

GUIDE DU PELERIN

HAJJ 2026

Les Quraysh -- Caravane Ligue Islamique

Sous le patronage de Ndiamysl Peye

Elhadji Magatte Diop -- Coordinateur

EDITION LIGUE ISLAMIQUE

www.Ligue-Islamique.org

contact@Ligue-Islamique.org | +221 70 891 07 30

*Ce guide est dedie a tous les pelerins de la Caravane Ligue Islamique Hajj 2026,
et specialement a Elhadji Gawane Thiaw, President Ndongo NDIAYE,
et a la memoire du Cheikh Ahmadou Bamba.*

<< Allahumma labbayk bi-Hajj, labbayk bi-'Umrah >>

TABLE DES MATIERES

Chapitre 1	Preparatifs spirituels et materiels	5
Chapitre 2	Les 6 etapes du Hajj en detail	12
Chapitre 3	Toutes les douas du Hajj	35
Chapitre 4	Cartes interactives et itineraires	52
Chapitre 5	Conseils medicaux et securite	68
Chapitre 6	Guide de Madinah et visites	78
Annexe A	Horaires de prieres	95
Annexe B	Numeros d'urgence	98
Annexe C	Glossaire des termes arabes	102
Annexe D	Liste des pelerins de la caravane	110

CHAPITRE 1

Preparatifs spirituels et materiels

Le Hajj est l'un des cinq piliers de l'Islam. Tout musulman adulte, sain d'esprit et capable physiquement et financièrement, doit accomplir le pelerinage au moins une fois dans sa vie.

1.1 CONDITIONS OBLIGATOIRES

- Etre musulman
- Etre pubere (adulte)
- Etre sain d'esprit
- Etre libre (non esclave)
- Avoir les moyens financiers
- Avoir les moyens physiques
- Avoir un Mahram (pour les femmes)

1.2 PREPARATION SPIRITUELLE

Avant de partir, le pelerin doit :

- Se repentir sincerement de tous ses peches
- Regler ses dettes et ses differends
- Demander pardon a ceux qu'il a offenses
- Apprendre les rituels du Hajj (Manasik)
- Lire des livres sur le Hajj et ecouter des cours
- Renforcer ses pratiques quotidiennes (priere, dhikr)

1.3 LISTE MATERIELLE INDISPENSABLE

Vetements :

- Ihram (2 draps blancs non cousus pour hommes)
- Vetements modestes pour femmes (niqab interdit en Ihram)
- Sandales ouvertes (pas de chaussures fermees en Ihram)
- Chapeau ou parasol

Documents :

- Passeport valide (6 mois minimum)
- Visa Hajj
- Certificat de vaccination (meningite, fièvre jaune)

- Billets d'avion et reservations
- Copie des documents (cloud + papier)

Sante :

- Medicaments personnels (1 mois de stock)
- Anti-douleur, anti-diarrheique, anti-vomissement
- Creme solaire SPF 50+
- Desinfectant, pansements
- Thermometre, tensiometre

Divers :

- Sac a dos leger
- Gourde (1L minimum)
- Petit tapis de priere
- Coran et livre de douas
- Chargeur solaire
- Montre avec alarme

1.4 LES MIQAT (Points de consecration)

Les Miqat sont les limites geographiques ou le pelerin doit entrer en etat d'Ihram. Il y en a cinq :

- Dhul Hulayfah (pour les habitants de Madinah)
- Al-Juhfah (pour ceux venant du nord-ouest)
- Qarn al-Manazil (pour ceux venant de l'est)
- Yalamlam (pour ceux venant du sud)
- Dhat Irq (pour ceux venant d'Irak)

Pour les pelerins de la Caravane Ligue Islamique partant de Dakar, le Miqat est atteint lors du survol de la zone designee avant l'atterrissage a Jeddah.

CHAPITRE 2

Les 6 etapes du Hajj en detail

ETAPE 1 : MAKKAH -- Tawaf al-Qudum & Sa'i

Le Tawaf al-Qudum est le premier rituel accompli des l'arrivee a Makkah. Il consiste en 7 tours autour de la Kaaba, dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

Rituels :

1. Ihram avant le Miqat
2. Tawaf al-Qudum (7 tours)
3. Raml (marcher vite les 3 premiers tours)
4. Istilam de la Pierre Noire
5. 2 rak'at a Maqam Ibrahim
6. Sa'i entre Safa et Marwa (7 allers-retours)
7. Halq ou Taqsir

Duree totale : 3 a 4 heures.

