

# **Ou en sommes nous dans notre adoration depuis le Ramadan?**



**Imam ABDALLAH**

# Le Ramadan est la saison de l'adoration

2

- Pendant Ramadan toutes les conditions sont réunies pour adorer Allah et atteindre un degré élevé de spiritualité.
- Le Ramadan est la saison des adorations. Les portes du paradis sont ouvertes, les portes de l'enfer sont fermées et les diables sont enchaînés.
- Pourquoi notre niveau de notre adoration baisse après le Ramadan ?
  - La foi augmente et diminue. Le Hadith de Handhalat avec AbouBakr. Il n'est pas acceptable d'arrêter les adorations ou de revenir au péchés que le Ramadan nous a permet d'abandonner.
  - Il y a un niveau minimum que le musulman doit garder toute l'année et quelques soit la situation. Ce niveau change d'une personne à l'autre.
  - L'exemple d'un commerçant qui profite des occasions pour fructifier ses biens mais qui a un commerce permanent
  - Avoir une vision optimiste des musulmans, nous sommes la communauté de l'adoration.

# Comment reconnaître que Dieu a accepté nos oeuvres



- La récompense d'une Hassanat c'est une Hassant qui la suit et la punition d'une Sii'at c'est une Saii'at qui la suit.
- « Ceux qui se guident Nous augmentons leur guidance »
- L'histoire de la tente de eljounaid qui priait la nuit.

# Les buts du jeûne en islam



- **But spirituel**
  - Atteindre la piété
  - Être reconnaissant
- **But moral**
- **But social**

## But spirituel: Attendre la piété



- Le jeûne doit permettre un éveil spirituel: s'éloigner des choses blâmables, réformer son cœur pour amener un changement dans la pratique de sa foi au quotidien.
- La sincérité et le dévouement sont des caractéristiques du jeûne. « **Il délaisse sa nourriture et sa boisson pour Moi** »
- « **Le Jeûne et la Prière intercèderont pour l'homme le jour de la Résurrection. Le Jeûne dira : Seigneur, je l'ai empêché de boire et de manger pendant le jour ; Le Coran dira : Seigneur ! Je l'ai empêché de dormir la nuit. Accepte notre intercession pour lui. »**

# But spirituel: Etre reconnaissant



- Souvent manger, boire, vivre sa sexualité nous apparaissent comme des actes naturels, si naturels que nous oublions même parfois qu'ils sont des dons de Dieu pour Ses Créatures. Ils sont précieux. Après une journée de jeûne, la nourriture la plus simple est un bonheur.
- Il mange, il boit, il aime en louant Son Créateur, son acte (jadis « naturel ») prend un sens important et unique. Il élève son âme durant ce mois en ôtant les chaînes du désir corporel. Il est léger, libre dans son adoration, détaché de son quotidien terrestre, prêt à faire le bien.
- Il préfère la juste mesure, sans tomber dans l'excès : Dieu dit : **« 31. ô enfants d'Adam, dans chaque lieu de Salat portez votre parure (vos habits). Et mangez et buvez; et ne commettez pas d'excès, car Il [Allah] n'aime pas ceux qui commettent des excès . »** Sourate 7, Al A'raf, verset 31
- **« Mon Seigneur m'a proposé la vallée de la Mecque en or mais j'ai dit Non Seigneur je préfère manger un jour ou avoir faim un jour, quand j'ai faim je t'implore et quand je suis rassasié je te loue et je te remercie»** Rapporté par Ahmed et Termidhi

## But moral



- **« Celui qui ne renonce pas à proférer des mensonges et à agir trompeusement, Allah n'a nul besoin qu'il renonce à sa nourriture et à sa boisson. »**
- Le Prophète (ﷺ) a dit : **« Le Jeûne est à l'exemple du bouclier ! Si pour l'un de vous c'est un jour de jeûne, qu'il ne tienne pas de propos obscènes, qu'il ne vocifère pas ! Et si quelqu'un l'insulte ou lui cherche bagarre, qu'il dise- Je jeûne ! »** Hadith rapporté par Boukhari et Muslim.
- Durant ce mois béni, le musulman apprend à ne plus être l'esclave de ses désirs et de ses plaisirs, il se contrôle, il réforme son comportement, il s'éduque pour Dieu, il retrouve l'équilibre entre les besoins de l'âme et les besoins du corps, il bouscule ses habitudes et renforce sa volonté.

