MANUEL DE SĪRA · NIVEAU 1

La Sīra pour aujourd'hui

السِّيرَةُ النَّبَوِيَّةُ

De la naissance à l'Hégire : la vie du Prophète ﷺ à La Mecque, et ce qu'elle nous dit de nos propres vies.

tahacademy.com
Scannez pour retrouver formations et ressources

Pourquoi connaître la Sīra aujourd'hui ?

لِمَاذَا السِّيرَةُ؟

Tu es peut-être étudiant, salarié, entrepreneur, parent ou à la recherche de ton chemin. Tu vis peut-être loin de ton pays d'origine, ou tu as découvert l'islam récemment. Tu te demandes parfois comment rester fidèle à ta foi dans un monde rapide, exigeant, souvent indifférent.

Le Prophète ﷺ a connu, lui aussi, la perte de ses parents, le travail et le commerce, la vie de famille, la moquerie, la pression sociale, l'exil, l'échec et le recommencement. Sa vie n'est pas une belle histoire lointaine : c'est une réponse vivante aux questions que nous nous posons encore aujourd'hui.

> لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ
>
> *« Vous avez certes, dans le Messager d'Allah ﷻ, un excellent modèle. »*
> **Sourate al-Aḥzāb (33:21)**

Pour l'aimer

On ne peut pas aimer vraiment quelqu'un que l'on ne connaît pas. Or le Prophète ﷺ a dit : « Aucun de vous n'aura la foi tant que je ne lui serai pas plus cher que son père, son enfant et tous les gens » **(al-Bukhārī n° 15 ; Muslim n° 44)**.

Pour comprendre le Coran

Interrogée sur le caractère du Prophète ﷺ, ʿĀ'isha répondit : « Son caractère était le Coran » **(Muslim n° 746)**. La Sīra, c'est le Coran mis en pratique, au quotidien.

Pour trouver des repères

Face au doute, à l'injustice, à la pression ou à l'échec, la Sīra montre comment un croyant réagit, avec foi, sagesse et dignité.

Pour transmettre

Connaître la Sīra, c'est pouvoir la raconter à ses enfants, à ses amis, à ses collègues, et présenter l'islam à travers la plus belle des personnes.

Comment lire ce manuel

مَنْهَجُ الكِتَابِ

Ce manuel ne cherche pas à tout dire : il raconte **l'essentiel** de chaque grande étape de la vie du Prophète ﷺ à La Mecque, puis s'arrête sur ce qu'elle nous enseigne. Chaque chapitre suit le même chemin :

Rubrique	Ce que tu y trouves
Repères	La date, le lieu, l'âge du Prophète ﷺ et les personnages principaux.
Le récit	L'essentiel des événements, raconté simplement et fidèlement.
Le texte	Le verset ou le hadith qui éclaire l'épisode, en arabe et en français.
Et pour nous, aujourd'hui ?	Ce que l'épisode dit à nos vies : études, travail, famille, épreuves, foi.
Une question pour toi	Un moment de réflexion personnelle, à méditer ou à partager.
À retenir	L'essentiel du chapitre en quelques lignes.

Notre règle sur l'authenticité. Nous racontons en priorité ce que rapportent le Coran, les recueils authentiques de hadiths et les grandes sources de la Sīra. Lorsqu'un récit célèbre repose sur une transmission faible, nous le signalons clairement plutôt que de le présenter comme certain.

Sommaire

الفِهْرِسُ

✦ Pourquoi connaître la Sīra aujourd'hui ? — *Introduction*

PARTIE 1 · AVANT LA MISSION

1 Le monde dans lequel il est né — *Naître dans un monde imparfait*
2 Une enfance d'orphelin — *Grandir malgré les épreuves*
3 Al-Amīn, le digne de confiance — *La confiance se construit avant tout*
4 Khadīja — *Un foyer, un soutien*
5 La pierre noire — *L'art d'apaiser les conflits*

PARTIE 2 · LA RÉVÉLATION

6 La grotte de Ḥirāʾ — *« Lis ! » : le savoir au commencement*
7 Les premiers croyants — *Bien choisir son entourage*
8 L'appel du mont Ṣafā — *Oser dire la vérité*

PARTIE 3 · L'ÉPREUVE

9 Les plus faibles en première ligne — *Tenir bon sous la pression*
10 Personne n'est épargné — *Ne pas se vendre, savoir attendre*
11 L'émigration en Abyssinie — *Vivre sa foi loin de chez soi*
12 Ḥamza et ʿUmar — *Personne n'est perdu d'avance*
13 Le boycott — *La solidarité dans la difficulté*
14 L'Année de la tristesse et Ṭāʾif — *Se relever après l'échec*

PARTIE 4 · VERS UN NOUVEAU DÉPART

15 Le Voyage nocturne et l'Ascension — *La prière, un refuge*
16 Les serments d'al-ʿAqaba — *Préparer l'avenir*
17 L'Hégire — *Planifier et faire confiance*

POUR FINIR

✦ Ce que La Mecque nous apprend — *Conclusion*
✦ Frise chronologique · Personnages · Lexique — *Annexes*

جَزِيرَةُ العَرَبِ

Le monde dans lequel il est né

Naître dans un monde imparfait

Quand ?	Où ?	Société	Centre
VIe siècle	**La Mecque, Ḥijāz**	**Tribale**	**La Kaʿba**

Personnages : Ibrāhīm (Abraham) et Ismāʿīl · la tribu de Quraysh · Zayd ibn ʿAmr ibn Nufayl

Le récit

القِصَّةُ

1. Une vallée sans culture

La Mecque est une ville au milieu d'une vallée aride de l'ouest de l'Arabie, sans fleuve ni terres agricoles. Pourtant, elle est au cœur de la vie de toute la péninsule, grâce à un édifice : la Kaʿba. Selon le Coran, c'est le prophète Ibrāhīm (Abraham) qui l'a bâtie avec son fils Ismāʿīl, pour l'adoration d'Allah seul.

> وَإِذْ يَرْفَعُ إِبْرَاهِيمُ الْقَوَاعِدَ مِنَ الْبَيْتِ وَإِسْمَاعِيلُ رَبَّنَا تَقَبَّلْ مِنَّا
>
> « *Et quand Ibrāhīm et Ismāʿīl élevaient les assises de la Maison : "Seigneur, accepte cela de notre part."* »
>
> **Sourate al-Baqara (2:127)**

2. Le monothéisme oublié

Au fil des siècles, le message d'Ibrāhīm s'est perdu. À l'époque de la naissance du Prophète ﷺ, des centaines d'idoles entourent la Kaʿba : lors de la conquête de La Mecque, on en comptera trois cent soixante **(al-Bukhārī n° 4287)**. Les plus célèbres s'appellent Hubal, al-Lāt, al-ʿUzzā et Manāt. Les Arabes croient encore en Allah, mais ils lui associent ces divinités, censées les rapprocher de Lui.

Quelques rares personnes refusent pourtant ce culte. Asmāʾ, la fille d'Abū Bakr, raconte avoir vu Zayd ibn ʿAmr ibn Nufayl adossé à la Kaʿba, disant : « Ô gens de Quraysh, aucun d'entre vous ne suit la religion d'Ibrāhīm, à part moi. » Il recueillait aussi les petites filles que leurs pères voulaient enterrer vivantes, et les élevait **(al-Bukhārī n° 3828)**.

3. Une société de tribus

Il n'y a ni État ni loi commune : chacun est protégé par sa tribu, et la solidarité tribale passe avant la justice. Les Arabes ont de grandes qualités : l'hospitalité, la générosité, le courage, la fidélité à la parole donnée, et un amour immense pour la langue et la poésie. Mais la société connaît aussi des guerres de vengeance qui durent des générations, l'oppression des faibles, l'alcool, les jeux de hasard, et une pratique terrible : l'enterrement des nouveau-nées.

> وَإِذَا الْمَوْءُودَةُ سُئِلَتْ ۝ بِأَيِّ ذَنْبٍ قُتِلَتْ
>
> « *Et quand on demandera à la fillette enterrée vivante pour quel péché elle a été tuée.* »
>
> **Sourate at-Takwīr (81:8-9)**

4. Quraysh, gardiens de la Kaʿba

La tribu de Quraysh domine La Mecque. Elle a la garde de la Kaʿba, accueille les pèlerins venus de toute l'Arabie et organise chaque année deux grandes caravanes commerciales : l'une vers le Yémen en hiver, l'autre vers la Syrie en été. Cette position lui donne prestige et richesse. À l'extérieur, deux grands empires, Byzance et la Perse, se disputent le monde ; l'Arabie reste à leurs marges.

لِإِيلَافِ قُرَيْشٍ ۝ إِيلَافِهِمْ رِحْلَةَ الشِّتَاءِ وَالصَّيْفِ ۝ فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَٰذَا الْبَيْتِ

« À cause du pacte des Quraysh, leur pacte pour les voyages d'hiver et d'été, qu'ils adorent donc le Seigneur de cette Maison. »

Sourate Quraysh (106:1-3)

Et pour nous, aujourd'hui ?

1 Naître dans un monde imparfait

Le Prophète ﷺ n'a pas choisi son époque : il est né dans une société marquée par l'injustice et l'idolâtrie. Nous non plus, nous ne choisissons pas notre monde. Mais chacun peut être une lumière là où Allah l'a placé : dans sa famille, son quartier, sa classe ou son entreprise.

2 Garder le bon, corriger le mauvais

L'islam n'a pas effacé tout ce qui existait : il a conservé la générosité, l'hospitalité ou la parole donnée, et combattu l'injustice. Le Prophète ﷺ a dit : « J'ai été envoyé pour parfaire les nobles caractères » **(rapporté par al-Bukhārī dans al-Adab al-mufrad)**. Dans toute culture, il y a du beau à garder et du faux à corriger.

3 Oser ne pas suivre la majorité

Zayd ibn ʿAmr était presque seul à refuser les idoles. Au lycée, à l'université ou au travail, il nous arrive d'être le seul à ne pas boire, à prier, à refuser une pratique malhonnête. Ce n'est pas le nombre qui fait la vérité.

4 Repérer nos propres idoles

Nos idoles ne sont plus en pierre, mais elles existent : l'argent, l'image, le regard des autres, l'écran qui occupe nos journées. Tout ce qui prend dans notre cœur la place d'Allah mérite d'être remis à sa juste place.

Une question pour toi

Qu'est-ce qui, dans le monde où tu vis, ressemble aux idoles de La Mecque : ce que les gens suivent ou vénèrent sans vraiment réfléchir ? Et quelle « bonne coutume » de ta culture ou de ta famille l'islam t'invite-t-il à garder ?

À retenir

- L'Arabie du VI^e^ siècle avait oublié le monothéisme d'Ibrāhīm : des centaines d'idoles entouraient la Kaʿba.
- La société était fondée sur la tribu, avec de grandes qualités mais aussi de graves injustices.
- Quraysh, gardienne de la Kaʿba, tirait de cette position son prestige et sa richesse.
- C'est dans ce monde imparfait que la lumière de l'islam allait apparaître.

اليُتْمُ وَالرِّعَايَةُ

Une enfance d'orphelin

Grandir malgré les épreuves

Naissance	Vers	Père	Mère
Année de l'Éléphant	**570**	**Mort avant sa naissance**	**Morte quand il a 6 ans**

Personnages : Āmina bint Wahb · ʿAbd al-Muṭṭalib · Ḥalīma as-Saʿdiyya · Umm Ayman · Abū Ṭālib

Le récit

القِصَّةُ

1. L'Année de l'Éléphant

Peu avant la naissance du Prophète ﷺ, Abraha, gouverneur du Yémen, marche sur La Mecque avec une armée et des éléphants pour détruire la Kaʿba. Les Mecquois, impuissants, se réfugient dans les montagnes. Mais l'armée est anéantie avant d'atteindre la ville. Les Arabes appelleront cette année « l'Année de l'Éléphant ».

> أَلَمْ تَرَ كَيْفَ فَعَلَ رَبُّكَ بِأَصْحَابِ الْفِيلِ
>
> *« N'as-tu pas vu comment ton Seigneur a agi envers les gens de l'Éléphant ? »*
>
> **Sourate al-Fīl (105:1)**

2. Une naissance, un deuil

Muḥammad ﷺ naît à La Mecque un lundi : interrogé sur le jeûne du lundi, il répondra plus tard : « C'est le jour où je suis né » **(Muslim n° 1162)**. Le mois est Rabīʿ al-awwal ; la date la plus répandue est le 12, mais les historiens ont d'autres avis. Son père, ʿAbdallāh, est mort quelques mois plus tôt. Il vient donc au monde orphelin.

3. Dans le désert, chez Ḥalīma

Selon la coutume des familles de La Mecque, le nourrisson est confié à une nourrice du désert, où l'air est plus sain et la langue arabe plus pure. Ḥalīma, de la tribu des Banū Saʿd, l'accueille. Sa famille, très pauvre, voit alors sa vie se transformer : son troupeau donne du lait, ses terres reverdissent. Elle ramène l'enfant à sa mère vers l'âge de deux ans, puis obtient de le garder encore un peu.

C'est chez Ḥalīma que survient un événement extraordinaire : l'ange Jibrīl vient à lui alors qu'il joue avec d'autres enfants, lui ouvre la poitrine, en retire un caillot en disant « Ceci est la part de Satan en toi », puis la lave avec l'eau de Zamzam **(Muslim n° 162)**.

