

## Un jour et une nuit au mois de Ramadan

### (partie 1 de 2): Le jeûne de jour



IslamReligion.com

Ramadan est un mois très spécial dans la vie des musulmans. Durant cette période, les musulmans du monde entier s'adonnent à divers actes d'adoration dont le plus important est le jeûne. Le jeûne du Ramadan est l'un des cinq piliers de l'islam, obligatoire pour tous les adolescents et adultes qui sont en mesure de le faire. Ramadan est aussi le mois au cours duquel le prophète Mohammed (que la paix et les bénédictions de Dieu soient sur lui) a reçu la première révélation; c'est pourquoi on l'appelle également le « mois du Coran ». Pendant Ramadan, la vie quotidienne des musulmans change considérablement. Cet article se veut une description d'une journée typique de ce mois du pardon.

### Un repas avant l'aube

**« Prenez un repas avant l'aube, car il y a en cela une bénédiction. » (Sahih al-Boukhari)**

Bien que ce ne soit pas obligatoire comme tel, durant tout le mois de Ramadan, la majorité des familles musulmanes se lèvent avant l'aurore et partagent un repas léger, en conformité avec cet enseignement prophétique. En temps normal, la vie d'un musulman commence par la prière de l'aube, au moment où le fil du jour apparaît à l'horizon. Mais comme le jeûne débute dès l'apparition du jour, le Prophète (que la paix et les bénédictions de Dieu soient sur lui) a encouragé les musulmans à se lever avant l'aurore pour manger.

Le but ultime du jeûne n'est donc pas que le jeûneur ressente la faim tout au long du jour, mais plutôt de faire en sorte que les musulmans modifient temporairement leur mode de vie pour qu'il soit plus propice à l'adoration d'Allah. Celui qui rate souvent la prière de l'aube, qui est la plus difficile à faire

parmi les cinq prières quotidiennes en raison de son heure hâtive, se lève plus tôt durant Ramadan afin de prendre le repas de l'aube. Il s'habitue donc à se lever plus tôt et peut ainsi accomplir sa première prière de la journée à l'heure, une habitude qui pourrait rester même après Ramadan.

La plus valorisée des prières volontaires est la prière de la nuit, ou « qiyam-oul-layl ». Cette prière se fait seul, avant la prière de l'aube, dans la solitude de la nuit. Elle est si considérée qu'on la surnomme la « prière du pieux », car elle est accomplie par le pieux alors que la majorité des gens dorment encore. Dieu a ainsi décrit cette prière dans le Coran :

**« Ils s'arrachent à leur lit pour invoquer leur Seigneur, en étant remplis de crainte et d'espoir envers Lui... » (Coran 32:16)**

Se lever tôt, avant l'aube, pour prendre un léger repas, encourage aussi les croyants à faire cette prière qu'en temps normal certains trouvent difficile à faire.

Ce repas doit être pris juste avant l'aube et la plupart des gens mangent jusqu'à ce qu'ils entendent le muezzin (celui qui fait l'appel à la prière), s'ils sont en terre d'islam, ou jusqu'à ce qu'ils aperçoivent les premières lueurs du jour. Ils se préparent alors à se rendre à la mosquée pour accomplir la prière de l'aube en congrégation.

## **Le mois du Coran**

Après la prière de l'aube, plusieurs musulmans choisissent de rester assis dans la mosquée pour réciter un peu de Coran. La récitation du Coran est recommandée en tout temps et est connue pour faire croître la foi :

**« Ne sont (véritablement) croyants que ceux dont le cœur ressent de la crainte lorsque le nom de Dieu est mentionné. Quand Ses révélations leur sont récitées, cela fait augmenter leur foi. Et ils placent toute leur confiance en leur Seigneur. » (Coran 8:2)**

Comme Ramadan est le mois durant lequel le Coran a été révélé, les musulmans font encore plus d'efforts pour le réciter en totalité avant la fin du mois, car c'est ce que faisait le Prophète (que la paix et les bénédictions de Dieu soient sur lui).

