

# Le jeûne de Ramadhâne

1

C'est un mois magnifique et tous les musulmans l'aiment et l'attendent avec impatience. Pourquoi ? Parce que c'est le mois du *sawm*, le jeûne et pendant ce mois-là Allâh est encore plus bon avec les musulmans, leur pardonne facilement et leur donne plus de récompenses. Donc les musulmans sont heureux quand ce mois béni arrive.

Le mois de ramadhâne est le 9<sup>e</sup> mois de l'année dans le calendrier de l'islam. Il dure 29 ou 30 jours. Et à la fin du mois de ramadhâne il y a la fête, le *'id al Fitr*.

Ce mois est très important pour les musulmans.

Pourquoi ? Parce que c'est pendant le mois de *ramadhâne* que le Coran a commencé à être envoyé à Muhammad, *'alayhi salâm*. Et c'est pendant ce mois que Muhammad est devenu notre prophète, *'alayhi salâm*.

Pendant le mois de *Ramadhâne*, je jeûne quand je suis grand. C'est obligatoire. Mais jeûner ce n'est pas seulement d'arrêter de manger et de boire quand le soleil commence à apparaître jusqu'à la prière du *maghrib*.

Jeûner c'est aussi faire beaucoup de bonnes actions, pour plaire à Allâh. On prie beaucoup, surtout la nuit, on reste à la mosquée avec les parents, on lit le Coran avec les parents.

On répète beaucoup : *Allâhu Akbar, SubhanaLlâh, Al hamdu liLlâh, la ilâha illaLlâh*.

## Au début de Ramadhâne

Ô Allâh, j'ai l'intention de jeûner tout le mois de Ramadhâne par foi en Toi

اللهم اني نويت ان اصوم شهر رمضان كاملاً لوجهك الكريم ايماناً واحساناً

## Au moment de la rupture du jeûne

Ô Allâh ! Pour Toi j'ai jeûné et grâce à Ta subsistance je le romps.  
Accepte [mon jeûne]. Tu es l'Audient, l'Omniscient.

اللهم لك صمت و على رزقك أفطرت فتقبل مني إنك أنت السميع العليم

## La meilleure demande de pardon

Ô Allâh, Tu es certes pardonneur et Tu aimes le pardon, alors pardonne moi !

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

## Avant la prière et pendant la fête du 'id

الله أكبر، الله أكبر، الله أكبر، لا إله إلا الله،  
الله أكبر، الله أكبر، الله أكبر، لا إله إلا الحمد

تقبل الله منا ومنكم  
وجعلنا من العائدين والفائزين

Donc pendant ramadhâne :

- > je pense souvent à Allâh et Allâh me récompense beaucoup pour cela ;
- > je Lui demande pardon pour mes péchés et pour ma désobéissance et Allâh me pardonne beaucoup ;
- > je suis gentil avec les autres et Allâh m'aime ;
- > j'aide mes parents et j'aide les personnes âgées et Allâh m'aide ;
- > je donne de l'argent aux pauvres et Allâh me donne sa *barakah* ;
- > je prépare à manger pour ceux qui n'ont pas assez et Allâh me donne ;

je fais beaucoup de *du'as* pour qu'Allâh me pardonne, je Lui demande de me donner des bonnes choses, de me protéger de tout ce qui fait mal, de me donner le Paradis, pour moi et mes parents, mes frères et sœurs, mes amis, et les musulmans. Et je demande à Allâh d'aider les musulmans qui souffrent, ceux qui se battent, ceux qui sont en prison, ceux qui sont malades et ceux qui ont faim. Et je demande à Allâh d'aider les gens gentils, de les aider et de les guider à l'islam. Et pendant le jeûne de ramadhâne, Allâh va me donner ce que je Lui demande.

# Le jeûne de Ramadhâne (suite)

1

## LE JEÛNE C'EST QUOI ?

Le siyam c'est s'abstenir, et aussi le fait de se taire. Adorer Allah par le fait de s'abstenir de manger boire et les autres choses qui annulent entre l'aube jusqu'au coucher du soleil.

C'EST UNE OBLIGATION, UN PILIER DE L'ISLAM : RAMADHANE.

Il y a plusieurs formes de jeûne obligatoire :

- le jeûne de ramadhane ;
- le jeûne d'expiation quand quelqu'un jure et qu'il ne fait pas ce qu'il a juré et qu'il ne peut nourrir les pauvres ;
- le jeûne suite à un vœu.

L'OBLIGATION DU JEÛNE EST DANS LE QUR'AN, DANS LA SOURATE AL BAQARAH.

Quand on jeûne, pas d'insulte, pas de cri, pas de choses que font les ignorants et dire « je jeûne ! je jeûne ! » si quelqu'un nous insulte ou nous attaque.

L'haleine du jeûneur est meilleure pour Allâh que l'odeur du musc.

Deux joies pour le jeûneur : quand il mange, il est content et quand il rencontrera Allâh il sera content d'avoir jeuné.

