

LE JEÛNE

SURÉROGATOIRE



☆ *Ce document est le fruit de recherches personnelles. J'ai indiqué les principaux hadiths et preuves concernant ces jours de jeûne, mais il en existe d'autres que vous pourrez facilement trouver sur internet ou dans de nombreux livres de nos bien-aimés savants. L'erreur est humaine. Qu'Allah me guide et me pardonne mes erreurs* ☆

Chapitre 1 - les bienfaits du jeûne

☆ Le Prophète صلى الله عليه وسلم a dit : "Il n'y a aucun serviteur qui jeûne un jour dans le sentier d'Allah sans qu'Allah n'éloigne son visage de l'enfer de soixante-dix automnes (années)" (c'est-à-dire d'une distance de 70 années.)

(Al Bukhari et Muslim)

☆ Le Prophète صلى الله عليه وسلم a dit : "Le jeûne est un bouclier par lequel le serviteur se protège de l'Enfer."

(Ahmad, t. III, p.241, d'après Jâbir et 'Uthman ibn Abî Al 'Âs, avec une chaîne authentique)

☆ Le Prophète صلى الله عليه وسلم a dit aussi : "Quiconque jeûne un jour dans le sentier d'Allah, Allah met entre lui et l'Enfer une tranchée comme (la distance) entre le ciel et la terre."

(At Tirmidhi, h. n° 1624, d'après Abû Umâma. Dans sa chaîne de transmission il y a une lacune à cause de al-Walid ibn Jamîl qui était un personnage crédible mais qui faisait des erreurs. Mais at Tabarânî l'a rapporté par deux autres chaînes de transmission, via al Qâsim d'après Abû Umâma ce qui rend le hadith authentique)

★ Abû Umâma رضي الله عنه a rapporté qu'il a dit : "Ô Messenger d'Allah indique moi un acte par lequel j'entrerai au paradis"

Il صلى الله عليه وسلم a dit :

« Pratique le jeûne car il est sans pareil.»

(An Nasâ-i t.IV, p.165; Ibn Hibban,al-Mawârid, p.232; al Hakîm, al MUstadrak, t.I, p.421. Chaîne authentique)

★ Abû Hurayra رضي الله عنه a rapporté que le Messenger d'Allah صلى الله عليه وسلم a dit :

"Allah عز وجل a dit : Tout acte du fils d'Adam est pour lui sauf le jeûne (c'est-à-dire que chaque acte aura une récompense limitée à part celle du jeûne qui est, elle, illimitée.), car il est pour Moi. Et c'est Moi qui le rétribuerai. Et le jeûne est une protection. Et quand l'un de vous jeûne, il ne doit pas tenir de propos obscènes, ni crier. Et si quelqu'un l'insulte ou l'importune qu'il dise : "Je jeûne". Et par celui qui détient l'âme de Muhammad entre Ses Mains, l'haleine du jeûneur est plus agréable auprès d'Allah que l'odeur du Musc. Pour le jeûneur, il y aura deux joies : lorsqu'il rompt le jeûne il se réjouit, et quand il rencontrera Son Seigneur il se réjouira de (la récompense de) son jeûne."

(Al Bukhâri et Muslim)

★ D'après une version chez Muslim, il صلى الله عليه وسلم a dit :

"Toute (bonne) action des fils d'Adam sera multipliée : la bonne action en vaut dix (en récompense) et peut-être multipliée jusqu'à sept cents fois. Allah Exalté soit-Il dit : Sauf le jeûne car il est à Moi, et c'est Moi qui en accorde la récompense. Il (l'homme) abandonne son désir et sa nourriture pour Moi. Et pour le jeûneur il y aura deux joies: l'une lors de sa rupture du jeûne et l'autre lorsqu'il rencontrera Son Seigneur. Et certes, l'haleine du jeûneur est plus agréable auprès d'Allah que l'odeur du Musc. »

Chapitre 2 - les mois musulmans

Avant de s'intéresser aux jours de jeûne surérogatoires, il est important de connaître les noms des mois musulmans.

