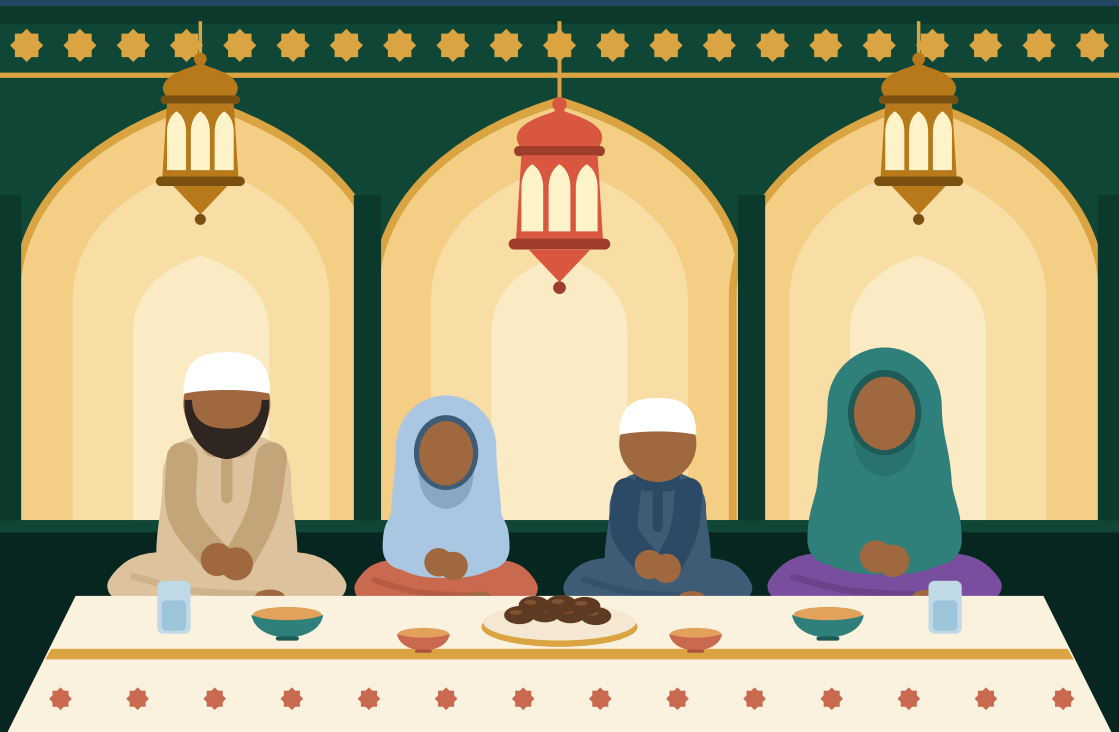
LIVRE DU MOIS

Ramadan

رمضان

1447 AH · 18 février – 19 mars 2026



RAMADAN · 1447 AH

À propos de ce mois

Le Ramadan est le mois où le Qur'an a été descendu pour guider les gens. Allah nous a prescrit son jeûne comme Il l'a prescrit à ceux d'avant nous, afin que nous ayons la taqwa. Celui qui le jeûne avec foi et en espérant la récompense, et celui qui se tient en prière pendant ses nuits de la même façon, voit ses péchés passés pardonnés. Dans les nuits impaires de ses dix derniers jours se trouve Laylat al-Qadr, meilleure que mille mois. Le Prophète ﷺ était au plus généreux pendant le Ramadan, quand Jibril le rencontrait chaque nuit pour étudier le Qur'an avec lui. Celui qui est malade ou en voyage rattrape les jours plus tard, et une femme aussi pour les jours de ses règles.



شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنْزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ
مِنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ ۚ فَمَنْ شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ ۖ
وَمَنْ كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ ۗ يُرِيدُ
اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ
وَلِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَىٰ مَا هَدَاكُمْ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿١٨٥﴾

C'est au mois de Ramadan que fut révélé le Qur'an dont les enseignements indiquent clairement aux hommes la voie du salut en leur permettant de discerner le vrai du faux. Quiconque parmi vous est présent en ce mois devra donc le jeûner. Quant à celui qui est malade ou en voyage, il devra jeûner un nombre équivalent de jours. Allah veut vous faciliter les choses, non les rendre malaisées, et vous permettre de jeûner le mois en entier et de célébrer, en signe de reconnaissance, Sa grandeur pour vous avoir guidés.

QUR'AN 2:185

Le mois en un coup d'œil

Tu as fait quelque chose de bien 30 jours durant le mois de Ramadan.

L	M	M	J	V	S	D
		1 18	2 19	3 20	4 21	5 22
6 23	7 24	8 25	9 26	10 27	11 28	12 1
13 2	14 3	15 4	16 5	17 6	18 7	19 8
20 9	21 10	22 11	23 12	24 13	25 14	26 15
27 16	28 17	29 18	30 19			

Un jour où tu as coché quelque chose — Les jours blancs
Les dix dernières nuits



Ce que tu as fait

30 jours actifs

27
défis

65
objectifs de tes Sunan

51
lectures complètes des adhkar

34
étapes de Sabil

3
projets entre amis

30
jours d'affilée

1189
points

Ce n'est que ce que tu as coché ici ; Allah sait tout ce que tu as fait.

Jour après jour

Chaque point est un jour où tu l'as coché.



Les dix dernières nuits

10 nuits où tu as coché quelque chose.

20 21 22 23 24 25 26 27 28 29

PENDANT CES NUITS

20 Ramadan	Dis la du'a de Laylat al-Qadr
22 Ramadan	Passe un moment en i'tikaf à la mosquée
23 Ramadan	Sois plus généreux que d'habitude aujourd'hui
24 Ramadan	Fais le point sur tes objectifs du Ramadan
25 Ramadan	Récite les trois Qul matin et soir
26 Ramadan	Dis Subhanallahi wa bihamdihi 100 fois
27 Ramadan	Dis à un proche ce que tu apprécies chez lui
28 Ramadan	Espère en la miséricorde d'Allah
29 Ramadan	Offre une heure de bénévolat

كَانَ النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم إِذَا دَخَلَ الْعَشْرُ شَدَّ مِئْزَرَهُ، وَأَحْيَا لَيْلَهُ، وَأَيْقَظَ أَهْلَهُ

'Aishah (qu'Allah l'agrée) relate : Lorsque les dix (derniers jours de Ramadan) commençaient, le Prophète ﷺ serrait son pagne, veillait la nuit (en adoration) et réveillait sa famille.

BUKHARI 2024

Tes défis

DHIKR

16 Ramadan

Remercie Allah à l'iftar

Remarque comme cette première gorgée d'eau est bonne.

17 Ramadan

Dis cette nuit la meilleure du'a pour demander pardon

Le Prophète ﷺ a appelé les paroles ci-dessous la meilleure façon de demander pardon, et a dit que celui qui les dit la nuit avec conviction et meurt avant le matin fait partie des gens du Paradis.

25 Ramadan

Récite les trois Qul matin et soir

Récite al-Ikhlas, al-Falaq et an-Nas trois fois ce matin et trois fois ce soir.

26 Ramadan

Dis Subhanallahi wa bihamdihi 100 fois

Dis « Subhanallahi wa bihamdihi » 100 fois aujourd'hui : sur le trajet, pendant une attente ou après une prière.

SADAQAH

12 Ramadan

Paie la zakat al-fitr avant la prière de l'Eid

La zakat al-fitr est due pour tout musulman, petit ou grand.

14 Ramadan

Soutiens l'iftar de ta mosquée

Beaucoup de mosquées et d'associations servent l'iftar chaque soir à tous ceux qui viennent : étudiants, voyageurs, personnes dans le besoin.

19 Ramadan

Donne une sadaqah chaque nuit des dix dernières

Le Prophète ﷺ était le plus généreux des hommes, et plus que jamais pendant le Ramadan.

23 Ramadan

Sois plus généreux que d'habitude aujourd'hui

Le Prophète ﷺ était le plus généreux des hommes, et plus que jamais pendant le Ramadan.

