

## Conseil pour éveiller le combat contre le soi

□ Il est dans la nature humaine de remercier quelqu'un qui nous a été gracieux. Réfléchissez et évaluez les faveurs visibles et invisibles que nous a conférées Le Tout-Puissant. Toutes les créatures de Dieu ne pourraient nous procurer ne serait-ce qu'une fraction de telles faveurs.

□ Considérez l'air que nous respirons jour et nuit, duquel dépendent nos existences et celles d'autres êtres vivants. Rien ne peut survivre s'il en est dépourvu même pour quelques minutes. Quel extraordinaire cadeau de Dieu! Même si toute l'humanité se mettait au travail ensemble pour créer un tel cadeau, elle n'y parviendrait pas. De même, méditez sur les autres dons de Dieu tels que les organes sensoriels : l'œil, les oreilles, le nez, la langue et la peau ainsi que les facultés internes telles que la pensée, l'imagination, la raison, qui, chacune, porte des avantages illimités accordés à nous par Notre Seigneur. Il est le créateur et le Maître de ce vaste univers. L'être humain, la créature rampante de l'une des plus minuscules planètes a misérablement manqué à saisir l'étendue de son petit monde, dont le soleil ne peut même pas être comparé à d'autres bien plus grands dans d'innombrables galaxies. Notre système solaire n'est rien en comparaison avec plusieurs autres systèmes solaires, qui échappent aux puissants télescopes des grands explorateurs ou chercheurs. Prenez le cerveau humain – quelle création fascinante! L'effort réuni de tous les êtres humains pourrait-il créer un seul neurone (cellule du cerveau) vivant que Dieu Tout-Puissant a créé et qu'il crée tout le temps! Sûrement ce cerveau donné par Dieu mérite d'être le siège uniquement de bonnes idées d'inspiration divines et non celui de pensées maléfiques!

□ Chaque être humain dans cet univers se situe à l'intérieur de la portée de Sa vision divine alors souvenez vous de Dieu et de toutes Ses faveurs et ne Le désobéissez pas. Il subvient à tous nos besoins sans avoir besoin de notre adoration. Que vous observiez ses commandements ou que vous les transgressiez, cela ne fait aucune différence pour Lui. C'est dans notre intérêt à nous qu'Il nous a prescrit le bien et interdit l'indécence. Vainquez les idées maléfiques et convertissez les sphères de votre esprit en domaine divin en chassant les forces sataniques et en invitant les hôtes divins, afin que Dieu vous aide et vous protège des menaces planant sur vous dans ce combat contre votre soi. N'attendez rien de quiconque sauf de Dieu. Priez à Dieu en toute humilité et avec toutes les larmes que vous pouvez offrir et demandez Son assistance pour ressortir vainqueur de ce combat crucial contre votre soi.

### Conclusion:

- Imam Ali (a) a dit: "Celui qui lutte contre son soi afin d'obéir à Dieu, au regard de Dieu, sa position est celle d'un martyr pieux." [Al-Amidi, *Ghurar ul Hikam wa Durar ul Kalim*, hadith # 3546]

Pour plus d'information sur l'Islam authentique visitez: <http://al-islam.org/faq/>

... Et par l'âme et Celui qui l'a harmonieusement façonnée; et qui lui a inspiré son libertinage et sa piété! En vérité, l'homme qui purifie son âme sera sauvé.

(Qur'an, 91: 7-9)

Imam Ja'far al-Sadiq (a) a dit: "Le Prophète (s) de Dieu déploya un contingent de l'armée (sur le front). A leur retour (victorieux), il (s) dit: 'Béni soient ceux qui ont accompli le petit *jihad* et qui doivent encore accomplir le *grand jihad*.'

Lorsqu'on lui a demandé, 'Qu'est-ce le *grand jihad*?' le Prophète (s) répondit: 'Le *jihad* du soi (le combat contre le soi)''.

