



سُورَةُ
الكَهْفِ

الكَهْفِ

Joz:15
Num:18
Ayat:110
Makeya:1-38
Madaneyya:83-101

الجزء:15
ترتيبها:18
عدد الآيات:110
مكية:1-38
مدنية:83-101

قال رسول الله ﷺ: من قرأ سورة الكهف في يوم الجمعة أضاء له من النور ما بين قدميه و عنان السماء.
من أدرك منكم الدجال فقرأ عليه فواتح سورة الكهف كانت له عصمة من الدجال.

10 conseils pour un Joumou'a au top

Al hamdolilah aujourd'hui c'est joumou'a ! Qu'est ce que j'aime le vendredi. Ce petit rituel qui consiste à se faire beau pour Allah, à délaissé quelques instants le monde d'ici bas pour se rapprocher un peu plus de notre Créateur. Ce rendez-vous hebdomadaire est vraiment important en Islam :

Allah le Très Haut a dit :

{ Ô vous qui avez cru! Quand on appelle à la Salat du jour du Vendredi, accourez à l'[invocation](#) d'Allah et laissez tout négoce . Cela est bien meilleur pour vous, si vous saviez! }

[Sourate 62; Al Joumou'a – verset 9]

Vu que c'est un rendez-vous hebdomadaire on a tendance à se laisser porter par **laroutine**. Et c'est dommage car au final le risque est de ne plus retirer grand chose de ce jour. De plus, on trouve beaucoup d'articles sur les recommandations du joumou'a. A tel point qu'on ne sait plus vraiment comment s'y prendre pour profiter de ses bienfaits. Le souci c'est que trop d'informations tuent l'information. C'est un peu le problème d'internet.

Mon intention n'est pas uniquement de faire un article sur les recommandations prophétiques mais aussi (et surtout) de vous conseiller pour que vous soyez au top pour joumou'a. C'est un des objectifs de [Coach my Din](#) : optimiser chacune de nos actions afin de progresser et d'en retirer le meilleur. Mais je vais synthétiser tout ça pour vous dans cet article afin que vous soyez un maximum productif.

Le but final est de **créer un plan d'action** et de **l'appliquer chaque semaine**.

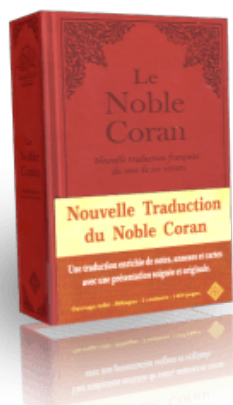
1. Salat al-joumou'a : une prière obligatoire

La prière du vendredi est **obligatoire** pour : tout individu musulman homme, libre, pubère, non malade, résident et qui n'a pas [d'excuse légale](#) (*je vous laisse suivre le lien pour plus de détails*). Je tiens vraiment à insister sur ce point : cette prière est obligatoire **pour les hommes** ! Ne négligeait pas cela mes frères. Sachez que si vous ne rentrez pas dans le cadre des excuses légales, vous commettez un péché en n'allant pas au joumou'a. Et, personnellement, je vois encore trop de frère qui néglige cela... ça m'attriste vraiment. Pour **les femmes**, je rappelle que ce n'est pas obligatoire. Si une femme veut y aller elle peut (dans ce cas elle aura la [même récompense qu'un homme](#)) et si elle ne veut pas elle peut rester chez elle sans problème.

2. Sourate al Kahf

On connaît tous cette sounna qui est de lire [sourate al-Kahf \(la Caverne \)](#). Mais il y a une chose que beaucoup de gens oublient à ce propos. C'est qu'une journée en Islam commence à partir de salat al maghrib et se termine au maghrib de la journée suivante. Par conséquent, joumou'a commence le jeudi lorsque le soleil se couche et se termine le vendredi lorsque le soleil se couche également. Donc pas de panique si vous bossez le vendredi matin, vous avez la possibilité de lire cette sourate dès le jeudi soir 😊
Pour les bienfaits de cette sourate c'est ici : [Les secrets de sourate al-Kahf](#)

Un petit mot pour les personnes qui veulent lire le Qur'an en Français je vous conseille [cette traduction](#) qui est vraiment bien faite car agréable à lire et cohérente au niveau de la tournure des phrases.



