NEW MUSLIM
ACADEMY

La pratique du Messager d'Allah ﷺ durant le mois de Ramadan

www.NewMuslimAcademy.fr

/NewMuslimAcadamyFR

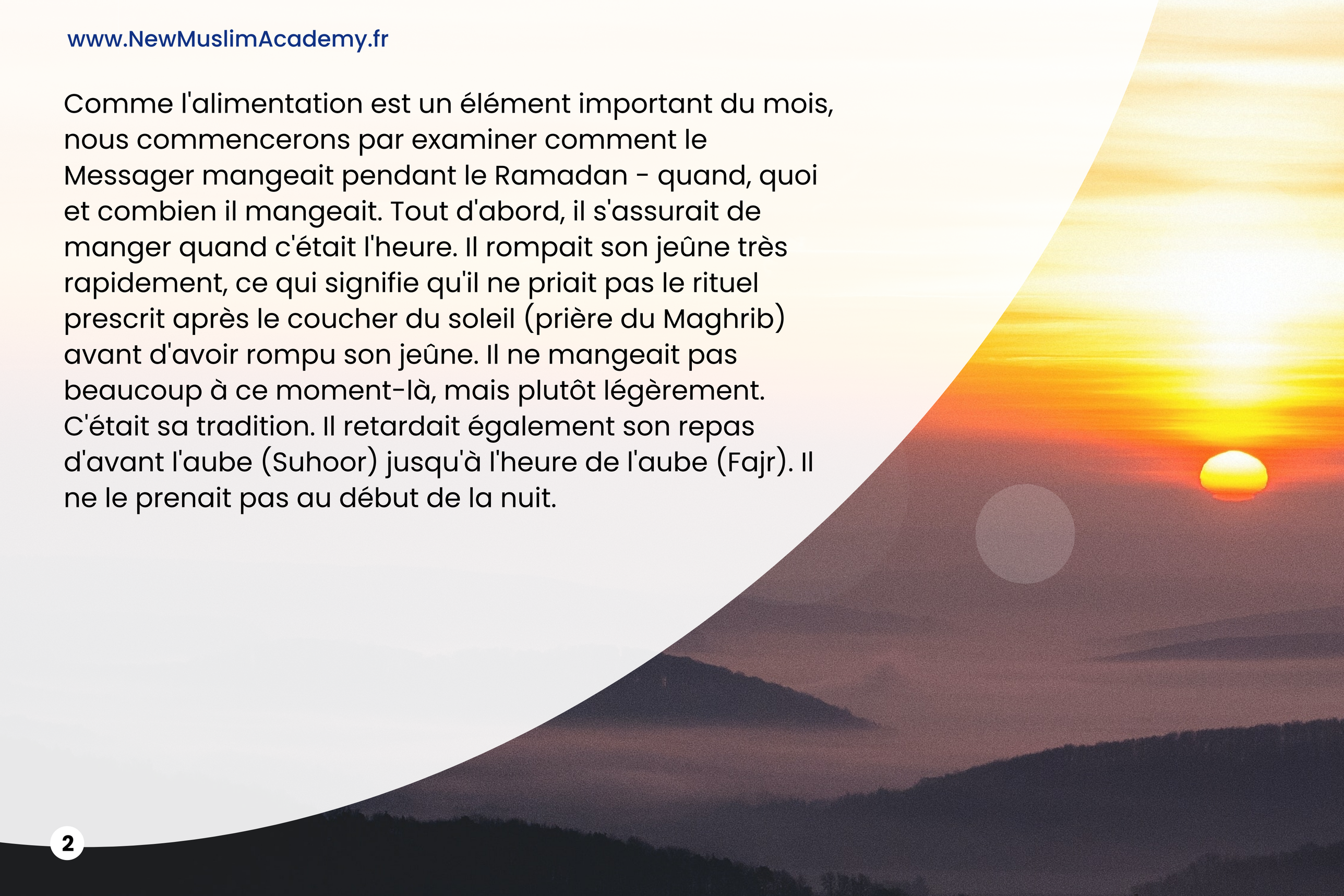
/newmuslimacademyfr

www.newmuslimacademy.fr

Le mois de Ramadan est un mois béni. C'est l'une des saisons les plus importantes de l'Islam. Il a une grande valeur et de nombreuses vertus. C'est aussi l'une des plus grandes opportunités pour nous de nous rapprocher de notre Seigneur et de gagner l'agrément d'Allah. La meilleure façon d'obtenir Son agrément est de prendre exemple sur le Messager Mohammed (paix et bénédiction) (paix et bénédiction), d'où l'importance pour nous de suivre les conseils du Messager, c'est-à-dire ses actions et ses pratiques pendant le Ramadan.