# But social



- La privation volontaire de nourriture est un rappel de la faim, de la souffrance, de la pauvreté, que supportent et subissent tant d'êtres humains dans ce monde que nous oublions parfois tant nous ne sommes pas concernés.
- Le jeûne permet de vivre pendant une journée ce que les pauvres vivent toute l'année, de prendre conscience de leur souffrance, et de raviver en soi le devoir d'aider ceux qui n'ont rien.
- Le Prophète (ﷺ) a dit Dieu Tout-Puissant dira le Jour de la Résurrection « **Ô fils d'Adam, Je t'ai demandé de la nourriture et tu ne M'as pas nourri. Il dira : Ô Seigneur comment puis-je Te nourrir quand Tu es le Seigneur des mondes? Il dira : Ne savais-tu pas que Mon serviteur Untel t'a demandé de la nourriture, et que tu ne l'as pas nourri? Ne savais-tu pas que si tu l'avais nourri, tu aurais trouvé la récompense (d'en avoir fait autant avec Moi) ?** » (Rapporté par Mouslim)



# Comment être un bien aimé d'Allah ?



- Selon Abû Hurayrah رضي الله عنه. Le Messager de Allah ﷺ, rapporte qu'Allah ﻋﻠﻴﻪ ﺳﻼﻡ dit: « **Celui qui fait montre d'hostilité envers un de Mes alliés (*walî*), Je lui déclare la guerre. Mon serviteur ne se rapproche guère de Moi par quelque chose qui M'est plus agréable que l'accomplissement de ce que Je lui ai prescrit. Mon Serviteur ne cesse de se rapprocher de Moi par des œuvres surrogatoires jusqu'à ce que Je l'aime. Et lorsque Je l'aime, Je deviens son ouïe par laquelle il entend, son regard par lequel il voit, sa main par laquelle il saisit, et son pied avec lequel il marche. S'il M'invoque, Je l'exaucerai certainement. S'il cherche refuge auprès de Moi, assurément, Je le lui accorderai. Aucune chose ne Me fait hésiter plus que [de prendre] l'âme de Mon fidèle serviteur : il déteste la mort et Je déteste le blesser. » hadith transcendant *qudsî* rapporté par [Al-Bukhârî](#).**
- Les obligations doivent être un minimum vital. Ce que le Prophète a relaté de Allah dans ce Hadîth *qudsî* rappelle que c'est une fois ce minimum obligatoire accompli parfaitement que le facultatif prend un sens; et conduit vers un rapprochement intime avec Allah.

# Comment être un bien aimé d'Allah ?



- Ibn Rajab a dit à propos de ce hadith: « **Ces paroles signifient que celui qui s'efforce de se rapprocher de Allah , en acquittant d'abord ses obligations, puis en se livrant à des pratiques surérogatoires, Allah le rapproche et l'élève du degrés de la foi vers celui de l'excellence (ihsan). C'est alors qu'il L'adore comme s'il Le voyait, et son coeur s'emplit de la connaissance de Allah, de Son amour, de Sa grandeur, et de Sa crainte révérencielle... »**
- L'Islam a réparti les alliés de Allah (*awliyâ*) en catégories, selon leur proximité spirituelle de Allah. Il y a donc des Prophètes, des véridiques, des martyrs et des vertueux. Il y a les rapprochés et les gens de la droite. Il y a parmi ceux qui font du tort à eux-mêmes, ceux qui se tiennent sur une voie moyenne, et ceux qui, par la permission de Allah, devancent les autres par leurs oeuvres pie.
- Et il y a des écarts entre leurs degrés de piété.