PRIÈRE

2 Ramadan

Tiens-toi en prière cette nuit, avec foi et espoir

Le Prophète ﷺ a dit que celui qui se tient en prière durant Laylat al-Qadr avec foi et en espérant la récompense, ses péchés passés lui sont pardonnés.

11 Ramadan

Prie les tarawih ce soir

Prie les tarawih ce soir, à la mosquée en assemblée ou à la maison, autant de raka'at que tu peux prier avec concentration.

22 Ramadan

Passe un moment en i'tikaf à la mosquée

Le Prophète ﷺ a passé les dix derniers jours du Ramadan en i'tikaf à la mosquée jusqu'à la fin de sa vie, et ses épouses l'ont fait après lui.

DU'A

4 Ramadan

Recherche Laylat al-Qadr cette nuit

Le Prophète ﷺ nous a dit de rechercher Laylat al-Qadr dans les nuits impaires des dix dernières.

20 Ramadan

Dis la du'a de Laylat al-Qadr

Aisha a demandé au Prophète ﷺ ce qu'elle devait dire si elle vivait Laylat al-Qadr, et il lui a appris la courte du'a ci-dessous : Allahumma innaka 'afuwwun tuhibbul-'afwa fa'fu 'anni.

24 Ramadan

Fais le point sur tes objectifs du Ramadan

Ressors les objectifs que tu t'es fixés au début du Ramadan ou, si tu n'en as pas fixé, repense simplement à tes journées jusqu'ici.

AKHLAQ

5 Ramadan

Échange une heure d'écran contre quelque chose de durable

Les jours du Ramadan sont peu nombreux et passent vite.

15 Ramadan

Reste doux même fatigué et affamé

Les nuits courtes et les longues journées rendent tout le monde plus irritable, à la maison, au travail et sur la route.

18 Ramadan

Fais la paix avant la fin du Ramadan

Le Prophète ﷺ est sorti pour annoncer à ses compagnons la date de Laylat al-Qadr, mais deux hommes se disputaient, et sa connaissance a été retirée.

FAMILLE

3 Ramadan

Prépare ta famille pour l'Eid

Le Prophète ﷺ a dit à Abu Bakr : « Ô Abu Bakr, chaque peuple a son Eid, et ceci est notre Eid. » Fais-en un jour qu'on attend avec joie : assieds-toi avec ceux de ton foyer et organisez-le ensemble.

10 Ramadan

Aide pour l'iftar sans qu'on te le demande

L'heure avant l'iftar est souvent la plus chargée de la journée à la maison.

27 Ramadan

Dis à un proche ce que tu apprécies chez lui

Dis aujourd'hui à un membre de ta famille, précisément, ce que tu apprécies chez lui : quelque chose qu'il a fait, une qualité que tu admires.

QUR'AN

1 Ramadan

Fais un plan de Qur'an pour ce Ramadan

Le Ramadan est le mois au cours duquel le Qur'an a été descendu.

8 Ramadan

Révise le Qur'an avec quelqu'un

Chaque nuit du Ramadan, Jibril rencontrait le Prophète ﷺ pour étudier avec lui le Qur'an.

COMMUNAUTÉ

9 Ramadan

Invite quelqu'un à ton iftar

Invite quelqu'un qui romprait peut-être son jeûne seul : un étudiant loin de chez lui, un nouveau musulman, un voisin qui vit seul, un collègue.

29 Ramadan

Offre une heure de bénévolat

Donne une heure aujourd'hui à une bonne cause : aide à la mosquée, dans une banque alimentaire, pour le déménagement d'un voisin ou dans une initiative locale.

JEÛNE

7 Ramadan

Romps ton jeûne à temps, avec des dattes

Quand le soleil est couché, ne tarde pas : romps ton jeûne tout de suite, avant de prier Maghrib, comme le faisait le Prophète ﷺ : avec quelques dattes fraîches, ou sèches, ou quelques gorgées d'eau s'il n'y en a pas.

AQEEDAH

28 Ramadan

Espère en la miséricorde d'Allah

Lis lentement aujourd'hui le verset 39:53 du Qur'an.

VIE DU PROPHÈTE

30 Ramadan

Lis sur l'honnêteté du Prophète ﷺ

Quand le Prophète ﷺ a appelé Quraysh ouvertement pour la première fois, ils lui ont dit : nous ne t'avons jamais connu que disant la vérité.

Sunan

JUMU'AH

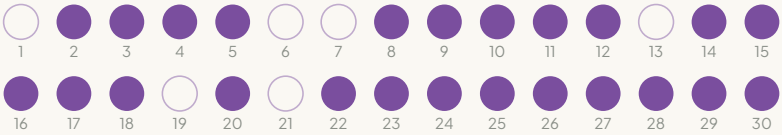
Coché 4 jours



Lis la surah al-Kahf	4 fois
Beaucoup de prières sur le Prophète ﷺ	4 fois
Du'a dans la dernière heure après le 'Asr	4 fois
La Jumu'ah, à la mosquée ou à la maison	4 fois

WITR ET PRIÈRE DE NUIT

Coché 24 jours



Prie la nuit	21 fois
Prie le witr	18 fois
Du'a dans la nuit	10 fois

Adhkar

ADHKAR DU MATIN



Lus en entier 21 jours

ADHKAR DU SOIR



Lus en entier 19 jours

ADHKAR APRÈS LA PRIÈRE



Lus en entier 7 jours

POUR LES MUSULMANS OPPRIMÉS



Lus en entier 4 jours

Sabil

LIS LE QUR'AN EN ENTIER



30 étapes sur 30 30 étapes ce mois-ci
Terminé le 29 Ramadan

COURTES SUWAR PAR CŒUR



7 étapes sur 10 4 étapes ce mois-ci
Al-Masad, An-Nasr, Al-Kafirun, Al-Kawthar

Suhbah

L'iftar ensemble
10 Ramadan · 27 février

Cercle de Qur'an
17 Ramadan · 6 mars

L'iftar ensemble
24 Ramadan · 13 mars

Ton journal

Chaque jour où tu as fait une bonne action, avec les versets et les hadith sur lesquels elle repose.

1 Ramadan

MERCREDI · 18 février 2026

Fais un plan de Qur'an pour ce Ramadan QUR'AN

QUR'AN 2:185 · VOIR P. 3

Adhkar du matin ADHKAR

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾ وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا ﴿٤٢﴾

Vous qui croyez ! Invoquez fréquemment le nom d'Allah. Célébrez Sa sainteté et Sa gloire matin et soir.

QUR'AN 33:41–42

Adhkar du soir ADHKAR

QUR'AN 33:41–42

Partie 1 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

كِتَابٌ أَنزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكٌ لِّيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُولُو الْأَلْبَابِ ﴿٢٩﴾

Voici un livre béni que Nous t'avons révélé afin que les hommes en méditent les enseignements et que ceux qui sont doués de raison en tirent des leçons.

QUR'AN 38:29

2 Ramadan

JEUDI · 19 février 2026

Tiens-toi en prière cette nuit, avec foi et espoir PRIÈRE

مَنْ يَقُمْ لَيْلَةَ الْقَدْرِ إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ

Celui qui se tient en prière durant Laylat al-Qadr avec une foi sincère et en espérant la récompense d'Allah, ses péchés passés lui seront pardonnés.