Il y a une traduction que l'on trouve beaucoup en France c'est celle de [Mohamed Hamidullah](#). Je respecte bien sûr son travail ; surtout que c'est le premier musulman à avoir traduit le Qur'an en Français (d'après sa biographie). Mais cette traduction est plus compréhensible. Ma technique pour voir en un clin d'œil si une traduction est correcte c'est de regarder sourate al-Fil (sourate 105). Faites le test, vous allez voir ^_^

3. Faire salat an-Nabi

Il y a autre chose que beaucoup oublient : la prière sur le prophète Mouhammad (salallahou alayhi wa salam). Elle est tout aussi importante que sourate al-Kahf. Fixez-vous un objectif. Faites en 100 par exemple. Pour rappel, voici une des façons de la prononcer :

« *Allâhumma salli `alâ muhammad, wa `alâ âli muhammad, kamâ sallayta `alâ ibrahîm, wa `alâ âli ibrahîm, wa bârik `alâ muhammad, wa `alâ âli muhammad, kamâ bârakta `alâ ibrahîm, wa `alâ âli ibrahîm, fi-l `alamin, innaka hamîdun majîd* »

« *Seigneur prie sur Muhammad et sur la famille de Muhammad comme Tu as prié sur Abraham et sur la famille d'Abraham ; Seigneur béni Muhammad et la famille de Muhammad comme Tu as béni Abraham et la famille d'Abraham, dans l'univers, Tu es certes le Très Digne de louanges, le Glorieux* »



4. Faire la grande ablution (Ghusl)

Il est sunna de faire la grande ablution avant d'aller à la prière du vendredi. Pour autant, si pour vous il est compliqué, en terme de temps, de la faire juste avant, vous pouvez la faire le matin. Autre astuce : si vous êtes en état de Janâba (c'est à dire en état d'impureté majeure) et que vous voulez faire le Ghusl pour la prière du vendredi il ne sera pas nécessaire de le faire deux fois. Vous pouvez émettre ce que l'on appelle la [double intention](#) qui vous permettra de faire le Ghusl avec, d'une part, l'intention d'enlever l'état d'impureté majeure (obligatoire), et d'autre part, l'intention de faire la sunna du vendredi (recommandé).

5. S'habiller en blanc (...)

Ce que je trouve dommage c'est que, trop souvent, les fidèles négligent cet aspect. Beaucoup trop de personnes s'habillent normalement, comme s'ils allaient au boulot. Il est préférable de respecter cette tradition. A défaut de [s'habiller en blanc](#) (pour les hommes), essayez au moins de mettre un bel habit, que vous ne mettez pas le reste de la semaine. Bon... pour les femmes, pas besoin de le préciser, bien s'habiller est une évidence pour vous ^-^ Mais pour faire un petit rappel de ce côté-là, il faut que vos vêtements soient amples et évitez les couleurs trop flashy 😊



Si vous n'avez pas de vêtements adaptés pour la prière, n'hésitez pas à prendre les djellabas et les qamis disponibles dans la mosquée. En effet, combien de fois voit-on des frères, habillés court et serré, le bas du dos à l'air? Si ce n'est plus... Qu'Allah nous pardonne.

Faites très attention à ce point car si vous êtes découvert ne serait-ce qu'un peu, entre les genoux et le nombril, votre prière risque d'être invalide! Alors même si vous n'avez pas le « swagg » avec cette vieille djellaba du bled, au moins Allah sera satisfait de vous, et c'est la seule chose qui compte au final.

