



**Le remède du cœur pour une
Prière exaucée**

Al Imâm Abû Hâmid Muhammad Al Ghazâlî At Tûsî



Croire en Allâh (qu'Il soit glorifié et exalté) n'a de sens que si le désir de glorifier [Allâh] et que les sentiments de crainte et d'espérance, de révérence et d'humiliation face à une telle Grandeur, devant tant d'imperfections humaines, sont présents. Il suffit d'éprouver une seule fois de tels sentiments, que chaque croyant ressente aussi fortement que ses convictions le sont, pour qu'ils restent à jamais dans le cœur, sauf de temps à autre, à l'occasion d'une prière par exemple, où le cœur et le désir de se confier à Allâh (qu'Il soit glorifié et exalté) sont absents, et l'attention retenue par des idées impromptues. Le croyant ne peut être détourné de sa prière autrement. Seules des idées impromptues réussissant à fixer son esprit y parviennent. Aussi, l'absence du cœur ne peut être guérie qu'en éliminant de telles pensées. Ce qui nécessite d'en étudier les causes, toutes origines confondues, quelles soient de nature intérieure ou extérieure.

Les causes extérieures se rapportent à ce qui attire les sens et l'attention au point que des pensées naissent l'une après l'autre jusqu'à accaparer ainsi l'esprit. Ces causes n'agissent pas sur tout le monde. Ceux qui éprouvent un grand désir de prier et qui accordent une grande importance à la prière échappent à leur emprise.

Pour les autres, le remède est de baisser le regard, de prier dans des pièces obscures, de garder les mains libres, de se rapprocher des murs avoisinants pour réduire le champ de vision, et d'éviter de prier dans les rues ou dans les endroits dont les décors sont susceptibles de retenir l'attention. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle des dévots adoraient Allâh (qu'Il soit glorifié et exalté) dans des petites pièces obscures juste assez grandes pour se prosterner, tandis que d'autres, plus forts, se rendaient à la mosquée le regard baissé, où ils priaient sans rien voir d'autre que l'endroit où ils se prosternaient, car la plénitude de la prière nécessitait selon eux de ne pas savoir qui se trouvait à leur gauche ou à leur droite. Dans le même ordre d'idées, Ibn 'Umar (qu'Allâh les agrée) enlevait toute épée, tout livre, et tout écrit du lieu où il voulait prier.

Quant aux causes internes, il est plus difficile de les circonscrire. L'homme emporté par l'enchevêtrement des préoccupations de ce monde à l'esprit qui virevolte sans arrêt d'un sujet à l'autre. Baisser le regard ne lui permettra pas de se consacrer à sa seule prière. Les pensées qui foisonnent en lui suffisent pour que son esprit s'envole. Il n'a qu'un seul moyen pour figer le

"**Les Étoiles de la Sunna** – Pour la diffusion du savoir authentique." <https://lesetoilesdelasunna.com>

mouvement de sa pensée, celui de s'appliquer pour comprendre les paroles récitées lors de la prière. Il occupera ainsi son esprit, et l'empêchera ce faisant de songer à autre chose que la prière.

Penser à La Vie Future, à la prière en tant qu'échange secret entre le serviteur et son Bien-Aimé (qu'Il soit glorifié et exalté), à la gravité du moment où la créature s'apprêtera à se présenter face à son Seigneur (qu'Il soit glorifié et exalté), avec une peur terrible du Jour de la Résurrection qui se rapproche, l'aidera aussi à éloigner son cœur de tout ce qui ne relève pas du but. Il se doit aussi de vider son cœur de tout ce qui n'est pas Allâh (qu'Il soit glorifié et exalté) comme il se doit pareillement de ne laisser que la prière accaparer son esprit. C'est de la sorte que l'on remédie à l'agitation de la pensée. Le Prophète (que Le Salut et La Paix d'Allâh soient sur lui) a dit une fois à 'Uthmân Ibn Shaybah (qu'Allâh l'agrée) : **« J'ai oublié de te dire de recouvrir la marmite qui est dans la maison, car il ne doit rien rester qui puisse laisser les gens penser à autre chose qu'à la prière. »**

Si malgré tout cela, l'orant n'y parvient pas, il ne lui restera d'autre remède que l'éradication du mal à sa racine, en considérant ce qui, de façon récurrente, l'empêche de prier avec l'esprit présent. Il se rendra compte alors que ses tentations en sont la cause. Il renoncera alors à celles-ci et rompra avec tout ce qui les évoque, en signe de repentir. Ce qui détourne de la prière est ennemi de la religion comme toute force satanique est ennemi du croyant. Mieux vaut donc se séparer des tentations et ne pas les retenir.

« **Rendez-là à Abû Jahm** », a dit une fois Le Prophète en parlant de la tunique brodée offerte par Abû Jahm, un habit dans lequel Il venait de prier, « **et dites-lui de m'offrir à la place un simple vêtement à lui, car le fait de porter cette tunique m'a empêché de prier avec toute mon attention.** »

Une autre fois, il avait demandé de remettre d'anciennes sangles à ses sandales après en avoir fait posées de nouvelles. Il s'était surpris à admirer la beauté de celles-ci alors qu'il était en pleine prière.