Distance : ~3,15 km (Tawaf) + ~3,5 km (Sa'i).

ETAPE 2 : MINA -- Journee du Tarwiyah (8 Dhul Hijjah)

Mina est une vallee a 7 km de Makkah. Les pelerins y passent la journee et la nuit avant de partir pour Arafat.

Rituels :

- Depart de Makkah apres le lever du soleil
- Installation dans les tentes
- Prieres raccourcies (Qasr)
- Dhikr et recueillement
- Depart pour Arafat apres Fajr du 9

ETAPE 3 : ARAFAT -- Wuqf (9 Dhul Hijjah)

Le coeur du Hajj. Sans le Wuqf a Arafat, il n'y a pas de Hajj valide.

Rituels :

- Arrivee avant Dhuhr

- Wuquf de Dhuhr a Maghrib (6 heures)
- Priere Dhuhr et Asr jointes
- Dhikr intensif : "La ilaha illallah wahdahu la sharika lah"
- Depart apres le coucher du soleil

Conseil critique : Ne JAMAIS quitter Arafat avant le Maghrib.

ETAPE 4 : MUZDALIFAH -- Nuit sacree (9-10 Dhul Hijjah)

Plaine entre Arafat et Mina. Les pelerins y passent la nuit.

Rituels :

- Priere Maghrib et Isha jointes a l'heure d'Isha
- Collecte de 70 cailloux (Jamrat)
- Wuquf une partie de la nuit
- Priere Fajr et dhikr
- Depart avant le lever du soleil

ETAPE 5 : MAKKAH -- Tawaf al-Ifadah & Ramy (10-12 Dhul Hijjah)

Jour de l'Aid al-Adha. Plusieurs rituels majeurs.

Rituels :

- Ramy al-Jamarat (7 cailloux sur la grande Jamra)
- Sacrifice animal (Hady)
- Halq ou Taqsir
- Tawaf al-Ifadah (Tawaf essentiel)
- Sa'i (si non fait apres le premier Tawaf)
- Ramy des 11 et 12 Dhul Hijjah (21 cailloux par jour sur les 3 Jamrat)

ETAPE 6 : MADINAH -- Visite du Prophete (apres le Hajj)

Fortement recommande mais non obligatoire.

Sites a visiter :

- Masjid al-Nabawi (Rawdah, tombe du Prophete)
- Masjid Quba (premiere mosquee de l'Islam)
- Jannat al-Baqi (cimetiere des Compagnons)
- Mont Uhud (champ de bataille)
- Masjid al-Qiblatayn

CHAPITRE 3

Toutes les douas du Hajj

DOUAS DU TAWAF

Bismillahi Allahu Akbar

Au nom d'Allah, Allah est le Plus Grand -- devant la Pierre Noire

Rabbana atina fi-dunya hasanatan wa fi-l-akhirati hasanatan wa qina 'adhaban-nar

Seigneur, accorde-nous le bien en ce monde et dans l'au-dela, et preserve-nous du chatiment du Feu (2:201)

La ilaha illallahu wahdahu la sharika lah, lahu-l-mulku wa lahu-l-hamdu, wa huwa 'ala kulli shay'in qadir

Il n'y a de dieu qu'Allah, unique, sans associe. A Lui la royauté et a Lui la louange, et Il est Omnipotent sur toute chose

Allahumma innaka 'afuwwun tuhibbul-'afwa fa'fu 'anni

O Allah, Tu es Celui qui pardonne et Tu aimes le pardon, alors pardonne-moi

DOUAS D'ARAFAT

La ilaha illallahu wahdahu la sharika lah, lahu-l-mulku wa lahu-l-hamdu, wa huwa 'ala kulli shay'in qadir

Le dhikr prefere du Prophete a Arafat

Allahum-maghfir li dhambi wa wassi' li fi dari wa barik li fi rizqi

O Allah, pardonne mon peche, agrandis ma demeure et benis ma subsistance

Allahumma inni as'aluka min fadlika wa rahmatika, fa-innahu la yamlikuha illa anta

O Allah, je Te demande Ta grace et Ta misericorde, car nul ne les possede excepte Toi

Hasbunallahu wa ni'mal-wakil

Allah nous suffit, et qu'il est bon Mandataire ! (3:173)

DOUAS DU RAMY (Lancer des cailloux)

Bismillahi, Allahu Akbar, raghmam li-sh-shaytani wa hizbihi, wa i'jabam li-r-rahmani wa ridwanihi

