

Le Ramadan terminé je continue de jeûner.

Le jeûne surérogatoire

Le prophète (p&s) nous a recommandé de jeûner en dehors du mois de Ramadan, c'est ce qu'on appelle le jeûne volontaire ou surérogatoire qui par définition n'est pas obligatoire mais qui présente, néanmoins, beaucoup de mérites.

Le prophète (p&s) a dit : « *Le poids de la terre en or n'égalerait point la récompense réservée, le Jour de la Résurrection, à quiconque jeûnerait une journée volontairement.* »

« *Le jeûne et le Coran intercéderont en faveur du serviteur le Jour de la Résurrection. Le Jeûne dira : Oh mon Seigneur ! Je l'ai empêché de se nourrir et de se satisfaire son désir : prends-moi donc comme intercesseur en sa faveur !* » Et le Coran dira : « *Je l'ai empêché de dormir la nuit : prends-moi donc comme intercesseur en sa faveur !* ». « *Et ils intercéderont.* » (Ahmad)

De nombreuses occasions de jeûner nous sont offertes durant l'année et nous permettent d'acquérir les mérites promis. Ceux-ci sont :

a) Six jours de chawwal

Le prophète a dit :

« *Quiconque jeûne le mois de Ramadan et le fait suivre de six jours du mois de chawwal, le jeûne de celui-là équivaut à celui de toute une année.* » (Muslim)

« *Le jeûne du mois de Ramadan équivaut à 10 mois. Celui de six jours de chawwal équivaut à deux mois. C'est le nombre de mois d'une année.* » (Ibn khuzaima)

b) Première décade de dhoul-hidja

Le Prophète a dit : « *Il n'y a pas de jours où les bonnes œuvres sont mieux agréées de Dieu autant que les dix premiers jours de Dhoul-Hidja* » (Bukhari)

c) le jour de 'Arafat

Le Prophète a dit : « *Le jeûne de 'Arafat permet d'absoudre les péchés de l'année qui précède et de celle en cours.* » (Muslim).

Correspond au neuvième jour de Dhoul-hidja.

d) Mouharram

On demanda au Prophète quel est le meilleur jeûne après celui du Ramadan ?

« *C'est le jeûne du mois de Dieu appelé « Al Mouharram » fut sa réponse* » (Muslim et Abou Dawud)
« *...Le jeûne d'une journée de Mouharram équivaut au jeûne de trente journées.* »

e) Al 'Achoura

Le dix du mois de Al Mouharram correspond à Al'Achoura. C'est le jour où Dieu donna la victoire à Moïse et son peuple sur Pharaon. Le Prophète (p&s) jeûna ce jour et recommanda de le jeûner. Le Prophète a dit : « *Celui qui jeûne le jour de 'Arafat, aura ses péchés de l'année précédente et de la suivante, tous pardonnés. Et celui qui jeûne le jour de 'Achoura (10 de Mouharram) sera pardonné pour les péchés d'une année.* » (Tabarani)
« *Quiconque comble sa famille (de dépense) le jour de 'Achoura, Dieu lui rend (l'aisance) durant toute l'année.* » (Al Bayhaqi)

f) La première quinzaine de Cha'ban

Mois qui précède le Ramadan.

Aïcha a dit : « *Je n'ai pas vu le Prophète (p&s) jeûner un autre mois que celui du Ramadan, et je ne l'ai pas vu jeûner plus de jours qu'au mois de Cha'bane.* » (Bukhari et Muslim)

Le Prophète a dit : « *A la mi-cha'bane, faites la prière de sa nuit (veille) et jeûnez sa journée. Au coucher du soleil, Dieu descend jusqu'au Ciel le plus bas et dit : Y a-t-il quelqu'un qui implore mon pardon que je lui accorde ? Y a-t-il quelqu'un qui me demande de l'enrichir que je lui accorde ? Y a-t-il un malade, que je le guérisse ? ... et ainsi de suite jusqu'à l'aurore.* » (Ibn Maja)

g) Le jeûne des jours de pleine lune

Le treize ; quatorze et quinzième jours du mois lunaire donc de chaque mois du calendrier hégirien. D'après Abou Ad-Darda que Dieu l'agrée a dit :

« *Mon bien aimé (le Prophète p&s) m'a recommandé de faire trois choses que je ne laisserai jamais tant que je suis vivant : de jeûner trois jours de chaque mois, de faire la prière d'al-douha et de ne pas me mettre au lit avant que j'effectue une raka'a impaire.* » (Muslim)

Le prophète (p&s) a dit :

« *Ces trois jours de jeûne équivalent au jeûne d'une année.* » (An-Nassâ'i)

h) Chaque lundi et jeudi

Le prophète a dit : « *Les œuvres sont soumises à Dieu tous les lundis et Jeudis. Le Seigneur pardonne tout musulman à l'exception de deux personnes en discorde. Il dit : Ajournez ces deux là !* » (Ahmad)

On interrogea le Prophète (p&s) au sujet du jeûne du lundi, il répondit : « *C'est le jour où je suis né, le jour où (Dieu) m'a envoyé (comme Prophète) et le jour où on m'a révélé (Le Coran).* » (Muslim)

Le prophète (p&s) jeûnait constamment pendant ces deux jours.

i) Un jour sur deux

Le Prophète (p&s) a dit : « *Le jeûne le plus agréé de Dieu est celui de David. La prière la plus agréée de Dieu est celle de David. Il dormait la moitié de la nuit, veillait un tiers, puis il se recouchait le sixième de la nuit. Il jeûnait un jour et rompait son jeûne le jour suivant.* » (Bukhari&Muslim)

An-Nassâ'i rapporte d'après al Hakim : « *J'allais trouver l'envoyé de d'Allah (p&s) et lui dit : Oh Envoyé d'Allah ! Ordonne-moi une œuvre grâce à laquelle Allah m'accorde un profit (spirituel) !* »
Il dit : « *Il t'incombe de jeûner, car le jeûne n'a pas de semblable.* »

Réf :

« Les exhortations et avertissements. » - Imam Al Hafiz Al-Mundiri.

Éd : Dar El fikr.

« La voie du Musulman » - Aboubaker Djaber Eldjazaîri.

Éd : ACFE

« Le jardin des saints serviteurs » - Imam Al-Nawawi

Éd : Dar El Kutub Al-'Ilmiyah.

Brochure publiée avec le soutien de E.M.B.

El Ihsan

Editeur responsable

Botte C.

Rue Guillaume Tell 62

1060 Bruxelles