

Le Jeûne et le désir

Le jeûne vient attirer notre attention sur une autre dimension de la liberté, « la liberté de ne pas faire ». Le jeûne constitue une vraie résistance aux dictats des désirs et des instincts. Si le jeûne permet une sortie de soi, c'est pour tendre vers le divin.

La liberté par l'abstinence

La liberté est une notion généralement perçue comme une incontinence morale, avoir « la liberté de faire » ou le « droit de faire » dans le sens de répondre à ses désirs sans retenue. Le jeûne vient attirer notre attention sur une autre dimension de cette liberté, « la liberté de ne pas faire » ou « le droit de ne pas faire ». En tant qu'abstinence, le jeûne constitue une vraie résistance aux dictats des désirs et des instincts.

Nous vivons en effet dans des sociétés de consommation et de communication qui ne cessent de produire et d'inventer des besoins et des désirs. La jouissance n'est plus un droit naturel, elle est devenue sous l'effet du conditionnement publicitaire un devoir et une obligation sociale. Nous vivons désormais sous le règne de « la tyrannie du plaisir », pour pasticher le titre du livre de Jean-Claude Guillebaud. A cet égard, le jeûne reste d'une grande actualité.

Etre libre selon cette perspective du jeûne, c'est prendre une certaine distance par rapport à nos instincts et nos désirs, et se démarquer ainsi de la condition de l'animal dont le seul code est la nature, totalement soumis aux seuls stimuli et lois de l'instinct. Etre libre selon les enseignements de l'école du jeûne, c'est être libre par rapport aux désirs de son corps. Une sortie de soi.

La tension vers le divin

Si le jeûne permet une sortie de soi, c'est pour tendre vers le divin. Il s'agit alors d'une autre liberté, mais d'ordre transcendantale, verticale. Cette posture spirituelle procure au musulman -conscient et avisé des objectifs coraniques du jeûne- d'autres plaisirs : des joies de l'âme, cette fois-ci. Nous comprenons dès lors pourquoi la privation, qui est le propre du jeûne, n'est une privation qu'en apparence. Il est établi comme principe permanent de par les enseignements de l'islam que lorsqu'il y a un interdit, une privation du plaisir sexuel et de nourriture toute la journée -dans le cas du jeûne- c'est que parallèlement il y a une substitution, un don et une grâce de Dieu qui nous attend au bout du chemin. Le plaisir ainsi obtenu sera toujours supérieur à celui sacrifié. La douleur momentanée de l'abstinence mène toujours à une jouissance. C'est une promesse de Dieu. Ceux qui sont sincères dans leur démarche le savent bien. Ils en ont la preuve à chaque instant.

Le jeûne et la quête du plaisir

Ce don et ce plaisir n'est pas uniquement eschatologique, dans l'au-delà, il est également atteignable ici et maintenant. En effet, le fait de rompre le jeûne en fin de journée nous

Institut Culturel Musulman de Suisse

permet justement d'apprécier le don divin -la nourriture notamment- et d'en jouir intensément et avec une grande qualité le soir, chose qui ne pourrait être savourée sans cette privation instantanée. N'a-t-on pas dit que l'habitude émousse la sensibilité ?

Le jeûne n'est pas une suppression mais une suspension momentanée du désir qui permet de mieux apprécier ce dernier dans l'ici-bas, comme avant-goût des plaisirs qui attendent le jeûneur dans l'au-delà : « Le jeûneur vivra deux joies : l'une au moment de la rupture de son jeûne ; l'autre lorsqu'il rencontrera son Seigneur », nous dit le Hadith du Prophète.

Coran

« Certes, ceux qui ont cru, ceux qui ont adopté le Judaïsme, les chrétiens, les sabéens, quiconque parmi eux a cru en Dieu, au Jugement dernier et a pratiqué le bien trouvera sa récompense auprès de son Seigneur et ne ressentira ni crainte ni chagrin. »

Sourate 2, verset 62.

« Oublient-ils que Dieu connaît toutes leurs pensées des plus apparentes aux plus intimes ? »

Sourate 2, verset 77.

Hadîths

Le Prophète a dit :

« Si l'un d'entre vous oublie puis mange et boit, qu'il continue son jeûne, parce que c'est Allah qui l'a nourri et abreuvé »

Rapporté par Boukhari

Le Prophète a dit :

« Celui qui ne délaisse pas la tromperie et le mensonge, Allah n'a pas besoin qu'il délaisse sa nourriture et sa boisson »

Rapporté par Tabarani

On s'en veut souvent de ne pas être à la hauteur. On se trouve médiocre, imparfait, ignorant ou inutile. Il est assez lourd de se faire piétiner par les autres. Pourquoi s'infliger de s'enterrer soi-même ?

La remise en question ou la réforme de soi ce n'est pas de l'auto-flagellation ou du dénigrement de soi. C'est d'abord commencer avec intelligence et humilité à prendre conscience de nos manques, de nos limites et de nos faiblesses. Il est important de comprendre leur origine et l'impact sur nous-même et sur notre entourage. La principale action de bien c'est prendre soin de soi en premier lieu. S'oublier dans la routine du quotidien ou dans le tourbillon des émotions incontrôlables est souvent la cause de tous nos désastres et de toutes nos chutes.