BUKHARI 35

Prie la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT

رَجُلاً، سَأَلَ رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم عَنْ صَلاَةِ اللَّيْلِ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم صَلاَةُ اللَّيْلِ مَثْنَى مَثْنَى، فَإِذَا خَشِيَ أَحَدُكُمُ الصُّبْحَ صَلَّى رَكْعَةً وَاحِدَةً، تُوتِرُ لَهُ مَا قَدْ صَلَّى

Ibn 'Umar (qu'Allah les agrée, lui et son père) relate qu'un homme interrogea le Messager d'Allah ﷺ sur la prière de la nuit. Le Messager d'Allah ﷺ dit : « La prière de la nuit se fait deux (raka'at) par deux. Lorsque l'un de vous craint (l'arrivée de) l'aube, qu'il prie une seule rak'ah, qui rend impair (witr) ce qu'il a prié. »

BUKHARI 990

أَفْضَلُ الصِّيَامِ بَعْدَ رَمَضَانَ شَهْرُ اللَّهِ الْمُحَرَّمُ وَأَفْضَلُ الصَّلاَةِ بَعْدَ الْفَرِيضَةِ صَلاَةُ اللَّيْلِ

Le meilleur jeûne après Ramadan est (celui du) mois d'Allah, al-Muharram, et la meilleure prière après la prière prescrite est la prière de la nuit.

MUSLIM 1163

Prie le witr WITR ET PRIÈRE DE NUIT

اجْعَلُوا آخِرَ صَلاَتِكُمْ بِاللَّيْلِ وِتْرًا

'Abdullah ibn 'Umar (qu'Allah les agrée, lui et son père) relate que le Prophète ﷺ a dit : « Faites du witr la dernière de vos prières de la nuit. »

BUKHARI 998

أَيُّكُمْ خَافَ أَنْ لاَ يَقُومَ مِنْ آخِرِ اللَّيْلِ فَلْيُوتِرْ ثُمَّ لْيَرْقُدْ وَمَنْ وَثِقَ بِقِيَامٍ مِنَ اللَّيْلِ فَلْيُوتِرْ مِنْ آخِرِهِ فَإِنَّ قِرَاءَةَ آخِرِ اللَّيْلِ مَحْضُورَةٌ وَذَلِكَ أَفْضَلُ

Jabir (qu'Allah l'agrée) relate que le Messager d'Allah ﷺ a dit : « Celui d'entre vous qui craint de ne pas se lever à la fin de la nuit, qu'il prie le witr (au début) puis qu'il dorme. Et celui qui est sûr de se lever pendant la nuit, qu'il prie le witr à la fin de celle-ci, car la récitation de la fin de la nuit a des témoins (les anges), et cela est meilleur. »

✸ MUSLIM 755B

Lis la surah al-Kahf JUMU'AH

من قرأ سورة الكهف في يوم الجمعة أضاء له من النور ما بين الجمعتين

Celui qui récite la sourate al-Kahf le vendredi, une lumière brillera vivement pour lui jusqu'au vendredi suivant.

✸ AL-HAKIM 3392

Adhkar du matin ADHKAR

Adhkar du soir ADHKAR

Partie 2 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

3 Ramadan

VENDREDI · 20 février 2026

Prépare ta famille pour l'Eid FAMILLE

يَا أَبَا بَكْرٍ إِنَّ لِكُلِّ قَوْمٍ عِيدًا، وَهَذَا عِيدُنَا

'Aishah (qu'Allah l'agrée) relate : ... Le Messager d'Allah ﷺ dit : « Ô Abu Bakr, chaque peuple a une fête (Aïd), et ceci est notre fête. »

✸ BUKHARI 952

Prie la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT

Beaucoup de prières sur le Prophète ﷺ JUMU'AH

إِنَّ مِنْ أَفْضَلِ أَيَّامِكُمْ يَوْمَ الْجُمُعَةِ فِيهِ خُلِقَ آدَمُ وَفِيهِ قُبِضَ وَفِيهِ النَّفْخَةُ وَفِيهِ الصَّعْقَةُ فَأَكْثِرُوا عَلَيَّ مِنَ الصَّلاَةِ فِيهِ فَإِنَّ صَلاَتَكُمْ مَعْرُوضَةٌ عَلَيَّ. قَالَ قَالُوا يَا رَسُولَ اللَّهِ وَكَيْفَ تُعْرَضُ صَلاَتُنَا عَلَيْكَ وَقَدْ أَرِمْتَ يَقُولُونَ بَلِيتَ. فَقَالَ إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ حَرَّمَ عَلَى الأَرْضِ أَجْسَادَ الأَنْبِيَاءِ

Aws ibn Aws (qu'Allah l'agrée) rapporte que le Prophète ﷺ a dit : « Parmi les meilleurs de vos jours, il y a le vendredi : en ce jour Adam (que la paix soit sur lui) fut créé, en ce jour il mourut, en ce jour on soufflera (dans la Trompe) et en ce jour aura lieu le foudroiement. Multipliez donc les salawat sur moi ce jour-là, car vos salawat me sont présentées. » Ils dirent : « Ô Messager d'Allah ﷺ, comment nos salawat te seront-elles présentées alors que tu seras décomposé ? » – ils voulaient dire : tombé en poussière. Il dit : « Allah, le Puissant et Majestueux, a interdit à la terre (de consumer) les corps des prophètes. »

✸ ABU DAWUD 1047

Du'a dans la dernière heure après le 'Asr JUMU'AH

أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم ذَكَرَ يَوْمَ الْجُمُعَةِ فَقَالَ فِيهِ سَاعَةٌ لاَ يُوَافِقُهَا عَبْدٌ مُسْلِمٌ، وَهْوَ قَائِمٌ يُصَلِّي، يَسْأَلُ اللَّهَ تَعَالَى شَيْئًا إِلاَّ أَعْطَاهُ إِيَّاهُ. وَأَشَارَ بِيَدِهِ يُقَلِّلُهَا

Abu Hurayrah (qu'Allah l'agrée) relate que le Messager d'Allah ﷺ parla du vendredi et dit : « Il s'y trouve un moment : aucun serviteur musulman ne le rencontre, debout en prière, demandant quelque chose à Allah, le Très-Haut, sans qu'Il le lui accorde. » Et il indiqua de la main combien il est court.

✸ BUKHARI 935

يَوْمُ الْجُمُعَةِ ثِنْتَا عَشْرَةَ ـ يُرِيدُ سَاعَةً ـ لاَ يُوجَدُ مُسْلِمٌ يَسْأَلُ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ شَيْئًا إِلاَّ آتَاهُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ فَالْتَمِسُوهَا آخِرَ سَاعَةٍ بَعْدَ الْعَصْرِ

Jabir ibn 'Abdullah (qu'Allah les agrée, lui et son père) rapporte que le Prophète ﷺ a dit : « Le vendredi compte douze – il voulait dire : heures. (En l'une d'elles) il ne se trouve pas de musulman qui demande quelque chose à Allah, le Puissant et Majestueux, sans qu'Allah, le Puissant et Majestueux, ne le lui accorde. Cherchez-la donc à la dernière heure après le 'Asr. »

✸ ABU DAWUD 1048

La Jumu'ah, à la mosquée ou à la maison JUMU'AH

الْجُمُعَةُ حَقٌّ وَاجِبٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ فِي جَمَاعَةٍ إِلاَّ أَرْبَعَةً عَبْدٌ مَمْلُوكٌ أَوِ امْرَأَةٌ أَوْ صَبِيٌّ أَوْ مَرِيضٌ

Tariq ibn Shihab (qu'Allah l'agrée) rapporte que le Prophète ﷺ a dit : « La Jumu'ah en groupe est un droit obligatoire pour tout musulman, sauf pour quatre : un esclave, une femme, un jeune garçon ou un malade. »

✸ ABU DAWUD 1067

لاَ تَمْنَعُوا إِمَاءَ اللَّهِ مَسَاجِدَ اللَّهِ

Ibn 'Umar (qu'Allah les agrée, lui et son père) relate : … la parole du Messager d'Allah ﷺ : « N'interdisez pas aux servantes d'Allah les mosquées d'Allah. »

✸ BUKHARI 900

Adhkar du matin ADHKAR

Partie 3 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

4 Ramadan

SAMEDI · 21 février 2026

Recherche Laylat al-Qadr cette nuit DU'A

تَحَرَّوْا لَيْلَةَ الْقَدْرِ فِي الْوِتْرِ مِنَ الْعَشْرِ الأَوَاخِرِ مِنْ رَمَضَانَ