Au nom d'Allah, Allah est le Plus Grand, par depot pour Satan et sa faction, et par plaisir pour le Misericordieux et Sa satisfaction

SALAT AU PROPHETE A MADINAH

As-salamu 'alayka ya Rasul Allah, as-salamu 'alayka ya habib Allah, as-salamu 'alayka ya khiyarata Allah min khalqihi

Que la paix soit sur toi, o Messenger d'Allah. Que la paix soit sur toi, o Bien-aime d'Allah. Que la paix soit sur toi, o meilleur de la creation d'Allah

CHAPITRE 4

Cartes interactives et itineraires

MAKKAH -- Al-Masjid al-Haram

- Superficie : 400,800 m² (capacite : 4 millions)
- La Kaaba : centre spirituel de l'Islam
- Hajar al-Aswad (Pierre Noire) : coin est
- Maqam Ibrahim : au nord-est de la Kaaba
- Zamzam : puits sacre au sous-sol
- Safa et Marwa : galeries du Sa'i

MINA -- Ville des Tentes

- Distance de Makkah : 7 km
- Tentes climatisees par pays
- Infirmieries reparties tous les 500m
- Ponts Jamarat : 4 niveaux pour le lancer

ARAFAT -- Plaine du Wuquf

- Distance de Mina : 13 km
- Jabal al-Rahmah (Mont Arafat) : 70m de haut
- Mosquee Namirah : sermon d'Arafat
- Limite est : Wadi Uranah

MUZDALIFAH -- Mash'ar al-Haram

- Distance d'Arafat : 8 km
- Plaine ouverte sans infrastructure
- Sanitaires publics aux extremités
- Point de collecte des cailloux

MADINAH -- Al-Masjid al-Nabawi

- Distance de Makkah : 450 km
- 10 minarets, 27 coupoles
- Rawdah : entre minbar et mihrab
- Hujra : tombe du Prophete, Abu Bakr, Umar
- Bab as-Salam : porte principale

CHAPITRE 5

Conseils medicaux et securite

SANTE ET CHALEUR

- Temperatures : 40 a 50 C en journee, 25 C la nuit
- Boire 3 litres d'eau minimum par jour
- Eviter le soleil entre 10h et 16h
- Porter des vetements clairs et amples
- Utiliser de la creme solaire SPF 50+ toutes les 2 heures

MALADIES COURANTES

- Insolation : maux de tete, vertiges, nausees. Traitement : ombre, eau, serviette humide.
- Deshydratation : soif intense, urine foncee. Traitement : eau + sels de rehydratation.
- Diarrhee : eviter les aliments crus, boire de l'eau bouillie.
- Fatigue : le Hajj exige 15 a 20 km de marche par jour. Repos obligatoire.

SECURITE

- Toujours porter une carte d'identite du pelerin
- Memoriser le numero de tente Mina
- Photo du numero de telephone du coordinateur
- Ne jamais partir seul la nuit
- Garder les objets de valeur dans un sac banane
- Ne pas porter de bijoux apparents

MEDICAMENTS ESSENTIELS

- Paracetamol (douleur/fievre)
- Loperamide (diarrhee)
- Domperidone (vomissement)
- Oral rehydratation salts
- Antihistaminique (allergies)
- Antiseptique cutane
- Pansements adhesifs
- Thermometre digital

CHAPITRE 6

Guide de Madinah et visites

MASJID AL-NABAWI

La deuxième mosquée sacrée après al-Haram. Le Prophète a dit : "La prière dans ma mosquée vaut 1000 prières dans toute autre mosquée, sauf al-Masjid al-Haram."

Rawdah (Riyadh al-Jannah) :

- Espace entre le minbar et le mihrab
- Ouvert 24h/24
- File d'attente : 2 à 4 heures
- Entrée séparée pour femmes
- Prière ici = prière dans un jardin du Paradis

Tombe du Prophète (Hujra) :

- Grille verte au sud-est de la mosquée
- Tombe du Prophète, Abu Bakr, Umar
- Salutation : As-salamu 'alayka ya Rasul Allah
- Interdit de prier vers la tombe
- Interdit de photographier l'intérieur

MASJID QUBA

- Première mosquée de l'Islam (622 ap. J.-C.)
- Distance : 3,5 km au sud de Masjid al-Nabawi
- Recompense : équivalent d'une Oumrah
- Ouvert 24h/24, parking disponible

JANNAT AL-BAQI

- Cimetière des Compagnons
- Fatima bint Muhammad, Hassan, Hussein
- Les 4 Imams des écoles juridiques
- Salutation : As-salamu 'alaykum ya ahl al-diyar

MONT UHUD

- Champ de bataille (625 ap. J.-C.)