4. La perte de sa mère

Vers l'âge de six ans, il accompagne sa mère, Āmina, à Yathrib, pour rendre visite à ses oncles maternels. Sur le chemin du retour, à al-Abwāʾ, Āmina tombe malade et meurt. L'enfant revient à La Mecque avec Umm Ayman, la servante fidèle de la famille. Des années plus tard, devenu Prophète ﷺ, il visitera la tombe de sa mère et pleurera, faisant pleurer ceux qui l'entouraient **(Muslim n° 976)**.

5. Le grand-père, puis l'oncle

Son grand-père, ʿAbd al-Muṭṭalib, chef respecté de La Mecque, le prend alors en charge et l'entoure d'une tendresse particulière. Mais il meurt à son tour lorsque l'enfant a huit ans. C'est son oncle Abū Ṭālib, homme peu fortuné mais au grand cœur, qui l'accueille dans sa famille et le protégera toute sa vie.

أَلَمْ يَجِدْكَ يَتِيمًا فَآوَىٰ ۝ وَوَجَدَكَ ضَالًّا فَهَدَىٰ ۝ وَوَجَدَكَ عَائِلًا فَأَغْنَىٰ

« Ne t'a-t-Il pas trouvé orphelin ? Alors Il t'a accueilli. Ne t'a-t-Il pas trouvé égaré ? Alors Il t'a guidé. Ne t'a-t-Il pas trouvé pauvre ? Alors Il t'a enrichi. »

Sourate aḍ-Ḍuḥā (93:6-8)

Ce qui est moins sûr. On raconte qu'à sa naissance, le palais de l'empereur de Perse se fissura et que le feu sacré des Perses s'éteignit. Ces récits, très répandus, reposent sur des transmissions faibles.

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **L'épreuve n'est pas une fin**
   Le meilleur des hommes a perdu son père avant de naître, sa mère à six ans, son grand-père à huit. Ceux qui ont connu une enfance difficile, un deuil ou une séparation peuvent y lire un message : ce qu'on a vécu ne décide pas de ce qu'on deviendra.

2. **Allah prend soin de nous, même quand on ne le voit pas**
   Sur le moment, chaque perte semblait un malheur. Avec le recul, on voit comment Allah a placé sur sa route Ḥalīma, Umm Ayman, son grand-père et son oncle. Les versets de la sourate aḍ-Ḍuḥā nous invitent à relire notre propre histoire avec ce regard.

3. **Honorer ceux qui accueillent**
   Nourrices, grands-parents, oncles, familles d'accueil : la Sīra met à l'honneur ceux qui prennent soin des enfants des autres. Le Prophète ﷺ a dit : « Moi et celui qui prend en charge un orphelin, nous serons ainsi au Paradis », en montrant ses deux doigts **(al-Bukhārī n° 5304)**.

4. **Les larmes ne sont pas une faiblesse**
   Des décennies plus tard, le Prophète ﷺ pleure encore sur la tombe de sa mère. La foi n'interdit pas l'émotion : on peut être fort et sensible à la fois.

Une question pour toi

Y a-t-il dans ta vie une épreuve qui t'a semblé injuste sur le moment, mais dont tu vois aujourd'hui un bien qui en est sorti ? Et qui, autour de toi, mériterait un mot de reconnaissance pour avoir pris soin de toi ?

À retenir

- Le Prophète ﷺ naît à La Mecque, l'Année de l'Éléphant, vers 570, orphelin de père.
- Il grandit d'abord dans le désert chez Ḥalīma, où a lieu l'ouverture de sa poitrine.
- Il perd sa mère à six ans, son grand-père à huit, puis grandit chez son oncle Abū Ṭālib.
- Ces épreuves ont préparé un cœur capable de comprendre la souffrance des autres.

الصَّادِقُ الأَمِينُ

Al-Amīn, le digne de confiance

La confiance se construit avant tout

Âge	Métiers	Voyages	Surnom
De 8 à 25 ans	**Berger, commerçant**	**Vers la Syrie**	**Al-Amīn**

Personnages : Abū Ṭālib · ʿAbdallāh ibn Judʿān · Maysara · Khadīja bint Khuwaylid

Le récit

القِصَّةُ

1. Berger

Jeune garçon, le Prophète ﷺ aide sa famille en gardant les moutons des habitants de La Mecque contre un petit salaire. Il en parlera plus tard avec simplicité : « Allah n'a envoyé aucun prophète sans qu'il ait fait paître des moutons. » Ses compagnons demandèrent : « Et toi ? » Il répondit : « Moi aussi, je les faisais paître pour les gens de La Mecque contre quelques pièces » **(al-Bukhārī n° 2262)**. Garder un troupeau apprend la patience, la vigilance et le soin des plus faibles.

2. Les premiers voyages

Adolescent, il accompagne son oncle Abū Ṭālib dans une caravane vers la Syrie. Il découvre le monde du commerce, ses routes, ses marchés et ses règles. Les biographes rapportent qu'un moine chrétien, Baḥīrā, aurait reconnu en lui les signes d'un futur prophète et conseillé à Abū Ṭālib de le protéger ; les savants discutent l'authenticité des détails de ce récit **(at-Tirmidhī n° 3620)**.

3. Le pacte des vertueux

Un jour, un marchand venu du Yémen est volé par un notable de La Mecque, qui refuse de le payer. Choqués, plusieurs clans de Quraysh se réunissent chez ʿAbdallāh ibn Judʿān et s'engagent à défendre toute personne victime d'injustice à La Mecque, qu'elle soit d'ici ou d'ailleurs. C'est le « pacte des vertueux » (ḥilf al-fuḍūl). Le Prophète ﷺ, alors jeune homme, y participe.

Devenu Prophète ﷺ, il dira : « J'ai assisté chez ʿAbdallāh ibn Judʿān à un pacte que je ne voudrais pas échanger contre les plus beaux chameaux. Si j'y étais appelé aujourd'hui, en islam, j'y répondrais » **(rapporté par les biographes et al-Bayhaqī)**.

4. Al-Amīn

Jeune homme, il ne participe ni aux beuveries, ni aux jeux d'argent, ni au culte des idoles. Il est connu pour sa franchise et son honnêteté, au point que toute La Mecque l'appelle al-Amīn, « le digne de confiance ». Les gens lui confient leurs biens. Plus tard, même ceux qui rejetteront son message reconnaîtront : « Nous n'avons jamais entendu de toi un mensonge » **(al-Bukhārī n° 4770)**.

5. Le commerçant

Sa réputation parvient à Khadīja, une riche et noble commerçante. Elle lui confie ses marchandises pour une caravane vers la Syrie, accompagné de son serviteur Maysara. Le Prophète ﷺ commerce avec honnêteté et revient avec des bénéfices plus importants que d'habitude. Maysara rapporte à Khadīja tout ce qu'il a observé de son caractère.

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **La confiance se construit avant la mission**
Avant d'être Prophète ﷺ, il était déjà al-Amīn. Sa crédibilité ne venait pas de ses discours, mais de son comportement au quotidien. Au travail, dans les études ou en famille, notre réputation se bâtit dans les petites choses : être à l'heure, tenir parole, rendre ce qu'on emprunte.

2. **Aucun travail honnête n'est indigne**
Le Prophète ﷺ a gardé des moutons pour quelques pièces, et il en parlait sans gêne. Livreur, caissier, job d'étudiant : tout travail licite fait avec sérieux est honorable.

3. **S'engager pour la justice, avec tous**
Le pacte des vertueux réunissait des non-musulmans pour défendre les opprimés, et le Prophète ﷺ en était fier. Participer à une association, défendre un collègue victime d'injustice, s'engager dans la vie de son quartier : c'est dans l'esprit de ce pacte.

4. **L'honnêteté n'empêche pas la réussite**
En commerçant honnêtement, il a fait davantage de bénéfices que les autres. L'intégrité n'est pas un frein à la réussite : c'est souvent ce qui fait revenir les clients et grandir la confiance.

Une question pour toi

Si tes collègues, tes camarades ou tes voisins devaient te donner un surnom d'après ton comportement, lequel choisiraient-ils ? Et lequel aimerais-tu qu'ils choisissent ?

À retenir

- Le Prophète ﷺ a travaillé très jeune, comme berger puis comme commerçant.
- Il a participé au pacte des vertueux, un engagement pour défendre les victimes d'injustice.
- Sa droiture lui a valu, bien avant la prophétie, le surnom d'al-Amīn.
- Son honnêteté dans le commerce a attiré l'attention de Khadīja.

خَدِيجَةُ بِنْتُ خُوَيْلِدٍ

Khadīja

Un foyer, un soutien

Âge du Prophète ﷺ	Durée du mariage	Enfants	Surnom de Khadīja
25 ans	**25 ans**	**Deux fils, quatre filles**	**Aṭ-Ṭāhira, « la pure »**

Personnages : Khadīja bint Khuwaylid · Nafīsa bint Munya · Zayd ibn Ḥāritha · les enfants du Prophète ﷺ

Le récit

القِصَّةُ

1. Une femme remarquable

Khadīja bint Khuwaylid est l'une des femmes les plus respectées de La Mecque : noble, intelligente, riche, elle dirige elle-même ses affaires et emploie des hommes pour conduire ses caravanes. Veuve, elle a refusé de nombreuses demandes en mariage de notables de Quraysh. On la surnomme aṭ-Ṭāhira, « la pure ».

2. Un mariage fondé sur le caractère

Impressionnée par l'honnêteté et le comportement du Prophète ﷺ, dont lui a parlé son serviteur Maysara, c'est elle qui lui fait savoir, par l'intermédiaire d'une amie, Nafīsa, qu'elle souhaite l'épouser. Le mariage est conclu avec l'accord de leurs familles. Il a vingt-cinq ans ; elle en a quarante selon l'avis le plus répandu, d'autres historiens lui donnant un âge plus jeune.

Pendant vingt-cinq ans, jusqu'à la mort de Khadīja, le Prophète ﷺ n'épousera aucune autre femme. Ils auront six enfants : al-Qāsim (d'où le surnom du Prophète ﷺ, Abū l-Qāsim), Zaynab, Ruqayya, Umm Kulthūm, Fāṭima et ʿAbdallāh. Les deux garçons meurent en bas âge. Les quatre filles grandiront et embrasseront l'islam.

3. Zayd, l'enfant qui choisit son foyer

Khadīja offre au Prophète ﷺ un jeune serviteur, Zayd ibn Ḥāritha, enlevé enfant et vendu comme esclave. Des années plus tard, son père le retrouve et vient le racheter. Le Prophète ﷺ laisse Zayd libre de choisir : celui-ci préfère rester auprès de lui. Le Prophète ﷺ l'affranchit alors et l'accueille comme un fils. On l'appela « Zayd fils de Muḥammad ﷺ », jusqu'à ce que le Coran demande d'appeler chacun du nom de son vrai père **(al-Bukhārī n° 4782)**.

4. Une fidélité qui ne s'éteint pas

Khadīja sera la première à croire en lui et le soutiendra de toute sa fortune et de tout son cœur dans les années les plus dures. Après sa mort, il ne l'oubliera jamais. ʿĀ'isha raconte : « Je n'ai jamais été aussi jalouse d'aucune femme du Prophète ﷺ que de Khadīja, que je n'ai pourtant jamais vue. Il parlait souvent d'elle, et lorsqu'il égorgeait un mouton, il en envoyait des morceaux aux amies de Khadīja » **(al-Bukhārī n° 3818)**.

> *« La meilleure des femmes de son temps fut Maryam, fille de ʿImrān, et la meilleure des femmes de son temps fut Khadīja. »*
>
> **Rapporté par ʿAlī ibn Abī Ṭālib · al-Bukhārī (n° 3432) et Muslim (n° 2430)**

Le saviez-vous ? Un jour, l'ange Jibrīl vint dire au Prophète ﷺ de transmettre à Khadīja le salut de son Seigneur, et de lui annoncer une demeure au Paradis **(al-Bukhārī n° 3820)**.

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **Choisir quelqu'un pour son caractère**
   Khadīja aurait pu épouser les hommes les plus riches de La Mecque. Elle a choisi un homme sans fortune, pour son honnêteté et sa noblesse de cœur. Le Prophète ﷺ conseillera plus tard de choisir son conjoint d'abord pour sa religion **(al-Bukhārī n° 5090)**.

2. **Une femme active et respectée**
   Khadīja dirigeait une entreprise, employait des hommes et prenait elle-même l'initiative de son mariage. La Sīra montre des femmes actives, respectées et écoutées, loin des clichés.

3. **Le couple, une équipe**
   Dans les épreuves qui viendront, Khadīja sera son premier soutien. Un foyer solide, c'est deux personnes qui se soutiennent dans les moments difficiles, pas seulement dans les jours heureux.

4. **Rester fidèle à ceux qu'on a aimés**
   Des années après sa mort, il honorait encore les amies de Khadīja. Nous aussi, nous pouvons garder vivants les liens de nos parents ou de nos proches disparus, en visitant leurs amis et en faisant le bien en leur nom.

Une question pour toi

Quelles qualités recherches-tu, ou as-tu recherchées, chez la personne avec qui tu partages ta vie ? Et toi, de quelle manière es-tu un soutien pour ceux que tu aimes lorsqu'ils traversent une épreuve ?

À retenir

- Khadīja, femme noble et commerçante respectée, choisit d'épouser le Prophète ﷺ pour son caractère.
- Ils vivent vingt-cinq ans ensemble et ont six enfants ; il n'épouse aucune autre femme de son vivant.
- Elle est la première à croire en lui et son plus grand soutien.
- Sa fidélité envers elle continue bien après sa mort.