Comme l'alimentation est un élément important du mois, nous commencerons par examiner comment le Messager mangeait pendant le Ramadan - quand, quoi et combien il mangeait. Tout d'abord, il s'assurait de manger quand c'était l'heure. Il rompait son jeûne très rapidement, ce qui signifie qu'il ne priait pas le rituel prescrit après le coucher du soleil (prière du Maghrib) avant d'avoir rompu son jeûne. Il ne mangeait pas beaucoup à ce moment-là, mais plutôt légèrement. C'était sa tradition. Il retardait également son repas d'avant l'aube (Suhoor) jusqu'à l'heure de l'aube (Fajr). Il ne le prenait pas au début de la nuit.



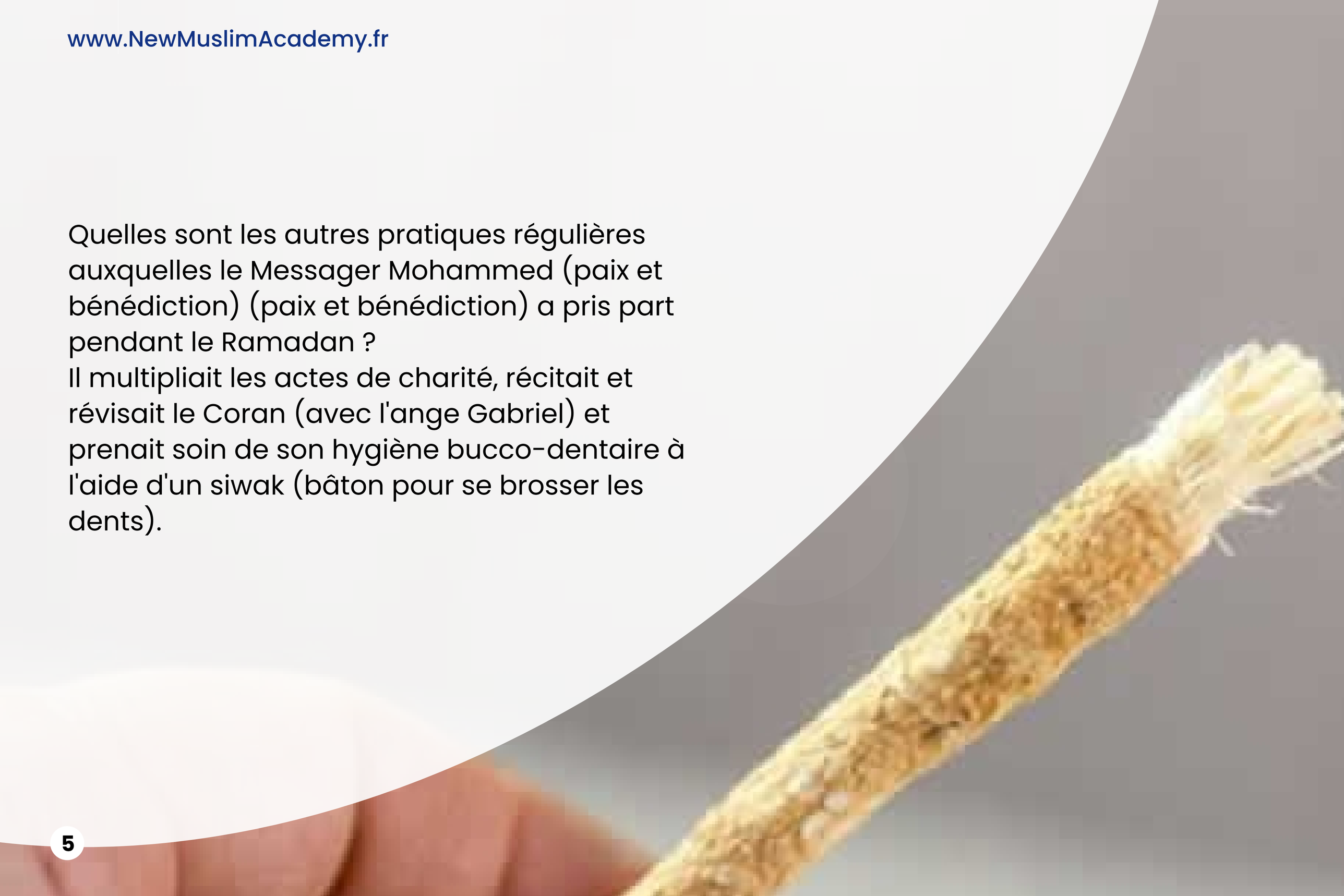
Que mangeait le Messager pendant le Ramadan ? Au moment de la rupture du jeûne après le coucher du soleil, il avait l'habitude de manger des dattes fraîches qui n'étaient pas complètement mûres (Rutab). S'il n'en trouvait pas, il mangeait des dattes sèches mûres (Tamr). S'il ne trouvait pas de dattes, il buvait quelques gorgées d'eau. Pour le repas d'avant l'aube (Suhoor), il recommandait de manger des dattes (sèches et mûres). La nourriture qu'il mangeait était petite en portion et simple en préparation.