'Aishah (qu'Allah l'agrée) relate que le Messager d'Allah ﷺ a dit :
« Recherchez Laylat al-Qadr dans les (nuits) impaires des dix derniers (jours) de Ramadan. »

✸ BUKHARI 2017

إِنَّا أَنزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةِ الْقَدْرِ ﴿١﴾ وَمَا أَدْرَاكَ مَا لَيْلَةُ الْقَدْرِ ﴿٢﴾ لَيْلَةُ الْقَدْرِ خَيْرٌ مِنْ أَلْفِ شَهْرٍ ﴿٣﴾ تَنَزَّلُ الْمَلَائِكَةُ وَالرُّوحُ فِيهَا بِإِذْنِ رَبِّهِمْ مِنْ كُلِّ أَمْرٍ ﴿٤﴾ سَلَامٌ هِيَ حَتَّىٰ مَطْلَعِ الْفَجْرِ ﴿٥﴾

Nous l'avons révélé au cours de la Nuit des décrets divins. Mais qui pourrait t'indiquer ce qu'est la Nuit des décrets divins ? La Nuit des décrets divins est plus bénie que mille mois réunis. Porteurs de tous les arrêts divins, les anges et l'Esprit descendent sur ordre de leur Seigneur au cours de cette nuit. C'est une nuit remplie de paix et de bénédiction jusqu'à l'apparition de l'aube.

✸ QUR'AN 97:1-5

Prie le witr WITR ET PRIÈRE DE NUIT

Adhkar du matin ADHKAR

Adhkar du soir ADHKAR

Adhkar après la prière ADHKAR

فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَاذْكُرُوا اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ ۚ فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ ۚ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا ﴿١٠٣﴾

Une fois la prière accomplie, vous pouvez invoquer le nom d'Allah, debout, assis ou allongés sur le côté. Et lorsque vous vous retrouvez en sécurité, accomplissez la prière de façon normale. La prière doit être observée par les croyants à des heures déterminées.

✸ QUR'AN 4:103

Partie 4 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

Al-Masad COURTES SUWAR PAR CŒUR

خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ

'Uthman (qu'Allah l'agrée) rapporte : Le Prophète ﷺ a dit : « Les meilleurs d'entre vous sont ceux qui apprennent le Qur'an et l'enseignent. »

✸ BUKHARI 5027

وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِنْ مُدَّكِرٍ ﴿١٧﴾

Nous avons rendu le Qur'an aisé à comprendre. Y a-t-il quelqu'un pour en méditer les enseignements ?

✸ QUR'AN 54:17

---

5 Ramadan

DIMANCHE · 22 février 2026

Échange une heure d'écran contre quelque chose de durable

AKHLAQ

نِعْمَتَانِ مَغْبُونٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ

Ibn 'Abbas (qu'Allah les agrée, lui et son père) relate que le Prophète ﷺ a dit : « Il y a deux bienfaits dont beaucoup de gens sont lésés : la santé et le temps libre. »

✸ BUKHARI 6412

- **Prie la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Adhkar du soir** ADHKAR
- **Partie 5** LIS LE QUR'AN EN ENTIER

6 Ramadan

LUNDI · 23 février 2026

- **Partie 6** LIS LE QUR'AN EN ENTIER

7 Ramadan

MARDI · 24 février 2026

- **Romps ton jeûne à temps, avec des dattes** JEÛNE

لاَ يَزَالُ النَّاسُ بِخَيْرٍ مَا عَجَّلُوا الْفِطْرَ

Sahl ibn Sa'd (qu'Allah l'agrée) relate que le Messager d'Allah ﷺ a dit : « Les gens ne cesseront d'être dans le bien tant qu'ils se hâteront de rompre le jeûne. »

BUKHARI 1957

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم يُفْطِرُ عَلَى رُطَبَاتٍ قَبْلَ أَنْ يُصَلِّيَ فَإِنْ لَمْ تَكُنْ رُطَبَاتٌ فَعَلَى تَمَرَاتٍ فَإِنْ لَمْ تَكُنْ حَسَا حَسَوَاتٍ مِنْ مَاءٍ

Anas ibn Malik (qu'Allah l'agrée) rapporte : Le Messager d'Allah ﷺ rompait son jeûne avant de prier avec quelques dattes fraîches ; s'il n'y avait pas de dattes fraîches, alors avec quelques dattes sèches ; et s'il n'y en avait pas, il buvait quelques gorgées d'eau.

ABU DAWUD 2356

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم إِذَا أَفْطَرَ قَالَ ذَهَبَ الظَّمَأُ وَابْتَلَّتِ الْعُرُوقُ وَثَبَتَ الأَجْرُ إِنْ شَاءَ اللَّهُ

Ibn 'Umar (qu'Allah les agrée, lui et son père) dit : Lorsque le Messager d'Allah ﷺ rompait son jeûne, il disait : « La soif est partie, les veines sont humectées et la récompense est assurée, in sha' Allah. »

ABU DAWUD 2357

- **Adhkar du matin** ADHKAR
- **Adhkar du soir** ADHKAR
- **Partie 7** LIS LE QUR'AN EN ENTIER

8 Ramadan

MERCREDI · 25 février 2026

- **Révise le Qur'an avec quelqu'un** QUR'AN

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم أَجْوَدَ النَّاسِ، وَكَانَ أَجْوَدُ مَا يَكُونُ فِي رَمَضَانَ حِينَ يَلْقَاهُ جِبْرِيلُ، وَكَانَ يَلْقَاهُ فِي كُلِّ لَيْلَةٍ مِنْ رَمَضَانَ فَيُدَارِسُهُ الْقُرْآنَ، فَلَرَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم أَجْوَدُ بِالْخَيْرِ مِنَ الرِّيحِ الْمُرْسَلَةِ

Ibn 'Abbas (qu'Allah les agrée, lui et son père) relate : Le Messager d'Allah ﷺ était le plus généreux des hommes, et il était au sommet de sa générosité pendant le mois de Ramadan, lorsque Jibril (que la paix soit sur lui) le rencontrait. Jibril le rencontrait chaque nuit de Ramadan et étudiait avec lui le Qur'an. Le Messager d'Allah ﷺ était certes plus généreux dans le bien que le vent qui souffle librement.

✸ BUKHARI 6

- **Prie la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Prie le witr** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Adhkar du matin** ADHKAR
- **Adhkar du soir** ADHKAR
- **Adhkar après la prière** ADHKAR

Pour les musulmans opprimés ADHKAR

تَرَى الْمُؤْمِنِينَ فِي تَرَاحُمِهِمْ وَتَوَادِّهِمْ وَتَعَاطُفِهِمْ كَمَثَلِ الْجَسَدِ إِذَا اشْتَكَى عُضْوًا تَدَاعَى لَهُ سَائِرُ جَسَدِهِ بِالسَّهَرِ وَالْحُمَّى

An-Nu'man ibn Bashir (qu'Allah les agrée, lui et son père) rapporte : Le Messager d'Allah ﷺ a dit : « Tu vois les croyants, dans leur miséricorde, leur affection et leur bienveillance mutuelles, semblables à un seul corps : lorsqu'un membre souffre, le reste du corps s'associe à lui par l'insomnie et la fièvre. »

✸ BUKHARI 6011

مَا مِنْ عَبْدٍ مُسْلِمٍ يَدْعُو لأَخِيهِ بِظَهْرِ الْغَيْبِ إِلاَّ قَالَ الْمَلَكُ وَلَكَ بِمِثْلٍ

Abu ad-Darda' (qu'Allah l'agrée) rapporte que le Messager d'Allah ﷺ a dit : « Il n'est pas de serviteur musulman qui fasse une invocation en faveur de son frère en son absence sans que l'ange ne dise : “Et pour toi de même.” »

✸ MUSLIM 2732

Partie 8 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

9 Ramadan

JEUDI · 26 février 2026

Invite quelqu'un à ton iftar COMMUNAUTÉ

أَنَّ رَجُلاً، سَأَلَ النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم أَىُّ الإِسْلاَمِ خَيْرٌ قَالَ تُطْعِمُ الطَّعَامَ، وَتَقْرَأُ السَّلاَمَ عَلَى مَنْ عَرَفْتَ وَمَنْ لَمْ تَعْرِفْ

