

Au nom d'Allah, l'Infiniment Miséricordieux, le Très-Miséricordieux

Énumération des bienfaits du jeûne

Il y a trop de bienfaits dans le mois du jeûne pour les énumérer tous. Celui qui les reconnaît et réalise leur importance souhaite que le mois de Ramadan soit étendu à l'année entière. Ces bienfaits sont un don d'Allah aux musulmans qui jeûnent, qui doivent le faire de toute leur foi et emplis d'espoir.

Ces bienfaits et bénédictions de Ramadan ont été plus bas regroupés et résumés en plusieurs catégories, sans commentaires. Ce travail a pour source le Coran et la Sounna, il ne représente qu'une liste partielle des bienfaits et bénédictions du mois de Ramadan.

1. Taqwa (crainte d'Allah)

Ce concept recouvre les descriptions complémentaires suivantes :

- crainte d'Allah
- pratique des révélations d'Allah
- respect de la sounna
- se préparer à quitter ce monde pour l'au-delà
- autodiscipline
- contrôle de soi
- auto restriction
- autoéducation
- auto-évaluation

En acceptant ces critères et en les pratiquant, le musulman réalisera le concept de Taqwa dans sa vie privée et publique

2. Protection

- éviter l'immoralité
- éviter de provoquer un scandale ou l'indignation d'autrui
- éviter la stupidité
- éviter les interdits, les choses déconseillées, les ambiguïtés...

En cultivant ces bonnes manières, un musulman sortira du jeûne comme un homme meilleur au sein de la société

3. Révélation du Coran

Le Coran a été révélé au cours du mois de Ramadan. Il est :

- un guide pour l'humanité
- un moyen de distinguer le bien du mal
- la somme, la purification, la culmination et l'abrogation de toutes les révélations précédentes
- une source de joie pour les croyants
- un guérisseur
- une miséricorde

4. Les portes du Paradis sont ouvertes

- les musulmans aspirent à faire plus de bien
- Le mal se réduit
- le bien se propage et se ressent
- la spiritualité se perçoit partout

5. Les portes de l'Enfer sont fermées

- voir plus haut

6. Les diables sont enchaînés

- la prière est belle
- la concentration dans l'adoration est plus forte
- les disputes sont réduites
- la fraternité est accentuée

7. Jeûner avec l'Iman (la foi) et l'espoir : de telles intentions conduisent au Pardon d'Allah pour les péchés

- la foi augmente
- l'espoir d'une belle récompense est ressenti

8. La porte de Rayyan

Il y a au Paradis une porte nommée Ar-Rayyan, réservée aux musulmans ayant bien observé le jeûne de Ramadan, qui sont les seuls à jouir des délices du Paradis à cet endroit.

9. Joies :

Il y a deux types de joies pour les musulmans pratiquant le jeûne :

- à la rupture du jeûne
- lors de la rencontre avec Allah

10. L'haleine :

L'odeur s'exhalant de la bouche des musulmans ayant observé le jeûne est meilleure auprès d'Allah que l'odeur du musc

11. L'effet de deux ramadans consécutifs :

Celui qui pratique deux années consécutives le jeûne de Ramadan avec une bonne intention recevra le pardon pour ses fautes commises durant l'année.

12. Démultiplication des récompenses :

La récompense pour un bien accompli est multipliée par 10, 70, 700 ou plus pendant le mois de Ramadan

13. Nourrir les autres :

Quiconque invite des jeûneurs pour la rupture du jeûne, et quiconque prend soin des nécessiteux pendant les dix derniers jours de Ramadan recevra la même récompense que ces jeûneurs eux-mêmes.

