



NEW MUSLIM  
ACADEMY

# ACCOMPLIR LA SALAT MALGRÉ DES **DIFFICULTÉS PHYSIQUES**



## **Comprendre la dispense et la miséricorde dans la législation des adorations en Islam**

Comprendre la dispense et la miséricorde dans la législation des adorations en Islam

La salat, rituel quotidien, est l'acte d'adoration le plus important dans la vie d'un musulman. La règle par défaut est qu'elle doit être accomplie de la manière prescrite : debout, en s'inclinant, à genoux, le visage contre le sol, et assis. Cette gestuelle fait partie de sa beauté et de sa discipline.

Notre Seigneur Miséricordieux n'impose pas à Ses serviteurs une charge supérieure à leurs capacités. Beaucoup de personnes peuvent se trouver dans des situations où il leur est trop difficile, voire impossible, d'accomplir physiquement la prière rituelle prescrite sous sa forme idéale, que ce soit de manière temporaire en raison d'une douleur, d'une blessure ou d'une maladie, ou de manière permanente en raison d'un âge avancé, d'un handicap ou d'un problème de santé chronique.

L'Islam reconnaît ces réalités et accorde des dispenses clémentes afin que chaque croyant puisse continuer à maintenir sa dévotion à Allah, dans la mesure de ses capacités.

## Principe fondamental: adorer selon ses capacités

Le Messenger Mohammed ﷺ a dit :

« Accomplissez la dévotion rituelle prescrite, la Salah, debout ; si vous ne le pouvez pas, alors assis ; et si vous ne le pouvez pas, alors couché sur le côté. »

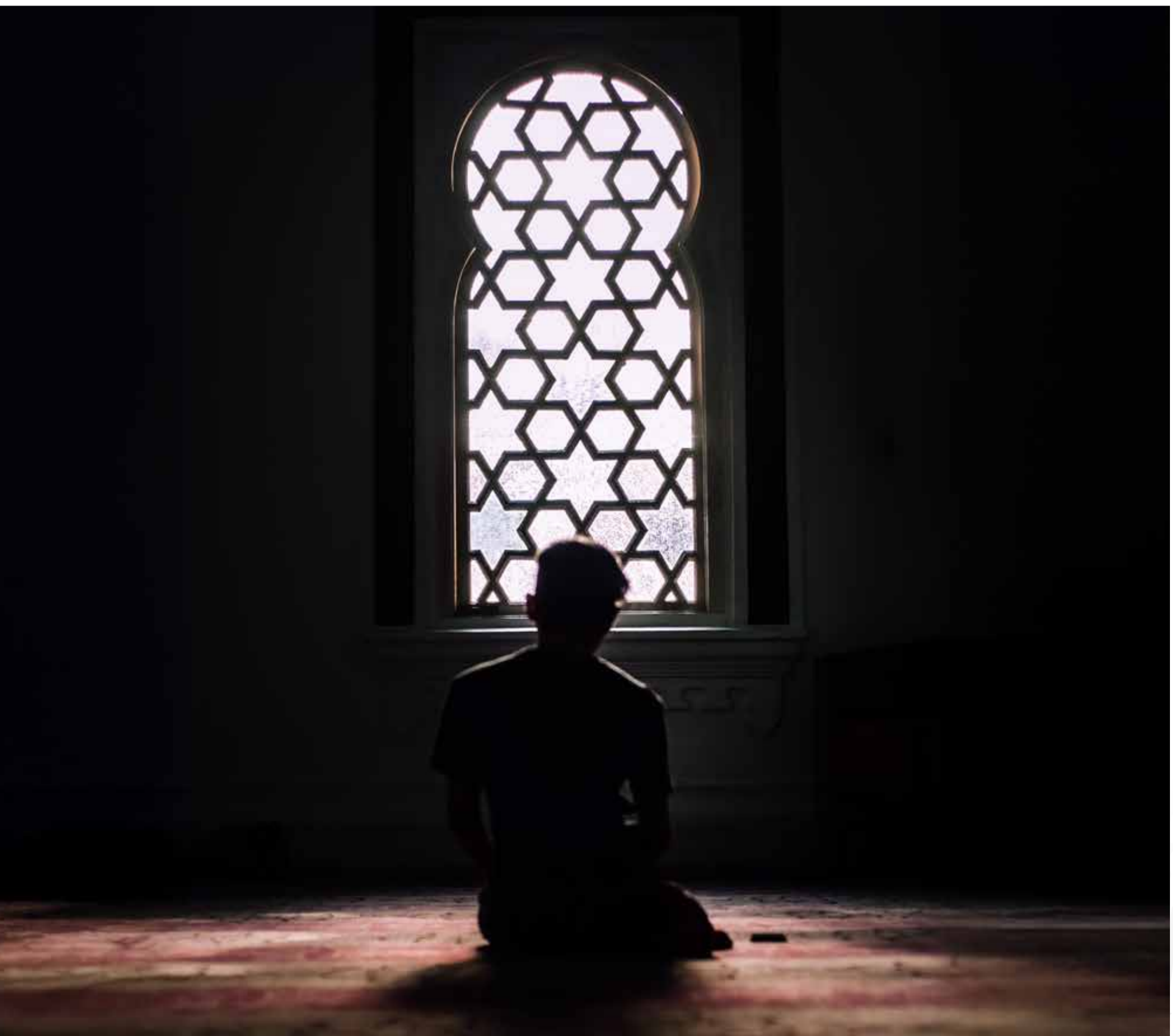
Cette directive est le fondement de la manière dont les musulmans ayant des difficultés physiques doivent aborder la Salat. Elle ne doit être appliquée qu'en cas de besoin, et chaque personne doit faire ce dont elle est capable en fonction de ses capacités.