**« [Le Prophète] rencontrait (l'ange) Gabriel chaque nuit du mois de Ramadan et ils se récitaient mutuellement le Coran. » (Sahih al-Boukhari)**

Durant le mois de Ramadan, en terre d'islam, les mosquées sont occupées pratiquement en tout temps. Les musulmans s'efforcent de réserver des plages horaires pour réciter le Coran et réfléchir au sens de ses versets.

## Le jeûne

Dans la plupart des pays musulmans, les charges et les horaires de travail sont allégés afin d'accommoder les gens. Les enfants vont à l'école un peu plus tard pour leur permettre de se reposer, car ils ont souvent passé la soirée à la mosquée pour les prières du soir et se sont levés très tôt pour déjeûner. La plupart des compagnies ferment bien avant le coucher du soleil et de nombreux magasins et restaurants demeurent ouverts toute la nuit.

Durant le jour, et jusqu'à ce que le soleil se couche, les musulmans s'abstiennent de manger, de boire et d'avoir des rapports sexuels. Tout au long du jour, cela crée, chez le musulman, le sentiment d'être constamment entrain d'obéir à son Créateur, car il s'abstient de choses qui lui sont tout à fait licites en temps normal. La bouche sèche et l'estomac vide, il acquiert un sixième sens : la conscience de Dieu. Et c'est là l'un des buts premiers du jeûne du Ramadan. Dieu dit, dans le Coran :

**« Ô vous qui croyez! On vous a prescrit le jeûne comme on l'a prescrit à ceux avant vous – peut-être deviendrez-vous pieux. » (Coran 2:183)**

Le jeûne est un acte d'adoration secret d'une personne envers Dieu. Secret, car nul autre qu'elle et Dieu ne peuvent avoir la certitude qu'elle est réellement entrain de jeûner; en effet, elle pourrait très bien manger et boire en secret, sans que personne ne le sache... à part Dieu. Ce qui l'empêche de manger et de boire, donc, durant le mois de Ramadan, est la certitude d'être observée par Dieu, ce qu'on appelle la conscience de Dieu.

Il n'est pas rare de voir des musulmans habitués à commettre toutes sortes de péchés se comporter de façon exemplaire durant Ramadan à cause du caractère sacré de ce mois, et aussi dans le but d'acquérir de bonnes habitudes qu'ils espèrent arriver à garder tout au long de l'année.

Le Prophète (que la paix et les bénédictions de Dieu soient sur lui) a mis en garde les musulmans contre certains péchés qu'ils peuvent commettre aisément et ainsi compromettre l'acceptation de leur jeûne par Dieu. Il a dit :

**« Celui qui ne cesse de mentir et d'agir en fonction de ses mensonges, Dieu n'a que faire de son abstention de nourriture et de boisson. » (Sahih al-Boukhari)**

Il a également mis les musulmans en garde contre le fait de répondre à ceux qui cherchent à les provoquer alors qu'ils jeûnent. Il leur a enseigné à répondre :

**« Je suis entrain de jeûner, je suis entrain de jeûner. » (Sahih al-Boukhari)**

Ces paroles démontrent clairement qu'un des plus grands bienfaits du mois de Ramadan est la rectitude morale et spirituelle.

Un esprit de paix règne dans les cœurs des musulmans durant tout le mois de Ramadan grâce aux nombreux actes d'adoration accomplis par les gens, qui s'abstiennent également de mauvaises paroles et de comportements répréhensibles. Durant ce mois, les gens sont habituellement plus sereins. Lorsque l'on passe tout un mois au cœur d'une société où la majorité des gens jeûnent, on découvre qu'une fraternité unique unit les gens et qu'elle ne se produit à aucune autre occasion, sauf peut-être au Hajj.



