

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

L'objectif et les bienfaits recherchés derrière la pratique du Jeûne

**Al-Imâm al-Muhhadith al-Mufasssir al-Faqîh Abî 'Abdillâh Muhammad Ibn Abî
Bakr Ayyûb az-Zar'î ad-Dimachqî**

L'objectif visé dans la pratique du jeûne est de retenir son âme de [ses] désirs et de la prévenir de ces choses qui lui sont bien-aimées, dans le but de contrôler la force de l'âme, afin qu'elle puisse atteindre ce qui se trouve [dans le jeûne] comme succès et joie pour l'âme. [Et ce qui est recherché encore] à travers le jeûne, c'est le fait de casser sa faim et sa soif, ce qui est un moyen de rappel quand à la situation de l'affamé parmi les nécessiteux [al-Massâkîn]. [À travers le jeûne] on restreint le passage du Chaytân [Satan] à l'intérieur de l'adorateur [d'Allâh] en restreignant le passage de la nourriture et de la boisson. Aussi, cela empêche la force des membres de prendre aise à des choses qui lui cause du tort dans cette vie d'ici-bas et celle de l'au-delà. Et le jeûne immobilise les membres du corps contre cela ainsi que toute force contre les caprices. Et le jeûne est la bride [les rênes] de ceux qui craignent Allâh, et le bouclier des guerriers, un jardin pour les serviteurs vertueux et les rapprochés [d'Allâh]. Et cela est pour le Seigneur des mondes parmi tout le reste des actions. Et certes le jeûneur ne fait rien, si ce n'est qu'il abandonne ses désirs, sa nourriture et sa boisson par égard à Celui qu'il adore. Et [jeûner] est ainsi l'abandon de ces choses que l'âme aime et désire, pour leur préférer l'amour d'Allâh et Son agrément. Ceci est un secret entre l'adorateur et son Seigneur dont personne en dehors de lui n'en est informé. Voici donc le véritable jeûne.

Jeûner à un effet surprenant quand à la préservation des membres externes et des capacités intérieures [...] Il a un effet remarquable dans l'épuisement de toutes choses malfaisantes qui empêchent l'âme d'être saine, vidée de cela. De ce fait, le jeûne préserve la santé du coeur de la personne et les membres de son corps. Il rend tout ce que les mains du désir ont pris de lui à l'âme. Et c'est donc la plus grande façon d'améliorer sa piété [at-Taqwâ], comme Allâh -Ta'âla- a dit :

« O les croyants ! On vous a prescrit as-Siyâm comme on l'a prescrit à ceux d'avant vous, ainsi atteindrez-vous la piété » [1]

Le Prophète (sallallahu 'alayhi wa sallam) a dit :

« Jeûner est un bouclier. » [2]

Et il a ordonné à ceux qui avaient des désirs intenses à vouloir se marier mais qui n'en étaient pas capables, d'observer le jeûne qui est [pour eux] un bouclier contre ces désirs [dans l'attente du mariage]. [3]

- **Et ce qui est visé en cela :**

Ce sont les privilèges du jeûne qui sont le témoignage pour ceux doués d'esprit sensible et de perceptions droites [al-Mustaqîma], [d'une reconnaissance] de la législation d'Allâh [prescrite] comme une miséricorde à l'adorateur[d'Allâh], excellente pour eux ainsi qu'une protection et un bouclier. Et la pratique du Prophète (sallallahu 'alayhi wa sallam) sur le sujet est la plus parfaite des pratiques, et la meilleur afin d'atteindre l'objectif désiré et ce qui est le plus facile pour l'âme. Quant à retenir l'âme de ce qu'elle aime et de ses désirs, c'est ce qui est le plus difficile et la plus dure des choses. L'obligation [du jeûne] a été différée jusqu'au milieu de l'Islâm après la « Hijrah » [L'hégire du Prophète]. Et cela [a été imposé] quand le « Tawhîd » [l'Unicité d'Allâh] et la Prière avaient été établis fermement dans les âmes [des Musulmans] et quand ils honoraient les ordres prescrits du Qor'ân. Ainsi ces prescriptions avaient été [imposées] graduellement, et il [le jeûne] est devenu obligatoire dans la deuxième année de l'Hégire [al-Hijrah].

Lorsque le Messager d'Allâh (sallallahu 'alayhi wa sallam) est mort, il avait jeûné neuf Ramadân dans sa totalité. En un premier temps, il a été légiféré le choix entre jeûner ou nourrir tous les jours des gens nécessiteux [al-Massâkîn]. Et par la suite, le jeûne a été rendu obligatoire, et la possibilité de nourrir des nécessiteux a été laissée seulement aux personnes âgées et aux femmes qui n'avaient pas la capacité de jeûner [...] [4]

Notes

[1] Coran, 2/183

[2] Rapporté par al-Bukhârî et Muslim -n^o1151 [3]

Rapporté par al-Bukhârî et Muslim -n^o1400

[4] Kitâb « Zâd ul-Ma'âd fî hadî kheyr al-'Ibâd » de Ibn al-Qayyîm, vol-2 p.28-30