### Exemples:

- Si une personne peut se tenir debout mais ne peut ni s'incliner ni s'agenouiller, elle doit se tenir debout pour les parties debout, puis s'asseoir pour s'incliner et s'agenouiller.
- Si elle peut s'incliner mais ne peut s'agenouiller, elle doit s'incliner correctement et ne s'asseoir que lorsque cela est nécessaire.
- Si une personne ne peut pas se tenir debout du tout mais peut s'incliner et s'agenouiller, le visage contre le sol, à partir d'une position assise, elle doit s'asseoir et effectuer ces mouvements.

Les érudits musulmans ont souligné qu'une personne doit s'efforcer de prier de la manière idéale, dans la mesure de ses capacités, même en utilisant une canne, un mur, un pilier ou l'aide d'une autre personne si cela l'aide à se tenir debout. Mais si la position debout provoque des douleurs, aggrave l'état de santé ou est impossible, alors il est tout à fait permis de prier assis.

Ce principe est fondé sur l'enseignement du Coran: «Craignez Allah en appliquant Ses commandements autant que vous le pouvez.» (64:16)



## Prier en position assise

Si s'asseoir sur le sol est confortable et faisable, on peut s'asseoir sur les talons. Si cela est difficile, s'asseoir les jambes croisées est acceptable. Si l'on ne peut pas s'asseoir par terre, on peut utiliser une chaise ou un tabouret.

### En position assise:

- On s'incline en penchant légèrement le haut du corps vers l'avant.
- S'agenouiller avec le front au sol est symbolisé par une inclinaison encore plus prononcée, rendant la position agenouillée plus basse que la position inclinée.

## Prier en position allongée

Si la position assise devient également difficile, on peut prier en position allongée sur le côté (de préférence le côté droit) ou sur le dos.

- L'inclinaison et l'agenouillement sont indiqués en baissant doucement la tête.
- Le mouvement d'agenouillement doit être plus bas si l'on est capable de faire la différence.

## **If Movement Is Not Possible Si le mouvement n'est pas possible**

Si une personne est totalement incapable de bouger, par exemple en raison d'une paralysie, d'une perte de contrôle moteur ou d'une immobilisation au lit, elle doit tout de même accomplir le rituel de dévotion:

- en effectuant les mouvements dans son cœur.
- et en récitant les mots appropriés à chaque partie de la prière.

Allah ne tient pas les croyants responsables des actions qu'ils sont physiquement incapables d'accomplir. Le Coran l'affirme à plusieurs reprises:

« Allah n'impose à personne une charge supérieure à sa capacité. » (2:286)

« C'est Lui qui vous a élus; et Il ne vous a imposé aucune gêne dans la religion. » (22:78)

Ces passages constituent le fondement de toutes les dispenses accordées en matière de dévotion.

## La grâce d'Allah pour ceux qui font face à des difficultés

Que les passages suivants vous apportent réconfort et assurance:

« Allah veut vous faciliter les choses et ne veut pas vous les rendre difficiles. » (2:185)

« Allah veut alléger votre fardeau, car le genre humain a été créé faible. » (4:28)

Votre Seigneur connaît votre condition. Il voit vos luttes, vos efforts et votre sincérité. Rien de votre douleur ou de vos limites ne Lui échappe. En fait, Il vous récompense pour votre persévérance et votre endurance.

## Une supplication recommandée par le Messenger Mohammed ﷺ

C'est une bonne habitude bénéfique que de répéter cette belle supplication, recommandée par le Messenger Mohammed ﷺ à la fin de chaque rituel de dévotion prescrit, la Salah:

««Ô Allah, aide-moi à T'évoquer, à Te remercier et à T'adorer de la meilleure manière »»»

Cette supplication renforce votre cœur et protège votre essence spirituelle, même lorsque vos capacités physiques changent.