الحَجَرُ الأَسْوَدُ

La pierre noire

L'art d'apaiser les conflits

Âge	Événement	Conflit	Solution
35 ans	**Reconstruction de la Kaʿba**	**Qui posera la pierre ?**	**Un manteau**

Personnages : Les chefs des clans de Quraysh · al-ʿAbbās, oncle du Prophète ﷺ

Le récit

القِصَّةُ

1. Reconstruire la Kaʿba

Après une inondation, les murs de la Kaʿba sont fragilisés. Quraysh décide de la reconstruire. Selon Ibn Isḥāq, bien qu'idolâtres, ses chefs s'engagent à n'utiliser que de l'argent propre, sans aucun bien issu de l'usure, de la prostitution ou de l'injustice. Faute d'argent licite suffisant, ils réduisent même la surface du bâtiment, laissant à l'extérieur une partie de la fondation d'Ibrāhīm, le Ḥijr **(al-Bukhārī n° 1584 ; Muslim n° 1333)**.

Le Prophète ﷺ, alors âgé de trente-cinq ans, participe au chantier et porte des pierres avec les autres hommes **(al-Bukhārī n° 364)**.

2. Une querelle qui menace de tourner au drame

Lorsque les murs atteignent la hauteur où doit être replacée la pierre noire, une question enflamme les esprits : quel clan aura l'honneur de la poser ? Chaque tribu veut ce privilège. Pendant plusieurs jours, la tension monte au point que certains clans se préparent au combat.

Le plus âgé des chefs propose alors une solution : la première personne qui entrera dans l'enceinte sacrée par une certaine porte jugera entre eux. Tous acceptent. Le premier à entrer est… Muḥammad ﷺ. Tous s'exclament avec soulagement : « C'est al-Amīn ! Nous l'acceptons ! »

3. La solution du manteau

Le Prophète ﷺ demande un manteau, l'étend sur le sol et y pose lui-même la pierre noire. Puis il demande à un représentant de chaque clan de saisir un bord du manteau. Ensemble, ils soulèvent la pierre jusqu'à son emplacement, et le Prophète ﷺ la met en place de ses mains. Chaque clan a eu sa part d'honneur, et la paix est sauvée **(rapporté par Aḥmad et les biographes)**.

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **Apaiser plutôt qu'enflammer**
Une querelle d'honneur a failli coûter des vies. Au travail, en famille ou entre amis, beaucoup de conflits naissent de l'ego. Le Prophète ﷺ a cherché une solution où personne ne perd la face. Avant de vouloir avoir raison, demande-toi comment permettre à chacun de sortir la tête haute.

2. **Associer chacun à la décision**
Il aurait pu poser la pierre seul. Il a préféré que tous participent. Un bon responsable, un bon parent ou un bon chef d'équipe ne décide pas à la place des autres : il les implique.

3. **La confiance donne l'autorité**
Tous ont accepté son jugement avant même de l'entendre, parce qu'il était al-Amīn. L'autorité la plus solide n'est pas celle d'un titre, mais celle que donne l'intégrité.

4. **Construire avec de l'argent propre**
Même sans la foi, les Quraysh refusaient de bâtir la Maison d'Allah avec de l'argent sale. Une leçon pour nos projets : un beau projet mérite des moyens honnêtes.

Une question pour toi

Pense au dernier conflit que tu as vécu ou observé. Existait-il une « solution du manteau », une façon de permettre à chacun de garder sa dignité ? Comment pourrais-tu jouer ce rôle d'apaisement la prochaine fois ?

À retenir

- À trente-cinq ans, le Prophète ﷺ participe à la reconstruction de la Ka'ba.
- Les clans de Quraysh manquent de s'affronter pour l'honneur de poser la pierre noire.
- Choisi comme arbitre, il trouve une solution qui associe tous les clans.
- Son intégrité lui donne une autorité que tous reconnaissent.

غَارُ حِرَاءٍ

La grotte de Ḥirāʾ

« Lis ! » : le savoir au commencement

Âge	Lieu	Mois	Premiers versets
40 ans	**Mont Ḥirāʾ, près de La Mecque**	**Ramadan**	**Al-ʿAlaq (96:1-5)**

Personnages : L'ange Jibrīl · Khadīja · Waraqa ibn Nawfal

Le récit

القِصَّةُ

1. Le besoin de solitude

À l'approche de ses quarante ans, le Prophète ﷺ voit en rêve des visions qui se réalisent ensuite, aussi claires que la lumière de l'aube. Il éprouve un besoin grandissant de solitude. Il se retire régulièrement dans une petite grotte du mont Ḥirāʾ, d'où l'on voit La Mecque, pour y passer plusieurs nuits dans l'adoration et la réflexion, avant de revenir chercher des provisions auprès de Khadīja.

2. « Lis ! »

Une nuit de Ramadan, l'ange Jibrīl lui apparaît et lui dit : « Lis ! » Il répond : « Je ne sais pas lire. » L'ange le serre fortement contre lui, puis le relâche et répète : « Lis ! » La scène se reproduit trois fois. Puis l'ange récite les premiers versets du Coran :

> اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ۝ خَلَقَ الْإِنسَانَ مِنْ عَلَقٍ ۝ اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ۝ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ۝ عَلَّمَ الْإِنسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ
>
> *« Lis, au nom de ton Seigneur qui a créé, qui a créé l'homme d'une adhérence. Lis ! Ton Seigneur est le Très Noble, qui a enseigné par la plume, a enseigné à l'homme ce qu'il ne savait pas. »*
>
> **Sourate al-ʿAlaq (96:1-5) · récit rapporté par ʿĀʾisha, al-Bukhārī (n° 3)**

3. « Couvrez-moi ! »

Le cœur tremblant, il rentre chez Khadīja et lui dit : « Couvrez-moi, couvrez-moi ! » Une fois apaisé, il lui raconte ce qui s'est passé et lui confie : « J'ai eu peur pour moi-même. » Khadīja lui répond par des mots restés célèbres :

> كَلَّا وَاللَّهِ مَا يُخْزِيكَ اللَّهُ أَبَدًا، إِنَّكَ لَتَصِلُ الرَّحِمَ، وَتَحْمِلُ الكَلَّ، وَتَكْسِبُ المَعْدُومَ، وَتَقْرِي الضَّيْفَ، وَتُعِينُ عَلَى نَوَائِبِ الحَقِّ
>
> *« Non, par Allah ! Allah ne t'humiliera jamais. Tu maintiens les liens de parenté, tu portes le fardeau des faibles, tu donnes à celui qui n'a rien, tu honores l'invité et tu aides les gens face aux épreuves de la vie. »*
>
> **al-Bukhārī (n° 3) et Muslim (n° 160)**

4. Waraqa ibn Nawfal

Khadīja l'emmène chez son cousin Waraqa ibn Nawfal, un vieil homme devenu aveugle qui connaissait les Écritures des chrétiens. Après avoir écouté le récit, Waraqa déclare : « C'est le même ange qu'Allah envoya à Moïse ! Si seulement je pouvais être vivant quand ton peuple te chassera ! » Surpris, le Prophète ﷺ demande : « Vont-ils me chasser ? » Waraqa répond : « Aucun homme n'a apporté ce que tu apportes sans être combattu. » Waraqa meurt peu après.

Après une interruption de la révélation qui l'attriste, Jibrīl revient et la mission se précise : « Ô toi, l'enveloppé ! Lève-toi et avertis » **(sourate al-Muddaththir, 74:1-2 ; al-Bukhārī n° 4)**.

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **Le premier mot : « Lis »**
   Le premier commandement de la révélation n'est ni une interdiction ni un rituel, mais un appel au savoir. Apprendre, lire, se former tout au long de sa vie fait partie de la foi. Chaque cours, chaque livre, chaque formation peut devenir une réponse à ce premier « Lis ! ».

2. **Savoir se retirer du bruit**
   Avant la révélation, il y a eu la retraite de Ḥirāʾ. Dans une vie saturée de notifications et de bruit, nous avons besoin de moments de silence : couper le téléphone, méditer, prier la nuit, faire le point.

3. **Rassurer avec des mots qui relèvent**
   Face à quelqu'un d'effrayé, Khadīja ne minimise pas sa peur : elle lui rappelle le bien qu'il fait. Quand un proche doute de lui, après un échec ou un choc, rappelle-lui ses qualités et ce qu'il apporte aux autres.

4. **Le bien que l'on fait nous protège**
   Le raisonnement de Khadīja est simple : celui qui aide les autres ne sera pas abandonné par Allah. Le bien que nous faisons aujourd'hui est un capital pour nos jours difficiles.

5. **La peur n'est pas un manque de foi**
   Le plus grand des hommes a eu peur et l'a dit. Ressentir de la peur devant une grande responsabilité est humain. Ce qui compte, c'est de ne pas rester seul et d'avancer malgré elle.

Une question pour toi

Quelle place le savoir a-t-il aujourd'hui dans ta vie ? Qu'est-ce que tu pourrais commencer à apprendre cette année, pour répondre à ce premier « Lis ! » ? Et quand t'es-tu accordé, pour la dernière fois, un vrai moment de silence ?

À retenir

- À quarante ans, dans la grotte de Ḥirāʾ, le Prophète ﷺ reçoit la première révélation : « Lis ! »
- Effrayé, il est réconforté par Khadīja, qui lui rappelle le bien qu'il fait aux autres.
- Waraqa ibn Nawfal confirme qu'il s'agit du même ange qu'au temps de Moïse.
- Le savoir et la réflexion sont au point de départ du message de l'islam.

السَّابِقُونَ الأَوَّلُونَ

Les premiers croyants

Bien choisir son entourage

Durée	Méthode	Lieu de réunion	Âge moyen
Environ 3 ans	**Discrète, de personne à personne**	**Dār al-Arqam**	**Surtout des jeunes**

Personnages : Khadīja · Abū Bakr · ʿAlī ibn Abī Ṭālib · Zayd ibn Ḥāritha · ʿUthmān ibn ʿAffān · al-Arqam ibn Abī l-Arqam

Le récit

القِصَّةُ

1. Les premiers à croire

Pendant environ trois ans, le Prophète ﷺ appelle à l'islam discrètement, en s'adressant d'abord à ses proches et à ceux en qui il a confiance. La première à croire est Khadīja. Puis viennent ʿAlī, son jeune cousin qui vivait sous son toit, et Zayd ibn Ḥāritha, son fils adoptif.

Parmi les hommes libres, le premier est son ami Abū Bakr, un commerçant estimé de tous. Il croit sans hésiter. Le Prophète ﷺ dira plus tard : « Allah m'a envoyé vers vous, et vous avez dit : "Tu mens." Mais Abū Bakr a dit : "Il dit vrai", et il m'a soutenu de sa personne et de ses biens » **(al-Bukhārī n° 3661)**. Il sera surnommé aṣ-Ṣiddīq, « le véridique ».

2. Un ami qui en entraîne d'autres

Abū Bakr, apprécié pour sa douceur et sa sagesse, parle de l'islam à ses amis. Grâce à lui, plusieurs hommes qui deviendront de grandes figures de l'islam se convertissent : ʿUthmān ibn ʿAffān, az-Zubayr ibn al-ʿAwwām, ʿAbd ar-Raḥmān ibn ʿAwf, Saʿd ibn Abī Waqqāṣ et Ṭalḥa ibn ʿUbaydillāh.

3. Une communauté très diverse

Les premiers musulmans viennent de tous les milieux : des commerçants aisés, mais aussi des esclaves, des affranchis, des étrangers, des femmes, et surtout beaucoup de jeunes. ʿAmmār ibn Yāsir raconte : « J'ai vu le Messager d'Allah ﷺ alors qu'il n'avait avec lui que cinq esclaves, deux femmes et Abū Bakr » **(al-Bukhārī n° 3660)**.

4. La maison d'al-Arqam

Pour se retrouver, apprendre le Coran et prier sans attirer l'attention, les croyants se réunissent dans la maison d'un jeune compagnon, al-Arqam ibn Abī l-Arqam, près du mont Ṣafā. Cette maison devient la première école de l'islam : on y apprend, on s'y encourage, on y grandit ensemble.

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **Bien choisir son entourage**
Abū Bakr a entraîné ses amis vers le meilleur. Le Prophète ﷺ a dit : « L'homme suit la religion de son ami intime ; que chacun de vous regarde donc qui il prend pour ami » **(Abū Dāwūd n° 4833 ; at-Tirmidhī n° 2378)**. Nos amis, nos collègues, les comptes que nous suivons en ligne nous façonnent.

2. **Tout grand projet commence petit**
L'islam a commencé avec une poignée de personnes réunies dans une maison. Ne méprise pas les petits débuts : une association, un projet, une habitude commencent souvent par quelques personnes motivées.

3. **La jeunesse, moteur du changement**
La plupart des premiers croyants étaient jeunes. Les jeunes ne sont pas seulement l'avenir de la communauté : ils en sont aussi le présent.

4. **Apprendre ensemble**
La maison d'al-Arqam était un lieu pour apprendre et se soutenir. Un cercle d'étude, un groupe de révision, une communauté en ligne sérieuse : avance avec d'autres plutôt que seul.

5. **Une foi sans frontières sociales**
Riches et pauvres, maîtres et esclaves, hommes et femmes se retrouvaient côte à côte. Dans nos mosquées comme dans nos entreprises, la valeur d'une personne ne se mesure pas à sa fortune ou à son statut.