'Abdullah ibn 'Amr (qu'Allah les agrée, lui et son père) relate : Un homme demanda au Prophète ﷺ : « Quelles (œuvres de l')islam sont les meilleures ? » Il répondit : « Que tu donnes à manger et que tu adresses le salam à qui tu connais et à qui tu ne connais pas. »

✸ BUKHARI 12

مَنْ فَطَّرَ صَائِمًا كَانَ لَهُ مِثْلُ أَجْرِهِ غَيْرَ أَنَّهُ لاَ يَنْقُصُ مِنْ أَجْرِ الصَّائِمِ شَيْئًا

Zayd ibn Khalid al-Juhani (qu'Allah l'agrée) relate que le Messager d'Allah ﷺ a dit : « Quiconque donne à un jeûneur de quoi rompre son jeûne aura une récompense pareille à la sienne, sans que cela ne diminue en rien la récompense du jeûneur. »

✸ TIRMIDHI 807

- **Prie la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Lis la surah al-Kahf** JUMU'AH
- **Adhkar du matin** ADHKAR
- **Partie 9** LIS LE QUR'AN EN ENTIER

10 Ramadan

VENDREDI · 27 février 2026

- **Aide pour l'iftar sans qu'on te le demande** FAMILLE

سَأَلْتُ عَائِشَةَ مَا كَانَ النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم يَصْنَعُ فِي بَيْتِهِ قَالَتْ كَانَ يَكُونُ فِي مِهْنَةِ أَهْلِهِ ـ تَعْنِي خِدْمَةَ أَهْلِهِ ـ فَإِذَا حَضَرَتِ الصَّلاَةُ خَرَجَ إِلَى الصَّلاَةِ

Al-Aswad relate qu'il demanda à 'Aishah (qu'Allah l'agrée) : « Que faisait le Prophète ﷺ chez lui ? » Elle répondit : « Il s'occupait des tâches de sa famille – elle voulait dire : il servait sa famille –, et lorsque l'heure de la prière arrivait, il sortait pour la prière. »

✸ BUKHARI 676

- **Prie le witr** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Beaucoup de prières sur le Prophète ﷺ** JUMU'AH
- **Du'a dans la dernière heure après le 'Asr** JUMU'AH
- **La Jumu'ah, à la mosquée ou à la maison** JUMU'AH
- **Adhkar du soir** ADHKAR
- **Partie 10** LIS LE QUR'AN EN ENTIER

- **L'iftar ensemble** SUHBAH
  - TIRMIDHI 807 · VOIR P. 24

11 Ramadan

SAMEDI · 28 février 2026

- **Prie les tarawih ce soir** PRIÈRE

مَنْ قَامَ رَمَضَانَ إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ

Celui qui se tient en prière durant les nuits de Ramadan avec une foi sincère et en espérant la récompense d'Allah, ses péchés passés lui seront pardonnés.

BUKHARI 37

- **Prie la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Adhkar du matin** ADHKAR
- **Adhkar du soir** ADHKAR
- **Partie 11** LIS LE QUR'AN EN ENTIER
- **An-Nasr** COURTES SUWAR PAR CŒUR

12 Ramadan

DIMANCHE · 1 mars 2026

- **Paie la zakat al-fitr avant la prière de l'Eid** SADAQAH

فَرَضَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم زَكَاةَ الْفِطْرِ صَاعًا مِنْ تَمْرٍ، أَوْ صَاعًا مِنْ شَعِيرٍ عَلَى الْعَبْدِ وَالْحُرِّ، وَالذَّكَرِ وَالأُنْثَى، وَالصَّغِيرِ وَالْكَبِيرِ مِنَ الْمُسْلِمِينَ، وَأَمَرَ بِهَا أَنْ تُؤَدَّى قَبْلَ خُرُوجِ النَّاسِ إِلَى الصَّلاَةِ

Ibn 'Umar (qu'Allah les agrée, lui et son père) relate : Le Messager d'Allah ﷺ a prescrit la zakat al-fitr : un sa' de dattes ou un sa' d'orge, pour l'esclave et l'homme libre, l'homme et la femme, le petit et le grand parmi les musulmans, et il a ordonné qu'elle soit acquittée avant que les gens ne sortent pour la prière (de l'Aïd).

✸ BUKHARI 1503

فَرَضَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم زَكَاةَ الْفِطْرِ طُهْرَةً لِلصَّائِمِ مِنَ اللَّغْوِ وَالرَّفَثِ وَطُعْمَةً لِلْمَسَاكِينِ مَنْ أَدَّاهَا قَبْلَ الصَّلاَةِ فَهِيَ زَكَاةٌ مَقْبُولَةٌ وَمَنْ أَدَّاهَا بَعْدَ الصَّلاَةِ فَهِيَ صَدَقَةٌ مِنَ الصَّدَقَاتِ

'Abdullah ibn 'Abbas (qu'Allah les agrée, lui et son père) rapporte : Le Messager d'Allah ﷺ a prescrit la zakat al-fitr comme purification pour le jeûneur des paroles futiles et obscènes, et comme nourriture pour les pauvres. Pour celui qui la donne avant la prière (de l'Aïd), c'est une zakat acceptée ; et pour celui qui la donne après la prière, c'est une sadaqah parmi les sadaqat.

✸ ABU DAWUD 1609

- **Prie la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Prie le witr** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Adhkar du matin** ADHKAR
- **Adhkar après la prière** ADHKAR
- **Partie 12** LIS LE QUR'AN EN ENTIER

13 Ramadan

LUNDI · 2 mars 2026

- **Partie 13** LIS LE QUR'AN EN ENTIER

14 Ramadan

MARDI · 3 mars 2026

- **Soutiens l'iftar de ta mosquée** SADAQAH
  ✸ TIRMIDHI 807 · VOIR P. 24
- **Prie la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Prie le witr** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Adhkar du matin** ADHKAR
- **Adhkar du soir** ADHKAR
- **Partie 14** LIS LE QUR'AN EN ENTIER

15 Ramadan

MERCREDI · 4 mars 2026

Reste doux même fatigué et affamé AKHLAQ

لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرَعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ

Abu Hurayrah (qu'Allah l'agrée) relate que le Messager d'Allah ﷺ a dit : « Le fort n'est pas celui qui terrasse les gens par sa force ; le fort n'est que celui qui se maîtrise au moment de la colère. »

BUKHARI 6114

Prie la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT

Pour les musulmans opprimés ADHKAR

Partie 15 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

16 Ramadan

JEUDI · 5 mars 2026

Remercie Allah à l'iftar DHIKR

إِنَّ اللَّهَ لَيَرْضَى عَنِ الْعَبْدِ أَنْ يَأْكُلَ الأَكْلَةَ فَيَحْمَدَهُ عَلَيْهَا أَوْ يَشْرَبَ الشَّرْبَةَ فَيَحْمَدَهُ عَلَيْهَا

Anas ibn Malik (qu'Allah l'agrée) rapporte que le Messager d'Allah ﷺ a dit : « Allah est certes satisfait du serviteur qui mange un repas et L'en loue, ou qui boit une boisson et L'en loue. »

MUSLIM 2734

QUR'AN 2:185 · VOIR P. 3

Prie le witr WITR ET PRIÈRE DE NUIT

Lis la surah al-Kahf JUMU'AH

Adhkar du matin ADHKAR

Adhkar du soir ADHKAR

Adhkar après la prière ADHKAR

Partie 16 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

17 Ramadan

VENDREDI · 6 mars 2026

Dis cette nuit la meilleure du'a pour demander pardon DHIKR

سَيِّدُ الاِسْتِغْفَارِ أَنْ تَقُولَ اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَىَّ وَأَبُوءُ لَكَ بِذَنْبِي، فَاغْفِرْ لِي، فَإِنَّهُ لاَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلاَّ أَنْتَ. قَالَ وَمَنْ قَالَهَا مِنَ النَّهَارِ مُوقِنًا بِهَا، فَمَاتَ مِنْ يَوْمِهِ قَبْلَ أَنْ يُمْسِيَ، فَهُوَ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ، وَمَنْ قَالَهَا مِنَ اللَّيْلِ وَهْوَ مُوقِنٌ بِهَا، فَمَاتَ قَبْلَ أَنْ يُصْبِحَ، فَهُوَ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ