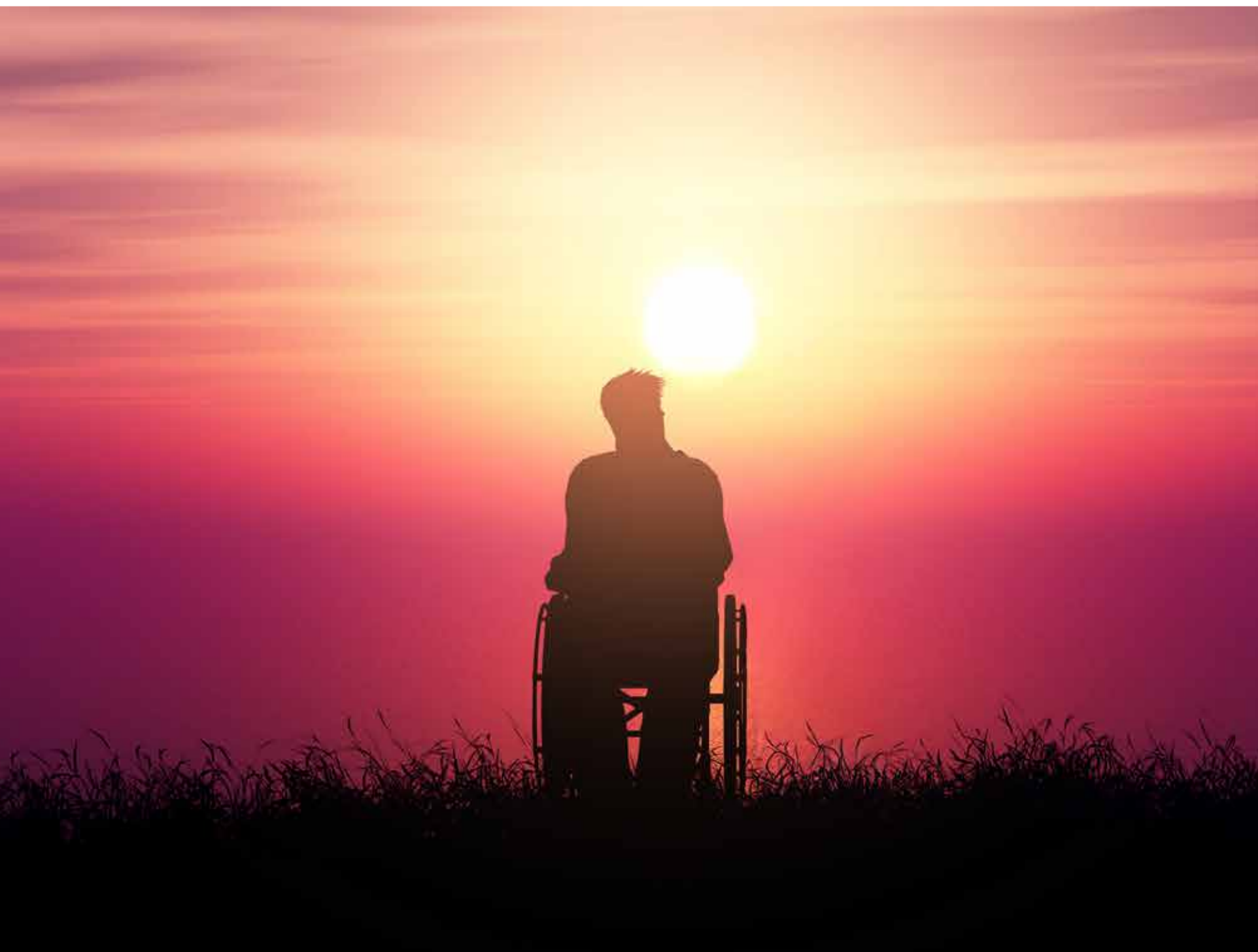
## **L'Islam n'est pas destiné à être un fardeau**

L'Islam est un chemin vers la paix de l'esprit, du cœur et de l'âme. Ses règles ne sont pas destinées à causer du stress ou de la culpabilité. Elles sont plutôt conçues pour vous guider vers la tranquillité intérieure par la dévotion au Tout-Puissant.

Allah connaît votre situation mieux que quiconque, même mieux que vous-même. Il ne vous tient pas rigueur de vos limites. Il ne vous demande que ce qui est à votre portée, rien de plus.

### **Comme le Coran le rassure:**

« Allah n'impose à personne une charge supérieure à celle qu'il peut supporter. » (2:286)



## **Résumé:**

### **vous ne manquez rien, vous adorez Allah comme Il le souhaite**

- Vous priez debout si vous le pouvez.
- Sinon, vous priez assis.
- Si ce n'est pas possible, vous priez allongé.
- Si même cela n'est pas possible, vous priez avec vos intentions et votre cœur.

Chaque croyant a accès à la salat, quelle que soit sa condition physique, car la grâce et la Miséricorde d'Allah sont plus grandes que n'importe quelle épreuve.

Qu'Allah vous accorde la facilité, récompense votre endurance, fortifie votre cœur et vous comble de satisfaction, quelle que soit votre condition.



**NewMuslimAcadamyFR**



**newmuslimacademyfr**



**Newmuslimacade1**

**newmuslimacademy.fr**