Le mois de Ramadan

: Le jeûne dans l'Islam



Voici ce que dit le Coran à propos du jeûne :

"ô les croyants, on vous a prescrit le jeûne comme on l'a recommandé à ceux d'avant vous, peut- être seriez-vous pieux pendant les jours comptés?"

Le Coran poursuit :

"Quiconque d'entre vous est malade ou en voyage, alors, qu'il compte d'autres jours. Même pour ceux qui pourraient le supporter, il y a une rançon : la nourriture d'un pauvre.

Et si quelqu'un fait plus, c'est bien pour lui, mais il est mieux pour vous de jeûner, si vous saviez ! C'est dans le mois de RAMADAN qu'on a fait descendre le CORAN; pour guider les gens, et en preuve de discernement. Donc quiconque d'entre vous est présent à ce mois, qu'il jeûne. ALLAH veut la facilité, Il ne veut pas pour vous la difficulté, mais que vous accomplissiez bien le nombre et proclamiez la grandeur d'ALLAH pour ce qu' Il vous a guidés. Peut-être seriez-vous reconnaissants?"

Dans sa sagesse infinie, ALLAH a prescrit à Ses créatures les règles inaltérables leur assurant une vie digne dans ce monde et la félicité dans l'Au-delà. Parmi ces règles, figure le jeûne qu'Il a ordonné aux communautés successives de croyants. Loin de se réduire à l'abstinence alimentaire, le jeûne exige de l'homme la mobilisation de tout son être. L'observation extérieure des règles du jeûne doit s'accompagner d'une maîtrise des sens et plus particulièrement de la

langue.

L’exercice spirituel que représente le jeûne doit démontrer à l’homme sa capacité de se priver pour un temps de ce qui lui semblait indispensable. Il doit lui révéler que, dans ce domaine, comme dans bien d’autres, vouloir, c’est pouvoir, à condition que l’intention soit ferme et que le but recherché soit l’agrément d’ALLAH.

Le but d’un tel acte d’adoration a été clairement défini comme la recherche de l’état de crainte révérencielle de Dieu (la piété) critère de supériorité d’un individu sur un autre. Cette qualité ne se mesure que par celle des oeuvres qui en sont les témoins. L’école du jeûne est sans équivalent et doit amener à faire taire en chacun la tendance à la domination des autres, l’ostentation, la crainte d’autre que Dieu et toutes les formes insidieuses de l’appel de la tentation, seul véritable ennemi du genre humain.

Le diplôme sanctionnant le mois du jeûne est une somme de vertus nourrissant le croyant durant le court séjour terrestre qui, rappelons-le, est une somme d’épreuves à laquelle seul le retour à Dieu mettra fin.

Dans un monde où la matière devient l’unité de mesure sacralisée, le jeûne du mois de Ramadan est là pour relativiser la conception dominante et pour fournir à ceux qui le désirent une arme à toute épreuve.

L'ISLAM s'il a un objectif, c'est la recherche du bonheur de l'homme dans ce monde et dans l'autre; certes, il implique bien des sacrifices mais au delà de l'épreuve à la mesure de l'homme, il y a le salut.

Le jeûne du Ramadan a été instauré afin que les croyants «puissent cultiver leur piété»; Aujourd'hui, c'est la science qui reconnaît l'utilité et les effets purificateurs du jeûne.

L'instauration du jeûne de Ramadan

Le jeûne du mois de Ramadan constitue l’une des bases fondamentales sur lesquelles l'Islam est édifié. L'obligation de jeûner a été instaurée pour les musulmans, dans la seconde année de l'Hégire, par la révélation de ce verset du Coran : «ô les croyants! On vous a prescrit as-Siyam

[le jeûne] comme on l'a prescrit à ceux d'avant vous, ainsi atteindrez-vous la piété» (Sourate 2, verset 183).

Les mérites du jeûne :

Le mérite du jeûne a été reconnu par les Hadith du Prophète, sur Lui et sa famille le meilleur salut.

"Celui qui jeûne un jour pour l'amour d'ALLAH, sera éloigné du feu, de la distance parcourue en 70 années."

"Une des portes du Paradis est appelée "Porte de Rayane" - La Porte des Rafraîchissements. Seuls ceux qui jeûnent la franchissent. Il sera dit:
?Où sont ceux qui jeûnaient

Ils se lèveront alors et entreront. Aucune autre personne ne la franchira. Elle sera refermée à jamais".

Le mois de Ramadan dépasse tous les mois en bienfaits. Le Prophète (PSL) a dit:

"La première nuit de Ramadan, tout démon, tout djinn est enchaîné. Toutes les portes de l'Enfer sont fermées, aucune ne s'ouvre. Toutes les portes du Paradis sont ouvertes, aucune ne se ferme. On appelle:

"ô toi qui veut du bien, accours!

ô toi qui veut faire du mal, cesse!"

Cet appel est renouvelé chaque soir, et chaque soir ALLAH sauve de l'Enfer un certain nombre de croyants."