# Ce que cela signifie au quotidien



- **Avoir une éducation spirituelle:**
  - Le soufisme selon la sunna. (Vers le paradis, tous les chemins sont fermés sauf le chemin du Prophète Mouhammed (ﷺ))
  - S'intéresser aux fonds et non pas aux appellations
- **En pratique :**
  1. Soigner ses prières;
  2. Faire le Qiyam;
  3. Améliorer sa relation avec le Coran;
  4. Lire et rechercher la science de sa religion
  5. Avoir un Wird quotidien de Dhikr;
  6. Jeuner en dehors de l'obligation;
  7. Avoir des moments de méditation

# 1. Soigner ses prières



- Faire la prière à l'heure et en groupe.
- Faire au moins la prière du Fajr et du Icha à la mosquée;
- Faire les prières avec recueillement: La prière à une corps qui doit être soigner mais aussi une âme qui consiste avoir la présence avec Allah, la sincérité et l'intention exclusive pour Allah.
- « En priant le croyant est en dialogue intime avec son Seigneur »
- Faire douze Raka'ats en plus des obligations en plus de la prière du Fajr et du Witr (3 Raka'ats minimum)
- Faire les Dhikr après les prières.

## 2. Faire le Qiyam



- Au moins une fois par semaine.
- Allah aime quand son serviteur se lève de son lit pour l'adorer et Il le dit aux anges.
- « Notre Seigneur descend chaque nuit jusqu'au ciel de ce monde, et lors du dernier tiers de la nuit, Il dit : "Ceux qui M'invoquent, Je leur répondrai ; ceux qui Me demandent, Je leur donnerai ; ceux qui Me demandent de leur pardonner, Je leur pardonnerai. » Bukhârî et Muslim
- « Et de la nuit, consacre une partie à des prières surrogatoires pour toi ; dans l'espoir que ton Seigneur, en te ressuscitant, t'accorde un rang digne de louange. » Coran (Le Voyage Nocturne 17/79)
- « Ceux dont les flancs s'arrachent de leurs lits pour prier leur Seigneur avec crainte et espoir et qui donnent en aumône une partie de ce que Nous leur avons donné... » Coran (La Prostration 32/16)
- D'après Sahl Ibn Sa'd que l'ange Jibrîl est venu au Prophète (ﷺ) et lui a prodigué ce conseil : "O Muhammad, vis autant que tu veux, tu finiras par mourir ; et fais ce que tu veux, tu en seras rétribué. Aime qui tu veux, tu devras t'en séparer. Et sache que l'honneur [Sharaf qu'on peut aussi traduire par distinction, dignité] du croyant se trouve dans la prière de la nuit (qiyâm al-layl), et que sa fierté ('Izza qu'on peut aussi traduire par noblesse] se trouve dans le fait de se passer des autres gens." [hadîth hassan selon Albânî]

## 3. Améliorer sa relation avec le Coran



- « La meilleur adoration de ma communauté est la lecture du Coran »
- Apprendre la lecture du Coran en Arabe;
- Lire ou écouter le Coran entier au moins une fois par mois;
- Comprendre progressivement la signification des mots et des versets;
- Pour ceux qui savent lire, apprendre une page par semaine;
- « 121. Ceux à qui Nous avons donné le Livre, qui le récitent **comme il se doit**, ceux-là y croient. Et ceux qui n'y croient pas sont les perdants »  
» Sourate 2 Al-Baquara
- « 2. Les vrais croyants sont ceux dont les cœurs frémissent quand on mentionne Allah. Et quand Ses versets leur sont récités, cela fait augmenter leur foi. Et ils placent leur confiance en leur Seigneur »  
Sourate 8 Al-Anfal

## 4. Lire et rechercher la science de sa religion



- Tu dois avoir un moment d'apprentissage de ta religion, de ta foi, des obligations et des interdits.
- Tu dois avoir des moments de lecture quotidiennement: par exemple:
  - le très bon livre d'Ghazali: « **Revivification Des Sciences De La Religion** »
  - Les livres de Hadith « AnNawawi »
  - La vie du prophète « Le Nectar cacheté »
  - La vie des compagnons.