### L'iftar (ou rupture du jeûne)

Un peu avant le coucher du soleil, les musulmans se rassemblent dans leurs maisons et attendent le moment où ils pourront commencer à manger. Ils s'installent autour de la table et ne commencent à manger que lorsqu'ils entendent l'appel à la prière. Mais avant de manger, ils s'adressent à Allah et invoquent Sa miséricorde. Le Prophète (que la paix et les bénédictions de Dieu soient sur lui) a dit :

**« Allah répond à la prière de chaque personne qui jeûne et qui L'invoque au moment de rompre son jeûne. » (Touhfatoul Mouhtaj)**

Ensuite, ils rompent leur jeûne, le plus souvent avec des dattes et du lait (suivant en cela la tradition du Prophète) et prononcent des paroles de gratitude envers Dieu :

**« Ma soif est étanchée, mes veines se sont hydratées et si Dieu le veut, je serai rétribué. » (Abou Daoud)**

Plusieurs musulmans ajoutent également :

**« Ô Allah, c'est pour Toi seul que j'ai jeûné et c'est en Toi seul que je crois. J'ai rompu mon jeûne avec ce dont Tu m'as pourvu et c'est en Toi que je place ma confiance. »**

Puis, les musulmans mangent un repas léger composé de divers petits plats différents. Au cours de ce mois, les gens s'invitent beaucoup, soit entre membres

de la famille ou entre amis. Il arrive aussi fréquemment qu'ils invitent des pauvres à leur table. La plupart des mosquées offrent également de la nourriture aux démunis. Plusieurs organisent un iftar (repas du soir) collectif afin de renforcer les liens entre les membres de la communauté, ce qui est souvent essentiel dans les pays où les musulmans sont minoritaires. Le Prophète (que la paix et les bénédictions de Dieu soient sur lui) a encouragé les musulmans à offrir de la nourriture aux autres durant ce mois sacré :

**« Quiconque donne à une personne qui a jeûné de quoi rompre son jeûne recevra la même rétribution que cette personne. » (at-Tirmidhi)**

Par ailleurs, certains organismes de charité donnent aux familles pauvres de quoi tenir tout le mois.

Le plaisir ressenti au moment de rompre le jeûne est tout simplement indescriptible. Même le repas le plus maigre apparaît comme savoureux et apporte au croyant une joie sans bornes. Le Prophète a dit vrai lorsqu'il a dit :

**« La personne qui jeûne connaît deux moments de bonheur : d'abord lorsqu'elle rompt son jeûne, puis lorsqu'elle rencontre son Seigneur. » (Sahih al-Boukhari)**

Au moment du iftar, les gens n'ont pas vraiment le temps de consommer un copieux repas, car le coucher du soleil correspond à l'heure de l'une des cinq prières quotidiennes. Ils se préparent donc à se rendre à la mosquée pour faire la prière en congrégation. Après cette prière, certains reviennent à la maison pour manger un repas complet tandis que d'autres préfèrent manger après les prières du soir, qui sont une des plus importantes particularités des soirs de Ramadan et une autre dimension spirituelle de ce mois de miséricorde et de bénédictions.

## (partie 2 de 2): L'adoration durant la nuit

Après avoir accompli la prière du coucher du soleil, les musulmans retournent chez eux pour manger. La plupart, cependant, choisissent la frugalité, car trop manger les empêche de pleinement apprécier cet acte d'adoration qui constitue un véritable plaisir pour le croyant, au cours du Ramadan : la prière de *tarawih*. Cette prière se fait immédiatement après la prière du soir, laquelle est accomplie au moment où les dernières lueurs du jour disparaissent, c'est-à-dire environ une heure et demie après la prière du crépuscule.