"Les cinq prières rituelles, la prière du vendredi jusqu'au vendredi suivant, le jeûne du mois de Ramadan jusqu'au Ramadan prochain, tous ont un effet absolutoire si on évite les graves péchés."

"Qui jeûne le mois de Ramadan avec foi en comptant sur la récompense divine, ses péchés lui seront pardonnés."

Le Prophète a dit:

« Ramadan est venu à vous! C'est un mois de bénédiction. Allah vous enveloppe de paix et fait descendre la miséricorde. Il décharge des fautes et Il exauce les demandes. Allah vous regarde rivaliser d'ardeur dans ce but et Il se vante de vous auprès de Ses anges. Montrez à Allah le meilleur de vous-mêmes, car est bien malheureux celui qui est privé de la miséricorde d'Allah, Puissant et Majestueux! »

« C'est le mois de la patience, et la récompense de la patience est le Paradis. C'est le mois du don. C'est un mois dans lequel les ressources du croyant augmentent. Un mois dont le début est miséricorde, dont le milieu est pardon et la fin affranchissement du feu de l'Enfer » (Bayhaqi)

« Lorsque arrive la première nuit du mois de Ramadan, Allah ordonne à son Paradis: "Prépare-toi et embellis-toi pour Mes serviteurs qui viendront bientôt dans Ma demeure et Ma générosité se reposer des peines du bas monde!" »

« Celui qui jeûne le mois de Ramadan, en connaissant et en respectant avec vigilance les règles du jeûne, expie son passé ».

« Si les serviteurs savaient quelle est la valeur du mois de Ramadan, ils souhaiteraient que l'année entière soit Ramadan ».

La nuit du Destin

Le Prophète dit: «Toutes les fautes passées sont pardonnées à celui qui passe la nuit du Destin en veillée pieuse avec foi et espoir de récompense».
Le Prophète dit: «Cherchez la nuit du Destin parmi les nuits impaires de la dernière décade du mois de Ramadan».

Des bonnes oeuvres pendant Ramadan

La charité

Le Prophète dit: «La meilleure charité est celle accomplie pendant Ramadan»

«Qui donne à manger ou à boire à quelqu'un qui jeûne, d'un bien licitement acquis, les anges ne cessent de prier pour lui durant Ramadan. L'archange Gabriel prie pour lui la nuit du Destin»

La prière recommandée

Le Prophète dit: «Qui se lève pour prier pendant les nuits de Ramadan, avec foi et en comptant sur la récompense divine, Dieu pardonne ses fautes passées».

La lecture du Coran

Le Prophète redoublait la récitation du Coran, pendant le mois de Ramadan. Gabriel descendait réciter avec lui.

Le Prophète dit: «Le jeûne et la prière de Ramadan intercéderont pour l'homme le jour de la résurrection. Le jeûne dira: « Seigneur! Je l'ai empêché de boire et de manger pendant le jour». Le Coran dira: « Seigneur! Je l'ai empêché de dormir la nuit » « Accepte notre intersession pour lui!» ».

(La retraite spirituelle (l'tikaf

Elle consiste à garder la mosquée dans un esprit de dévotion pour plaire à Dieu. Le Prophète a fait la retraite la dernière décade de Ramadan et ne cessa de la pratiquer, jusqu'à sa mort. Il dit: «La mosquée est le refuge de tout homme pieux. Dieu a promis à celui qui y fait sa retraite de lui accorder sérénité et miséricorde, de le faire traverser le Sirat [pont jeté sur l'Enfer] pour le faire parvenir à Sa grâce au Paradis».

Des pratiques recommandées de Ramadan :

Invoquer Dieu au moment même de la rupture du jeûne

Le Prophète dit: «la demande faite par le jeûneur au moment de la rupture de son jeûne, n'est « pas repoussée

Le Prophète faisait l'invocation suivante: « Au nom d'Allah! ô mon Dieu! J'ai jeûné pour Toi et j'ai rompu avec ce que Tu m'as donné! [Bismillah! Allahoumma laka soumtou wa 'ala rizqika aftartou!]».

Prendre le Sahour et le retarder

Prendre un dernier repas « Sahour » en fin de nuit, à l'approche de l'aube sans toutefois s'alimenter au delà du Fajr.

Le Prophète dit: «Le Sahour est tout entier bénédiction; ne le délaissez pas. Prenez en ne serait-ce qu'une gorgée d'eau car Allah et ses anges prient sur celui qui fait ce repas».

Avantages spirituels du jeûne

Le jeûne permet à l'homme de tester son endurance, de fortifier sa piété, sa volonté, sa crainte d'ALLAH et surtout le piété qui est le fondement du jeûne.

Avantages sociaux du jeûne

Le jeûne habitue la société à plus de justice, de charité, d'égalité. Elle préserve aussi de la corruption, de la méchanceté et vices similaires.

Avantages physiques du jeûne

Les vertus purificatrices du jeûne sur l'organisme sont unanimement reconnues par la .médecine moderne