

# Grandir spirituellement en faisant le Ramadan



Photo: Tim Abbott (CC BY-NC-ND 2.0)

**Pendant le mois du Ramadan, qui se déroule cette année du 9 juillet au 8 août, les musulmans pratiquants s'abstiendront de boire, de manger et d'avoir des rapports sexuels du lever au coucher du soleil. Par cette pratique, les fidèles entendent se purifier, se rapprocher d'Allah et gagner le paradis. Deux rédacteurs musulmans de Voix d'Exils ont souhaité partager la signification de ce rituel.**

Ramadan – qui signifie le neuvième mois du calendrier islamique – est un mois sacré qui commémore un événement fondamental de l'histoire des musulmans : c'est en effet lors de ce mois que le Coran a été révélé par l'ange Gabriel au Prophète Mohammed au cours de la Nuit du Destin. Le jeûne du Ramadan est aussi le quatrième des cinq piliers de l'islam, à savoir : la profession de foi selon laquelle il n'y a pas d'autre Dieu qu'Allah, la prière à cinq reprises par jour, l'aumône à faire aux pauvres et le pèlerinage à la Mecque.

Durant le mois de Ramadan, le jeûne ne concerne pas que l'estomac. Tout le corps se met au diapason. La langue ne doit pas proférer de médisances, les yeux ne doivent pas regarder des choses interdites par la religion, les mains ne doivent pas toucher ou prendre ce qui ne lui appartient pas, les oreilles ne doivent pas écouter des futilités, et les pieds ne doivent pas aller dans des endroits où les gens s'amusent, sont dévêtus ou font la fête. Plus largement, les musulmans contrôlent leurs passions et prennent leurs distances avec tout ce qui est interdit par l'islam comme l'hypocrisie, le

mensonge, la tricherie, l'adultère et le vol.

Les croyants effectuent leurs cinq prières obligatoires au lever du soleil, à midi, l'après-midi, au coucher du soleil et le soir. La prière leur sert de rempart contre les passions qui détournent du droit chemin et met à distance les vices tels que le tabac et l'alcool. Tout au long de leur jeûne, les musulmans pensent à leur santé et à celle des personnes de leur entourage, ils ressentent la douleur de ceux qui ont faim et ils prennent conscience de la valeur des biens que Dieu leur offre tel que la nourriture. Mais tout le monde ne peut pas faire Ramadan et dans le Coran, il est indiqué que le jeûne est une obligation pour tout musulman en âge et en capacité de le faire. Mais certains peuvent en être exemptés, comme les personnes âgées, les malades et les femmes enceintes ou allaitant un nouveau-né. Après s'être abstenus de boire, de manger, de fumer et d'avoir des relations sexuelles du lever jusqu'au coucher du soleil, les musulmans se réunissent la nuit tombée à la maison ou à la mosquée pour prier, briser le jeûne en mangeant quelques dattes puis partager le repas.

Tout au long du Ramadan, les musulmans mettent leur patience, leur humilité et leur spiritualité à l'épreuve. Le jeûne est pour eux la marque de l'obéissance à Dieu, et les fidèles s'inscrivent ainsi dans la tradition des prophètes de l'islam. Certaines personnes prennent leurs vacances en période de Ramadan pour pouvoir prier jusque tard dans la nuit et se rapprocher ainsi de Dieu et du paradis. Car Ramadan est la période privilégiée pour demander le pardon de ses péchés et capitaliser les bonnes actions car, en cette période particulière dans la vie des croyants, les bonnes actions comptent double.

A la fin du Ramadan, les musulmans organisent une grande fête, l'«Eid al Fitr» ou «fête de la rupture du jeûne », qui peut durer trois jours. Lors de cette fête, ils visitent leur famille et se rendent à la mosquée pour célébrer la fin de ce mois consacré à Dieu.

**Lamin et Samir,**

**Membres de la rédaction vaudoise de Voix d'Exils**