Le Messager vivait dans le désert d'Arabie et il faisait très chaud. Ce qu'il faisait parfois lorsqu'il faisait très chaud, même s'il jeûnait, c'était de se verser de l'eau sur sa tête. Certains de ses disciples ont dit : "Je l'ai vu se verser de l'eau sur la tête alors qu'il jeûnait". La raison pour laquelle il faisait cela était la soif et la chaleur extrêmes. Qu'est-ce que cela nous dit ? Cela nous dit de faire attention à notre corps. Allah ne veut pas que nous souffrions. Si vous pouvez vous faciliter la tâche pour vous donner l'énergie nécessaire à l'acte d'adoration, faites-le. Prenez une douche froide ou allumez la climatisation si nécessaire.



Quelles sont les autres pratiques régulières auxquelles le Messager Mohammed (paix et bénédiction) (paix et bénédiction) a pris part pendant le Ramadan ?
Il multipliait les actes de charité, récitait et révisait le Coran (avec l'ange Gabriel) et prenait soin de son hygiène bucco-dentaire à l'aide d'un siwak (bâton pour se brosser les dents).



Le Messager Mohammed (paix et bénédiction) voyageait parfois pendant le mois de Ramadan. Parfois, il jeûnait et parfois il rompait son jeûne en voyageant, afin de mettre en valeur la permission et la dérogation de facilité. Un de ses disciples a raconté : "Le Messager d'Allah jeûnait en voyageant et il rompait aussi son jeûne en voyageant". Quiconque veut suivre son exemple peut rompre le jeûne ou ne pas le rompre. Les deux options sont appropriées en fonction de l'état de chacun.



Une partie de la dévotion du jeûne est que le Messager Mohammed (paix et bénédiction) terminait chaque jour de jeûne par une imploration - une invocation d'Allah, au moment de la rupture du jeûne. Le Messager disait en rompant son jeûne : "La soif est dissipée, les veines sont abreuvées et la récompense restera avec la volonté d'Allah.".