Une question pour toi

Qui sont les trois personnes qui t'influencent le plus aujourd'hui ? Te tirent-elles vers le haut ? Et pour qui es-tu, toi, un « Abū Bakr », quelqu'un qui encourage au bien ?

À retenir

- L'appel à l'islam commence discrètement, pendant environ trois ans.
- Khadīja, ʿAlī, Zayd et Abū Bakr sont parmi les tout premiers croyants.
- Abū Bakr amène à l'islam plusieurs de ses amis, futurs grands compagnons.
- La maison d'al-Arqam devient le lieu d'apprentissage et de rencontre des croyants.

عَلَى جَبَلِ الصَّفَا

L’appel du mont Ṣafā

Oser dire la vérité

Quand ?	Lieu	Verset	Opposant
Vers 613	**Mont Ṣafā, La Mecque**	**Ash-Shuʿarāʾ (26:214)**	**Abū Lahab, son oncle**

Personnages : Les clans de Quraysh · Abū Lahab et sa femme Umm Jamīl · Fāṭima · Abū Ṭālib

Le récit

القِصَّةُ

1. L’ordre de proclamer

Après trois années de prédication discrète, Allah ordonne au Prophète ﷺ d’avertir ouvertement les siens :

وَأَنذِرْ عَشِيرَتَكَ الْأَقْرَبِينَ

« Et avertis les gens de ta tribu qui te sont les plus proches. »
Sourate ash-Shuʿarāʾ (26:214)

2. Sur le mont Ṣafā

Le Prophète ﷺ monte sur le mont Ṣafā et appelle à voix haute les clans de Quraysh, l’un après l’autre. Les gens accourent ; ceux qui ne peuvent pas venir envoient quelqu’un. Il leur demande alors : « Si je vous disais qu’une cavalerie s’apprête à vous attaquer derrière cette vallée, me croiriez-vous ? » Ils répondent : « Oui, nous n’avons jamais entendu de toi un mensonge. » Il dit : « Alors je suis pour vous un avertisseur, avant un châtiment terrible. »

Son oncle Abū Lahab se lève et lance : « Que tu périsses ! C’est pour cela que tu nous as rassemblés ? » Une sourate entière descend alors à son sujet : la sourate al-Masad **(al-Bukhārī n° 4770 et 4971)**.

3. Personne ne porte la foi d’un autre

Le Prophète ﷺ s’adresse aussi à ses proches un par un, jusqu’à sa propre fille : « Ô Fāṭima, fille de Muḥammad ﷺ, demande-moi de mes biens ce que tu veux, mais je ne pourrai rien pour toi auprès d’Allah » **(al-Bukhārī n° 2753)**. Chacun est responsable de sa propre relation avec Allah.

4. Moqueries et accusations

À partir de ce jour, la prédication est publique, et l’hostilité aussi. Les notables de Quraysh traitent le Prophète ﷺ de poète, de devin, de magicien ou de fou. Abū Lahab le suit sur les marchés pour dire aux gens de ne pas l’écouter, et sa femme, Umm Jamīl, le harcèle. Mais son autre oncle, Abū Ṭālib, bien qu’il ne se convertisse pas, refuse de l’abandonner et le place sous sa protection.

فَاصْدَعْ بِمَا تُؤْمَرُ وَأَعْرِضْ عَنِ الْمُشْرِكِينَ

« Expose donc clairement ce qu’on t’ordonne, et détourne-toi des associateurs. »
Sourate al-Ḥijr (15:94)

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **Dire la vérité, avec intelligence**
Avant d'annoncer son message, le Prophète ﷺ part de ce que tous reconnaissent : sa sincérité. Pour parler de sa foi ou défendre une idée, commence par le terrain commun, la confiance et le respect. La manière compte autant que le message.

2. **Commencer par ses proches**
L'ordre fut d'abord d'avertir sa famille. Partager le bien commence chez soi : avec patience, par l'exemple, sans brusquer.

3. **Le rejet peut venir des plus proches**
Le premier à l'insulter fut son propre oncle. Ceux qui découvrent l'islam ou qui commencent à pratiquer vivent parfois l'incompréhension de leur famille. Le Prophète ﷺ est passé par là : patience, douceur et fermeté.

4. **Chacun est responsable de lui-même**
« Je ne pourrai rien pour toi auprès d'Allah », dit-il à sa fille. Personne ne peut croire à notre place : ni nos parents, ni notre imam, ni nos amis. Notre foi est notre responsabilité.

5. **Respecter les proches qui ne partagent pas notre foi**
Abū Ṭālib n'est pas devenu musulman, mais il a protégé son neveu toute sa vie, et celui-ci l'a aimé et respecté. Les liens familiaux et la reconnaissance ne s'arrêtent pas à la religion.

Une question pour toi

Y a-t-il une vérité que tu n'oses pas dire, par peur du regard des autres ? Comment pourrais-tu l'exprimer avec sagesse, en t'appuyant, comme le Prophète ﷺ, sur la confiance que les gens ont en toi ?

À retenir

- Après trois ans, le Prophète ﷺ reçoit l'ordre d'avertir publiquement les siens.
- Sur le mont Ṣafā, il s'appuie sur sa réputation de sincérité pour annoncer son message.
- Son oncle Abū Lahab devient l'un de ses pires ennemis, tandis qu'Abū Ṭālib le protège.
- Chacun est responsable de sa propre foi devant Allah.

المُسْتَضْعَفُونَ

Les plus faibles en première ligne

Tenir bon sous la pression

Quand ?	Lieu	Cibles	Libérateur
Vers 613-616	**La Mecque**	**Esclaves, affranchis, étrangers**	**Abū Bakr**

Personnages : Bilāl ibn Rabāḥ · Yāsir, Sumayya et ʿAmmār · Khabbāb ibn al-Aratt · Zinnīra · an-Nahdiyya et sa fille · Abū Bakr

Le récit

القِصَّةُ

Quand la prédication devient publique, les chefs de Quraysh décident de briser le mouvement. Ceux qui ont une tribu puissante derrière eux sont humiliés ou menacés. Mais ceux qui n'ont personne pour les protéger, les esclaves, les affranchis et les étrangers, subissent une violence inouïe. Leur seul tort : avoir dit « Allah est unique ».

1. Bilāl : « Unique, Unique ! »

Bilāl est un esclave d'origine abyssinienne appartenant à Umayya ibn Khalaf. À l'heure la plus chaude du jour, son maître le fait allonger sur le sable brûlant de La Mecque et ordonne qu'on pose un énorme rocher sur sa poitrine, en lui disant : « Tu resteras ainsi jusqu'à ce que tu meures ou que tu renies Muḥammad ﷺ. » Bilāl ne répond qu'un seul mot, inlassablement : « Aḥad, aḥad ! » (« Unique, Unique ! ») **(Ibn Mājah n° 150 et les biographes)**.

2. La famille de Yāsir

Yāsir, sa femme Sumayya et leur fils ʿAmmār, une famille modeste sans protection, sont torturés en plein soleil par le clan des Banū Makhzūm. Le Prophète ﷺ, qui ne peut rien faire pour les délivrer, passe près d'eux et leur dit : « Patience, famille de Yāsir, votre rendez-vous est le Paradis » **(rapporté par al-Ḥākim)**. Sumayya est tuée par Abū Jahl : les historiens la considèrent comme la première martyre de l'islam. Yāsir meurt lui aussi sous les coups.

ʿAmmār, à bout de forces, finit par prononcer les paroles que ses bourreaux exigent. Il vient en pleurant auprès du Prophète ﷺ, qui lui demande : « Comment trouves-tu ton cœur ? » — « Rempli de foi. » Selon les exégètes, c'est à son sujet que fut révélé ce verset :

> إِلَّا مَنْ أُكْرِهَ وَقَلْبُهُ مُطْمَئِنٌّ بِالْإِيمَانِ
>
> « … *excepté celui qui y a été contraint alors que son cœur demeure plein de foi.* »
> **Sourate an-Naḥl (16:106)**

3. Khabbāb, le forgeron

Khabbāb ibn al-Aratt est un jeune forgeron qui fabrique des épées à La Mecque. Sa maîtresse, Umm Anmār, lui applique sur la tête le fer rougi de sa propre forge. On l'allonge sur des braises ardentes, un homme pressant sa poitrine, jusqu'à ce que la graisse de son dos éteigne le feu. Des années plus tard, devenu calife, ʿUmar lui demandera de lui montrer son dos, et sera bouleversé par les cicatrices **(rapporté par Ibn Saʿd)**.

On lui vole aussi le fruit de son travail. Un notable, al-ʿĀṣ ibn Wā'il, lui doit de l'argent pour des épées et lui dit : « Je ne te paierai pas tant que tu ne renieras pas Muḥammad ﷺ. » Khabbāb répond : « Je ne le renierai jamais » **(al-Bukhārī n° 2091)**.

4. Zinnīra, les yeux de la foi

Zinnīra est une esclave d'origine romaine. Torturée sans relâche, elle perd la vue. Ses persécuteurs se moquent : « Ce sont al-Lāt et al-ʿUzzā qui t'ont rendue aveugle ! » Elle répond : « Non, par Allah ! Elles ne savent ni nuire ni être utiles. » Les biographes rapportent qu'Allah lui rendit ensuite la vue, à la stupeur de Quraysh.

5. Une mère, une fille et un sac de farine

An-Nahdiyya et sa fille sont les esclaves d'une femme de La Mecque, qui jure de ne jamais les libérer. Abū Bakr les rachète sur-le-champ, alors qu'elles étaient en train de moudre de la farine pour leur ancienne maîtresse. Il leur dit : « Rendez-lui sa farine. » Elles demandent : « Pouvons-nous d'abord finir de la moudre, puis la lui rapporter ? » Même libres, et face à celle qui les avait opprimées, elles tiennent à terminer leur travail.

6. Abū Bakr, l'argent au service des opprimés

Abū Bakr consacre sa fortune à racheter et libérer les croyants persécutés : Bilāl, ʿĀmir ibn Fuhayra, Zinnīra, an-Nahdiyya et sa fille, Umm ʿUbays et une servante que ʿUmar, avant sa conversion, frappait jusqu'à l'épuisement. Son père lui reproche : « Si tu dois affranchir, choisis des hommes forts qui te protégeront ! » Abū Bakr répond qu'il ne recherche que l'agrément d'Allah. Selon les exégètes, ces versets descendirent à son sujet :

وَمَا لِأَحَدٍ عِندَهُۥ مِن نِّعْمَةٍ تُجْزَىٰٓ ۝ إِلَّا ٱبْتِغَآءَ وَجْهِ رَبِّهِ ٱلْأَعْلَىٰ ۝ وَلَسَوْفَ يَرْضَىٰ

« … et qui ne doit à personne un bienfait qu'il aurait à rendre, mais [agit] seulement pour rechercher la Face de son Seigneur le Très-Haut. Et certes, il sera satisfait. »

Sourate al-Layl (92:19-21)

Ce qui est moins sûr. Le fait que les premiers croyants les plus faibles aient été cruellement persécutés est établi par le Coran et les hadiths authentiques. Certains détails (la mort de Sumayya, les braises de Khabbāb, la guérison de Zinnīra) nous viennent des biographes comme Ibn Isḥāq et Ibn Saʿd, avec des chaînes de transmission de valeur variable.

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **Notre foi a été portée par des sacrifices**
L'islam que nous pratiquons librement aujourd'hui nous est parvenu grâce à des femmes et des hommes qui ont tout donné : Bilāl, Sumayya, Khabbāb, Zinnīra. Se souvenir d'eux, c'est mesurer la valeur de ce que nous avons reçu.

2. **Remettre nos difficultés en perspective**
Les moqueries au travail, une remarque sur le voile, une famille qui ne comprend pas notre pratique : ces épreuves sont réelles, mais elles restent bien loin du rocher sur la poitrine de Bilāl. Leur histoire nous donne la force de tenir avec calme.

3. **Mettre ses moyens au service des plus vulnérables**
Abū Bakr n'a pas acheté de protection : il a libéré les plus faibles. Aujourd'hui, des personnes exploitées, sans papiers, sans voix ont besoin de notre temps, de nos compétences ou de notre argent.

4. **Rester intègre, même envers ceux qui nous ont fait du tort**
An-Nahdiyya et sa fille ont tenu à terminer leur travail pour une femme qui les opprimait. La droiture du croyant ne dépend pas du comportement des autres.

5. **Ne pas juger celui qui faiblit**
Le Prophète ﷺ n'a pas rejeté ʿAmmār : il a regardé son cœur. Quand quelqu'un cède sous la pression, la miséricorde vaut mieux que la condamnation.

Une question pour toi

Parmi ces figures, Bilāl, Sumayya, Khabbāb, Zinnīra, an-Nahdiyya, laquelle te touche le plus, et pourquoi ? Qu'est-ce que son histoire change dans ta façon de vivre tes propres difficultés ?

À retenir

- Les croyants sans protection tribale, esclaves, affranchis et étrangers, ont subi les pires persécutions.
- Bilāl, la famille de Yāsir, Khabbāb, Zinnīra et bien d'autres ont tenu bon dans la foi.
- Sumayya est considérée comme la première martyre de l'islam.
- Abū Bakr a consacré sa fortune à libérer les opprimés, pour la seule satisfaction d'Allah.