Shaddad ibn Aws (qu'Allah l'agrée) relate que le Prophète ﷺ a dit : « Le meilleur istighfar est que tu dises : "Ô Allah, Tu es mon Seigneur, il n'y a de divinité (digne d'adoration) que Toi. Tu m'as créé et je suis Ton serviteur, et je reste fidèle à Ton pacte et à Ta promesse autant que je le peux. Je cherche refuge auprès de Toi contre le mal de ce que j'ai fait. Je reconnais devant Toi Ton bienfait envers moi et je reconnais devant Toi mon péché ; pardonne-moi donc, car nul ne pardonne les péchés à part Toi." » Et il dit : « Celui qui la dit le jour avec certitude et meurt ce jour-là avant le soir fait partie des gens du Paradis ; et celui qui la dit la nuit avec certitude et meurt avant le matin fait partie des gens du Paradis. »

✸ BUKHARI 6306

وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ ﴿١٨﴾

implorant le pardon de leur Seigneur peu avant l'aube,

✸ QUR'AN 51:18

Prie la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT

Beaucoup de prières sur le Prophète ﷺ JUMU'AH

- **Du'a dans la dernière heure après le 'Asr** JUMU'AH
- **La Jumu'ah, à la mosquée ou à la maison** JUMU'AH
- **Adhkar du matin** ADHKAR
- **Adhkar du soir** ADHKAR
- **Partie 17** LIS LE QUR'AN EN ENTIER
- **Cercle de Qur'an** SUHBAH

18 Ramadan

SAMEDI · 7 mars 2026

- **Fais la paix avant la fin du Ramadan** AKHLAQ

أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم خَرَجَ يُخْبِرُ بِلَيْلَةِ الْقَدْرِ، فَتَلاَحَى رَجُلاَنِ مِنَ الْمُسْلِمِينَ فَقَالَ إِنِّي خَرَجْتُ لأُخْبِرَكُمْ بِلَيْلَةِ الْقَدْرِ، وَإِنَّهُ تَلاَحَى فُلاَنٌ وَفُلاَنٌ فَرُفِعَتْ وَعَسَى أَنْ يَكُونَ خَيْرًا لَكُمُ الْتَمِسُوهَا فِي السَّبْعِ وَالتِّسْعِ وَالْخَمْسِ

'Ubadah ibn as-Samit (qu'Allah l'agrée) relate : Le Messager d'Allah ﷺ sortit pour informer les gens de (la date de) Laylat al-Qadr, mais deux hommes parmi les musulmans se disputèrent. Il dit : « Je suis sorti pour vous informer de (la date de) Laylat al-Qadr, mais untel et untel se sont disputés, et (sa connaissance) a été retirée. Peut-être est-ce mieux pour vous. Cherchez-la dans la septième, la neuvième et la cinquième (des dix dernières nuits de Ramadan). »

BUKHARI 49

لاَ يَحِلُّ لِرَجُلٍ أَنْ يَهْجُرَ أَخَاهُ فَوْقَ ثَلاَثِ لَيَالٍ، يَلْتَقِيَانِ فَيُعْرِضُ هَذَا وَيُعْرِضُ هَذَا، وَخَيْرُهُمَا الَّذِي يَبْدَأُ بِالسَّلاَمِ

Abu Ayyub al-Ansari (qu'Allah l'agrée) relate que le Messager d'Allah ﷺ a dit : « Il n'est pas permis à un homme de délaisser son frère plus de trois nuits : ils se rencontrent, et l'un se détourne et l'autre se détourne. Le meilleur des deux est celui qui commence par le salam. »

BUKHARI 6077

- **Prie la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Prie le witr** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Adhkar du matin** ADHKAR
- **Partie 18** LIS LE QUR'AN EN ENTIER
- **Al-Kafirun** COURTES SUWAR PAR CŒUR

19 Ramadan

DIMANCHE · 8 mars 2026

- **Donne une sadaqah chaque nuit des dix dernières** SADAQAH
  - BUKHARI 6 · VOIR P. 22 · QUR'AN 97:1-5 · VOIR P. 19
- **Adhkar du matin** ADHKAR
- **Adhkar du soir** ADHKAR
- **Partie 19** LIS LE QUR'AN EN ENTIER

20 Ramadan

LUNDI · 9 mars 2026

- **Dis la du'a de Laylat al-Qadr** DU'A

يَا رَسُولَ اللَّهِ أَرَأَيْتَ إِنْ وَافَقْتُ لَيْلَةَ الْقَدْرِ مَا أَدْعُو قَالَ تَقُولِينَ اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

« Ô Messager d'Allah ﷺ, que penses-tu que je doive dire dans mon invocation si je vis Laylat al-Qadr ? » Il dit : « Dis : "Allahumma innaka 'afuwwun tuhibbul-'afwa, fa'fu 'anni (Ô Allah, Tu es certes Celui qui pardonne et Tu aimes le pardon, alors pardonne-moi)." »

IBN MAJAH 3850

- **Prie la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT

Du'a dans la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT

يَنْزِلُ رَبُّنَا تَبَارَكَ وَتَعَالَى كُلَّ لَيْلَةٍ إِلَى السَّمَاءِ الدُّنْيَا حِينَ يَبْقَى ثُلُثُ اللَّيْلِ الآخِرُ يَقُولُ مَنْ يَدْعُونِي فَأَسْتَجِيبَ لَهُ مَنْ يَسْأَلُنِي فَأُعْطِيَهُ مَنْ يَسْتَغْفِرُنِي فَأَغْفِرَ لَهُ

Abu Hurayrah (qu'Allah l'agrée) relate que le Messager d'Allah ﷺ a dit : « Notre Seigneur, Béni et Exalté soit-Il, descend chaque nuit au ciel le plus bas lorsqu'il reste le dernier tiers de la nuit, et dit : "Qui M'invoque, afin que Je l'exauce ? Qui Me demande, afin que Je lui donne ? Qui implore Mon pardon, afin que Je lui pardonne ?" »

✸ BUKHARI 1145

Prie le witr WITR ET PRIÈRE DE NUIT

Adhkar du soir ADHKAR

Adhkar après la prière ADHKAR

Partie 20 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

21 Ramadan

MARDI · 10 mars 2026

Partie 21 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

22 Ramadan

MERCREDI · 11 mars 2026

Passe un moment en i'tikaf à la mosquée PRIÈRE

أَنَّ النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم كَانَ يَعْتَكِفُ الْعَشْرَ الأَوَاخِرَ مِنْ رَمَضَانَ حَتَّى تَوَفَّاهُ اللَّهُ، ثُمَّ اعْتَكَفَ أَزْوَاجُهُ مِنْ بَعْدِهِ

'Aishah, l'épouse du Prophète ﷺ (qu'Allah l'agrée), relate que le Prophète ﷺ faisait l'i'tikaf durant les dix derniers (jours) de Ramadan jusqu'à ce qu'Allah le rappelle à Lui ; puis ses épouses firent l'i'tikaf après lui.

