn

ce qui signifie : « **Ô Toi Qui est vivant [d'une vie éternelle exempte de début et de fin], Qui n'a nul besoin, par Ta Miséricorde je T'implore de m'accorder secours, améliore tout ce qui me concerne, et ne me laisse pas livré à moi-même ne serait-ce qu'un court instant.** »

### Dire sept fois :

حَسْبِيَ اللهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ

hasbiya l-Lahou la 'ilaha 'il-la hou, ^alayhi tawakkaltou wahouwa rabbou l-^archi l-^adhim

Ce qui signifie : « **Allah me suffit, il n'est de dieu que Lui, je me fie totalement à Lui, et Il est le Seigneur du Trône éminent.** »

### Dire trois fois :

بِسْمِ اللهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

bismi l-Lahi l-ladhi la yadourrou ma^a smihī chay'oun fi l-'ardi wa la fi s-sama'i wahouwa s-Sami^ou l-^Alim

Ce qui signifie : « **Je commence par le nom de Allah, avec l'évocation du Quel rien ne peut nuire, ni sur terre ni au ciel, et Il est Celui Qui entend et Qui sait absolument tout.** »

### Réciter trois fois Sourat Al-'Ikhlas :

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قُلْ هُوَ اللهُ أَحَدٌ ① اللهُ الصَّمَدُ ② لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ③ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ④

Bismi l-Lahi r-Rahmani r-Rahim (1) Qoul houwa l-Lahou 'ahad (2) 'Allahou s-Samad (3) Lam yalid walam youlad (4) walam yakoun lahou koufouwan 'ahad (5)

Ce qui signifie : « **Dis que Allah est Unique (1) Allah est Celui Que l'on implore, Qui n'a besoin de rien alors que toute chose a besoin de Lui (2) Il n'engendre pas et n'a pas été engendré (3) et Il n'a aucun égal (4).** »

### Réciter trois fois Sourat Al-Falaq :

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ① مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ② وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ③ وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ ④ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ⑤

*Bismi l-Lahi r-Rahmani r-Rahim (1) Qoul 'a^oudhou birabbi l-falaq (2) min charri ma khalaq (3) wamin charri ghaciqin 'idha waqab (4) wamin charri n-naffathati fi l-^ouqad (5) wamin charri hacidin 'idha haçad (6)*

Ce qui signifie : « **Dis** : je demande au Seigneur de l'aube de me protéger (1) contre le mal des choses qu'Il a créés (2) contre le mal qui apparaît quand le crépuscule s'assombrit (3) contre le mal de celles qui soufflent sur les nœuds pour la magie (4) et contre le mal de l'envieux quand il envie (5). »

### Réciter trois fois Sourat An-Nas :

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ① مَلِكِ النَّاسِ ② إِلَهِ النَّاسِ ③ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ④ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ⑤ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ⑥

*Bismi l-Lahi r-Rahmani r-Rahim (1) Qoul 'a^oudhou birabbi n-nas (2) Maliki n-nas (3) 'ilahi n-nas (4) min charri l-waswaci l-khannas (5) 'al-ladhi youwaswiçou fi soudouri n-nas (6) mina l-jinnati wan-nas (7)*

Ce qui signifie : « **Dis** : Je demande au Seigneur des humains (1), Celui à Qui appartiennent les humains (2), le Dieu des humains (3), de me protéger contre les mauvaises suggestions de celui qui insuffle de mauvaises suggestions dans les cœurs des gens et qui fuit lorsqu'on évoque Dieu (5) qu'il fasse partie des *jinn* ou des humains (6). »

### Réciter 'Ayatou-l-Koursiyy :

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ

*Allahou la 'ilaha 'il-la houwa l-Hayyou l-Qayyoum, la ta'khouduhou sinatoun wala nawm, lahou ma fi s-samawati wama fi l-'ard, man dha l-ladhi yachfa^ou ^indahou 'il-la bi'idhnih, ya^lamou ma bayna 'aydihim wama khalfahoum wala youhitouna bichay'in min ^ilmih 'il-la bima cha', waci^a koursiyyouhou s-samawati wal-'ard, wala ya'oudouhou hifdhouhouma wahouwa l-^Aliyyou l-^Adhim*

Ce qui signifie : « **Allah**, nul ne mérite d'être adoré sinon Lui. Il est Celui Qui a une vie exempte de début et de fin, Qui n'a nul besoin ; Il n'est pris ni par la somnolence ni par le sommeil. À Lui appartient tout ce qui est dans les cieux et tout ce qui est sur terre. Lequel des êtres serait à même d'intercéder auprès de Lui si ce n'est par Sa volonté ? Il sait leur avenir et leur passé, alors qu'ils ne détiennent de ce qu'Il sait que ce qu'Il veut. Son *Koursiyy* est plus large que les cieux et la terre et Il n'a nulle difficulté à les préserver, et Il est Celui Qui a la Supériorité sur Ses créatures par Sa domination, et Celui Qui est éminent, plus que tout autre. »