6. (...) et se faire beau pour Allah

Pour cela, il est recommandé de faire les choses suivantes :

- Se parfumer (sauf pour les femmes)
- Se tailler la moustache (sauf pour les femmes ^__^)
- Se couper les ongles
- Se brosser les dents avec du siwak
- S'épiler/Se raser les aisselles et les poils pubiens etc...

Bref, il faut être beau/belle pour Allah. Et je reprends l'exemple pertinent du [site musulman productif](#) :

Vous vous souvenez de ce jour où il y avait cet événement très important, et où vous avez passé des heures dans la salle de bain à nettoyer chaque petite partie de votre corps, et où vous vous êtes aspergé de toutes sortes de parfums ? C'est exactement ainsi que vous devriez vous préparer pour Joumou'a !

Au passage, tenez, un petit cadeau : [Les pratiques recommandées pour Joumou'a](#)

7. Venir le plus tôt possible

Le Prophète (salallahou 'alayhi wa salam) a dit :

« Celui qui se lave le jour du Vendredi en faisant la grande ablution puis qui se rend à la mosquée à la première heure du jour, c'est comme s'il avait présenté en sacrifice une chamelle. Celui qui s'y rend à la deuxième heure, c'est comme s'il avait présenté une vache. Celui qui s'y rend à la troisième heure, c'est comme s'il avait présenté un bélier cornu. Celui qui s'y rend à la quatrième heure, c'est comme s'il avait présenté une poule. Celui qui s'y rend à la cinquième heure, c'est comme s'il avait présenté un œuf... »

[Rapporté par Al Boukhari et Mouslim.]

Bon ben... j'ai rien de plus à dire là dessus. C'est assez explicite ^^ Mais je vais tout de même vous raconter une petite anecdote :

Dans la mosquée de ma ville, il y a un ancien qui arrive toujours le premier au joumou'a. Au moins deux heures avant, facilement. A noter que la particularité de ce monsieur

c'est qu'il ramène un petit tapis pour protéger son front. Un jour je me suis dit : « il faut que j'arrive avant lui, je veux la plus grande récompense ». J'essaye un jour, puis deux, puis trois, en avançant à chaque fois mon heure d'arrivée. Et à chaque fois il était là avant moi masha Allah. Une fois, j'ai décidé de marquer le coup. Le prêche devait commencer à 14h30 (si mes souvenirs sont bons) et je suis arrivé vers 11h30. J'arrive à la mosquée... pas de chaussures à l'entrée (cool c'est bon signe), je rentre... personne à l'intérieur ->> PARFAIT, je suis enfin le premier ! Je prie les deux unités de salutation de la mosquée et là, qu'est-ce que je vois : le petit tapis !!!



Il était tout simplement parti 2 minutes afin de voir le prix des légumes au petit hanout (boutique) dans la cour de la mosquée... >_<

Au final, le seul moment où j'ai réussi à arriver avant lui c'était quand je faisais [i'tikaf](#), mais bon, ça compte pas vraiment 😊

8. Le trajet jusqu'à la mosquée

Il est bien de venir à pied, si possible. Le prophète (salallahou 'alayhi wa salam) nous dit :

*(...) lorsqu'il fait soigneusement ses ablutions, et sort ensuite pour aller à la mosquée, ne sortant **que** pour la prière, de tous les pas qu'il fait, l'un l'élève d'un degré, et l'autre le décharge d'une faute (...)*

En revanche, si vous venez en voiture, garez-vous normalement, sans gêner personne.

Il est regrettable que certaines personnes ne tiennent pas compte des voisins et se garent devant leurs garages ou n'importe comment sur le trottoir...

Connaissez-vous les conséquences? Je vais vous le dire :

– De un, vous ne respectez pas la Sunna qui dit qu'il faut être la meilleure des personnes avec ses voisins.

-De deux, les mosquées sont souvent dirigées par des associations 1901.