✸ BUKHARI 2026

Prie la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT

Du'a dans la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT

- Prie le witr WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- Adhkar du matin ADHKAR
- Adhkar du soir ADHKAR
- Pour les musulmans opprimés ADHKAR
- Partie 22 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

23 Ramadan

JEUDI · 12 mars 2026

- Sois plus généreux que d'habitude aujourd'hui SADAQAH
  - BUKHARI 6 · VOIR P. 22
- Prie la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- Du'a dans la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- Prie le witr WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- Lis la surah al-Kahf JUMU'AH
- Adhkar du matin ADHKAR
- Adhkar du soir ADHKAR
- Partie 23 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

24 Ramadan

VENDREDI · 13 mars 2026

- Fais le point sur tes objectifs du Ramadan DU'A

سَدِّدُوا وَقَارِبُوا، وَاعْلَمُوا أَنْ لَنْ يُدْخِلَ أَحَدَكُمْ عَمَلُهُ الْجَنَّةَ، وَأَنَّ أَحَبَّ الأَعْمَالِ أَدْوَمُهَا إِلَى اللَّهِ، وَإِنْ قَلَّ

'Aishah (qu'Allah l'agrée) relate que le Messager d'Allah ﷺ a dit : « Visez ce qui est juste et rapprochez-vous-en, et sachez que les œuvres d'aucun d'entre vous ne le feront entrer au Paradis, et que l'œuvre la plus aimée d'Allah est la plus constante, même si elle est peu de chose. »

BUKHARI 6464

- Prie la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT

- **Du'a dans la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Prie le witr** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Beaucoup de prières sur le Prophète ﷺ** JUMU'AH
- **Du'a dans la dernière heure après le 'Asr** JUMU'AH
- **La Jumu'ah, à la mosquée ou à la maison** JUMU'AH
- **Adhkar du matin** ADHKAR
- **Adhkar après la prière** ADHKAR
- **Partie 24** LIS LE QUR'AN EN ENTIER
- **L'iftar ensemble** SUHBAH

25 Ramadan

SAMEDI · 14 mars 2026

- **Récite les trois Qul matin et soir** DHIKR

خَرَجْنَا فِي لَيْلَةِ مَطَرٍ وَظُلْمَةٍ شَدِيدَةٍ نَطْلُبُ رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم لِيُصَلِّيَ لَنَا فَأَدْرَكْنَاهُ فَقَالَ أَصَلَّيْتُمْ. فَلَمْ أَقُلْ شَيْئًا فَقَالَ قُلْ. فَلَمْ أَقُلْ شَيْئًا ثُمَّ قَالَ قُلْ. فَلَمْ أَقُلْ شَيْئًا ثُمَّ قَالَ قُلْ. فَقُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا أَقُولُ قَالَ { قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ } وَالْمُعَوِّذَتَيْنِ حِينَ تُمْسِي وَحِينَ تُصْبِحُ ثَلاَثَ مَرَّاتٍ تَكْفِيكَ مِنْ كُلِّ شَىْءٍ

'Abdullah ibn Khubayb (qu'Allah l'agrée) relate : « Nous sortîmes par une nuit de pluie et de profonde obscurité à la recherche du Messager d'Allah ﷺ, pour qu'il dirige pour nous la prière. Lorsque nous le rejoignîmes, il demanda : “Avez-vous prié ?” Mais je ne dis rien. Il dit alors : “Dis !” Mais je ne dis rien. Puis il dit : “Dis !” Mais je ne dis rien. Puis il dit : “Dis !” Je dis alors : “Ô Messager d'Allah ﷺ, que dois-je dire ?” Il dit : “Dis ‹ Dis : Il est Allah, Unique › et al-Mu'awwidhatayn (al-Falaq et an-Nas) le soir et le matin, trois fois : elles te suffiront contre toute chose.” »

✸ ABU DAWUD 5082

- **Prie la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT

- Du'a dans la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- Prie le witr WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- Adhkar du soir ADHKAR
- Partie 25 LIS LE QUR'AN EN ENTIER
- Al-Kawthar COURTES SUWAR PAR CŒUR

26 Ramadan

DIMANCHE · 15 mars 2026

- Dis Subhanallahi wa bihamdihi 100 fois DHIKR

مَنْ قَالَ سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ. فِي يَوْمٍ مِائَةَ مَرَّةٍ حُطَّتْ خَطَايَاهُ، وَإِنْ كَانَتْ مِثْلَ زَبَدِ الْبَحْرِ

Abu Hurayrah (qu'Allah l'agrée) relate que le Messager d'Allah ﷺ a dit : « Celui qui dit cent fois par jour : “Subhan Allah wa bihamdihi” (gloire et louange à Allah), ses péchés lui sont ôtés, même s'ils sont comme l'écume de la mer. »

BUKHARI 6405

- Prie la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- Du'a dans la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- Prie le witr WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- Adhkar du matin ADHKAR
- Adhkar du soir ADHKAR
- Partie 26 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

27 Ramadan

LUNDI · 16 mars 2026

Dis à un proche ce que tu apprécies chez lui FAMILLE

خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لأَهْلِهِ وَأَنَا خَيْرُكُمْ لأَهْلِي وَإِذَا مَاتَ صَاحِبُكُمْ فَدَعُوهُ

Le meilleur d'entre vous est le meilleur envers sa famille, et je suis le meilleur d'entre vous envers ma famille. Et lorsque votre compagnon meurt, laissez-le en paix.

✸ TIRMIDHI 3895

Prie la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT

Du'a dans la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT

Prie le witr WITR ET PRIÈRE DE NUIT

Adhkar du matin ADHKAR

Partie 27 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

Partie 28 LIS LE QUR'AN EN ENTIER

28 Ramadan

MARDI · 17 mars 2026

Espère en la miséricorde d'Allah AQEEDAH

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا ۚ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ﴿٥٣﴾

Dis : « Vous, mes serviteurs qui avez péché contre vous-mêmes. Ne désespérez pas de la miséricorde d'Allah qui, en vérité, pardonne tous les péchés. C'est Lui en effet le Très Clément, le Très Miséricordieux. »

✸ QUR'AN 39:53

يَقُولُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي وَأَنَا مَعَهُ حِينَ يَذْكُرُنِي إِنْ ذَكَرَنِي فِي نَفْسِهِ ذَكَرْتُهُ فِي نَفْسِي وَإِنْ ذَكَرَنِي فِي مَلإٍ ذَكَرْتُهُ فِي مَلإٍ هُمْ خَيْرٌ مِنْهُمْ وَإِنْ تَقَرَّبَ مِنِّي شِبْرًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا تَقَرَّبْتُ مِنْهُ بَاعًا وَإِنْ أَتَانِي يَمْشِي أَتَيْتُهُ هَرْوَلَةً

Allah, le Puissant et Majestueux, dit : Je suis tel que Mon serviteur pense de Moi, et Je suis avec lui lorsqu'il M'évoque. S'il M'évoque en lui-même, Je l'évoque en Moi-même ; et s'il M'évoque dans une assemblée, Je l'évoque dans une assemblée meilleure que la sienne. S'il se rapproche de Moi d'un empan, Je Me rapproche de lui d'une coudée ; s'il se rapproche de Moi d'une coudée, Je Me rapproche de lui d'une brasse ; et s'il vient à Moi en marchant, Je viens à lui en hâtant le pas.