[Al-Majlisi, *Bihar al-Anwar*, vol. 19, p. 182, hadith no. 31]

## Les mérites de l'âme ... Le Combat contre le soi (*jihad al-nafs*)

L'âme humaine est le lieu du combat entre deux pouvoirs concurrents. Le pouvoir Divin l'attire vers les sphères célestes, et l'inspire vers les actes de bonté. Le pouvoir satanique l'entraîne dans le domaine des ténèbres et de la honte, et l'invite vers les actes maléfiques. Quand les forces divines sont victorieuses, la personne émerge en tant qu'être vertueux et béni, en compagnie des prophètes, des saints, et des pieux. Par contre, lorsque les forces sataniques dominent, la personne devient rebelle et vicieuse et se joint aux groupes des infidèles, des oppresseurs, des fautifs et de ceux qui sont maudits.

## Qu'est-ce que le combat contre le soi ?

*Jihad al-nafs* est le combat contre les idées maléfiques, les désirs et les pouvoirs concupiscentiels, la colère, et l'imagination insatiable, les plaçant tous sous l'ordre de la raison et de la foi dans l'obéissance des commandements de Dieu, et finalement en épurant l'âme de toute pensée et de toute influence sataniques. Ce combat est considéré comme le grand combat (*al-jihad al-akbar*) puisqu'il est plus difficile à accomplir qu'une bataille sur le front. Car dans le combat contre le soi, on doit constamment combattre l'ennemi hébergé à l'intérieur de sa propre existence. L'enseignement éthique islamique souligne que celui qui réussit dans ce combat peut s'élever au-delà du rang des anges, et celui qui échoue dans ce combat tombe à un niveau plus bas que celui des animaux et peut même être regroupé parmi les légions du diable.

## Les étapes du combat contre le soi

□ Etape 1: *Réfection*: Chacun doit consacrer un moment tous les jours à méditer sur ses devoirs envers Dieu, Celui Qui l'a amené dans ce monde, lui conféra un corps et un cerveau sains et l'équipa avec un intellect et des capacités, Celui Qui lui procure tous les plaisirs et joies dans cette vie. Dieu a aussi envoyé des Prophètes et Son livre sacré comme moyen d'assistance et de salut. L'objectif de cette vie et le but de toutes ces bénédictions est plus noble que de suivre des désirs mondains et des tendances maléfiques qui sont éphémères et temporaires. La mort peut frapper à tout moment. Ce monde est l'endroit pour faire de bonnes actions qui mèneront à une joie permanente et à une sphère supérieure de l'existence. On devrait donc réfléchir à sa destinée et à son impuissance face au temps et à l'âge qui passent. On devrait regretter la perte des précieuses années de sa vie et les actes dans le passé qui nous donneront honte le jour de jugement. On devrait donc commencer le combat pour s'élever au-dessus de cet état de bassesse et demander l'aide de Dieu pour qu'Il nous accorde l'espoir, la sincérité, et la force pour lutter contre les tendances sataniques et les traits de caractère maléfiques, pour s'élever au-dessus des plaisirs matériels et des gains de ce bas monde.

□ Etape 2: *Volonté et résolution*: La résolution ferme est l'essence de l'humanité et la condition requise pour se libérer de l'emprise des désirs maléfiques. La volonté requise à cette étape équivaut à la pose de fondations pour une vie saine. Le combattant dans ce combat contre le soi devrait s'épurer de ses péchés, accomplir tous les actes obligatoires (*wajib*), faire l'intention de compenser les jours perdus (en péchés), et pour finir, se résoudre à se comporter comme une personne religieuse rationnelle et un être humain réel. Ses manières devraient être l'imitation de la vie du Prophète, et il devrait suivre le Prophète dans ses abstinences et ses choix. Tout ceci n'est possible que s'il apprend les lois de la *Shari'ah* et qu'il les suit fidèlement.