الصَّبْرُ عَلَى الأَذَى

Personne n'est épargné

Ne pas se vendre, savoir attendre

Quand ?	Lieu	Méthodes	Réponse
Vers 614-616	**La Mecque**	**Violences, pressions, offres**	**La patience**

Personnages : ʿUqba ibn Abī Muʿayṭ · Abū Bakr · ʿAbdallāh ibn Masʿūd · Muṣʿab ibn ʿUmayr · ʿUtba ibn Rabīʿa · Khabbāb

Le récit

القِصَّةُ

1. Le Prophète ﷺ lui-même

Les persécutions ne visent pas seulement les plus faibles. Un jour, alors que le Prophète ﷺ est prosterné près de la Kaʿba, ʿUqba ibn Abī Muʿayṭ dépose sur son dos les entrailles d'une chamelle, sous les rires des notables. Il reste prosterné jusqu'à ce que sa fille Fāṭima, encore enfant, accoure pour les retirer **(al-Bukhārī n° 240)**.

Une autre fois, le même homme lui serre son vêtement autour du cou pour l'étrangler. Abū Bakr se précipite, le repousse et s'écrie : « Allez-vous tuer un homme parce qu'il dit : "Mon Seigneur est Allah" ? » **(al-Bukhārī n° 3856)**.

2. Les compagnons de toutes conditions

Abū Bakr, pourtant notable respecté, est frappé si violemment lors d'une prise de parole publique que son visage en devient méconnaissable, selon les biographes. ʿAbdallāh ibn Masʿūd, jeune berger de condition modeste, ose réciter à voix haute la sourate ar-Raḥmān devant la Kaʿba : il revient le visage tuméfié, en disant qu'il serait prêt à recommencer dès le lendemain. ʿUthmān ibn ʿAffān est ligoté par son propre oncle.

Muṣʿab ibn ʿUmayr, jeune homme riche, élégant et choyé par sa mère, est privé de tout, enfermé puis renié par sa famille lorsqu'elle découvre sa conversion. Il quitte le luxe pour une vie de pauvreté. Lorsqu'il tombera martyr à Uḥud, son linceul sera si court qu'on ne pourra couvrir à la fois sa tête et ses pieds **(al-Bukhārī n° 1276)**.

3. Quand la pression devient une offre

Voyant que la violence ne suffit pas, Quraysh essaie la séduction. ʿUtba ibn Rabīʿa, l'un des notables les plus respectés, vient proposer au Prophète ﷺ un marché : « Si tu veux de l'argent, nous te ferons le plus riche d'entre nous. Si tu veux les honneurs, nous ferons de toi notre chef. Si tu veux un royaume, nous te ferons roi. » Le Prophète ﷺ l'écoute jusqu'au bout, puis lui récite le début de la sourate Fuṣṣilat. ʿUtba retourne auprès des siens bouleversé ; ceux-ci remarquent qu'il revient « avec un autre visage que celui avec lequel il était parti » **(rapporté par les biographes)**.

Ce qui est moins sûr. La phrase souvent attribuée au Prophète ﷺ, « Même s'ils mettaient le soleil dans ma main droite et la lune dans ma gauche… », est très célèbre mais repose sur une chaîne de transmission faible.

4. « Mais vous êtes pressés »

À bout de souffrance, Khabbāb vient trouver le Prophète ﷺ, assis à l'ombre de la Kaʿba, la tête appuyée sur son manteau : « Ne vas-tu pas demander à Allah de nous secourir ? » Le Prophète ﷺ se redresse, le visage empourpré, et lui répond :

> *« Parmi ceux qui vous ont précédés, on prenait un homme, on creusait pour lui une fosse, on le scindait en deux avec une scie, et cela ne le détournait pas de sa religion. […] Par Allah, Allah mènera cette affaire à son terme, au point qu'un voyageur ira de Ṣanʿāʾ à Ḥaḍramawt sans rien craindre d'autre qu'Allah… Mais vous êtes pressés. »*
> **Rapporté par Khabbāb ibn al-Aratt · al-Bukhārī (n° 3612)**

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **Garder sa dignité face à l'humiliation**
Le Prophète ﷺ ne répond pas aux humiliations par l'insulte ou la vengeance. Face à un collègue méprisant ou à des moqueries, la dignité et le calme sont souvent la réponse la plus forte.

2. **Ne pas se vendre**
Argent, pouvoir, honneurs : tout lui a été offert pour qu'il renonce. Dans la vie professionnelle aussi, on peut être tenté de sacrifier ses principes pour une promotion, un contrat ou une reconnaissance. La Sīra rappelle que certaines choses n'ont pas de prix.

3. **Quitter son confort pour ses valeurs**
Muṣʿab a abandonné une vie de luxe pour rester fidèle à sa foi. Nos choix de valeurs nous coûtent parfois du confort, une soirée, un emploi mieux payé : ils nous rendent pourtant plus libres.

4. **La patience est une stratégie**
« Mais vous êtes pressés. » Les grands changements prennent du temps. Dans nos projets, nos études ou notre cheminement spirituel, nous voulons des résultats immédiats. La Sīra nous apprend à semer sans voir tout de suite la récolte.

Une question pour toi

Y a-t-il un domaine de ta vie où tu es « pressé » : un projet, un changement personnel, une prière qui tarde à être exaucée ? Que changerait, pour toi, la réponse du Prophète ﷺ à Khabbāb ?

À retenir

- Le Prophète ﷺ lui-même et des compagnons de toutes conditions ont été persécutés.
- Quraysh a aussi tenté d'acheter le Prophète ﷺ avec de l'argent et du pouvoir, sans succès.
- Muṣʿab ibn ʿUmayr a renoncé au luxe pour sa foi.
- Face à l'impatience de Khabbāb, le Prophète ﷺ a annoncé la victoire, en enseignant la patience.

الهِجْرَةُ إِلَى الحَبَشَةِ

L'émigration en Abyssinie

Vivre sa foi loin de chez soi

Quand ?	Destination	Émigrés	Roi
An 5 de la mission (615)	**Royaume d'Abyssinie**	**Plus de 80 personnes**	**An-Najāshī (le Négus)**

Personnages : Jaʿfar ibn Abī Ṭālib · Umm Salama · ʿUthmān et Ruqayya · ʿAmr ibn al-ʿĀṣ · an-Najāshī

Le récit

القِصَّةُ

1. « Un roi auprès duquel personne n'est opprimé »

Face à la persécution, le Prophète ﷺ conseille à ses compagnons de partir pour l'Abyssinie, de l'autre côté de la mer Rouge, en leur disant, selon les biographes, qu'il s'y trouve un roi juste auprès duquel personne n'est opprimé. Ce roi, an-Najāshī, est chrétien.

Un premier petit groupe part en secret, la cinquième année de la mission, parmi lesquels ʿUthmān ibn ʿAffān et son épouse Ruqayya, la fille du Prophète ﷺ. Un second groupe, beaucoup plus important, suit : plus de quatre-vingts hommes et de nombreuses femmes et enfants.

2. Quraysh envoie ses diplomates

Furieux de voir les musulmans leur échapper, les chefs de Quraysh envoient deux hommes habiles, dont ʿAmr ibn al-ʿĀṣ, chargés de riches cadeaux pour le roi et ses évêques. Ils demandent que les émigrés leur soient livrés, en les accusant d'avoir abandonné la religion de leurs pères sans adopter celle du roi. Mais an-Najāshī refuse de juger sans entendre les accusés.

3. Le discours de Jaʿfar

Jaʿfar ibn Abī Ṭālib, cousin du Prophète ﷺ, prend la parole au nom des musulmans. Umm Salama, présente ce jour-là, a rapporté son discours **(rapporté par Aḥmad)** :

> *« Ô roi, nous étions un peuple ignorant : nous adorions des idoles, mangions des bêtes mortes, commettions des turpitudes, rompions les liens de parenté, maltraitions nos voisins, et le fort parmi nous dévorait le faible. Puis Allah nous a envoyé un Messager ﷺ dont nous connaissons la lignée, la sincérité, la loyauté et la chasteté. Il nous a appelés à adorer Allah seul, à dire la vérité, à rendre les dépôts, à maintenir les liens de parenté, à bien traiter nos voisins et à cesser les interdits et les meurtres… »*
>
> **Discours de Jaʿfar devant an-Najāshī**

Le roi demande à entendre quelque chose de ce qu'a apporté ce Prophète ﷺ. Jaʿfar récite le début de la sourate Maryam. An-Najāshī pleure au point que sa barbe en est mouillée, et ses évêques pleurent avec lui. Il déclare : « Ceci et ce qu'a apporté Jésus proviennent d'une même source de lumière. »

4. La question sur Jésus

Le lendemain, ʿAmr ibn al-ʿĀṣ tente un dernier piège : « Demande-leur ce qu'ils disent de Jésus ! » Les musulmans s'inquiètent, mais décident de dire la vérité, quoi qu'il arrive. Jaʿfar répond : « Nous disons ce que notre Prophète ﷺ nous a enseigné : il est le serviteur d'Allah, Son messager, Son esprit et Sa parole déposée en Marie, la vierge. » Le roi ramasse un brin de bois et dit : « Jésus ne dépasse pas ce que tu viens de dire de la valeur de ce brin. » Il rend leurs cadeaux aux envoyés de Quraysh et accorde aux musulmans sa protection.

Le saviez-vous ? Les émigrés vivent en paix en Abyssinie pendant des années ; Jaʿfar ne rejoindra le Prophète ﷺ qu'en l'an 7 de l'Hégire. À la mort d'an-Najāshī, le Prophète ﷺ annonce son décès à Médine et accomplit pour lui la prière funéraire **(al-Bukhārī n° 1245)**.

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **Vivre sa foi en minorité, avec dignité**
   Les premiers émigrés de l'islam ont vécu en minorité dans un royaume chrétien, en respectant ses lois et en pratiquant leur religion. Beaucoup de musulmans vivent aujourd'hui en Europe ou ailleurs en minorité : la Sīra montre que c'est possible, dans la loyauté et la fidélité à sa foi.

2. **Reconnaître la justice, d'où qu'elle vienne**
   Le Prophète ﷺ a orienté ses compagnons vers un roi chrétien parce qu'il était juste. Savoir reconnaître et s'appuyer sur les institutions justes, quelle que soit la religion de leurs dirigeants, fait partie de la sagesse prophétique.

3. **Présenter l'islam par ses valeurs**
   Jaʿfar n'a pas commencé par des polémiques : il a parlé de vérité, de loyauté, de famille, de voisinage, puis il a lu un texte qui touchait un point commun, Marie. Pour parler de sa foi à un collègue ou à un ami, les valeurs et les points communs ouvrent les cœurs.

4. **Ne pas trahir la vérité pour plaire**
   Sur Jésus, les musulmans auraient pu adoucir leur réponse. Ils ont choisi la vérité, avec respect. Le dialogue n'oblige pas à renoncer à ce que l'on croit.

5. **La reconnaissance envers ceux qui nous accueillent**
   Le Prophète ﷺ a prié pour an-Najāshī à sa mort. Être reconnaissant envers le pays, les personnes ou les institutions qui nous accueillent est une valeur prophétique.

Une question pour toi

Si un collègue ou un voisin te demandait demain « C'est quoi, l'islam ? », que lui répondrais-tu en une minute ? Le discours de Jaʿfar peut-il t'inspirer ?

À retenir

- Pour échapper aux persécutions, des musulmans émigrent en Abyssinie, auprès d'un roi chrétien juste.
- Quraysh envoie des diplomates pour les faire revenir, sans succès.
- Le discours de Jaʿfar, centré sur les valeurs de l'islam, touche profondément an-Najāshī.
- Les musulmans y vivent en sécurité, dans la loyauté et la fidélité à leur foi.

إِسْلَامُ حَمْزَةَ وَعُمَرَ

Ḥamza et ʿUmar

Personne n'est perdu d'avance

Quand ?	Ḥamza	ʿUmar	Effet
An 6 de la mission	**Oncle du Prophète ﷺ**	**Futur deuxième calife**	**Les musulmans s'affirment**

Personnages : Ḥamza ibn ʿAbd al-Muṭṭalib · Abū Jahl · ʿUmar ibn al-Khaṭṭāb · Fāṭima bint al-Khaṭṭāb · Saʿīd ibn Zayd · Khabbāb

Le récit

القِصَّةُ

1. Ḥamza, le lion

Ḥamza, oncle du Prophète ﷺ, est un homme fort et respecté, grand chasseur. Un jour, en rentrant de la chasse, il apprend qu'Abū Jahl a insulté et humilié son neveu. Furieux, il se rend directement auprès de lui, au milieu des notables de Quraysh, et le frappe avec son arc en lançant : « Tu l'insultes, alors que je suis de sa religion et que je dis ce qu'il dit ? » **(rapporté par les biographes)**. Parti d'un élan de colère et de solidarité familiale, son engagement devient une foi profonde. On le surnommera « le lion d'Allah ».

2. ʿUmar, l'ennemi déterminé

ʿUmar ibn al-Khaṭṭāb est l'un des adversaires les plus durs de l'islam : un homme de caractère, craint de tous. Le Prophète ﷺ invoque Allah : « Ô Allah, renforce l'islam par celui de ces deux hommes que Tu aimes le plus : Abū Jahl ou ʿUmar ibn al-Khaṭṭāb » **(at-Tirmidhī n° 3681)**.

