

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



Sermon du Vendredi

Hazrat Khalifatullah Muir. A. Azim (atba)

24 Avril 2020
30 Shabaan 1441 AH

Après avoir salué tous ses disciples (et tous les musulmans) du monde entier avec la Salutation de paix, Hadhrat Muhyi-ud-Din (atba) a lu le Tashahhoud, le Ta'ouz, et la Sourate Al-Fatiha, et il a ensuite axé son sermon sur:

Pourquoi Jeûner : Les Vertus du Ramadan

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ

لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

Yaaa-'ayyu-hallaziina 'aamanuu kutiba 'alay-kumus-Siyaamu kamaa kutiba 'alal lazina min qablikum la-'alla-kum tatta-quun.

« Ô les croyants, le jeûne vous a été prescrit, comme il l'a été à ceux d'avant vous, ainsi atteindrez-vous la piété. » (Al-Baqara 2 : 184)

Chaque année, pendant un mois, plus d'un billion de croyants musulmans de par le monde jeûnent entre l'aube et le crépuscule. Durant ces heures de jeûne, il leur est strictement interdit d'absorber la moindre nourriture, boisson, ou avoir des relations intimes entre époux, entre autres privations. Pourquoi?

D'abord, ce que le jeûne du Ramadan n'est pas : il n'a pas le caractère de pénitence, comme dans d'autres religions.

Dans la perspective musulmane, il jouit auprès de Dieu, d'une grâce sans équivalent avec d'autres actes de piété. C'est une abstinence concernant le corps et l'esprit. En effet, Dieu nous a donné un cerveau, un esprit merveilleux en prodige ; notre corps lui-même est un miracle perpétuel. Notre corps, nos idées, nos décisions sont dirigés par notre esprit. Meilleure sera la nourriture de l'esprit, meilleures seront nos facultés et capacités du jugement, d'évaluation, meilleures seront nos initiatives. Le jeûne est ainsi perçu comme soumission totale à Dieu.

Nous évoquerons donc ici, la privation de nourriture pour le corps, et son impact sur nos facultés mentales et émotionnelles, donc sur « l'esprit ».

L'IMPORTANCE DE L'ALIMENTATION

Il est certain qu'à un moment de sa vie, chacun d'entre nous a pu penser que le seul élément réellement indispensable à l'être humain, pour sa survie, est l'alimentation. Tout le reste n'a pas le même caractère crucial à notre propre survie d'individu. Et pourtant notre propre Créateur, Dieu, nous impose justement de nous priver de ces mêmes nécessités de boire et manger durant nos heures d'éveil, et ce pendant tout un mois. À première vue cela semble contradictoire, pour le moins!

En effet, toutes analyses sommaires ou superficielles, aboutissent à cette notion réductrice: contradiction ?

Une anecdote très intéressante entre un sage (une grande personnalité en islam dont le nom ne vient pas à aux lèvres pour l'instant) et son conseiller. C'est une anecdote que j'ai lu quand j'étais très jeûne, quand j'avais 15 ou 16 ans je crois. Donc, le conseiller est un exemple révélateur, entre autre, de l'importance de la nourriture.

Le sage ayant demandé qu'on lui servit de l'eau, le conseiller demanda: « Ô sage, Ô l'homme pieux, si cette boisson t'était refusé, que donnerais-tu pour l'obtenir? »

« Je donnerais tous ce que je possède », répondit-il. « Ô sage ou l'homme pieux, si tu ne pouvais éliminer cette eau de ton corps, que sacrifierais-tu pour pouvoir le faire? » Continua l'autre. « Je donnerai tous ce que je possède », répondit-il à nouveau. « Comment donc, Ô sage (l'homme pieux) peut-on se réjouir de tous ce

que vous possédez (tous les richesses) qui ne vaut ni quelques gorgés d'eau, ni un peu d'urine?... » Cela relativise bien des choses...

Cependant, il reste néanmoins vrai que nous avons besoin de nourriture. C'est vrai que lorsqu'on se prive de nourriture sur un laps de temps quelque peu étendu, notre corps panique, comme si l'on avait installé un système de sécurité complexe ou une alarme sophistiquée. Ce même « système d'alarme » se manifeste habituellement par la faim, la soif, et une mauvaise humeur en général.