Un jour, juste après s'être rendu compte que la vue de belles sandales toutes neuves qu'il venait de mettre l'avait absorbé, Il s'était prosterné en disant : « **J'ai fait le vœu d'être humble devant Allâh afin de ne pas être l'objet de Sa colère.** » Il était ensuite sorti, les avait offertes au premier nécessaire rencontré, et avait demandé à 'Alî Ibn Abî Tâlib (qu'Allâh l'agrée) d'aller lui acheter une paire toute simple.

En une autre occasion, de la chaire, Le Prophète (que Le Salut et La Paix d'Allâh soient sur lui) jeta une bague en or qu'il portait au doigt (c'était à l'époque où l'interdiction de porter de l'or n'avait pas encore été instituée), en expliquant : « **Sa vue me captivait en vous regardant.** »

Abû Talha (qu'Allâh l'agrée) priait dans un enclos lui appartenant lorsqu'un oiseau sautant d'un arbre à un autre captiva son esprit. Il en oublia le nombre d'inclinaisons. Après avoir relaté cet incident au Prophète (que Le Salut et La Paix d'Allâh soient sur lui), il fit don de l'enclos à la Communauté, en signe de pénitence, à charge pour Le Prophète (que Le Salut et La Paix d'Allâh soient sur lui) de l'attribuer à qui Il voulait.

Un homme priait dans un enclos lui appartenant où des palmiers chargés de dattes faisait tellement plaisir à voir qu'il en avait oublié le nombre d'inclinaisons. Après avoir consulté 'Uthmân (qu'Allâh l'agrée), Il fit don de l'enclos à la Communauté, à charge pour 'Uthmân d'en user en vue d'Allâh (qu'Il soit glorifié et exalté). 'Uthmân le céda pour 50 000 dirhams.

Que plus aucune pensée ne vienne les déranger dans leur prière et que leurs négligences passés leur soient pardonnées, tel est ce qu'ils recherchaient en agissant de la sorte. Il n'est de remède radical que de s'attaquer à la racine du mal.

Calmer l'effervescence de la pensée en s'appliquant à comprendre les formules remémorant le souvenir d'Allâh (qu'Il soit glorifié et exalté) n'agit que sur ce qui touche légèrement le cœur et non sur les tentations fortes, qui elles, continueront à attirer leur sujet et vice-versa jusqu'à ce qu'elles le gagnent entièrement. Un tel orant sera alors comme l'homme qui veut réfléchir tranquillement sous un arbre où sifflent des oiseaux et qui sans cesse les chasse sans jamais parvenir à les empêcher de revenir, dans un mouvement aussi incessant qu'inutile. La seule solution s'il veut la paix est d'abattre l'arbre des tentations aux branches si ramifiées et enchevêtrées que les pensées voguent vers elles aussi vite que des oiseaux vers des arbres et des mouches vers des immondices.

Les pensées impromptues sont aussi difficiles à chasser que les mouches (*adh dhuhâb*), appelées ainsi vu qu'à chaque fois qu'elles sont repoussées elles reviennent. Les tentations, qui sont aussi nombreuses que le nombre de gens qu'elles épargnent est réduit, ont toutes comme origine l'amour de la vie profane. C'est là la racine de tout péché, le fondement de tout manquement, et la cause de toute dépravation. Succomber à l'amour de ce monde jusqu'à oublier les dévotions et le viatique de la Vie Future prive à jamais du bonheur de dialoguer avec Le Bien-Aimé (qu'Il soit glorifié et exalté). L'attention de l'homme suit la prunelle de ses yeux. Se trouverait-elle dans le monde terrestre, l'attention s'y trouvera, infailliblement. Pour autant, ce n'est pas une raison pour renoncer à la lutte spirituelle (*mujâhadah*), aux efforts pour rendre le cœur à la prière, en le détournant de ce qui le captive ailleurs.

Certes, le remède est amère, si amère que les hommes y répugnent. Le mal s'est répandu. Il est devenu chronique. Même les meilleurs ne peuvent plus accomplir plus de deux inclinaisons sans se soustraire aux pensées de ce monde. Que dire donc des pauvres et simples mortels que nous sommes ! Il est vain de se faire des illusions là-dessus. Au mieux, il nous sera donné guère mieux qu'une moitié, voire un tiers de prière sans pensées lancinantes. Nous faisons partie de ceux qui mêlent leurs œuvres utiles à des actes vains. Ce qui n'est déjà pas si mal. En un mot, les centres d'intérêt de la vie terrestre et ceux de la Vie Future sont antinomiques. Le développement des uns ne peut se faire qu'au détriment des autres. »

Source : *Al Ihyâ 'Ulûm Ud Dîn – Revivification des Sciences de la Religion* de l'Imâm Abû Hâmid Al Ghazâlî At Tûsî