

Vendredi 18 mai 2018

2 Ramadan 1439

Comment bien profiter du moi béni de Ramadan ?

Le mois de Ramadhan est le mois béni qu'Allah a choisi pour la révélation de son livre saint le Coran. Il est l'occasion annuelle offerte par Celui qui aime les repentants. Ce mois sera, pour nous, ce que nous en ferons :

- Un mois de repentir ou un mois d'éloignement ;
- Un mois de bonnes œuvres ou un mois de péchés ;
- Un mois d'effort et de récompense ou un mois de fatigue, soif, et faim sans aucune récompense ;
- Un mois de maîtrise de soi ou un mois d'énerverment et de conflits permanent avec tout le monde.

Pour bien pratiquer ce mois béni il faut être conscient de son importance et connaître ses mérites.

« 185. Le mois de Ramadan au cours duquel le Coran a été descendu comme guide pour les gens, et preuves claires de la bonne direction et du discernement. » Sourate 2 : AL-BAQARAH (LA VACHE)

Selon Abou Houraira (t) le Prophète (r) s'adressait aux musulmans au début de chaque Ramadhan en ces termes : **« Le mois béni de Ramadhan est venu à vous, Allah vous a prescrit de le jeûner, durant ce mois les portes du ciel s'ouvrent et les Portes de l'Enfer se ferment, tandis que les démons sont enchaînés. Il contient une nuit meilleure que mille mois celui qui ne profite pas de son bien est un véritable perdant »** Hadith rapporté par An-Nasaï

Le mois du jeûne : D'après Abou Houraira (t), le Prophète (r) a dit : Allah a dit : **« Le jeûne est pour Moi et Je me charge de le récompenser. L'homme abandonne sa passion sexuelle, sa nourriture et sa boisson pour Moi. Le jeûne est tel un bouclier. Celui qui jeûne a deux joies : une joie quand il rompt son jeûne, et une joie quand il rencontre son Seigneur. Certes l'haleine de celui qui jeûne est meilleure en estimation pour Dieu que le parfum du musc. »** Hadith rapporté par Bokhari et Muslim.

Le mois du coran : Le Prophète (r) a dit : **« Le Jeûne et le Coran intercèderont 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 intercession pour lui. Et ils intercèderont. »** Hadith rapporté par Ahmed et An-Nasaï.

Selon Ibn Mas'ûd (t), le Messager de Dieu a dit : **« Celui qui lit une seule lettre du Coran s'inscrit une bonne action et la bonne action a dix fois son salaire. Je ne dis pas que « alm » est une lettre, mais A est une lettre, L est une lettre et M est une lettre ».** (Hadith rapporté par Attirmidhi)

Selon 'Aïcha (t), le Messager (r) a dit : **« Celui qui lit assidûment le Coran et qui excelle dans sa lecture, sera avec les nobles Anges-Messagers qui ne font qu'obéir à leur Seigneur. Celui qui lit péniblement le Coran et en hésitant dans sa lecture aura quand même deux salaires : (une joie dans ce monde et une joie dans l'autre) ».** (Hadith unanimement reconnu authentique)

Le mois du bon comportement de la maîtrise de soi : Le Prophète (r) a dit : **« Le Jeûne est à l'exemple du bouclier ! Si pour l'un de vous c'est un jour de jeûne, qu'il ne tienne pas de propos obscènes, qu'il ne vocifère pas ! Et si quelqu'un l'insulte ou lui cherche bagarre, qu'il dise- Je jeûne ! »** Hadith rapporté par Boukhari et Muslim.

Si vous faites le jeûne, protégez vos langues du mensonge, détournez vos regards de ce que Dieu a interdit, ne vous disputez pas, n'enviez pas les autres, ne parlez pas en mal des autres en leur absence, ne vous insultez pas, ne commettez pas d'injustice, évitez les faux témoignages, le mensonge, les disputes et les mauvais soupçons, la médisance et la calomnie.

Le musulman d'une manière générale préserve sa langue des mauvaises paroles et des insultes, mais quand il jeûne il doit faire attention plus que d'habitude, car il est dans un état de jeûne.

Les propos d'un jeûneur doivent être mesurés et maîtrisés. Quelle que soit la provocation, le jeûneur ne

s'exprime que par les paroles convenables. Il ne doit pas répondre à l'insulte, car son état de jeûne l'empêche de le faire.

Le Prophète (r) dit : « **Celui qui ne renonce pas au mensonge, à sa mise en application et à la stupidité, Allah n'a nul besoin qu'il renonce à sa nourriture et à sa boisson.** » Hadith rapporté par Boukhari.

Le mois de l'évocation : « **186. Et quand Mes serviteurs t'interrogent sur Moi... alors Je suis tout proche : Je réponds à l'appel de celui qui Me prie quand il Me prie. Qu'ils répondent à Mon appel, et qu'ils croient en Moi, afin qu'ils soient bien guidés.** » Sourate 2 : AL-BAQARAH (LA VACHE)

Le jeûneur a une évocation exaucée. Nous informe le Messager sws

Le mois de la générosité : Le Prophète (r) dit : « **La meilleure charité est celle accomplie pendant le mois Ramadhan** ». Hadith rapporté par Tirmidy

Le Prophète (r) dit : « **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 Ramadhan. L'ange Jibril (u) prie pour lui la nuit du Destin** ». Hadith rapporté par Boukhari

Le Ramadan est une occasion de changement : Arrêter de fumer, arrêter de jouer aux jeux de hasard, arrêter de critiquer les autres et s'occuper de soi-même,

Recommandations et conseils :

– Le Ramadhan est le mois de la modération et non pas le mois de l'abstention la journée et de l'exagération la nuit. Le jeûneur doit, pour rompre son jeûne, manger modérément. Il doit pouvoir accomplir les prières de Tarawih sans sentir la lourdeur et les somnolences que cause un ventre trop plein. Le Prophète (r) nous conseille de partager son estomac en trois parties, une pour la nourriture, une pour l'eau et la dernière pour l'air. Il faut donc s'arrêter de manger alors que nous avons toujours envie de continuer.

– Le Ramadhan n'est pas le mois de la paresse et de la négligence bien au contraire c'est le mois de l'activité et de la production.

– Le jeûneur peut dormir un peu la journée pour se reposer ou faire une sieste, mais il ne doit pas dormir la majeure partie de la journée et notamment après la prière du Asr.

– Le jeûneur ne doit pas passer son temps (tuer le temps) dans les marchés ou devant les vitrines.

– Il est recommandé d'inviter les proches, les voisins ou les amis à partager la rupture du jeûne périodiquement.

– Il est aussi recommandé d'inviter les plus démunis, les voyageurs, les pauvres, les personnes isolées et les étudiants à la rupture du jeûne.

– Faire un programme individuel ou familial pour lire le Coran entier et l'écouter entier.

– Se réveiller une heure avant l'heure de l'aube, faire les ablutions, faire quelques prières, prendre le Sahour, et faire la prière de l'aube.

– Dès que l'heure du Maghrib arrive et sans tarder il faut manger 3, 5 ou 7 dattes sinon boire de l'eau ou manger un aliment sucré.

– Prendre un dernier repas « Sahour » en fin de nuit, à l'approche de l'aube « **Prenez le Sahour, car il y a dans le Sahour bénédiction et prospérité.** » An Nasaï. Le Prophète (r) 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** ». (Hadith rapporté par l'imam Ahmed)

– Faire des Dou'as avant la rupture du jeûne. Le Prophète (r) dit : « **N'est pas repoussée la demande faite par le jeûneur au moment de la rupture de son jeûne** » Hadith rapporté par Ibn Majah