En effet, les nutritionnistes nous diront qu'un refus de nourriture prolongé peut avoir comme conséquence une perte de 30% du poids du corps. Si cet état de « non-nutrition » persiste dans le temps et que le corps perd 40% de son poids, alors on meurt, de faim, et au sens premier de l'expression! Et avant que la mort n'intervienne, les cellules du corps se révoltent et se mangent entre elles, entraînant des troubles psychologiques extrêmes.

Pourquoi donc, Dieu, ordonne-t-Il aux croyants de jeûner chaque jour, pendant 29 ou 30 jours? Contradiction? Contradiction de la part de Dieu?

Contradiction il y aurait si l'on ne prend en considération qu'une dimension de l'être humain, son corps, seul. Conformément à la conception matérialiste du monde. Mais comme chacun le sait, nous sommes plus qu'un simple corps. Car si l'être humain se réduisait à un « simple » corps, et l'âme qu'une entité séparée du corps, alors il convient de pouvoir expliquer la douleur que tous éprouvent à la mort d'un proche, quand bien même son cadavre est encore présent, et que son âme, seule, l'a quitté ! Dans les faits, les contradictoires s'éluent à l'étude des vertus évidentes et cachées du jeûne.

LES VERTUS DU RAMADAN

En préliminaire il faut rappeler que le prophète Muhammad (pssl) a interdit de poursuivre le jeûne sans interruption. Il faut jeûner aux heures et de la façon prescrites par notre Créateur et Son messenger, ainsi donc le croyant percevra ses vertus.

D'abord, Dieu rappelle ainsi au croyant sa totale dépendance envers Ses bienfaits, qu'Il lui a accordés. Cela contribue à forger une certaine humilité mêlée de

reconnaissance. Ensuite rien ne peut forcer mieux à la compassion envers les pauvres et les affamés du monde que le partage de leur expérience de faim et de soif. C'est en éprouvant ce que l'affamé éprouve dans sa quête de nourriture, ce que le pauvre éprouve en travaillant sans la quantité requise de nourriture, que le musulman peut concevoir ces notions, et répondra volontiers à l'appel du prochain affamé et du pauvre. Par ailleurs le corps humain accumule des toxines durant l'année, par son alimentation. Ces accumulations sont néfastes à la santé de l'individu. Le Ramadan permet de nettoyer le corps de ces éléments là, et d'accorder un repos à nos organes digestifs.

Il y a aussi un aspect unificateur propre au Ramadan. En effet, riches ou pauvres, blancs ou noirs, tous les musulmans du monde soit environ deux milliards de croyants jeûnent, au même moment de l'année, de la même façon. Aucune dérogation n'est possible (sauf maladies ou autres raisons graves). Cela leur donne une certaine sensation d'unité dans la même ferveur et soumission au Créateur Suprême.

Avant d'aborder le bénéfice suivant qui sera développé en détail, il faudrait ajouter, un aspect méconnu du Ramadan.

Après un long mois de jeûne et de privation diverses (nourriture, sommeil, relations intimes entre époux), beaucoup de gestes quotidiennes que chacun faisait mécaniquement, ou des bienfaits que l'on prenait pour acquis, comme un dû, prennent alors une consistance nouvelle. Perceptions nouvelles, parce que, sensations nouvelles. Par exemple un verre d'eau rafraichissant dans un moment de grande chaleur et les sensations agréables qu'il génère sont perçus plus finement par un corps qui en avait perdu l'habitude; forgeant ainsi une appréciation régénérée de ces bienfaits élémentaires de Dieu. Le même processus d'appréciation se répète pour un simple petit déjeuner, ou les repas quotidiens, forçant ainsi à la pensée de Celui qui a pourvu l'homme de ces infinies bontés à chaque première bouchée de nourriture. Et ce sentiment de gratitude effleure même la pensée du plus ingrat des croyants. C'est une sagesse formidable de la part de notre Créateur. Le croyant qui fait une pause pour réfléchir, trouvera là, forcément une cause à remercier. Leçon d'humilité... par notre Créateur élaborée!