Les 12 mois du calendrier musulman sont :

1. El Muharram - *mois sacré* ①
2. Safar
3. Rabi al-awwal
4. Rabi al-thani
5. Jumada al-awwal
6. Jumada al-thani
7. Rajab - *mois sacré*
8. Shaban ②
9. Ramadan ③
10. Shawwal ④
11. Dhul Qi'dah - *mois sacré*
12. Dhul Hijja - *mois sacré* ⑤

① El Mouharam - le jeûne de Achoura - le 10e jour du mois et le 9e jour

★ Comme son nom l'indique, le jour de Achoura (tiré de 'Ashr, le nombre dix) correspond au 10ème jour, du mois de El Mouharam, le 1er mois du calendrier islamique.

★ Selon 'Aïchah رضي الله عنها, "les gens de la tribu de Quraysh jeûnaient le jour de Achoura à la Mecque avant l'avènement de l'islam, et le Prophète صلى الله عليه وسلم faisait de même. Lorsqu'il arriva à Médine, il continua de jeûner ce jour et ordonna aux gens de le faire.

(Al-Bukhârî, 2002 et Muslim, 1125)

★ Selon Ibn 'Abbâs رضي الله عنه, à son arrivée à Médine, le Prophète صلى الله عليه وسلم remarqua que les juifs jeûnaient ce jour ; il les interrogea à ce sujet et ils lui répondirent que c'était pour eux un jour de fête, car il correspondait au jour où Allah avait sauvé le prophète Moussa عليه سلام et ses disciples, en lui ouvrant la mer et en noyant à sa suite ses ennemis, Pharaon et ses soldats. Moïse عليه سلام jeûna alors ce jour. Le Prophète صلى الله عليه وسلم dit alors : "Je suis plus en droit de suivre Moïse que vous." Il jeûna ce jour et ordonna aux gens de le faire.

(Al-Bukhârî, 2004 et Muslim, 1130)

★ Le Prophète صلى الله عليه و سلم a donc recommandé de jeûner le 9 (avec le 10), pour se différencier des juifs qui ne jeûnaient que le 10. Cependant, si une personne n'a pas eu la possibilité de jeûner le 9, elle peut jeûner le 10 et le 11.

(Voir Majmû' Fatâwa Cheikh al-Islam Ibn Taymiyyah 25/299 , رحمه الله)

⚠ La portion de hadith : « Différenciez-vous des juifs, jeûnez un jour avant ou (dans une autre version, "et") un jour après [en plus du jour de Achoura. » est faible. (Voir Zâd al-Ma'âd, édition revue par Shu'ayb Al-Arnawût)

★ Selon le hadith d'Abû Qatâdah, le Prophète صلى الله عليه و سلم a dit : "J'espère la récompense d'Allah, que le jeûne du jour d'Achoura efface les péchés de l'année qui précède."

(Muslim, 1162)

★ L'imam Ibn Qayim Al Djawziya (mort en 751) a dit: "Il y a trois degrés pour le jeûne de Achoura:

- le plus parfait est de jeûner avec Achoura un jour avant et un jour après
- puis le fait de jeûner Achoura avec le neuvième jour et c'est ce qui est montré par la plupart des hadiths
- puis le fait de jeûner Achoura seul »

(Zad Al Ma'ad Fi Hadi Kheyr Al Ibad vol 2 p 72)

★ Mouslim a rapporté dans son Sahîh que le Prophète صلى الله عليه و سلم a dit : "Le meilleur jeûne après le jeûne du Ramadan est celui du mois d'Allah appelé el Mouharam"

② Shaban - jeûner le maximum

★ Il n'y a pas un mois en dehors du mois prescrit, où le Prophète صلى الله عليه و سلم jeûnait le plus que celui de Shaban ; il y jeûnait pratiquement (ou probablement) tout le mois.