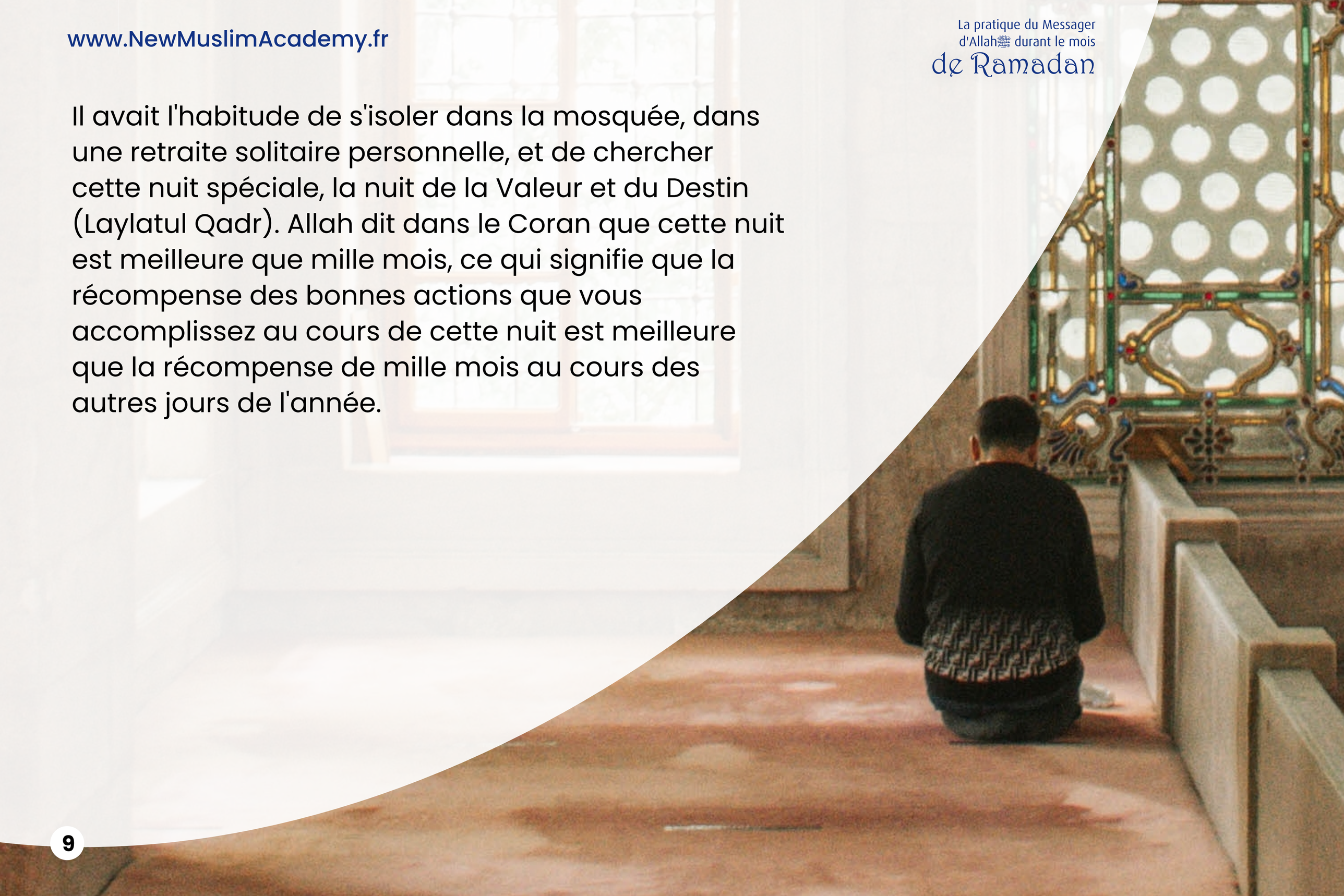
Le Messager Mohammed (paix et bénédiction) n'omettait pas de prier des prières surérogatoires pendant la nuit, que ce soit pendant ou en dehors du Ramadan. S'il était malade ou en voyage, il se rattrapait dans la journée. Il ne l'interrompait jamais.



Au cours des dix dernières nuits du mois de Ramadan, le Messager Mohammed (paix et bénédiction) "se serrait la ceinture" et redoublait de dévotion, se levant pour prier toute la nuit, se surpassant en luttant contre lui-même et en profitant pleinement de cette période. Dans un esprit d'humilité et de dévotion, il a combiné tous les types d'adoration: Salah (la prière rituelle prescrite), Siyam (le jeûne), faire la charité, lire le Coran, se souvenir d'Allah, faire des invocations, méditer et adorer Allah, se rapprocher de Lui, avoir confiance en Lui, le craindre avec révérence, espérer en Sa miséricorde et en Ses promesses, réfléchir sur soi, se repentir et finalement, tout compte fait, combiner toute l'attention du cœur, et se concentrer sur Allah.



Il avait l'habitude de s'isoler dans la mosquée, dans une retraite solitaire personnelle, et de chercher cette nuit spéciale, la nuit de la Valeur et du Destin (Laylatul Qadr). Allah dit dans le Coran que cette nuit est meilleure que mille mois, ce qui signifie que la récompense des bonnes actions que vous accomplissez au cours de cette nuit est meilleure que la récompense de mille mois au cours des autres jours de l'année.



Voilà donc les principaux aspects des pratiques du Messager Mohammed (paix et bénédiction), comment il se comportait pendant le Ramadan. Ce que nous apprenons de toutes ces choses, c'est qu'il profitait de son temps pour tirer le meilleur parti de son jeûne. Il accomplissait donc toutes les bonnes actions surrérogatoires liées au jeûne lui-même. Il suivait également les bonnes manières et les actes recommandés et s'éloignait des choses interdites.

Nous demandons à Allah de nous guider pour suivre et mettre en œuvre l'exemple du Messager Mohammed (paix et bénédiction), que les bénédictions et la protection d'Allah soient sur lui, pendant le Ramadan, et toujours.

