Recommandations relatives au jeûne.

Quelles sont les recommandations (prophétiques) liées au jeûne ?

Louange à Allah
Les recommandations concernant le jeûne sont nombreuses.
Premièrement, il est recommandé au jeûneur de dire à celui qui s ' attaque à lui ou le combat : « J ' observe le jeûne ». En plus, il doit le traiter bien compte tenu de ce qui a été rapporté par al-Boukhari et par Mouslim d ' après Abou Hourayra (P.A.a) selon qui le Messager d ' Allah (bénédiction et salut soient sur lui) a dit : « le jeûne est une protection ; que le jeûneur s ' abstienne de tout propos obscène et n ' agisse pas avec légèreté.
Si quelqu ' un s ' attaque à lui ou lui adresse des injures qu ' il dit : « J ' observ le jeûne » deux fois. Au nom de celui qui tient mon âme en Sa main ! L ' odeur de la bouche du jeûneur est plus agréable à Allah le Très Haut que celle du musc. Le jeûneur cesse de manger, de boire et de s ' adonner au plaisir sexuel à cause de moi. Et je me chargerai de le récompenser et toute bonne action sera décuplée ». Al-Boukhari n° 1894 et Mouslim 1151.
Deuxièmement, il est recommandé au jeûneur de prendre un repas à l ' aube en application d ' un hadith rapporté dans les Deux Sahih d ' après Anas Ibn Malick (P.A.a), hadith selon lequel le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) a dit : « Prenez le repas de l ' aube, car il est béni » (rapporté par al-Boukhari, 1923 et par Mouslim, 1095).
Troisièmement, il est recommandé au jeûneur de retarder la prise dudit repas conformément à ce qui a été rapporté par Al-Boukhari, à savoir que Zayd ibn Thabit (P.A.a) a dit : « Nous avons pris le repas de l ' aube

avec le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) puis il s ' est levé pour aller prier ».
-
« Combien de temps se passait entre l ' appel à la prière et le début de celle-ci ? »
-
« A peu près le temps de la lecture de 50 versets » (rapporté par al-Boukhari, 1921).
Quatrièmement, il est recommandé de hâter la rupture du jeûne compte tenu de la parole du Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) : « Les gens seront bien aussi longtemps qu ' ils rompront très vite leur jeûne dès le coucher du soleil) (rapporté par al-Boukhari, 1957 et par Mouslim, 1098). Se référer à la question n° 49716.
Cinquièmement, il est recommandé de couper son jeûne en prenant des dattes fraîches ou, à défaut, des dattes tout court. Si l ' on n ' en trouve pas, que l ' on se contente de l ' eau, compte tenu du hadith dans lequel Anas (P.A.a) dit : « le Messager d ' Allah (bénédiction et salut soient sur lui) coupait son jeûne en prenant des dattes fraîches avant d ' aller prier. Quand il n ' y en avait pas, il prenait des dattes sèches ou, à défaut, quelques gorgées d ' eau ». (rapporté par Abou Dawoud, 2356 et par at-Tirmidhi, 696 et jugé « beau » par al-Irwa, 4/45.
Sixièmement, il lui est recommandé – c ' est même un devoir plus exactement – de prononcer le nom d ' Allah et de dire après avoir rompu son jeûne :
« Mon Seigneur ! J ' ai jeûné pour Te complaire et coupé mon jeûne grâce à Ta subsistance. Mon Seigneur ! Agrée mon action, Tu es certes Celui qui entend tout et sait tout ». Ce hadith est faible d ' après l ' affirmation d ' Ibn al-Qayyim dans Zad al-Maad, 2/51. Il est rapporté encore qu ' il est recommandé de dire : « La soif est étanchée et les veines sont arrosées et la récompense confirmée, s ' il plaît à Allah » (rapporté par Abou Dawoud, 2357

et par al-Bayhaqui, 4/239 et jugé « beau » dans al-Irwa, 4/39.
Des hadith sont rapportés à propos du mérite des prières du jeûneur. En voici quelques uns :

1/ D ’ après Anas (P.A.a) le Prophète (bénédiction
et salut soient sur lui) a dit : « Trois prières ne seront pas rejetées :
celle du père (pour son enfant), celle du jeûneur et celle du voyageur »
(rapporté par al-Bayhaqui, 3/345 et jugé authentique par al-Albani dans
as-Sahiha,
1797.
2/ Un hadith rapporté par Abou Umama et hautement
attribué (au Prophète) dit : « Allah le Très Haut, le Béni affranchit
des gens à chaque rupture du jeûne » ! (rapporté par Ahmad, 21698
et déclaré authentique par Al-Albani dans Sahih at-Targhib, 1/491.
3/ Abou Said al-Khoudri (P.A.a) a rapporté ce
hadith qu ’ il a attribué hautement : « Allah, le Très Haut, le Béni
affranchit des gens dans chaque jour et chaque nuit du Ramadan, et tout
musulman
a chaque jour et chaque nuit uen prière exaucée » (rapporté par al-Bazzaz
et déclaré authentique par al-Albani dans Sahih at-Targhib, 1/491. Se
référer
aux questions 37745,
37720,
13999 et
14103.