Voir Sahîh Targhîb wa Tarhîb de Chaykh el-Albânî (1/595-597)

⚠ Or, selon Abû Hurayra رضي الله عنه, le Messenger d'Allah صلى الله عليه و سلم a interdit de jeûner la deuxième moitié de Cha`bân [Voir Sahîh el-Jâmi` de el-Albânî (397)], ce qui semble – du moins en apparence – contradictoire avec le Hadith précédemment cité.

Plusieurs hypothèses ont été soulevées par les savants pour résoudre cette énigme

[Voir Latâ'if el-Ma`ârif fîmâ el-'Am min el Wazhâif d'ibn Rajab].

En fait, pour concorder entre les textes, il suffit de dire que l'interdiction précédemment évoquée concerne celui qui voudrait commencer à jeûner à partir du milieu de Shaban.. Quant à celui qui jeûne pendant tout le mois ou presque, il n'est pas concerné par cette interdiction.

Voir Majmû` Fatâwa Chaykh ibn Bâz 15/385) (رحمه الله).

⊖ Il est interdit de jeûner le jour du doute : le jour du doute est le 30e jour du mois de Shaban. Il est nommé ainsi car le mois de Shaban peut ne faire que 29 jours, donc il y a un doute sur le fait que ce jour soit un jour du mois de ramadan ou pas. (voir le chapitre 4)

③ Ramadan - 3e pilier de l'islam

{Quiconque d'entre vous est présent en ce mois, qu'il jeûne ! Et quiconque est malade ou en voyage, alors qu'il jeûne plus tard un nombre égal de jours.}

(Al-Baqarah, v.185)

④ Shawwal - jeûner 6 jours dans le mois

★ Le Jeûne des six jours de Shawwal n'est pas un jeûne obligatoire [fardh], selon les dires du Prophète صلى الله عليه و سلم : "Quiconque jeûne le mois de Ramadhân, puis le fait suivre des six jours du mois de Shawwal ; son jeûne est considéré comme étant un jeûne continu."

Rapporté par l'Imâm Muslim dans son Sahîh.

Le hadîth précité prouve qu'il n'y a pas de mal à ce que le jeûne soit accompli de manière continue ou de manière discontinue.

(Madjmu' Fatâwa du SHEikh Ibn Bâz رحمه الله, vol-15 p.388-389)

⑤ Dhul-Hijja - jeûner les 8 premiers jours + le 9e jour Arafat

(le 10e jour étant le jour de la fête de l'Aïd el Adha ou fête du sacrifice)

Certaines femmes du Prophète صلى الله عليه و سلم rapportent : “Le Prophète صلى الله عليه و سلم jeûnait les 9 (premiers) jours de Dhul-Hijja, le jour d’Achoura, et trois jours par mois.”

(Rapporté par l’imam Ahmad, Abû Dâwûd et An-Nassâ’î)

D’après Abou Qatada رضي الله عنه, le Prophète صلى الله عليه و سلم a été interrogé concernant le jeûne du jour de 'arafat.

Il a dit : “Il expie l’année précédente et l’année en cours”.

(Rapporté par Mouslim dans son Sahih n°1162)

Le Prophète صلى الله عليه و سلم a déclaré: “Il n’y a pas d’acte qui soit meilleur aux yeux d’Allah ni plus largement récompensé qu’un bon acte accompli au cours des (premiers) dix jours d’Al-Adha” (c’est à dire les 10 premiers jours de Dhul-Hijja).

Hadith rapporté par Al-Bukhari.

Selon Ibn 'Abbâs, رضي الله عنه, le Prophète صلى الله عليه و سلم a dit : “Il n’y a pas de jours où les bonnes œuvres sont plus aimées d’Allah que durant ces dix jours.

– “Pas même les jours où l’on lutte pour la cause d’Allah ?”, lui ont demandé les Compagnons.

– “Pas même les jours où l’on lutte pour la cause d’Allah, à moins qu’un homme parte avec sa personne et sa fortune, et ne revienne ni avec l’une ni avec l’autre”, a répondu le Prophète صلى الله عليه و سلم.

(Rapporté par Boukhari).