## 5. Avoir un Wird quotidien de Dhikr



- « **O vous qui croyez ! Evoquez Allâh d'une façon abondante et glorifiez-Le à la pointe et au déclin du jour** »
- « que ta langue reste humide par la mention d'Allâh » Hadith
- Fixer un temps et un Wird de rappel à faire le matin après le Soubh et le soir avant le Magrib ;
- Le Wird est à rattraper obligatoirement ;
- Le Wird a un effet sur le cœur et sur le comportement, cette effet n'apparaît que si le Wird est fait soigneusement et assidument ;
- Les débuts peuvent être difficiles mais les fins sont agréables.
- Le Prophète (ﷺ) a dit : Dieu Tout-Puissant a dit : « **Je suis comme Mon serviteur s'attend à ce que Je sois (tel que Mon serviteur croit que Je suis). Je suis avec lui quand il M'invoque. S'il M'invoque dans son for, Je l'invoquerai auprès de Moi, et s'il M'invoque dans une assemblée, Je l'invoque dans une assemblée meilleure encore. Et s'il s'approche de Moi d'une coudée, Je m'approche de lui d'une brasse. Et s'il vient à Moi en marchant, je viens à lui en galopant.** » (Rapporté par Mouslim)
- Livre: Les Maathourates.



## 5. Avoir un Wird quotidien de Dhikr



- Les différents types de Dhikr
  - Louange et glorification d'Allah
  - Istigfare
  - Salat sur le Prophète (ﷺ)
  - Les noms d'Allah
  - Dou'as

## 6. Jeuner en dehors de l'obligation



- Jeuner un jour pour Allah nous éloigne de 70 ans de l'enfer.
- Le jeûne est particulièrement recommandé pour les jeunes.
- « L'hiver est le printemps du croyant, sa journée est courte pour le jeûneur et sa nuit est longue pour le prieur »
- Il est très recommandé de jeûner le jour de Arafat et le jour de 'Achura
- Chacun selon son niveau: Il est recommandé de jeûner les neuf premiers jours de Dhu-alhijja, trois jours par mois, le lundi et le jeudi ou un jour sur deux

## 7. Avoir des moments de méditation



- Méditer une heure est mieux que d'adorer un an
- Méditer la création de Dieu
- `Umar Ibn 'Abd Al-'Azîz a dit: « Méditer les bienfaits d'Allah Puissant et Majestueux est la meilleure des adorations. »
- Le voyant un jour noyé dans le silence, absorbé qu'il était dans la méditation, 'Abdallâh Ibn Al-Mubârak dit à Sahl Ibn 'Alî : Jusqu'où t'a portée ta méditation ? Au pont jeté sur l'Enfer ( Sirât ) ».
- Bichr a dit: «Si les gens réfléchissaient sur la Grandeur d'Allah, jamais ils ne désobéiraient à Allah le Puissant et Majestueux».
- Abû Charîh était un jour assis, enveloppé de son vêtement et entrain de pleurer. Il lui fut dit: Qu'est-ce qui te fait pleurer ? - J'ai médité sur ma vie, pensé à l'insuffisance de mes œuvres et à l'approche de mon terme.
- Se rappeler la mort.