### Le Tarawih

Le tarawih est une prière spéciale, qui se fait toujours en congrégation. Elle est très longue, pouvant durer jusqu'à une heure et

demie. Elle a lieu chaque soir du mois de Ramadan et le imam (i.e. celui qui dirige la prière) s'efforce d'y réciter le Coran en entier, étalé sur les 29 ou 30 jours de Ramadan. Durant cette prière, les musulmans invoquent leur Seigneur debout, inclinés et prosternés, et profitent de cette occasion pour écouter la récitation intégrale du Coran. Les mosquées où l'imam est connu pour sa voix mélodieuse et agréable à entendre tendent à se remplir rapidement, ce qui pousse les fidèles à arriver plus tôt pour s'assurer les meilleures places. Certaines mosquées peuvent accueillir plus d'un millier de fidèles, qui viennent des quatre coins de la ville. La prière du tarawih est une expérience que le musulman attend avec impatience d'une année à l'autre, car elle est un moyen par lequel le fidèle espère obtenir le pardon de Dieu. Le Prophète (que la paix et les bénédictions de Dieu soient sur lui) a dit :

**« Quiconque passe la nuit en prières au cours du mois de Ramadan, tout en croyant en Dieu et en cherchant Sa rétribution, tous ses péchés passés lui seront pardonnés. » (Sahih al-Boukhari)**

Lors de la prière, alors que l'imam récite les versets du Coran, les fidèles méditent sur leur sens. Aussi, la voix de l'imam joue un rôle important sur l'effet de la récitation sur les fidèles. Il n'est d'ailleurs pas rare de voir des gens pleurer en écoutant la récitation, surtout celle des versets qui font mention de la grandeur de Dieu, de Sa miséricorde, de Son amour, de l'énorme rétribution qu'Il a réservée aux croyants qui auront fait preuve d'une grande patience tout au long de leur vie et des tourments réservés à ceux qui auront refusé de croire. Le Coran est une révélation qui s'adresse à chaque individu et c'est pourquoi chaque personne qui l'écoute sent vraiment que Dieu s'adresse à elle particulièrement. C'est aussi pour cette raison que lors de l'écoute de sa récitation, le sentiment et l'émotion qui emplissent le cœur du fidèle sont réellement incomparables et indescriptibles.

À la fin du *tarawih*, l'imam et tous les membres de la congrégation lèvent leurs mains et implorant Dieu en faveur d'eux-mêmes et des musulmans en général; ils Lui demandent pardon pour leurs péchés, Lui demandent de les raffermir dans leur foi et de les garder sur la bonne voie, de les faire entrer au Paradis, de guérir les gens malades qu'ils connaissent, de pardonner à ceux des leurs qui sont décédés, de même que toutes bonnes choses de ce monde et de l'au-delà. Ils demandent également à Dieu de leur épargner les souffrances du jour du Jugement et d'apaiser les souffrances de leurs frères et sœurs à travers le monde. Il n'est pas rare de voir toute la congrégation en larmes, implorant son Seigneur à l'unisson. Le *tarawih* est vraiment l'un des points forts du Ramadan; il est une inspiration pour les musulmans et les encourage à suivre la voie de la droiture.

Après le tarawih, les musulmans retournent chez eux, mangent un peu puis se couchent, afin d'être suffisamment reposés pour se lever avant l'aube et prendre leur petit déjeuner.

Comme vous pouvez le voir, Ramadan est un mois au cours duquel diverses formes d'adoration sont adressées à Dieu. Plusieurs profitent de cette occasion pour modifier leur mode de vie et le rendre plus conforme aux commandements de Dieu. Du moment où le musulman se lève, le matin, puis durant tout le jour et tout le soir, il accomplit divers actes d'adoration, certains obligatoires, d'autres volontaires, ne cherchant en cela que la satisfaction de Dieu. Ce mois est en fait un facteur-clé dans la vie des musulmans, une période pour se ressourcer et pour accomplir des actions qui plaisent à Dieu.