Selon le récit le plus connu, ʿUmar sort un jour l'épée à la main, décidé à tuer le Prophète ﷺ. En chemin, on lui apprend que sa propre sœur, Fāṭima, et son mari, Saʿīd ibn Zayd, sont devenus musulmans. Il fait irruption chez eux alors que Khabbāb leur enseigne la sourate Ṭā-Hā. Il frappe son beau-frère et blesse sa sœur au visage. Mais devant son courage et la vue de son sang, sa colère tombe. Il demande à lire la feuille : les premiers versets de Ṭā-Hā bouleversent son cœur. Il se rend aussitôt à la maison d'al-Arqam et proclame sa foi devant le Prophète ﷺ.

طه ۝ مَا أَنزَلْنَا عَلَيْكَ الْقُرْآنَ لِتَشْقَىٰ ۝ إِلَّا تَذْكِرَةً لِّمَن يَخْشَىٰ

« Ṭā-Hā. Nous n'avons point fait descendre sur toi le Coran pour que tu sois malheureux, mais seulement comme un rappel pour celui qui craint Allah. »

Sourate Ṭā-Hā (20:1-3)

3. Une nouvelle force

La conversion de ces deux hommes change l'équilibre à La Mecque. Les musulmans, qui priaient en cachette, osent désormais prier ouvertement près de la Kaʿba. ʿAbdallāh ibn Masʿūd dira : « Nous n'avons cessé d'être forts depuis que ʿUmar a embrassé l'islam » **(al-Bukhārī n° 3684)**. ʿUmar deviendra l'un des plus proches compagnons du Prophète ﷺ et le deuxième calife de l'islam, célèbre pour sa justice.

Ce qui est moins sûr. La conversion de ʿUmar et l'invocation du Prophète ﷺ à son sujet sont bien établies. Les détails de la scène chez sa sœur, très connus, sont rapportés par les biographes avec des chaînes discutées par les spécialistes.

Le saviez-vous ? Selon ce récit, ʿUmar a trouvé la foi en lisant Ṭā-Hā. Ces deux lettres mystérieuses qui ouvrent la sourate ont aussi donné son nom à TAHA ACADEMY.

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **Ne jamais désespérer de personne**
L'homme qui voulait tuer le Prophète ﷺ est devenu l'un des piliers de l'islam. Celui qui nous semble aujourd'hui le plus éloigné de la foi peut en être demain l'un des plus grands serviteurs. Cela vaut pour les autres… et pour nous-mêmes.

2. **Le pouvoir des mots du Coran**
Ni argument, ni dispute : quelques versets ont suffi à transformer ʿUmar. Prenons le temps de lire le Coran avec le cœur, et de le faire découvrir avec douceur.

3. **Le courage tranquille d'une sœur**
Fāṭima, blessée par son frère, ne renie pas sa foi. Sa fermeté calme a fait plus que tous les discours. La Sīra est pleine de femmes courageuses qui ont changé le cours des choses.

4. **Défendre celui qu'on humilie**
Ḥamza ne pouvait accepter que l'on humilie son neveu. Au travail, à l'école ou sur les réseaux sociaux, se lever pour défendre une personne humiliée est un acte de courage.

5. **Mettre sa force au service du bien**
La force de ʿUmar et de Ḥamza, autrefois au service de leur clan, a servi la vérité. Nos talents, notre énergie, notre influence peuvent être mis au service de ce qui est juste.

Une question pour toi

Y a-t-il une personne dont tu as « désespéré », que tu crois incapable de changer ? Et y a-t-il en toi un trait de caractère, comme la force de ʿUmar, que tu pourrais mettre davantage au service du bien ?

À retenir

- Ḥamza se convertit après avoir défendu son neveu humilié par Abū Jahl.
- ʿUmar, qui voulait tuer le Prophète ﷺ, trouve la foi en lisant la sourate Ṭā-Hā.
- Leur conversion donne aux musulmans la force de pratiquer ouvertement.
- Personne n'est perdu d'avance : les cœurs sont entre les mains d'Allah.

المُقَاطَعَةُ

Le boycott

La solidarité dans la difficulté

Quand ?	Durée	Lieu	Visés
Ans 7 à 10 de la mission	**Environ 3 ans**	**Le vallon d'Abū Ṭālib**	**Le clan du Prophète ﷺ**

Personnages : Abū Ṭālib · Khadīja · Ḥakīm ibn Ḥizām · Hishām ibn ʿAmr · Zuhayr ibn Abī Umayya · al-Muṭʿim ibn ʿAdī

Le récit

القِصَّةُ

1. Un pacte d'exclusion

Les conversions se multiplient et Abū Ṭālib refuse toujours de livrer son neveu. Les chefs de Quraysh décident alors d'asphyxier tout son clan, les Banū Hāshim et les Banū l-Muṭṭalib, musulmans comme non-musulmans. Ils rédigent un pacte, accroché à l'intérieur de la Kaʿba : interdiction de commercer avec eux, de les épouser, de leur parler, jusqu'à ce qu'ils livrent Muḥammad ﷺ. Le Prophète ﷺ évoquera plus tard le lieu où Quraysh avait conclu ce pacte contre son clan **(al-Bukhārī n° 1590)**.

2. Trois années de faim

Le clan se retire dans un vallon appartenant à Abū Ṭālib, à l'écart de la ville. Pendant près de trois ans, ils vivent dans un dénuement extrême. Les vivres manquent : on mange des feuilles d'arbres et des peaux séchées, et l'on entend de loin les pleurs des enfants affamés. Khadīja, autrefois l'une des femmes les plus riches de La Mecque, partage cette misère, et sa santé en sera durablement affectée. Les seuls moments de répit sont les mois sacrés, où ils peuvent sortir.

3. La solidarité en secret

Malgré l'interdiction, certains bravent le pacte. Ḥakīm ibn Ḥizām, neveu de Khadīja, essaie de faire passer de la nourriture à sa tante. Hishām ibn ʿAmr, un Mecquois non musulman, conduit de nuit des chameaux chargés de vivres jusqu'à l'entrée du vallon, avant de les lâcher vers les assiégés.

4. La fin du boycott

Ce même Hishām ibn ʿAmr finit par trouver d'autres hommes de conscience : Zuhayr ibn Abī Umayya, al-Muṭʿim ibn ʿAdī, Abū l-Bakhtarī et Zamʿa ibn al-Aswad. Ensemble, ils dénoncent publiquement l'injustice : « Allons-nous manger et nous vêtir pendant que les Banū Hāshim meurent de faim ? » Lorsqu'on décroche le document, on découvre, selon les biographes, que les termites l'ont dévoré, à l'exception des mots « En Ton nom, ô Allah ». Le boycott prend fin.

Ce qui est moins sûr. Le boycott lui-même est confirmé par les hadiths authentiques. Les détails (les feuilles mangées, le rôle de chacun des cinq hommes, le document dévoré par les termites) sont rapportés par les biographes.

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **La solidarité du clan**
   Des membres du clan qui n'étaient pas musulmans ont accepté de souffrir aux côtés du Prophète ﷺ, par loyauté familiale. La famille, au sens large, est un refuge : soyons présents pour les nôtres quand ils traversent une épreuve.

2. **Des justes partout**
   Ce sont des non-musulmans de conscience qui ont mis fin au boycott. L'injustice se combat aussi avec des alliés de toutes origines : collègues, voisins, associations, personnes de bonne volonté.

3. **La faim n'est pas qu'une histoire du passé**
   Des enfants qui pleurent de faim, cela existe encore, parfois tout près de chez nous. Une banque alimentaire, une aumône régulière, un repas partagé : chacun peut être un Hishām ibn ʿAmr.

4. **Ne jamais participer à l'exclusion collective**
   Le boycott de Quraysh reposait sur la pression du groupe : personne n'osait parler. À l'école, au travail ou sur les réseaux sociaux, quand un groupe s'acharne sur quelqu'un, le courage est de ne pas suivre, et même de s'y opposer.

Une question pour toi

As-tu déjà été témoin d'une forme d'exclusion collective, dans ta classe, ton entreprise ou en ligne ? Qu'as-tu fait ? Et que ferais-tu aujourd'hui, à la lumière de l'exemple de Hishām ibn ʿAmr ?

À retenir

- Quraysh impose un boycott total au clan du Prophète ﷺ, musulmans et non-musulmans.
- Pendant près de trois ans, ils souffrent de la faim dans le vallon d'Abū Ṭālib.
- Quelques Mecquois de conscience aident en secret, puis font tomber le pacte.
- La solidarité et le courage de quelques-uns peuvent briser une injustice collective.

عَامُ الحُزْنِ وَالطَّائِفُ

L'Année de la tristesse et Ṭā'if

Se relever après l'échec

Quand ?	Pertes	Voyage	Compagnon
An 10 de la mission (619)	**Abū Ṭālib et Khadīja**	**Ṭā'if, à 100 km environ**	**Zayd ibn Ḥāritha**

Personnages : Abū Ṭālib · Khadīja · Zayd ibn Ḥāritha · les chefs de Thaqīf · ʿAddās · l'ange des montagnes · al-Muṭʿim ibn ʿAdī

Le récit

القِصَّةُ

1. Deux départs

Peu après la fin du boycott, Abū Ṭālib tombe gravement malade. À son chevet, le Prophète ﷺ le supplie de prononcer « Il n'y a de dieu qu'Allah », pour pouvoir plaider pour lui auprès d'Allah. Mais, sous le regard des notables de Quraysh présents, Abū Ṭālib meurt sur la religion de ses ancêtres **(al-Bukhārī n° 3884)**. Le Prophète ﷺ en est profondément affecté.

> إِنَّكَ لَا تَهْدِي مَنْ أَحْبَبْتَ وَلَٰكِنَّ اللَّهَ يَهْدِي مَن يَشَاءُ
>
> « *Tu ne guides pas celui que tu aimes, mais c'est Allah qui guide qui Il veut.* »
> **Sourate al-Qaṣaṣ (28:56)**

Peu de temps après, Khadīja, sa compagne de vingt-cinq ans, son premier soutien, s'éteint à son tour. Les biographes appelleront cette année « l'Année de la tristesse ». Privé de la protection de son oncle, le Prophète ﷺ subit des agressions de plus en plus directes.

2. Le rejet de Ṭā'if

Le Prophète ﷺ se rend alors à pied à Ṭā'if, une ville de montagne, avec Zayd ibn Ḥāritha, pour appeler la tribu de Thaqīf à l'islam et chercher un soutien. Les chefs de la ville le reçoivent avec mépris et refusent. Pire : ils lancent contre lui les enfants et les esclaves, qui le poursuivent en l'insultant et en lui jetant des pierres. Ses pieds saignent ; Zayd tente de le protéger de son corps.

3. Une grappe de raisin

Épuisé, il se réfugie dans un jardin. Ses propriétaires, pris de pitié, lui envoient une grappe de raisin par leur serviteur chrétien, ʿAddās. Le Prophète ﷺ dit « Au nom d'Allah » avant de manger. Surpris, ʿAddās lui dit que les gens de ce pays ne parlent pas ainsi. Apprenant qu'il vient de Ninive, le Prophète ﷺ lui parle de Jonas : « C'est mon frère ; il était prophète, et je suis prophète. » ʿAddās se penche et lui embrasse la tête, les mains et les pieds **(rapporté par les biographes)**.

4. L'ange des montagnes

Des années plus tard, ʿĀ'isha lui demandera s'il a connu un jour plus dur que celui de la bataille d'Uḥud. Il évoquera ce jour de Ṭā'if. Il raconte que l'ange Jibrīl vint à lui avec l'ange des montagnes, qui lui proposa d'écraser les habitants entre les deux montagnes qui entourent La Mecque. Il répondit :

> « *Non. J'espère plutôt qu'Allah fera sortir de leur descendance des gens qui adoreront Allah seul, sans rien Lui associer.* »
> **Rapporté par ʿĀ'isha · al-Bukhārī (n° 3231) et Muslim (n° 1795)**

Pour pouvoir rentrer à La Mecque, il doit demander la protection d'un notable. C'est al-Muṭ'im ibn ʿAdī, un non-musulman, qui la lui accorde. Le Prophète ﷺ ne l'oubliera jamais **(voir al-Bukhārī n° 3139)**.

Ce qui est moins sûr. L'invocation célèbre attribuée au Prophète ﷺ à Ṭā'if (« Ô Allah, c'est à Toi que je me plains de ma faiblesse… ») a un sens magnifique, mais de nombreux spécialistes du hadith jugent sa chaîne de transmission faible.

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **La tristesse n'est pas un manque de foi**
   Le Prophète ﷺ a vécu le deuil, l'a ressenti profondément, et cette année porte le nom de la tristesse. Il est normal de traverser des périodes sombres. La foi n'interdit pas la peine : elle aide à la traverser.

2. **Accepter de ne pas pouvoir guider ceux qu'on aime**
   Il aimait Abū Ṭālib et n'a pas pu le guider. Parents inquiets pour leurs enfants, amis qui voient un proche s'éloigner : nous devons faire notre part avec amour, et laisser le reste à Allah.

3. **Se relever après l'échec**
   Ṭā'if fut un échec total : rejet, humiliation, blessures. Pourtant, il a continué. Un entretien raté, un examen manqué, un projet qui s'effondre ne sont pas la fin de l'histoire.

4. **Choisir la miséricorde plutôt que la vengeance**
   Il pouvait voir ses agresseurs anéantis. Il a préféré espérer pour leurs enfants. Les habitants de Ṭā'if finiront d'ailleurs par embrasser l'islam. Pardonner n'est pas une faiblesse : c'est un investissement sur l'avenir.

5. **Accepter l'aide, d'où qu'elle vienne**
   Un serviteur chrétien, un notable non musulman : Allah lui a envoyé du réconfort et de la protection par des personnes inattendues. Restons ouverts à la bonté des autres, et reconnaissants.

