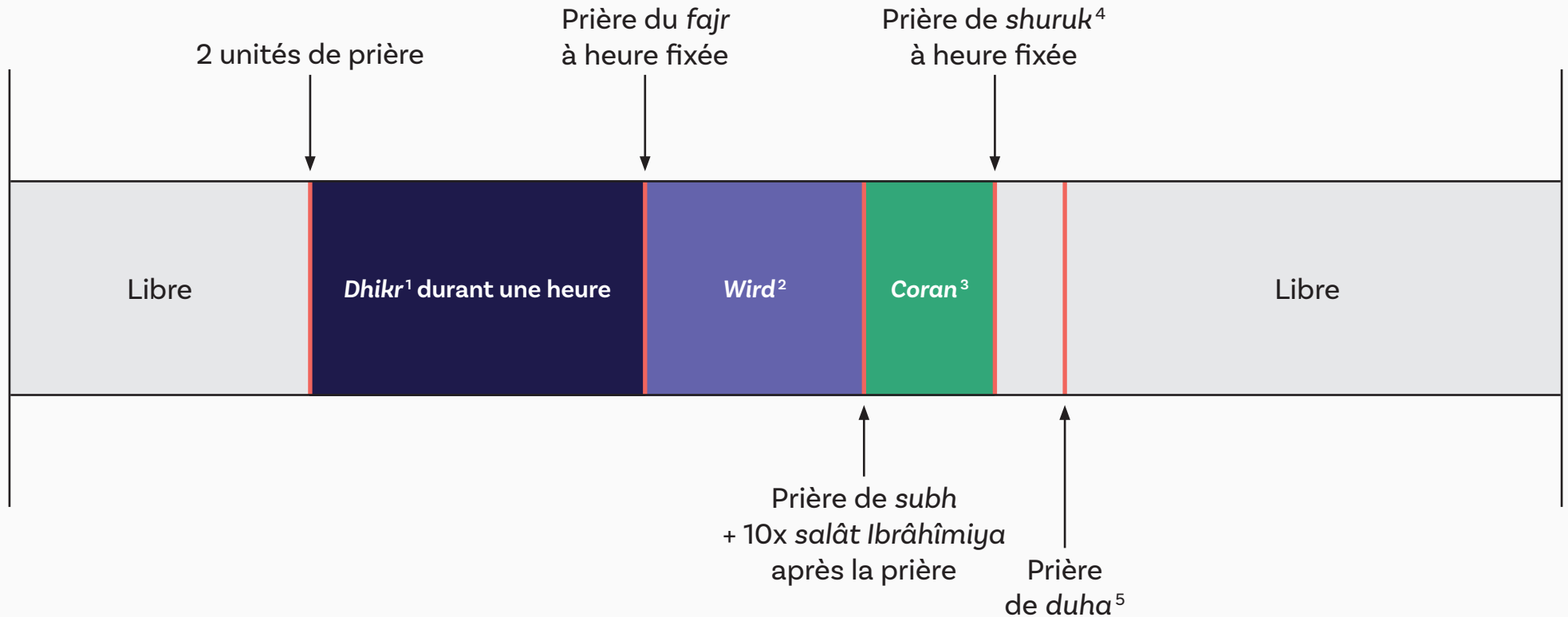


PROGRAMME DE *DHIKR* DU MATIN

Appliquée dans la mesure du possible selon votre situation professionnelle, familiale, etc.