Au Paradis, il y a la Porte Rayyan pour les jeûneurs et seulement eux.

Pour Ramadhane, on jeûne à la vision de la lune et on arrête à sa vision. Si on ne la voit pas, on complète 30 jours.

## QUI DOIT JEÛNER ?

Les conditions pour jeûner :

- 1 – Être musulman
- 2 – Avoir toute sa raison
- 3 – Être pubère
- 4 – Être en bonne santé
- 5 – Être résident (pas en voyage)
- 6 – Être purifiée des menstrues et des lochies (pour les femmes)

On doit s'entraîner à jeûner même quand on est jeune. Les compagnons jeûnaient à 'Achura et ordonnaient aux enfants de jeûner. Ils les faisaient jouer jusqu'à l'heure de l'iftar.

## LES PILIERS DU JEÛNE (RAMADHÂNE)

### 1 – L'intention : wa ma umiru illa liya'buduLLah...

Chaque nuit, avant le Fajr, il faut renouveler son intention de jeûner.

### 2 – S'abstenir de l'aube au coucher

Les choses dont il faut s'abstenir quand on jeûne

- > manger volontairement même quelque chose de haram ou incommestible
- > boire volontairement
- > vomir volontairement



## LE COMPORTEMENT À AVOIR

1 – Prendre le sahur, il y a une bénédiction dedans Bénédiction parce qu'on applique un ordre du Prophète, 'alayhi salam.

Cela renforce le corps de la personne.

On ressent moins la faim et la soif, un repas miraculeux

C'est la différence entre notre jeûne et celui des gens du livre.

Le meilleur sahur ce sont les dattes.

Et il est bien de retarder le sahur.

2 – Pas de cri et ne pas faire comme les ignorants.

Si quelqu'un nous cherche querelle ou combat, il faut dire deux fois « je suis jeûneur ! » : soit on se le dit à soi-même soit on le dit à l'autre, soit les deux.

3 – Celui qui ne délaisse pas les mensonges, la médisance, la calomnie, les accusations mensongères... et celui qui met en pratique ce mensonge, Allâh se passe de son abstinence. Allah ne veut pas qu'il délaisse le manger et le boire.

4 – Être généreux et apprendre le Coran.

5 – S'empresse de rompre le jeûne

6 – Rompre jeûne avec des dattes mures et fraîches avant de prier, sinon dattes normales, sinon 3 gorgées d'eau.

7 – Faire des invocations au moment du la rupture.

# Le jeûne de Ramadhâne

3

## CE QUI EST PERMIS PENDANT LE JEÛNE

- 1 – On a vu le Prophète, 'alayhi salam, verser sur sa tête de l'eau pendant le jeûne à cause de la soif ou de la chaleur
- 2 – Mettre de l'eau dans le nez et la bouche pendant les ablutions sans exagérer
- 3 – Mettre du parfum (mais pas de l'encens car souvent il y a de la matière inspirée)
- 4 – Mettre un suppositoire ou faire une piqûre si pas nourissant
- 5 – Utiliser un siwak
- 6 – Mettre du kohol sur les yeux
- 7 – Mettre des gouttes dans les yeux et dans le nez (si ça ne part pas dans l'estomac)
- 8 – Goûter le plat d'un enfant pour vérifier qu'il n'est pas brûlant

## LES JEÛNES QUI NE SONT PAS OBLIGATOIRES

- 1 – 6 jours de Chawwal, une fois que les jours de Ramadhane sont récupérés
- 2 – Le jour de Arafah pour celui qui n'est pas au Hajj
- 3 – Le jour de Achura avec un jour avant
- 4 – Le mois de Muharram, le plus possible
- 5 – Le plus possible du mois de Chaabane
- 6 – Lundi et jeudi, les actes sont exposés à Allah
- 7 – 3 jours de chaque mois, pour une année entière, de préférence les 13, 14 et 15 de chaque mois (ayyam al bidh)
- 8 – 1 jours sur 2 : il n'y a pas mieux que ça
- 9 – Les 10 premiers jours du mois de Dhul Hijjah

## LES JOURS OÙ IL EST INTERDIT DE JEÛNER

- 1 – Les jours de fêtes
- 2 – Les tachriq
- 3 – Pas de jeûne le vendredi seul
- 4 – Pas de jeûne le samedi seul sauf si jeûne obligatoire
- 5 – Pendant la deuxième moitié de Chabaan sauf pour ceux qui ont l'habitude
- 6 – Le jour du doute
- 7 – Le jeûne continu

### Les mérites des 10 derniers jours de ramadan :

le Prophète 'alayhi salam était déterminé, motivé. Il ne dormait pas, et réveillait les gens de sa maison.

### La nuit du destin :

**Laylat al qadar** : le Qur'an a été descendu pendant la nuit du destin, pendant le Ramadhan. C'est une nuit dans laquelle la destinée de l'année suivante est écrite. La meilleure nuit de l'année.