Une question pour toi

Quel a été ton « Ṭā'if », un moment de rejet ou d'échec qui t'a fait mal ? Qu'est-ce qui t'a aidé, ou t'aiderait, à te relever ? Et y a-t-il quelqu'un à qui tu pourrais choisir de pardonner ?

À retenir

- L'Année de la tristesse voit mourir Abū Ṭālib, son protecteur, et Khadīja, son épouse.
- À Ṭā'if, le Prophète ﷺ est rejeté et blessé, mais refuse la vengeance que lui propose l'ange.
- Il trouve du réconfort auprès de ʿAddās et une protection auprès d'al-Muṭ'im ibn ʿAdī.
- L'échec et la tristesse ne l'ont jamais fait renoncer.

الإِسْرَاءُ وَالمِعْرَاجُ

Le Voyage nocturne et l'Ascension

La prière, un refuge

Quand ?	Trajet	Monture	Don reçu
Vers l'an 11-12 de la mission	**La Mecque → Jérusalem → les cieux**	**Al-Burāq**	**Les cinq prières**

Personnages : L'ange Jibrīl · les prophètes Ādam, ʿĪsā, Yaḥyā, Yūsuf, Idrīs, Hārūn, Mūsā et Ibrāhīm · Abū Bakr

Le récit

القِصَّةُ

1. Après la tristesse, l'honneur

Après l'Année de la tristesse et l'épreuve de Ṭāʾif, Allah honore Son Prophète ﷺ d'un voyage extraordinaire, en une seule nuit. Les savants divergent sur sa date exacte, mais il a lieu à La Mecque, quelque temps avant l'Hégire.

سُبْحَانَ الَّذِي أَسْرَىٰ بِعَبْدِهِ لَيْلًا مِّنَ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ إِلَى الْمَسْجِدِ الْأَقْصَى الَّذِي بَارَكْنَا حَوْلَهُ لِنُرِيَهُ مِنْ آيَاتِنَا

« Gloire à Celui qui de nuit fit voyager Son serviteur de la Mosquée sacrée à la Mosquée al-Aqṣā, dont Nous avons béni l'alentour, afin de lui faire voir certaines de Nos merveilles. »

Sourate al-Isrāʾ (17:1)

2. De La Mecque à Jérusalem

L'ange Jibrīl vient le chercher avec al-Burāq, une monture blanche plus grande qu'un âne et plus petite qu'un mulet, dont chaque pas porte aussi loin que le regard. Il le conduit jusqu'à Jérusalem, à la mosquée al-Aqṣā, où le Prophète ﷺ dirige la prière des prophètes rassemblés **(Muslim n° 162 et 172)**.

3. L'ascension à travers les cieux

Puis il monte de ciel en ciel avec Jibrīl. Dans chacun, il rencontre des prophètes qui l'accueillent : Ādam au premier ciel, ʿĪsā et Yaḥyā au deuxième, Yūsuf au troisième, Idrīs au quatrième, Hārūn au cinquième, Mūsā au sixième, et Ibrāhīm au septième, adossé à « la Maison peuplée », que soixante-dix mille anges visitent chaque jour. Il parvient jusqu'au Lotus de la limite (Sidrat al-Muntahā) **(al-Bukhārī n° 3207 ; Muslim n° 162)**.

4. Le don de la prière

C'est là qu'Allah prescrit à sa communauté cinquante prières par jour. Sur le chemin du retour, Mūsā lui conseille de demander un allègement, car il connaît la faiblesse des gens. Le Prophète ﷺ retourne plusieurs fois vers son Seigneur, jusqu'à ce qu'elles soient réduites à cinq. Allah déclare alors qu'elles sont cinq dans l'accomplissement, mais cinquante dans la récompense **(al-Bukhārī n° 349)**.

5. « S'il l'a dit, c'est vrai »

Le lendemain, le Prophète ﷺ raconte son voyage. Les Quraysh se moquent : comment parcourir en une nuit la distance que les caravanes mettent un mois à franchir ? Certains le mettent au défi de décrire Jérusalem : Allah lui en présente l'image, et il la décrit en détail **(al-Bukhārī n° 3886)**. Quand on vient le rapporter à Abū Bakr pour le faire douter, celui-ci répond, selon les biographes : « S'il l'a dit, alors il dit vrai. »

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **Après la difficulté vient la facilité**
Le Voyage nocturne survient juste après l'année la plus douloureuse de sa vie. « À côté de la difficulté, il y a certes une facilité » **(Coran 94:6)**. Nos périodes sombres peuvent précéder de grandes ouvertures.

2. **La prière, notre rendez-vous quotidien**
La prière est le seul acte d'adoration prescrit au-delà des cieux. Elle est notre ascension à nous, cinq fois par jour. Dans une journée de travail ou d'études chargée, ces quelques minutes sont un refuge, pas une contrainte.

3. **L'unité des prophètes**
Le Prophète ﷺ a prié avec Moïse, Jésus, Abraham et les autres prophètes. L'islam ne rejette pas les prophètes des juifs et des chrétiens : il les honore. Cela compte pour vivre en paix avec nos voisins et collègues d'autres religions.

4. **La foi n'est pas aveugle, elle repose sur la confiance**
Abū Bakr ne comprenait pas tout, mais il savait que le Prophète ﷺ n'avait jamais menti. La confiance en celui qui a prouvé sa sincérité est une démarche raisonnable.

5. **Allah veut la facilité**
De cinquante à cinq prières : la religion n'est pas faite pour épuiser les gens. « Allah veut pour vous la facilité ; Il ne veut pas pour vous la difficulté » **(Coran 2:185)**.

Une question pour toi

Comment vis-tu tes cinq prières aujourd'hui : comme une contrainte à caser dans ton agenda, ou comme un rendez-vous qui te ressource ? Que pourrais-tu changer pour que l'une d'elles, au moins, devienne un vrai moment de paix ?

À retenir

- En une nuit, le Prophète ﷺ est transporté de La Mecque à Jérusalem, puis élevé à travers les cieux.
- Il dirige la prière des prophètes et les rencontre de ciel en ciel.
- Les cinq prières quotidiennes sont prescrites lors de ce voyage.
- Abū Bakr confirme sa foi sans hésiter, ce qui lui vaut le surnom d'aṣ-Ṣiddīq.

بَيْعَتَا العَقَبَةِ

Les serments d'al-ʿAqaba

Préparer l'avenir

Quand ?	Lieu	Participants	Ambassadeur
620 à 622	**Al-ʿAqaba, près de Minā**	**6, puis 12, puis 75**	**Muṣʿab ibn ʿUmayr**

Personnages : Asʿad ibn Zurāra · ʿUbāda ibn aṣ-Ṣāmit · Muṣʿab ibn ʿUmayr · Usayd ibn Ḥuḍayr · Saʿd ibn Muʿādh · Nusayba bint Kaʿb · al-ʿAbbās

Le récit

القِصَّةُ

1. Des années de refus

Chaque année, à la saison du pèlerinage, des tribus de toute l'Arabie viennent à La Mecque. Le Prophète ﷺ va à leur rencontre, l'une après l'autre, pour leur présenter l'islam et chercher un peuple qui accepte de le protéger. Pendant des années, il essuie refus et moqueries, souvent sous l'œil d'Abū Lahab qui le suit pour le discréditer.

2. Six hommes de Yathrib

Un soir, près d'al-ʿAqaba, il rencontre six hommes de la tribu des Khazraj, venus de Yathrib. Ils écoutent et croient. Leur ville est épuisée par des années de guerre entre ses deux grandes tribus, les Aws et les Khazraj, dont la dernière bataille, celle de Buʿāth, a décimé les chefs. ʿĀʾisha dira : « Le jour de Buʿāth fut un jour qu'Allah avait préparé pour Son Messager ﷺ » **(al-Bukhārī n° 3777)**.

3. Le premier serment

L'année suivante, douze hommes reviennent et prêtent serment au Prophète ﷺ. ʿUbāda ibn aṣ-Ṣāmit en rapporte le contenu : ne rien associer à Allah, ne pas voler, ne pas commettre l'adultère, ne pas tuer ses enfants, ne pas inventer de calomnies, et ne pas désobéir dans ce qui est bien **(al-Bukhārī n° 18)**.

4. Muṣʿab, le premier ambassadeur

Le Prophète ﷺ envoie avec eux Muṣʿab ibn ʿUmayr pour enseigner le Coran à Yathrib. Un jour, deux chefs, Usayd ibn Ḥuḍayr puis Saʿd ibn Muʿādh, viennent le menacer, lance à la main. Muṣʿab leur répond calmement : « Assieds-toi et écoute. Si ce que tu entends te plaît, accepte-le ; sinon, nous cesserons ce qui te déplaît. » L'un après l'autre, ils écoutent… et embrassent l'islam. Saʿd retourne voir son clan, qui se convertit le jour même **(rapporté par les biographes)**.

5. Le second serment

La saison suivante, soixante-treize hommes et deux femmes, dont Nusayba bint Kaʿb, rencontrent le Prophète ﷺ de nuit, en secret, à al-ʿAqaba. Son oncle al-ʿAbbās, pas encore musulman, est présent pour s'assurer du sérieux de leur engagement. Ils jurent de protéger le Prophète ﷺ comme ils protègent leurs propres familles. Douze représentants sont désignés. La route de Médine est ouverte : peu après, le Prophète ﷺ autorise ses compagnons à émigrer.

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **Ne pas se décourager devant les refus**
   Des années à essuyer des refus, tribu après tribu. Puis, un soir, six hommes disent oui, et tout change. Candidatures sans réponse, projets refusés : continue de frapper aux portes. Il suffit parfois d'un seul « oui ».

2. **Préparer l'avenir avec patience**
   Du premier contact à l'Hégire, il a fallu trois ans de préparation, d'enseignement et d'engagements. Les grandes réalisations se construisent par étapes, avec méthode et patience.

3. **Convaincre par l'écoute et la douceur**
   « Assieds-toi et écoute. » Muṣʿab n'a pas répondu à la menace par la menace. Dans une discussion difficile, inviter l'autre à écouter calmement est souvent plus efficace que tous les arguments.

4. **S'engager sur des valeurs**
   Le premier serment est une liste de principes moraux : honnêteté, respect de la vie, de l'honneur et du bien. Avant de bâtir une société, l'islam a formé des personnes intègres.

5. **Les femmes au cœur des grands engagements**
   Deux femmes étaient présentes au serment fondateur de Médine. Nusayba bint Kaʿb défendra plus tard le Prophète ﷺ sur le champ de bataille. La Sîra montre des femmes actrices de l'histoire.

Une question pour toi

Y a-t-il une porte à laquelle tu as cessé de frapper après quelques refus ? Que se passerait-il si, comme le Prophète ﷺ, tu persévérais encore un peu ? Et sur quelles valeurs bâtis-tu tes propres engagements ?

À retenir

- Pendant des années, le Prophète ﷺ présente l'islam aux tribus venues en pèlerinage, sans succès.
- Six hommes de Yathrib croient, puis douze prêtent un premier serment fondé sur des valeurs morales.
- Muṣʿab ibn ʿUmayr fait connaître l'islam à Yathrib par sa douceur et sa pédagogie.
- Le second serment ouvre la voie à l'émigration vers Médine.

الهِجْرَةُ

L'Hégire

Planifier et faire confiance

Quand ?	Âge du Prophète ﷺ	Trajet	Distance
An 1 de l'Hégire · 622	**53 ans**	**La Mecque → Médine**	**Environ 450 km**

Personnages : Abū Bakr · ʿAlī ibn Abī Ṭālib · Asmāʾ et ʿĀʾisha, filles d'Abū Bakr · ʿAbdullāh ibn Abī Bakr · ʿĀmir ibn Fuhayra · ʿAbdullāh ibn Urayqiṭ, le guide · Surāqa ibn Mālik

Le récit

القِصَّةُ

1. Le complot

Après les serments d'al-ʿAqaba, les musulmans de La Mecque partent l'un après l'autre, discrètement, vers Yathrib, la future Médine. Les chefs de Quraysh comprennent que le Prophète ﷺ risque de leur échapper. Réunis en conseil, ils décident de s'en débarrasser définitivement.

وَإِذْ يَمْكُرُ بِكَ الَّذِينَ كَفَرُوا لِيُثْبِتُوكَ أَوْ يَقْتُلُوكَ أَوْ يُخْرِجُوكَ ۚ وَيَمْكُرُونَ وَيَمْكُرُ اللَّهُ ۖ وَاللَّهُ خَيْرُ الْمَاكِرِينَ

« Et quand les mécréants complotaient contre toi pour t'emprisonner, te tuer ou te bannir. Ils complotaient, et Allah a fait échouer leur complot ; et Allah est le meilleur en stratagèmes. »

Sourate al-Anfāl (8:30)

2. Une préparation minutieuse

Un jour, en pleine chaleur de midi, le Prophète ﷺ se rend chez son ami Abū Bakr, le visage couvert, et lui annonce que le moment du départ est venu. Abū Bakr, qui attendait ce jour, avait préparé deux montures depuis des mois. Ils engagent un guide expérimenté, ʿAbdullāh ibn Urayqiṭ, qui n'était pas musulman mais à qui ils faisaient confiance, et lui confient les chameaux avec un rendez-vous fixé trois jours plus tard.

