

Le mois de Ramadan : une école de formation et de ressourcement spirituel

Par Talha Mahamat Allim
Genève, Suisse

En ce mois béni de ramadan, nous aimerions revenir sur son sens plein d'enseignements sur le corps et l'esprit. Allah nous commande de le suivre et nous indique que nous avons en nos prophètes (Que la paix soit sur eux) de beaux exemples. Qu'Allah le miséricordieux nous aide à s'élever spirituellement et nous guide sur sa droiture.

Historiquement, le mois de Ramadan est un moment important dans l'avènement de l'islam ; c'est durant ce mois que le Coran a été révélé, au cours de la *Nuit du Destin* (Laylat-ul Qadr), au prophète Muhammad (SAW) comme l'indique le verset 185-1 de la sourate 2 :

Sourate 2, Verset 185-1

"(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."

شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى
لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ

Le jeûne du mois de Ramadan constitue le quatrième des cinq piliers fondamentaux sur lesquels l'Islam est fondé. Tous les être humains vivant sur cette terre sont égaux devant Dieu. Le seul critère en islam que Dieu applique pour différencier les uns des autres est celui de la piété, et un des aspects essentiels de la piété, c'est le mois de Ramadan durant lequel le jeûne est obligatoire pour le croyant quelle que soit sa catégorie sociale, son pouvoir, sa richesse, son intelligence etc.

C'est un devoir pour chaque musulman pubère, sain d'esprit et capable de jeûner. Durant ce mois sacré, les musulmans doivent s'abstenir de boire, de manger et de toute relation sexuelle du lever jusqu'au coucher du soleil. C'est donc un mois de rupture par rapport aux habitudes quotidiennes. Il exige le réveil de la spiritualité et la conscience de la présence de Dieu. Quelqu'un disait que l'objectif de tout musulman est de plaire à Dieu pour gagner le Paradis. Plaire à Dieu, c'est l'aimer, le craindre et lui obéir.

Il faut noter aussi qu'autant le jeûne de Ramadan est obligatoire, autant on trouve des dispenses, allègements ou aménagements pour les femmes indisposées ou enceintes, pour les personnes âgées, les malades ou celles et ceux qui sont en voyage. Dans ces différents cas, soit on se rattrape ultérieurement, soit on nourrit un pauvre par jour de jeûne non effectué. Cette obligation de jeûner a été instaurée pour les musulmans, dans la seconde année de l'Hégire, par la révélation de ce verset du Coran: «Ô les croyants! On vous a prescrit as-Siyam [le jeûne] comme on l'a prescrit à ceux d'avant vous, ainsi atteindrez-vous la piété» (Sourate 2, verset 183).

يَتَّيِّبُهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ
 كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ
 تَتَّقُونَ

Le jeûne permet de progresser en endurance, en force de volonté, en autodiscipline , en introspection, qui sont des qualités indispensables pour se soumettre à Dieu. Par cette même occasion, il exerce son âme à craindre Dieu et à grandir en piété.

Rappelons que la piété est une dévotion, un attachement respectueux et fervent à Dieu et à la religion , dans le cas présent, l'islam. Ce qui implique l'adhésion et le respect de tous les principes et préceptes prônés par l'islam, aussi bien ce qui relève des obligations et ce qui n'en relève pas. On peut citer les prières, les invocations, le jeûne, la charité, l'aumône, la lecture du coran, la retraite spirituelle, etc. Il est recommandé d'éviter tout ce qui est contraire à la volonté de Dieu, dont l'hypocrisie, la tricherie, le vol, le mensonge, la violence, l'adultère, le meurtre, la méchanceté, la corruption... bref, tous les vices et tout ce qui peut polluer notre esprit. Cependant, tout être humain est susceptible de commettre des péchés ; il s'agit ici de faire des efforts pour se rapprocher de Dieu en multipliant des actes de foi et de piété. La sourate 2, Verset 177 peut nous guider dans cette démarche et plus particulièrement dans ce mois saint du Ramadan.

"La piété ne consiste point en ce que vous tourniez vos visages vers le Levant ou le Couchant. Vertueux sont ceux qui croient en Dieu et au jour dernier, aux Anges, au Livre et aux prophètes, qui donnent pour l'amour de Dieu des secours à leurs proches, aux orphelins, aux nécessiteux, aux voyageurs indigents et à ceux qui demandent l'aide, et pour délier les jugs, qui observent la prière, qui font l'aumône. Et ceux qui remplissent les engagements qu'ils contractent, se montrent patients dans l'adversité, dans les temps durs et dans les temps de violences. Ceux-là sont justes et craignent le Seigneur."