Qui dit association dit dissolution possible par les autorités. Imaginez maintenant que des voisins portent plainte souvent. La police peut décider de dissoudre l'association et par conséquent de faire fermer la mosquée! Alors respectez les règles. Parfois, des frères sont là pour faire le parking, ils vous guideront pour vous garer. Soyez polis et respectueux avec eux, car ils ratent le sermon pour vous faciliter la tâche : pensez-y... Pour les jeunes, n'hésitez pas à vous garer plus loin et laissez les places de parking proches de la mosquée pour les anciens insha Allah. Ça vous permettra en plus de faire quelques pas qui vous apporteront des hassanettes insha Allah.

9. Les bonnes manières (adab) au sein du masjid

C'est bon ! Après toute cette préparation, vous êtes enfin arrivé dans la maison d'Allah 'aza wa djal. Mais... parfois... j'ai pas l'impression que les gens se rendent compte du lieu dans lequel ils sont. Normalement, lorsque nous sommes dans une mosquée, c'est le summum du respect : on y prie, il y a des anges autour de nous, le Qur'an partout... Mais quand je vois certaines personnes je ne peux pas m'empêcher de me dire ça :

Comment ça doit être chez eux ??? Les pauvres femmes, elles doivent galérer ! (on entend des vertes et des pas mûrs côté femme également ->> les pauvres maris ^^)

Il est important **de respecter les bienséances au sein du masjid**. En effet, nous assistons souvent à des choses étonnantes lors du sermon. Pour ma part je vous conseille ceci :

- Rien de plus désagréable qu'une sonnerie de téléphone portable lors du joumou'a, ça déconcentre tout le monde, même l'imam. Donc éteignez votre portable (pas en mode vibreur car cela fait quand même du bruit). Personnellement je le laisse carrément dans la voiture. Vous serez injoignable 2 heures dans la semaine... mais c'est pour la bonne cause non?
- Ne parlez pas lorsque l'imam fait son sermon, c'est totalement interdit! De même, avant ou après le prêche, pensez que vous n'êtes pas seul. Certain(e)s sont en train de prier, d'autres en train de lire le Qur'an, et il est difficile de se concentrer lorsque quelqu'un parle à côté. Sachez qu'en gardant le silence, vous aidez votre frère/soeur à se concentrer dans son acte. À l'inverse, vous pourriez lui gâcher son adoration. Ce n'est pas négligeable.
- Pour les mosquées où la salle d'ablution est proche de la salle de prière : gardez le silence lorsque vous êtes en train de faire le woudhou (aussi bien dans la parole que dans les gestes → expiration de l'eau par le nez 😊)
- Alors ça... je vous cache pas que ça m'énerve un peu : rangez vos chaussures !



(Nota : ce n'est pas ma mosquée ^_^)

- Remettez le Qur'an et autres livres à l'endroit où vous les avez pris. Sachez que, initialement, des frères/sœurs ont fait l'effort de ranger ces livres. Et que ces mêmes personnes repassent systématiquement après vous pour ranger. Ce n'est pas correct, respectez le travail des autres.
- Soyez humbles et modestes lorsque vous rentrez dans la mosquée. Ici, ce n'est pas le quartier, on marche normalement, sans rouler des épaules, la tête basse, pleine d'humilité envers notre Seigneur. Ne soyez donc pas orgueilleux.

10. Transmettez le message

Lorsque vous rentrez à la maison, transmettez à vos proches ce que l'Imam a pu dire dans le prêche. C'est important, cela permet de répandre le message d'Allah 'aza wa djal dans vos familles. Tout le monde est gagnant. Vous savez pourquoi ?