- 70 martyrs enterres ici
- Tombe de Hamza (oncle du Prophete)
- Vue panoramique sur Madinah

MASJID AL-QIBLATAYN

- Mosquee des deux Qiblas
- Changement de direction : Jerusalem -> Makkah
- Distance : 4 km au nord-ouest

ANNEXE A

Horaires de prieres (Makkah, juin 2026)

Priere	Horaire	Remarque
Fajr	04:15	Avant le lever du soleil
Dhuhr	12:05	Commence a la mi-journee
Asr	15:30	Apres Dhuhr, avant le declin
Maghrib	18:45	Au coucher du soleil
Isha	20:15	Apres le crepuscule

ANNEXE B

Numeros d'urgence

Police Saudi	999	Urgence generale
Ambulance	997	Urgence medicale
Pompiers	998	Incendie / Accident
Caravane Ligue	+221 70 891 07 30	Coordinateur Elhadji Magatte Diop
Consulat Senegal	+966 12 660 0000	Ambassade du Senegal a Riyad
SUNUBUS	+221 76 390 46 05	President Ndongo NDIAYE

ANNEXE C

Glossaire des termes arabes

Hajj	: Pelerinage a Makkah, cinquieme pilier de l'Islam
Ihram	: Etat de consecration, vetements sacres du pelerin
Tawaf	: Circumambulation de la Kaaba (7 tours)
Sa'i	: Course entre Safa et Marwa (7 allers-retours)
Wuquf	: Station debout a Arafat, coeur du Hajj
Ramy	: Lancer de cailloux sur les Jamarat
Halq	: Rasage complet de la tete
Taqsir	: Couper une partie des cheveux
Talbiyah	: Invocation de reponse au pelerinage
Miqat	: Point de consecration de l'Ihram
Mash'ar	: Lieu sacre (Muzdalifah)
Jamarat	: Colonnes representant Satan
Hady	: Sacrifice animal du jour de l'Aid
Rawdah	: Jardin du Paradis dans Masjid al-Nabawi
Hujra	: Chambre contenant la tombe du Prophete

ANNEXE D

Liste des pelerins de la Caravane Hajj 2026

N	Nom	Domaine / Specialite	Pays
1	Elhadji Gawane Thiaw	Imam, Business	Senegal
2	Elhadji Arami Brah	Niger, Religion, Aramiyya	Niger
3	Adjia Kanathiaw	Senegal, Religion, Muridiyya	Senegal
4	Adjia Aminata Ndiaye	Religion, Muridiyya	Senegal
5	Elhadji Moussa Ndiaye	Boulangerie	Senegal
6	Elhadji Modou Gueye	Boulangerie	Senegal
7	Adjia Nogaye Diaw	Culture de patate, Boulangerie	Senegal
8	Adjia Fatima Ndiaye	Islam, Mopti	Mali
9	Adjia Maria Magassama	Senegal Telecom, Canada	Canada
10	Elhadji Abdou Aziz	Senegal Telecom, Belgique	Belgique
11	Elhadji Ismael Amadou	Imam, Niger, Islam, Business	Niger
12	Elhadji Mouhamadou Diakhaby	Fesman, Canada	Canada
13	Elhadji Muhammad Ndiaye	Imam Islam, Business	Senegal
14	Serigne Muhammad Mbacke Ndiaye	Business	Senegal
15	Elhadji Thierno Barry	Guinee, Islam	Guinee
16	Elhadji Medoune Gueye	France, Islam, Business	France
17	Adjia Aminata Ndiaye	Business, Boulangerie, Couture	Senegal
18	Adji Amy Hanne	Business, Poulet	Senegal
19	Adjia Marianne Wague	Business, Islam	Senegal
20	Elhadji Medoune Gueye	France, Islam, Business	France
21	Elhadji Cheikh Niang	Pelerin Hajj 2026	Senegal
22	Elhadji Lamine Lo	Pelerin Hajj 2026	Senegal
23	Adjia Yaye Fatou	Pelerin Hajj 2026	Senegal
24	Adjia Yassine	Boulangerie	Senegal

Total : 24 pelerins inscrits sous la direction de la Ligue Islamique.

Coordinateur : Elhadji Magatte Diop -- contact@Ligue-Islamique.org