## 7. Avoir des moments de méditation



- « 190. En vérité, dans la création des cieux et de la terre, et dans l'alternance de la nuit et du jour, il y a certes des signes pour les doués d'intelligence, 191. qui, debout, assis, couchés sur leurs côtés, invoquent Allah et méditent sur la création des cieux et de la terre (disant) : “ Notre Seigneur ! Tu n'as pas créé cela en vain. Gloire à Toi ! Garde-nous du châtiment du Feu. 192. Seigneur ! Quiconque Tu fais entrer dans le Feu, Tu le couvres vraiment d'ignominie. Et pour les injustes, il n'y a pas de secoureurs ! 193. Seigneur ! Nous avons entendu l'appel de celui qui a appelé ainsi à la foi : “Croyez en votre Seigneur” et dès lors nous avons cru. Seigneur, pardonne-nous nos péchés, efface de nous nos méfaits, et place nous, à notre mort, avec les gens de bien. 194. Seigneur ! Donne-nous ce que Tu nous a promis par Tes messagers. Et ne nous couvre pas d'ignominie au Jour de la Résurrection. Car Toi, Tu ne manques pas à Ta promesse”. » Sourate 3 Al-Imrane
- Ensuite, il a dit (ﷺ) : « Malheur" à celui qui lit ce verset sans le méditer. »
- Médites la création et ne penses à Dieu lui-même.

# Des moyens facilitateurs



- Al Djama'at (Le groupe)
- Almouhassabat: Se questionner et se juger soi même

# Al Djama'at (Le groupe)



- Cheminer et progresser ensemble
- La prière en groupe est 27 fois meilleure que la prière seul.
- Le travail en groupe est toujours plus facile, aussi l'adoration en groupe est très recommandée.
- Le musulman est fort avec ses frères faible tout seul.
- « 28. Fais preuve de patience [en restant] avec ceux qui invoquent leur Seigneur matin et soir, désirant Sa Face. Et que tes yeux ne se détachent point d'eux, en cherchant (le faux) brillant de la vie sur terre. Et n'obéis pas à celui dont Nous avons rendu le cœur inattentif à Notre Rappel, qui poursuit sa passion et dont le comportement est outrancier. »
- En groupe la motivation est grande. « 22. Les bons seront dans [un jardin] de délice, 23. sur les divans, ils regardent. 24. Tu reconnaîtras sur leurs visages, l'éclat de la félicité. 25. On leur sert à boire un nectar pur, cacheté, 26. laissant un arrière-goût de musc. Que ceux qui la convoitent entrent en **compétition** [pour l'acquérir] »

# Almouhassabat: Se questionner et se juger soi même



- Omar dit « Jugez-vous vous-même avant qu'on vous juge et préparez vous au grand rassemblement »
- Celui qui se juge et se questionne son jugement sera facilité.
- Faire un Wird de Mouhassabat

حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا																				
شهر : .....																				
سنة : 2009																				
المجموع	المذاكرة		الانكار		القران	السنن						الصلوات في جماعة				يوم				
	6 ساعات	مساء	صباحاً	قراءة جزء	قيام بالليل	الوتر	الضحى	المغرب	العصر	الظهر	الفجر	المغرب	العصر	الظهر	الفجر					
300	50	15	15	35	40	10	10	5	5	5	5	5	5	10	15	15	15	15	30	
0																				1
0																				2
0																				3
0																				4
0																				5
0																				6
0																				7
0																				8
0																				9
0																				10
0																				11
0																				12
0																				13
0																				14
0																				15
0																				16
0																				17
0																				18
0																				19
0																				20
0																				21
0																				22
0																				23
0																				24
0																				25
0																				26
0																				27
0																				28
0																				29
0																				30
0	المجموع الكلي للشهر (9000)																			

- « le raisonnable est celui qui est sévère avec sois même et qui œuvre pour l'au-delà, et l'impuissant est celui qui laisse libre ses passions et qui espère en Dieu des faux espoirs »

# Sites



- <http://www.islamophile.org>
- <http://aslama.com/accueil.php>
- Pour écouter le Coran: <http://fr.assabile.com/>
- Pour les francophones: Le Coran réciter en Arabe et lu en français par Alhoudaify et Y. Leclerc