

Le Jeûne qui nous nourrit

L'Islam se définit comme une institution religieuse qui englobe et régit, par ses dogmes, ses rites et ses normes, tous les domaines de l'existence individuelle et communautaire.

Le jeûne du mois de Ramadan constitue le quatrième des cinq bases fondamentales sur lesquelles l'Islam est édifié. De plus, il est recommandé de jeûner dans la semaine le Lundi et le Jeudi selon la tradition du Prophète (s.b.s.l). Au cours de l'année, certains jours sont particulièrement propices au jeûne comme le jour de Achoura (dixième jour du premier mois de l'année).

C'est ainsi que par le jeûne, les musulmans manifestent leur volonté de traduire en actes, les prescriptions spirituelles, morales et sociales de l'Islam.

Le jeûne rituel est donc un des instruments de la foi, puisque son rôle est de détourner l'Homme de ses passions terrestres et de le réorienter vers Dieu ; car le jeûne oeuvre au rétablissement de l'alimentation spirituelle de l'âme afin qu'elle retrouve sa vigueur et se rétablisse pleinement dans sa fonction sanctifiante.

Le Prophète (s.b.s.l) a dit : « *Toute chose a son moyen de purification : le moyen de purifier le corps est le jeûne.* »

Les versets suivants nous éclairent sur les divers aspects du jeûne :

Dieu dit : « ***Ô vous qui croyez ! Le jeûne vous a été prescrit comme il l'a été à ceux qui vous ont précédé, ainsi atteindrez-vous la piété*** » (Sourate 2, verset 183).

Comme on le voit explicitement dans cette parole coranique, l'Islam ne vient pas innover, notamment en ce qui concerne la nature des moyens rituels. Ces moyens de nature immuable ont permis à l'être humain de transcender ses limites.

En effet, celui qui s'adonne au jeûne, se rend apte à supporter les épreuves de la vie et s'ouvre au sort des plus démunis.

Dieu poursuit en disant : « ***Pendant un nombre déterminé de jours, quiconque d'entre vous est malade ou en voyage, devra jeûner un nombre égal d'autres jours. Mais pour ceux qui ne pourraient le supporter qu'avec grande difficulté, il y a une compensation : nourrir un pauvre. Et si quelqu'un fait plus de son propre gré, c'est pour lui. Mais il est mieux pour vous de jeûner, si vous saviez ! (ces jours sont) 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. Donc, quiconque d'entre vous est présent en ce mois, qu'il jeûne ! Et quiconque est malade ou en voyage, alors qu'il jeûne un nombre égal d'autres jours. Dieu veut pour vous la facilité, il ne veut pas la difficulté pour vous, afin que vous en complétiez le nombre et que vous proclamiez la grandeur de Dieu pour vous avoir guidés, et afin que vous soyez reconnaissants !*** » (Sourate 2, verset 185-183).

En fait le jeûneur grandit et apprend à cette occasion la patience et beaucoup d'autres qualités s'exercent en lui. Il évitera la colère, les injures, le mensonge et la médisance qui empêchent le jeûne d'être agréé par Dieu.

Aussi, le respect du bien et la misère des autres concernent aussi le jeûneur. Il est

Institut Culturel Musulman de Suisse

recommandé au jeûneur d'augmenter les bonnes oeuvres, notamment les aumônes (argent ou nourriture).

Dieu dit:

« **Ô vous les hommes, mangez ce qui est bon et licite sur terre** » (Sourate 2, verset 168).

« **Ce que vous dépensez en aumône est à votre avantage. Et vous ne serez pas lésés.** » (Sourate 2, verset 272).

« **Ceux qui dépensent leur biens, la nuit et le jour, en secret et en public, trouveront leur récompense auprès de leur seigneur: ils n'éprouveront plus aucune crainte, ils ne seront pas affligés** » (Sourate2, verset 274).

En outre, le jeûneur doit se garder de répondre au mal par le mal, il est patient et humble.

Dieu dit : « **Pour ceux qui maîtrisent leur colère, pour ceux qui pardonnent aux hommes, Dieu aime ceux qui font du bien** » (Sourate, verset 134).

Le Prophète (s.b.s.l) a dit: Si le jeûneur est insulté ou attaqué, qu'il dise :

« *Je suis en état de jeûne ! je suis en état de jeûne !* ».

Le jeûneur, accomplit son jeûne et travaille en même temps pour gagner sa vie licitement avec effort. En effet, la paresse est blâmable surtout en période de jeûne. Dieu dit : « **L'homme ne possédera que ce qu'il a acquis par ses efforts. Son effort sera reconnu et il sera ensuite pleinement récompensé** ».

Ainsi, tels sont les traits de caractère du croyant qui jeûne, le marquant d'après les principes du Saint Coran et la tradition du Prophète (s.b.s.l).

Après son jeûne, il s'efforcera de garder ses acquis et s'enrichira à nouveau lors de son prochain jeûne. C'est ainsi que va sa vie, vers une perpétuelle réforme de son caractère et de ses actes.

N. K.

Coran

« *Acquittez-vous de la Salât, faites la Zakât et inclinez-vous avec ceux qui s'inclinent.* »

(Sourate 2, verset 43)

« *Cherchez du réconfort dans la patience et la Salât ! Sans doute la Salât est une lourde tâche mais pas pour les humbles ; qui savent qu'ils sont appelés à rencontrer leur Seigneur et que leur retour vers Lui est inéluctable.*»

(Sourate 2, versets 45 et 46)

Hadîths

Le Prophète (bsdl) a dit : « Les actes ne valent que par les intentions et chacun selon ce qu'il a eu comme intention. »

Rapporté par Boukhari

Le Prophète (bsdl) a dit : « *Le repas du souhour est bénédiction, ainsi ne le délaissiez pas même si l'un d'entre vous ne prend qu'une gorgée d'eau car certes Allah et Ses anges prient pour ceux qui mangent le repas du souhour.*»

Rapporté par Ahmad