Le mois de Ramadan possède d'autres caractéristiques comme :

### Les dix dernières nuits

1. « Nous avons certes révélé [le Coran] durant la nuit du destin.
2. Et qui te dira ce qu'est la nuit du destin ?
3. La nuit du destin est meilleure que mille mois.
4. Les anges et l'Esprit y descendent, par permission de leur Seigneur, pour appliquer tout ce qui a été décrété.
5. (Cette nuit en est une de) paix, jusqu'à l'apparition de l'aube. » (Coran:97:1-5)

C'est au cours du mois de Ramadan que le Coran a été descendu sur terre, et plus précisément au cours d'une des dix dernières nuits. Le Prophète (que la paix et les bénédictions de Dieu soient sur lui) a dit :

**« Cherchez la nuit du destin parmi les dix dernières. » (Sahih al-Boukhari)**

Accomplir des actes d'adorations et de bonnes actions au cours de cette nuit est encore plus profitable, pour le croyant, que s'il les accomplissait durant mille mois, tel que mentionné dans les versets ci-haut.

**« Lorsqu'arrivaient les dix dernières nuits de Ramadan, le Prophète devenait fébrile; il demeurait éveillé presque toute la nuit et réveillait les membres de sa famille. » (Sahih al-Boukhari)**

Durant le mois de Ramadan, les musulmans recherchent cette nuit très spéciale afin d'en retirer tous les bienfaits. Ils passent les dix dernières nuits à adorer leur Seigneur; ils prient le *tarawih*, récitent le Coran, implorent Dieu et font des prières surrogatoires. Durant ces nuits, les mosquées organisent même une prière supplémentaire en congrégation, prière qui dure environ une heure et demie ou deux heures et qui se termine juste avant le repas de l'aube. Les gens font tout leur possible pour passer ces dix dernières nuits à prier afin d'être certains d'avoir passé la nuit du destin en prières. Le Prophète (que la paix et les bénédictions de Dieu soient sur lui) a dit :

**« Quiconque a passé la nuit du destin à prier, tout en croyant en Dieu et en cherchant Sa rétribution, tous ses péchés passés lui seront pardonnés. » (Sahih al-Boukhari)**

Ramadan est le mois du pardon et les gens espèrent faire partie de ceux que Dieu sauvera du feu de l'Enfer :

**« Dieu choisit ceux qu'Il sauvera du feu de l'Enfer durant chaque nuit du mois de Ramadan. » (at-Tirmidhi)**

C'est pour cette raison que les gens jeûnent, prient et recherchent la nuit du destin : ils souhaitent voir leurs péchés pardonnés et connaître la rétribution du Paradis.

### **Oumrah (petit pèlerinage à la Mecque)**

Le Prophète (que la paix et les bénédictions de Dieu soient sur lui) encourageait les gens à visiter la Ka'bah et à accomplir le petit pèlerinage (ou oumrah) à la Mecque, durant le mois de Ramadan. Il a dit :



**« Accomplir la oumrah durant le mois de Ramadan équivaut à accomplir le Hajj. » (Sahih al-Boukhari)**

C'est pourquoi des milliers de musulmans se rendent à la Mecque accomplir le petit pèlerinage durant le mois de Ramadan (la plupart, au cours des dix derniers jours), espérant recevoir pour cela la même rétribution que s'ils avaient accompli le Hajj, et aussi pour assister aux prières dans la Ka'bah même, une expérience inoubliable pour le croyant. Là, on rencontre des musulmans provenant des quatre coins du monde, de toutes les races et de toutes les cultures, rassemblés dans ce sanctuaire, jeûnant toute la journée et priant toute la nuit dans l'unique but d'obtenir la satisfaction de leur Créateur.

### **Le mois du pardon**

Nous avons rapporté diverses paroles du Prophète affirmant que les différents actes d'adoration, durant le mois de Ramadan, sont un moyen de se faire pardonner ses péchés. Le jeûne, la prière du *tarawih* et la prière lors de la nuit du destin sont tous des moyens de se faire pardonner ses péchés.