✸ MUSLIM 2675

- **Prie la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Du'a dans la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Prie le witr** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Adhkar du matin** ADHKAR
- **Adhkar du soir** ADHKAR
- **Adhkar après la prière** ADHKAR
- **Partie 29** LIS LE QUR'AN EN ENTIER

29 Ramadan

MERCREDI · 18 mars 2026

- **Offre une heure de bénévolat** COMMUNAUTÉ

مَنْ نَفَّسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرَبِ الدُّنْيَا نَفَّسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرَبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ وَمَنْ يَسَّرَ عَلَى مُعْسِرٍ يَسَّرَ اللَّهُ عَلَيْهِ فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا سَتَرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ وَاللَّهُ فِي عَوْنِ الْعَبْدِ مَا كَانَ الْعَبْدُ فِي عَوْنِ أَخِيهِ وَمَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ

عِلْمًا سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ بِهِ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ وَمَا اجْتَمَعَ قَوْمٌ فِي بَيْتٍ مِنْ بُيُوتِ اللَّهِ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ وَيَتَدَارَسُونَهُ بَيْنَهُمْ إِلاَّ نَزَلَتْ عَلَيْهِمُ السَّكِينَةُ وَغَشِيَتْهُمُ الرَّحْمَةُ وَحَفَّتْهُمُ الْمَلاَئِكَةُ وَذَكَرَهُمُ اللَّهُ فِيمَنْ عِنْدَهُ وَمَنْ بَطَّأَ بِهِ عَمَلُهُ لَمْ يُسْرِعْ بِهِ نَسَبُهُ

Abu Hurayrah (qu'Allah l'agrée) rapporte que le Messager d'Allah ﷺ a dit : « Celui qui soulage un croyant d'une détresse parmi les détresses de ce bas monde, Allah le soulagera d'une détresse parmi les détresses du Jour de la Résurrection. Celui qui facilite les choses à quelqu'un en difficulté, Allah lui facilitera les choses dans ce bas monde et dans l'au-delà. Celui qui couvre (les fautes d')un musulman, Allah le couvrira dans ce bas monde et dans l'au-delà. Allah vient en aide au serviteur tant que le serviteur vient en aide à son frère. Celui qui emprunte un chemin à la recherche du savoir, Allah lui facilitera par cela un chemin vers le Paradis. Des gens ne se réunissent pas dans l'une des maisons d'Allah, récitant le Livre d'Allah et l'étudiant entre eux, sans que la sérénité ne descende sur eux, que la miséricorde ne les enveloppe, que les anges ne les entourent et qu'Allah ne les mentionne auprès de ceux qui sont auprès de Lui. Et celui que ses œuvres ont retardé, sa lignée ne le fera pas avancer. »

✸ MUSLIM 2699

- **Prie la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Du'a dans la nuit** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Prie le witr** WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- **Adhkar du matin** ADHKAR
- **Adhkar du soir** ADHKAR
- **Pour les musulmans opprimés** ADHKAR
- **Partie 30** LIS LE QUR'AN EN ENTIER

30 Ramadan

JEUDI · 19 mars 2026

♏ **Lis sur l'honnêteté du Prophète ﷺ** VIE DU PROPHÈTE

لَمَّا نَزَلَتْ {وَأَنْذِرْ عَشِيرَتَكَ الأَقْرَبِينَ} صَعِدَ النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم عَلَى الصَّفَا فَجَعَلَ يُنَادِي يَا بَنِي فِهْرٍ، يَا بَنِي عَدِيٍّ. لِبُطُونِ قُرَيْشٍ حَتَّى اجْتَمَعُوا، فَجَعَلَ الرَّجُلُ إِذَا لَمْ يَسْتَطِعْ أَنْ يَخْرُجَ أَرْسَلَ رَسُولاً لِيَنْظُرَ مَا هُوَ، فَجَاءَ أَبُو لَهَبٍ وَقُرَيْشٌ فَقَالَ أَرَأَيْتَكُمْ لَوْ أَخْبَرْتُكُمْ أَنَّ خَيْلاً بِالْوَادِي تُرِيدُ أَنْ تُغِيرَ عَلَيْكُمْ، أَكُنْتُمْ مُصَدِّقِيَّ. قَالُوا نَعَمْ، مَا جَرَّبْنَا عَلَيْكَ إِلاَّ صِدْقًا. قَالَ فَإِنِّي نَذِيرٌ لَكُمْ بَيْنَ يَدَىْ عَذَابٍ شَدِيدٍ. فَقَالَ أَبُو لَهَبٍ تَبًّا لَكَ سَائِرَ الْيَوْمِ، أَلِهَذَا جَمَعْتَنَا فَنَزَلَتْ {تَبَّتْ يَدَا أَبِي لَهَبٍ وَتَبَّ ۞ مَا أَغْنَى عَنْهُ مَالُهُ وَمَا كَسَبَ}

Ibn 'Abbas (qu'Allah les agrée, lui et son père) rapporte : Lorsque fut révélé : « Et avertis les plus proches parmi les tiens », le Prophète ﷺ monta sur as-Safa et se mit à appeler : « Ô Bani Fihr ! Ô Bani 'Adi ! » – les clans de Quraysh – jusqu'à ce qu'ils se rassemblent. Celui qui ne pouvait pas sortir envoyait un messager pour voir ce qu'il en était. Abu Lahab et Quraysh vinrent, et il dit : « Si je vous annonçais qu'une cavalerie dans la vallée veut vous attaquer, me croiriez-vous ? » Ils dirent : « Oui, nous n'avons jamais trouvé en toi que la vérité. » Il dit : « Alors je suis pour vous un avertisseur, au-devant d'un châtiment terrible. » Abu Lahab dit : « Que tu périsses pour le reste du jour ! Est-ce pour cela que tu nous as rassemblés ? » Alors fut révélé : « Que périssent les mains d'Abu Lahab, et qu'il périsse lui-même ! Ni ses richesses ni ce qu'il a acquis ne lui serviront à rien. »

✸ BUKHARI 4770

وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ ﴿٤﴾

Tu es, en vérité, doté du caractère le plus élevé.

✸ QUR'AN 68:4

- Prie la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- Du'a dans la nuit WITR ET PRIÈRE DE NUIT
- Prie le witr WITR ET PRIÈRE DE NUIT

Bilan de la semaine

SEMAINE SE TERMINANT LE 22 FÉVRIER

Que feras-tu autrement la semaine prochaine, in sha' Allah ?

SEMAINE SE TERMINANT LE 1 MARS

Quel moment de cette semaine t'a fait te rapprocher d'Allah ?

SEMAINE SE TERMINANT LE 8 MARS

Pour quoi veux-tu remercier Allah cette semaine ?

SEMAINE SE TERMINANT LE 15 MARS

Quelle bonne action veux-tu continuer la semaine prochaine ?

Tes notes sont restées sur ton téléphone.

Obtenu

Ramadan
Niveau 1 · le 7 Ramadan

Constant
Niveau 3 · le 7 Ramadan

Qur'an
Niveau 2 · le 12 Ramadan

Ramadan
Niveau 2 · le 15 Ramadan

Les dix dernières nuits
Niveau 1 · le 22 Ramadan

Adhkar du matin
Niveau 3 · le 24 Ramadan

Ramadan
Niveau 3 · le 25 Ramadan

Les dix dernières nuits
Niveau 2 · le 25 Ramadan

Les dix dernières nuits
Niveau 3 · le 28 Ramadan

Le Qur'an en entier
Niveau 1 · le 29 Ramadan



Une du'a pour conclure

اللَّهُمَّ أَعِنِّي عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ

Allāhumma a‘innī ‘alā dhikrika wa shukrika wa ḥusni ‘ibādatik

Ô Allah, aide-moi à me souvenir de Toi, à Te remercier et à T'adorer de la meilleure manière.

ABU DAWUD 1522

À propos de ce livre

Un livre d'exemple : le mois et la personne sont inventés. Les versets, hadith et du'as qu'il contient sont réels, tirés des sources de l'application (version du contenu 60).

Composé en Plus Jakarta Sans, IBM Plex Sans Arabic et Scheherazade New (SIL Open Font License 1.1).

Texte du Qur'an : Tanzil (CC BY 3.0). Textes des hadith : hadith-api (The Unlicense).

Illustrations : provisoires pour cet exemple ; les définitives suivront.

Sources

Qur'an 2:185 · 4:103 · 33:41–42 · 38:29 · 39:53 · 51:18 · 54:17 · 68:4 · 97:1–5
Bukhari 6 · 12 · 35 · 37 · 49 · 676 · 900 · 935 · 952 · 990 · 998 · 1145 · 1503 · 1957 · 2017 · 2024 · 2026 · 4770 · 5027 · 6011 · 6077 · 6114 · 6306 · 6405 · 6412 · 6464
Muslim 755b · 1163 · 2675 · 2699 · 2732 · 2734
Abu Dawud 1047 · 1048 · 1067 · 1522 · 1609 · 2356 · 2357 · 5082
Tirmidhi 807 · 3895
Ibn Majah 3850
Al-Hakim 3392