رَلْبَةً ءَمَلُهُمْ مَّجْدُ ءِمَا يَنْ بِيَا اَنْ تَبِيَا
 نَهَادَةَ نَبِيَا اَنْ حِلَاةَ بِي عَمَا اَعِ رَغِبِ سَمْمَا
 بِسَمِيَا اَعِ مَحِيْمَا اَعِ يَخْتَا اَعِ مَيَا اَعِ بِلَا اَعِ
 دَهِي خُ رَلَاةَ رَا لَمَا اَرْءَا اَعِ نَدِي يَتَا اَعِ
 نِي حِلَسَمَا اَعِ رَمَتِيَا اَعِ رَمَتِيَا اَعِ رَدِي ع
 رَعِي نِي لِي لَسَا اَعِ يَلِي سَا اَنْ تَبَا اَعِ
 رَا اَعِ رَا لَهَا اَعِ لَقَا اَعِ بِلَقِيَا
 اَعِ مَوْتِهَ اَعِ اَمَّ يَمُوْتِهَ نَمَّ مَمَا اَعِ رَا اَعِ
 نِي حِي اَعِ دَا لَهَا اَعِ دَا لَهَا اَعِ نِي يَمُوْتِهَ اَعِ
 اَمَّ دَا لَهَا اَعِ اَمَّ مَمَّا اَعِ دَا لَهَا اَعِ
 نَمَمَّمَا اَعِ

Soulignons aussi que le mois de Ramadan est d'une part, bénéfique socialement en entraînant davantage la communauté à l'organisation, à la communion., au sens de responsabilité, à la solidarité, à l'égalité, à la justice, à l'amour, etc. D'autre part, elle contribue à l'amélioration de la santé, notamment en favorisant l'élimination des toxines et des surcharges de graisse, en assainissant les organes digestifs, etc.

C'est une école qui nous apprend à dépasser nos aspirations, nos désirs, nos instincts, nos égoïsmes... afin de rechercher la proximité de Dieu qui nous apporte la sagesse, la paix du cœur, la lumière de l'esprit, etc. Comme le souligne bien un frère en islam, "Le diplôme sanctionnant le mois du jeûne est une somme de vertus nourrissant le croyant durant le court séjour terrestre qui, rappelons-le, est une somme d'épreuves à laquelle seul le retour à Dieu mettra fin" (cf. www.islam-fraternet.com/le-mois-de-Ramadan.htm).

Dans un monde où les liens sociaux se détraquent, où les repères sont brouillés et où le matériel dévient la référence, le mois de ramadan offre une autre vision que celle dominante et fournit des moyens permettant de mieux faire face aux épreuves et incertitudes du monde actuel.

En faisant du jeûne une opportunité pour croître dans la prière, la réflexion, la soumission, la justice, etc., le musulman renforce sa foi en Dieu, édifie sa personnalité et fortifie son esprit.

En souhaitant à toutes et à tous un Ramadan Moubarak dans la paix, la santé et la piété, nous vous laissons méditer sur ces paroles du prophète Muhammad (SAW) :

«Le Ramadan est venu à vous! C'est un mois de bénédiction. Allah vous enveloppe de paix et fait descendre la miséricorde. Il décharge des fautes et Il exauce les demandes. Allah vous regarde rivaliser d'ardeur dans ce but et il se vante de vous auprès de Ses anges. Montrez à Allah le meilleur de vous-mêmes, car est bien malheureux celui qui est privé de la miséricorde d'Allah, Puissant et Majestueux!». (Ibn Majah)

Le prophète Muhammad a dit : "...celui qui jeûne pendant le mois de Ramadan avec une foi sincère et la volonté de gagner le pardon de Dieu, alors tous ses précédents péchés seront pardonnés." (Sahih Al-Boukhari. Volume 3, Livre 31, Numéro 125 - Rapporté par Abou Hourayrah).

"Si les croyants avaient véritablement conscience de la bénédiction qu'il y a dans le fait de jeûner durant le mois de Ramadan, ils souhaiteraient que ce mois dure toute l'année."

Qu'Allah répande sur nous sa miséricorde et nous permette de passer ce mois de Ramadan dans le summum de l'adoration.

Ramadan Moubarak à toute la Oumma islamique.

Al Afou

Talha Mahamat Allim