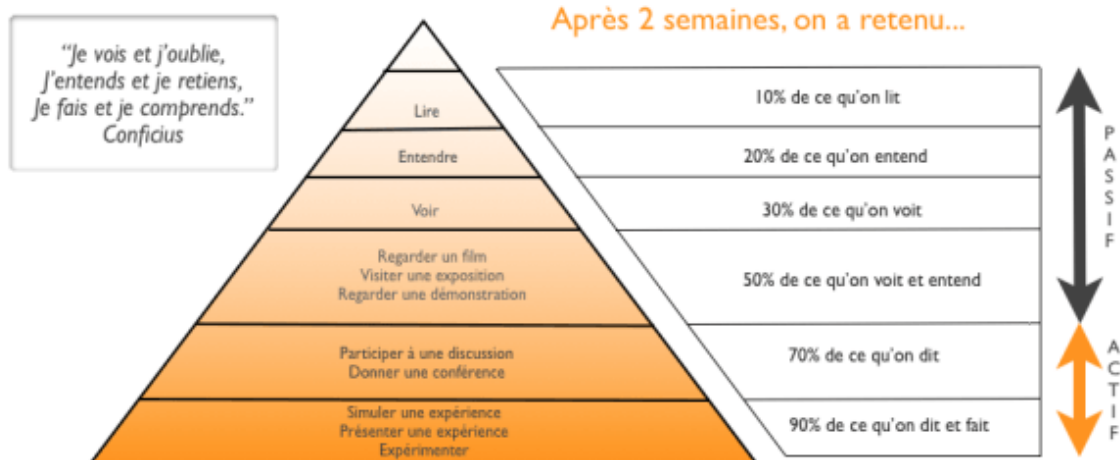
>> D'une part les personnes à qui vous transmettez apprennent des choses, ou au moins, elles bénéficient d'un rappel.

>> D'un autre côté, vous aussi vous apprendrez. Plus précisément, vous mémoriserez beaucoup mieux le prêche.

En effet, lorsque l'on reste passif (c'est à dire que l'on écoute et/ou que l'on regarde la personne) devant quelqu'un qui nous parle, nous ne retenons que très peu l'information (environ 20 à 30%). A l'instant où vous lisez l'article, est-ce que vous vous rappelez du prêche d'il y a deux semaines ? Et celui de la semaine dernière ? Vous voyez...

Alors que lorsqu'on écoute, que l'on voit mais qu'en plus de cela on répète et on expose la chose à une autre personne, nous devenons actifs. Ce qui favorise grandement la [mémorisation](#) (on retiens l'information de 70 à 90% environ). C'est le principe du cône d'apprentissage d'Edgar Dale :

Le cône d'apprentissage d'Edgar Dale



J'ai appris cela, entre autres choses, en suivant la formation en ligne « Boosteur d'intelligence » du frère Abd el Karim : [Trans-formation](#)

Pour aller plus loin

Pour conclure j'aimerais dire que ces conseils s'appliquent à tout le monde, hommes, femmes, converti(e)s, marocains, algériens, turques...Y compris à moi-même. Rappelez vous que nous sommes tous sur un pied d'égalité, que nous avons le prophète Mouhammad (salallahu' alayhi wa salam) comme modèle, et que par conséquent, nous devons être exemplaires!

Ce que je vous conseille c'est de transposer cette liste sous forme de Checklist (sous format papier, excel ou encore via une application) et de commencer à la remplir le jeudi soir. Chaque point évoqué ci-dessus est classé par ordres chronologiques. Bien sûr, vous pouvez en changer l'ordre (à part faire le Ghusl après joumou'a 😊) mais personnellement c'est la façon dont je procède :

Jeudi soir : Lecture de sourate al-Kahf + un maximum de salat an-nabi

Vendredi midi : Ghusl + préparation + je pars tranquillement à la mosquée en continuant les prières sur le prophète (salallahu 'alayhi wa salam) puis je me pose en lisant le Qur'an

Vendredi soir : j'expose le prêche à ma femme et j'échange avec elle sur le sujet du sermon

N'hésitez pas à me dire ce que vous avez pensé de l'article et si vous utilisez la checklist faites moi vos retours, ça me sera utile! Si vous avez aimé >> partagez, partagez, partagez ! Car le vrai croyant est celui qui aime pour son frère ce qu'il aime pour soi-même !

Bon jumaa à tous, qu'Allah nous accorde la meilleure des récompenses!