Toute la famille d'Abū Bakr participe : ʿĀʾisha et Asmāʾ préparent les provisions. Faute de corde, Asmāʾ coupe sa ceinture en deux pour attacher le sac de nourriture, ce qui lui vaudra le surnom de « celle aux deux ceintures » **(al-Bukhārī n° 3905)**.

3. La nuit du départ

Les biographes rapportent que le Prophète ﷺ demande à ʿAlī de dormir dans son lit cette nuit-là, et de rester à La Mecque pour **rendre aux gens les dépôts qu'ils lui avaient confiés**. Ses propres ennemis continuaient en effet à lui confier leurs biens, tant sa probité était connue.

4. Trois nuits dans la grotte de Thawr

Au lieu de prendre la route du nord, vers Médine, les deux compagnons partent vers le sud et se cachent dans la grotte du mont Thawr. Chaque soir, ʿAbdullāh, le jeune fils d'Abū Bakr, vient leur rapporter ce qui se dit à La Mecque. ʿĀmir ibn Fuhayra, un affranchi d'Abū Bakr, fait paître ses moutons sur leurs traces pour les effacer, et leur apporte du lait **(al-Bukhārī n° 3905)**.

Les poursuivants arrivent jusqu'à l'entrée de la grotte. Abū Bakr murmure : « S'ils regardaient à leurs pieds, ils nous verraient ! » Le Prophète ﷺ lui répond avec une sérénité totale :

مَا ظَنُّكَ يَا أَبَا بَكْرٍ بِاثْنَيْنِ اللَّهُ ثَالِثُهُمَا

« *Que penses-tu, Abū Bakr, de deux personnes dont Allah est le troisième ?* »
al-Bukhārī (n° 3653) et Muslim (n° 2381)

إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا

« *… quand il disait à son compagnon : "Ne t'afflige pas, Allah est avec nous."* »
Sourate at-Tawba (9:40)

5. La route et la poursuite de Surāqa

Après trois nuits, le guide arrive avec les montures. La petite caravane emprunte des chemins inhabituels, le long de la côte. Quraysh a promis une forte récompense à qui ramènerait les fugitifs. Un cavalier, Surāqa ibn Mālik, parvient à les rattraper, mais les pattes de son cheval s'enfoncent par deux fois dans le sable. Comprenant qu'il ne peut rien contre eux, il demande à être en sécurité, renonce à la poursuite et détourne les autres poursuivants **(al-Bukhārī n° 3906)**.

6. L'arrivée

À Médine, les habitants sortent chaque matin guetter l'arrivée du Prophète ﷺ, jusqu'à ce que la chaleur les oblige à rentrer. Le jour venu, la ville entière l'accueille dans la joie. Il s'arrête d'abord à Qubāʾ, où il fonde la première mosquée, puis entre à Médine. Là où sa chamelle s'agenouille, il achète le terrain et bâtit, avec ses compagnons, sa mosquée **(al-Bukhārī n° 3906)**. Peu après, il unit chaque émigré de La Mecque à un musulman de Médine par un lien de fraternité.

Ce qui est moins sûr. L'histoire de l'araignée qui tisse sa toile et des colombes qui pondent à l'entrée de la grotte est très connue, mais elle repose sur une transmission faible. De même, le chant « Ṭalaʿa l-badru ʿalaynā » est rapporté par une chaîne faible, et certains savants le situent plutôt au retour de l'expédition de Tabūk.

Le saviez-vous ? C'est cet événement que les compagnons ont choisi, sous le califat de ʿUmar, comme point de départ du calendrier musulman : l'année 1 de l'Hégire.

Et pour nous, aujourd'hui ?

1. **Planifier, puis faire confiance**
Les montures préparées des mois à l'avance, le guide, la route vers le sud, les traces effacées, les nouvelles chaque soir : rien n'a été laissé au hasard. Et pourtant, au moment le plus critique, le Prophète ﷺ dit : « Allah est avec nous. » Se préparer sérieusement fait partie de la confiance en Allah. Avant un examen, un entretien, un projet, fais tout ce qui dépend de toi, puis remets le résultat à Allah, le cœur en paix.

2. **Choisir les gens pour leur compétence et leur honnêteté**
Pour la mission la plus délicate de sa vie, le Prophète ﷺ engage un guide qui ne partageait pas sa religion, parce qu'il était compétent et digne de confiance. Au travail, dans les études ou dans la vie, on peut collaborer avec des personnes de tous horizons, dans le respect et l'honnêteté.

3. **Rester intègre, même avec ceux qui nous font du tort**
Ceux qui voulaient le tuer lui confiaient encore leurs biens, et il a tenu à les leur rendre. Un collègue injuste, un client difficile, un responsable qui ne nous apprécie pas : rien de cela n'autorise à manquer à sa parole ou à son honnêteté.

4. **Chaque rôle compte**
Un ami fidèle, deux sœurs, un adolescent, un affranchi qui garde des moutons, un guide : chacun a joué un rôle indispensable. Dans une famille, une équipe ou une association, aucune tâche n'est petite lorsqu'elle sert une grande cause.

5. **Partir pour mieux construire**
Beaucoup d'entre nous ont quitté leur ville ou leur pays pour étudier, travailler ou vivre leur foi plus librement. L'Hégire n'était pas une fuite, mais un nouveau départ pour construire. Et il existe une hégire que chacun peut vivre, où qu'il soit : « L'émigré est celui qui délaisse ce qu'Allah a interdit » **(al-Bukhārī n° 10)**.

6. **Commencer par l'essentiel**
À son arrivée, le Prophète ﷺ commence par bâtir une mosquée et créer des liens de fraternité. Dans une nouvelle ville, un nouvel emploi ou une nouvelle étape de vie, commence par ce qui te fait tenir : ta prière, et des personnes de confiance autour de toi.

Une question pour toi

Quel projet prépares-tu en ce moment : des études, un emploi, un départ, un changement de vie ? Ce qui te manque le plus, est-ce la préparation… ou la confiance en Allah ? Et quelle « hégire » intérieure pourrais-tu commencer dès aujourd'hui ?

À retenir

- L'Hégire, en 622, marque la fin de la période mecquoise et le début de la communauté de Médine.
- Le Prophète ﷺ a uni une préparation minutieuse et une confiance totale en Allah : l'une ne remplace pas l'autre.
- Même dans le danger, il est resté fidèle à ses engagements et à son honnêteté.
- Ses premiers actes à Médine, la mosquée et la fraternité, montrent ce qui doit venir en premier.

Conclusion · Ce que La Mecque nous apprend

دُرُوسُ مَكَّةَ

Treize années à La Mecque. Treize années de patience, de pédagogie, de souffrances et de fidélité. Quand le Prophète ﷺ arrive à Médine, il n'a ni armée, ni richesse, ni territoire. Mais il a formé des femmes et des hommes d'une foi et d'un caractère exceptionnels. C'est sur eux que la suite va se construire.

Ce que La Mecque nous enseigne	Ce que cela peut changer dans nos vies
Le caractère avant la mission	Al-Amīn était reconnu pour son honnêteté bien avant d'être Prophète ﷺ. Notre crédibilité se construit au quotidien.
Le savoir au point de départ	Le premier mot révélé est « Lis ! ». Apprendre est une forme d'adoration, à tout âge.
La foi d'abord	Treize ans pour enraciner l'unicité d'Allah dans les cœurs. Tout le reste en découle.
La patience et la persévérance	Persécutions, boycott, deuils, refus : il n'a jamais renoncé. « Mais vous êtes pressés. »
La solidarité	Abū Bakr libérant les opprimés, le clan dans le vallon, les justes qui brisent le boycott.
La miséricorde	À Ṭā'if, il choisit l'espoir plutôt que la vengeance.
La préparation et la confiance	L'Hégire unit une organisation minutieuse et une confiance totale en Allah.
Vivre sa foi partout	En Abyssinie, les musulmans ont vécu en minorité avec loyauté et dignité.

لَّقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

« Vous avez certes, dans le Messager d'Allah ﷺ, un excellent modèle, pour quiconque espère en Allah et au Jour dernier et invoque Allah fréquemment. »

Sourate al-Aḥzāb (33:21)

Une dernière question pour toi

De tous les épisodes de ce manuel, lequel t'a le plus marqué ? Quelle décision concrète, même petite, aimerais-tu prendre pour que la Sīra ne reste pas seulement une histoire que tu connais, mais un modèle que tu vis ?

Et après ? Le Niveau 2 de ce manuel racontera la période de Médine : la construction de la communauté, les grandes épreuves, la conquête de La Mecque, le pèlerinage d'adieu et le décès du Prophète ﷺ. Retrouve toutes les ressources de TAHA ACADEMY sur tahacademy.com.

Annexe 1 · Frise chronologique

التَّسَلْسُلُ الزَّمَنِيُّ

Date	Âge / mission	Événement
Vers 570	—	Naissance du Prophète ﷺ, l'Année de l'Éléphant
Vers 576	6 ans	Mort de sa mère Āmina à al-Abwāʾ
Vers 578	8 ans	Mort de son grand-père ; il grandit chez Abū Ṭālib
Vers 582	12 ans	Premier voyage en Syrie avec Abū Ṭālib
Vers 595	25 ans	Commerce pour Khadīja, puis mariage avec elle
Vers 605	35 ans	Reconstruction de la Kaʿba et arbitrage de la pierre noire
610	40 ans	Première révélation dans la grotte de Ḥirāʾ
610-613	40-43 ans	Prédication discrète ; maison d'al-Arqam
Vers 613	43 ans	Prédication publique : l'appel du mont Ṣafā
613-616	—	Persécutions des croyants
615	an 5	Émigration en Abyssinie
616	an 6	Conversion de Ḥamza et de ʿUmar
616-619	ans 7-10	Boycott dans le vallon d'Abū Ṭālib
619	an 10	Année de la tristesse ; voyage à Ṭāʾif
620	an 11	Rencontre des six hommes de Yathrib
620-621	—	Voyage nocturne et Ascension (date discutée)
621	an 12	Premier serment d'al-ʿAqaba ; Muṣʿab à Yathrib
622	an 13	Second serment d'al-ʿAqaba, puis l'Hégire

Les dates sont approximatives : les sources anciennes diffèrent parfois d'une ou deux années.

Annexe 2 · Les personnages

الأَعْلَامُ

Nom	Qui était-ce ?
Khadīja	Première épouse du Prophète ﷺ et première croyante
Abū Ṭālib	Oncle et protecteur du Prophète ﷺ, mort sans se convertir
Abū Bakr aṣ-Ṣiddīq	Ami intime, premier homme libre à croire, compagnon de l'Hégire
ʿAlī ibn Abī Ṭālib	Cousin du Prophète ﷺ, l'un des tout premiers croyants
Zayd ibn Ḥāritha	Fils adoptif du Prophète ﷺ, compagnon du voyage à Ṭāʾif
Bilāl ibn Rabāḥ	Esclave abyssinien torturé, libéré par Abū Bakr
Sumayya bint Khayyāṭ	Mère de ʿAmmār, première martyre de l'islam
Khabbāb ibn al-Aratt	Forgeron torturé, témoin du hadith « vous êtes pressés »
Zinnīra	Esclave romaine persécutée, libérée par Abū Bakr
Ḥamza	Oncle du Prophète ﷺ, « le lion d'Allah »
ʿUmar ibn al-Khaṭṭāb	Ancien adversaire devenu pilier de l'islam
Jaʿfar ibn Abī Ṭālib	Porte-parole des émigrés devant an-Najāshī
An-Najāshī	Roi chrétien et juste d'Abyssinie
Muṣʿab ibn ʿUmayr	Jeune homme riche devenu le premier ambassadeur de l'islam
Waraqa ibn Nawfal	Cousin de Khadīja, connaisseur des Écritures
Abū Lahab et Abū Jahl	Parmi les pires ennemis du Prophète ﷺ à La Mecque

Annexe 3 · Lexique

المُصْطَلَحَاتُ

Terme	Définition
Sīra	Biographie du Prophète ﷺ
Hégire (hijra)	Émigration du Prophète ﷺ de La Mecque à Médine (622), début du calendrier musulman
Kaʿba	Maison sacrée de La Mecque, bâtie par Ibrāhīm et Ismāʿīl
Quraysh	Tribu dominante de La Mecque, gardienne de la Kaʿba
Jāhiliyya	« Ignorance » : l'Arabie avant l'islam
Ḥanīf	Croyant monothéiste fidèle à la religion d'Ibrāhīm
Tawḥīd	L'unicité d'Allah
Waḥy	La révélation
Ṣaḥābī	Compagnon du Prophète ﷺ
Muhājir	Émigré : musulman de La Mecque parti pour Médine
Anṣār	« Les soutiens » : musulmans de Médine
Bayʿa	Serment d'allégeance
Isrāʾ	Voyage nocturne de La Mecque à Jérusalem
Miʿrāj	Ascension à travers les cieux
Al-Amīn	« Le digne de confiance », surnom du Prophète ﷺ
Aṣ-Ṣiddīq	« Le véridique », surnom d'Abū Bakr

TAHA
ACADEMY

APPRENDRE · COMPRENDRE · AGIR

Ce manuel fait partie de la collection de TAHA ACADEMY : des formations, des fiches pratiques, des ouvrages et une bibliothèque en ligne pour relier la foi à la vie d'aujourd'hui.

À suivre : Manuel de Sīra · Niveau 2 — La période de Médine

Continuez sur tahacademy.com
Formations, fiches, bibliothèque
et accompagnement personnalisé

« Je lis le Coran, je comprends le Coran, je vis le Coran. »