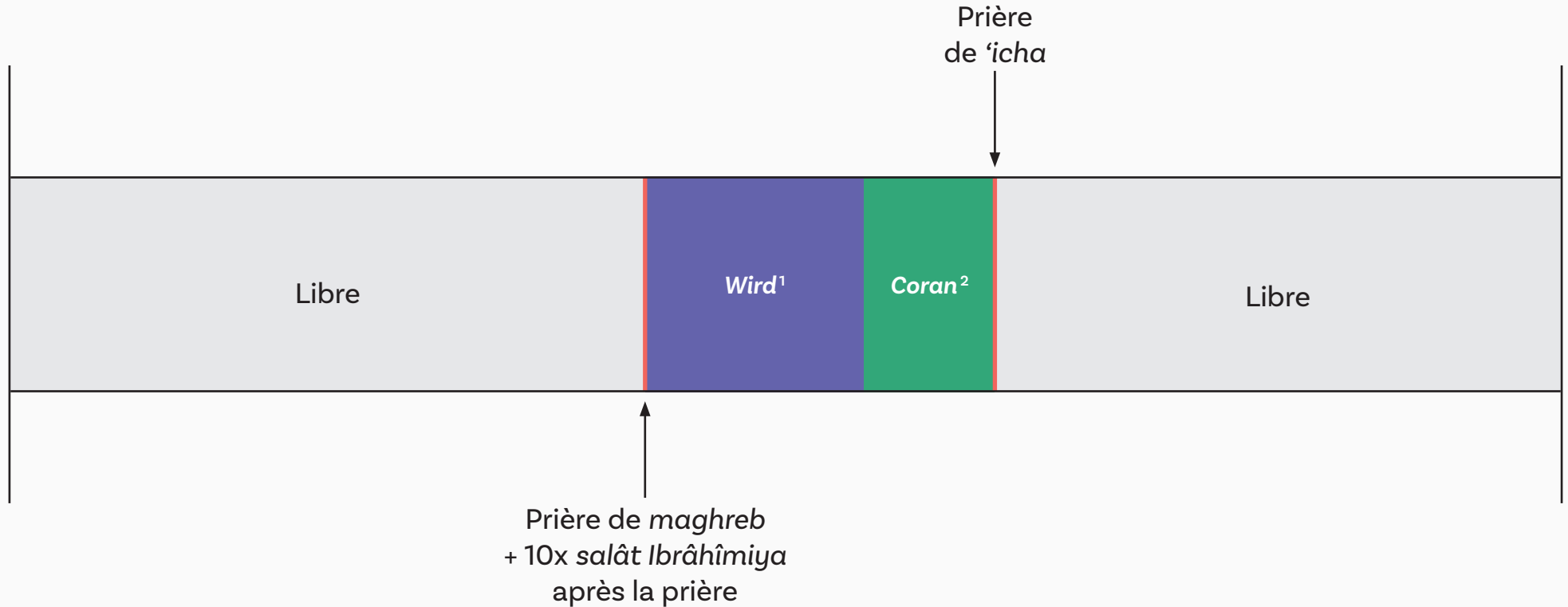


1. *Istighfar* ou *dhikr* du *ism* Allâh ou autre chose, selon le *idhn* (autorisation) du Shaykh, propre à chaque disciple.
2. Le disciple doit pratiquer le *wird* quotidiennement jusqu'à sa mort et le *wird* manqué doit être rattrapé.
3. Dans l'ordre : al-Fath (48), ar-Rahman (55), al-Waqi'a (56), al-Hadid (57). Lecture de 2 hizb (1 juz) par jour également.
4. 11x sourate al-Ikhlass par unité de prière.
5. 15 minutes après *shuruk* jusqu'à 15 minutes avant la prière de *dhor*.

[Wird pdf \(cliquer\)](#) [Wird audio \(cliquer\)](#) [Coran \(matin\) audio \(cliquer\)](#)

PROGRAMME DE *DHIKR* DU SOIR

Appliquée dans la mesure du possible selon votre situation professionnelle, familiale, etc.



1. Le disciple doit pratiquer le *wird* quotidiennement jusqu'à sa mort et le *wird* manqué doit être rattrapé.
2. Dans l'ordre : Ya Sin (36), al-Mulk (67).

 [Wird pdf \(cliquer\)](#)  [Wird audio \(cliquer\)](#)  [Coran \(soir\) audio \(cliquer\)](#)

1 JUZ (2 HIZB) À LIRE QUOTIDIENNEMENT

Selon le calendrier lunaire.



1	1:1 → 2:141	2	2:142 → 2:252	3	2:253 → 3:92	4	3:93 → 4:23	5	4:24 → 4:147
6	4:148 → 5:81	7	5:82 → 6:110	8	6:111 → 7:87	9	7:88 → 8:40	10	8:41 → 9:92
11	9:93 → 11:5	12	11:6 → 12:52	13	12:53 → 14:52	14	15:1 → 16:128	15	17:1 → 18:74
16	18:75 → 20:135	17	21:1 → 22:78	18	23:1 → 25:21	19	25:22 → 27:55	20	27:56 → 29:45
21	29:46 → 33:30	22	33:31 → 36:27	23	36:28 → 39:31	24	39:32 → 41:46	25	41:47 → 45:37
26	46:1 → 51:30	27	51:31 → 57:29	28	58:1 → 66:12	29	67:1 → 77:50	30	78:1 → 114:6

Notez que si le mois lunaire n'a que 29 jours, il faudra lire le 30e juz durant le 29e jour. Si vous avez réalisé une lecture complète et qu'il s'avère que le mois comporte un jour de plus, il faut relire le juz attaché à ce jour.