14. Les jeûneurs sont dans le bien lorsqu'ils :

- hâtent l'Iftar (repas de la rupture du jeûne)
- prennent le Souhour (repas juste avant l'aube) au dernier moment

15. Les bénédictions de Souhour (repas juste avant l'aurore) :

- prières de nuit
- dhikr, se souvenir d'Allah, contemplations, méditations
- récitation du Coran
- nourriture du Souhour

- prière de Fajr à l'heure et à la mosquée
- invocations de Fajr
- une journée bien commencée
- la baraka de se réveiller tôt

16. Prières de Tarawih (prières nocturnes et volontaires de ramadan) :

Celui qui accomplit les prières de Tarawih avec sincérité et une bonne intention recevra pour récompense le pardon de ses fautes passées.

17. intercession pour le pardon des péchés

18. Ihya' (veiller la nuit durant en adoration)

Quand un musulman fait cet effort, il obtiendra des récompenses, le pardon de ses fautes et la multiplication des bénédictions.

19. Itikaf (retraite spirituelle)

Le musulman accomplissant l'Itikaf pendant les dix derniers jours de Ramadan recevra :

- des bénédictions
- la paix de l'esprit
- la contemplation et la concentration dans l'adoration
- récompenses du suivi du prophète
- augmenter sa science
- l'amour de la mosquée
- toutes les prières à l'heure et en commun
- continuellement en prière
- oubli des soucis de la vie
- remède à la paresse
- fraternité accentuée
- maîtriser ses pulsions sexuelles

20. Laylat-ul-Qadr (la nuit de la valeur)

Quiconque l'observe avec sincérité et une bonne intention obtiendra les bienfaits suivants :

- le pardon des péchés
- cette nuit est meilleure que 1000 mois
- invocations multiples
- rappel d'Allah
- prières en commun et nombreuses
- lecture du Coran
- récompenses
- bénédictions
- il deviendra un être meilleur

21. Générosité, gentillesse, hospitalité, visites, etc.

Tout ceci et bien d'autres choses font partie des bienfaits de Ramadan

22. Zaqatoul-Fitr (aumône pendant le jeûne)

Les bienfaits de payer une telle aumône aux nécessiteux sont énormes, et parmi eux :

- pureté de l'âme
- nourrir les gens dans le besoin
- partager la joie
- améliorer les relations humaines
- améliorer la société
- fraternité
- remède à l'avarice

23. Zakat (aumône légale obligatoire)

Il y a de nombreux bienfaits à payer la Zakat, et parmi ceux-ci :

- pureté de l'âme
- augmentation de la richesse
- amélioration de l'économie
- circulation des richesses
- élimination de l'inflation
- élimination de la pauvreté

24. Le jeûne et la santé :

- purification du corps des toxines
- réduction du poids
- pureté du cerveau
- régénération du corps et du sang
- qualité de vie plus grande

25. Changement du style de vie

En vivant selon un autre rythme de vie, on se débarrasse de la monotonie de la vie et de fait on l'apprécie davantage.

26. Partager la faim, la soif et les rituels avec d'autres au sein de la communauté.

27. Eid-ul-Fitr (fête du jour suivant la fin de Ramadan)

Partage de la joie et visites réciproques au sein de la communauté.

28. Les dou'as après Iftar (repas de la rupture du jeûne) sont acceptées par Allah.

29. Umrah pendant Ramadan :

Visiter La Mecque pendant Ramadan :

- équivaut à un Hajj (pèlerinage) compagnie du Prophète (sur lui la paix)
- augmente la foi
- récompenses des prières accrues...

30. Succès pendant Ramadan :

Les musulmans au cours de leur histoire ont reçu de nombreux bienfaits pendant le mois du jeûne, parmi lesquels les victoires suivantes :

- la bataille de Badr
- la bataille de Khandaq
- la prise de La Mecque
- la bataille de Tabuk
- Salaheddin libéra Jérusalem des croisés
- En 1973 les Égyptiens chassèrent les Israéliens d'Égypte pendant Ramadan.

Publié par le bureau de prêche de Rabwah (Riyad)

www.islamhouse.com

L'islam à la portée de tous !