□ Etape 3: *introspection, évaluation et critique*: Après avoir fait le vœu d'être une personne de volonté et de résolution fortes, il doit comprendre que l'au-delà est l'endroit où ses secrets seront exposés. Ainsi il doit s'autoévaluer quotidiennement pour se débarrasser de ses désirs et habitudes maléfiques, acquérir un caractère humain plus noble, et accomplir de meilleures actions qu'avant. Il doit se rendre

compte qu'en commettant des péchés il perd l'essence noble de l'humanité et il doit prier pour l'assistance de Dieu et pour l'intercession du Prophète (s) et des membres de sa maison (a).

□ Etape 4: *Auto-conditionnement*: La résolution et l'auto-évaluation de l'étape précédente devrait former d'elle-même un engagement spécifique à l'auto-conditionnement. Par exemple, celui qui a l'habitude maléfique du regard impudique, de la médisance, ou de l'arrogance doit se dire : "Je n'enfreindrai pas la loi de Dieu aujourd'hui" et il doit consciemment éviter de telles habitudes pendant un jour. En effectuant une telle expérience avec sincérité et résolution, il se rendra compte de combien cette tâche est facile. Il devra ignorer Satan et les mauvaises idées qui agrandiront cette petite tâche et la rendront difficile ou même impossible. Ainsi, progressivement il peut étendre la période de cette expérience et voir à quel point il est facile de se débarrasser d'une mauvaise habitude et d'acquérir des mérites positifs.

□ Etape 5: *Se prémunir contre le mal*: la personne combattant son soi devrait constamment se concentrer sur ses intentions. Si jamais lui vient à l'esprit l'idée de transgresser les commandements divins, il devrait savoir que cette idée a été inculquée dans son esprit par Satan et ses alliés car ils veulent le dissuader de ses bonnes intentions. Il devrait donc les maudire, rechercher la protection miséricorde de Dieu, et bannir du domaine de son cœur ces idées maléfiques. Il devrait répondre à Satan qu'aujourd'hui aussi il restera ferme sur les conditions qu'il s'est imposé sur son soi et qu'il n'ira pas contre les commandements de Dieu. Ainsi avec l'aide de Dieu, Satan sera écarté. La personne doit rester dans cet état d'esprit jusqu'à la nuit, lorsqu'il doit faire son auto-examen et l'évaluation de ses actions de toute la journée. Ceci est le moment de voir s'il a été honnête envers son Créateur. S'il a été fidèle à Dieu, il doit Le remercier. Une telle personne a fait un pas dans Sa direction et il est devenu l'objet de Son attention. Dieu continuera à l'aider à accomplir ses obligations mondaines et religieuses et diminuera la douleur de son combat le lendemain. Et s'il répète cet exercice souvent il deviendra habitué aux actes de piété et à l'éradication des traits maléfiques. Il remarquera que ce processus ne nécessite pas de gros efforts ; et l'obéissance envers Dieu lui procurera d'abondantes jouissances spirituelles. Que Dieu l'en préserve, s'il y a manquement de sa part il doit demander pardon à Dieu et Le supplier qu'il sera dorénavant plus prudent. Dieu Miséricordieux ouvrira grandes les portes de Sa grâce et de Sa miséricorde et le guidera vers le droit chemin.

□ Etape 6: *Se souvenir*: Tout au long de son voyage dans le combat contre le soi, on doit constamment se souvenir de Dieu et des grâces qu'Il a conférées. On doit à chaque étape le remercier constamment pour Son aide, Sa miséricorde et Son assistance dans l'accomplissement de nos intentions. Le degré de gratitude envers Dieu doit augmenter au fur et à mesure qu'on atteint une étape plus élevée dans le combat contre le soi. On doit réaliser que c'est grâce à l'aide et à la réponse de Dieu à nos prières sincères qu'on a pu chasser Satan et ses alliés du domaine de nos cœurs et atteindre les sublimes attributs humains aimés de Dieu. [adapté de Al-Khumayni, *Forty Hadith*, ch. 1, '*Jihad al-Nafs*']