**« Quiconque jeûne le mois de Ramadan tout en croyant en Dieu et en cherchant Sa rétribution, tous ses péchés passés lui seront pardonnés. » (Sahih al-Boukhari)**

**« Quiconque passe la nuit en prières au cours du mois de Ramadan, tout en croyant en Dieu et en cherchant Sa rétribution, tous ses péchés passés lui seront pardonnés. » (Sahih al-Boukhari)**

**« Quiconque aura passé la nuit du destin à prier, tout en croyant en Dieu et en cherchant Sa rétribution, tous ses péchés passés lui seront pardonnés. » (Sahih al-Boukhari)**

Le mois de Ramadan en général est le mois de la protection contre le feu de l'Enfer :

**« Dieu choisit ceux qu'Il sauvera du feu de l'Enfer durant chaque nuit du mois de Ramadan. » (at-Tirmidhi)**

## **Le mois de la charité**

Tel que mentionné précédemment, durant ce mois, les gens aiment offrir aux autres de la nourriture pour rompre leur jeûne et donner aux familles démunies. Aussi, les gens sont généralement plus généreux durant Ramadan, car la charité est considérée comme un acte d'adoration; ils cherchent donc en cela l'agrément de Dieu. Un des compagnons du Prophète (que la paix et les bénédictions de Dieu soient sur lui), Abdoullah ibn Abbas, a dit :

**« Le Prophète était le plus généreux de tous, et il l'était encore plus durant le mois de Ramadan. » (Sahih al-Boukhari)**

Afin d'augmenter le nombre de leurs bonnes actions durant ce mois, certains musulmans choisissent également d'offrir leur zakat (ou charité annuelle obligatoire) durant cette période.

## **Dévotion personnelle**

Il existe un type particulier d'adoration, en islam, où le musulman se retire dans la mosquée pour une période de temps, que ce soit un jour ou une semaine, et y passe de nombreuses heures à réciter le Coran et à invoquer Dieu, ce qui l'amène souvent, par la suite, à vouloir modifier son mode de vie afin que ce dernier soit plus centré sur l'adoration de Dieu. En se coupant du monde et de la routine quotidienne et en passant la majeure partie de son temps dans l'adoration de Dieu, il acquiert un sens nouveau des priorités et accorde moins d'importance à la vie d'ici-bas. Le Prophète (que la paix et les bénédictions de Dieu soient sur lui) faisait lui-même des retraites appelées *I'tikaaf*, dans la mosquée, durant les dix

derniers jours de Ramadan. Il y installait une tente et s'y enfermait, passant tout son temps en actes de dévotion personnels.

De nombreux musulmans tentent d'obtenir un congé de travail ou d'études pour pouvoir faire une retraite dans la mosquée, mais comme cela demeure difficile, peu arrivent à le faire. Tout de même, on retrouve dans la plupart des grandes mosquées des gens en retraite durant les dix derniers jours de Ramadan.

## **Conclusion**

Le mois de Ramadan est donc un moment très spécial pour tous les musulmans à travers le monde. C'est un mois d'adoration au cours duquel ils se repentent et se tournent vers Dieu, un mois où ils renouvellent leur foi. C'est une période durant laquelle les musulmans s'habituent à se soumettre aux commandements de Dieu et à chercher Sa satisfaction, une période où ils raffermissent leurs liens avec leur Créateur, où ils prennent l'habitude d'accomplir des actes d'adoration surrogatoires. Ramadan est un mois qui n'a pas d'égal et les sentiments et émotions qui habitent les musulmans durant cette période sont indescriptibles. C'est pour cette raison que les compagnons du Prophète demandaient à Dieu de leur accorder le bonheur de vivre à nouveau le mois de Ramadan six mois avant son arrivée et que durant les six mois suivant la fin de ce mois, ils demandaient pardon pour les fautes qu'ils auraient pu commettre durant cette période. Nous demandons à Dieu d'accepter le jeûne et les prières des musulmans durant ce mois et de guider les non-musulmans afin qu'eux aussi le jeûnent un jour en tant que musulmans.