Chapitre 3 - Les jours où il est conseillé de jeûner

- **Les lundis et jeudis**

Le Prophète صلى الله عليه و سلم a dit : “C’est au cours de ces jours que les œuvres sont présentées à Allah Le Transcendant et j’aimerais que mes œuvres soient présentées pendant que j’observe le jeûne.”

Sahîh At-Tirmidhî (747)

- **Les jours blancs 13e, le 14e et le 15e jours des mois lunaires**

Le Messenger d'Allah صلى الله عليه و سلم a dit : "Celui qui tient à jeûner trois jours par mois qu'il jeûne de préférence les « trois jours blancs » (les 13e, 14e et 15e jours du mois lunaire)."

(An Nasa-î (2/222), Cheikh Al Albâni le qualifie d'authentique: voir sahih An Nasa-î (n°2276))

Le Messenger d'Allah صلى الله عليه و سلم a dit : "Le jeûne de trois jours par mois est comme le jeûne de tout le temps".

(Al Bukhârî et Muslim)

Chapitre 4 - Les jours où il est déconseillé / interdit de jeûner

- **Les 3 jours de Tachriq, les jours de fêtes et le vendredi**

D'après Anas رضي الله عنه, le Prophète صلى الله عليه و سلم a interdit de jeûner 6 jours dans l'année : les 3 jours du tachriq*, le jour du fitr (fête de la rupture), le jour du adha (fête du sacrifice) et le vendredi si il est spécifié par rapport aux autres jours.

(Rapporté par Tayalisi et authentifié par Cheikh Albani dans Sahih Al Jami n°6961)

* les 3 jours du tachriq sont les 3 jours qui suivent la fête de l'Aïd el Kebir / fête du sacrifice

⚠ Attention, concernant les jours qui suivent la fête du sacrifice, il est certes venu ce qui indique la permission de jeûner pour ceux qui au cours des rites [du pèlerinage] « at-Tamattou' » ou « al-Qirân » spécifiquement, n'ont pas eu la capacité de donner une offrande, comme cela a été authentifié par al-Bukhârî, que 'Aïcha رضي الله عنها et Ibn 'Oumar رضي الله عنه ont dit : "Il n'est pas toléré de jeûner pendant les journées qui suivent le sacrifice, excepté pour ceux qui n'avaient pas d'offrande."

Rapporté par al-Bukhârî - n°1998

● Les vendredis ou samedis seuls

Le Prophète صلى الله عليه وسلم entra chez l'une de ses femmes alors qu'elle jeûnait un vendredi, et il lui dit : « As-tu jeûné hier ? »

Elle répondit : « Non. »

Il dit : « Comptes-tu jeûner demain ? »

Elle répondit : « Non. »

Il lui dit alors : « Romps ton jeûne. »

Rapporté par al-Bukhârî - n°1986

Sheykh ibn Baz رحمه الله a dit : il est interdit de jeûner les vendredis ou samedis seuls. Il n'y a pas de mal à ce que le vendredi soit jeûné avec le jeudi ou le samedi

D'autres ont dit : [le samedi] peut être jeûné seul, et cela [est un avis] qui revient à l'Imâm Ahmad رحمه الله.

Madjmu' Fatâwa de SHeikh Ibn 'Uthaymîn, 20/55-56

* Il existe de nombreuses divergences à ce sujet, donc je vous laisse vous faire votre propre avis incheAllah, à travers vos recherches.

● Le jour du doute

Ammâr ibn Yâssir رضي الله عنه a dit : “Celui qui jeûne le jour du doute (le jour précédant le début du mois de Ramadan), aura désobéi à Abou Al-Qâsim (le Prophète صلى الله عليه وسلم)”

Rapporté par Ahmad et les gens des Sounans et sa source de transmission est authentique

Le jour du doute est le 30e jour du mois de Cha'ban, il est nommé ainsi car le mois de cha'ban peut ne faire que 29 jours donc il y a un doute sur le fait que ce jour soit un jour du mois de ramadan ou pas.