Sans prétendre passer en revue toutes les vertus du Ramadan de façon exhaustive, finalement, Dieu, dans Sa sagesse, veut que chacun éprouve toute la

palette d'humeurs et de sensations qui interviennent durant un jeûne, de sorte à aider l'être humain à mieux les contrôler. Et cela est d'une importance extrême, car, et nous allons le voir, cela influence profondément nos relations avec notre monde extérieur, notre prochain et nous-mêmes. La clé est la maîtrise de nos émotions. Si on analyse la structure de notre personnalité, on y décerne principalement quatre dimensions, l'esprit, le corps, les émotions et l'âme.

Notre vie spirituelle, elle, résulte d'une intense interaction entre ces différents éléments de la personnalité. Elle est donc à la fois leur lien unificateur et leur résultante.

Pendant le mois de Ramadan, Dieu requiert à chacun un ensemble de sacrifices. Cet ensemble est constitué de contraintes physiques, certes, mais aussi de contraintes sur le plan émotionnel, mental et spirituel, ces quatre éléments sont indissociables et confirment son caractère unique au Ramadan.

Tous nous connaissons la chair et son pouvoir sur l'esprit à travers les émotions. Une émotion peut nous faire frissonner, une émotion peut nous faire rire, ou pleurer, et affecte notre humeur. Il est donc indéniable que chaque jour nos émotions influencent notre esprit, et de là, notre vie. Et vice-versa; notre mode de vie et ses péripéties, le monde extérieur, influencent grandement nos diverses émotions. Il y a donc une interaction complexe et rapide (en millième de seconde) entre notre corps, nos émotions et notre intellect. Les émotions sont cependant la plus dangereuse partie de notre personnalité, car elle est la plus vulnérable et la plus volatile. À l'inverse de l'esprit, qui raisonne sur des faits; les émotions sont constituées d'impressions abstraites: amour, haine, joie, peur, envie. Ces différentes notions ont été acquises au cours de notre vie, nous avons appris l'envie ou la jalousie, nous ne sommes pas nés avec. Nos émotions sont conditionnées par le plaisir et la douleur; elles veulent éviter le désagréable, et rechercher le confort. Et cela leur confère un redoutable pouvoir sur tout être humain... à son insu. Nous sommes rarement conscients de leur force, et combien elles affectent des vies. Il existe des gens qui ne réagissent que par et pour les émotions: elles régissent leur vie. Ainsi donc, le superficiel s'érige en dogme, et nous perdons l'essence de la foi.

La solution trouve dans l'islam – aucune religion ne traite spécifiquement cette particularité et faiblesse de la nature humaine... à part l'islam. Aucune.

L'islam est la seule religion qui, non seulement propose, mais impose comme un des piliers fondamentaux de la foi, un processus de réajustement, de rééquilibrage, du corps et de ses composants. C'est une opportunité de réglage annuel... à travers le mois sacré du Ramadan.

Le Ramadan est pour le croyant, il n'a pas été institué en l'honneur de Dieu. C'est pour l'homme, une chance inouïe, de rééquilibrer sa personnalité... malgré l'opposition du corps.

Quand le corps reconnaît notre violation de son habitude alimentaire, il commence une révolte bien orchestrée. Pour avoir une idée combien le corps et les émotions sont prêts à se battre contre le vécu du Ramadan, il suffit de se rappeler d'une expérience que beaucoup d'entre nous ont déjà enregistrée, dans leur vie.

Il nous est souvent arrivé, d'être en retard en se réveillant le matin, et de se dépêcher pour ensuite arriver à l'heure, en oubliant même de manger quoique ce soit avant de partir. Notre intention n'était pas de jeûner pour Dieu, mais simplement d'être à l'heure. Alors pris par nos différentes responsabilités, nous oublions souvent de manger jusqu'à un moment avancé de la journée, sans même que le corps nous rappelle à l'ordre. Vrai?

Cependant durant le Ramadan, dès les premières minutes de la journée, le corps s'assure que nous sommes bien conscients du conflit interne qui va se développer. Et il nous envoie des suggestions de ce genre: un ami perdu de vue, qui ne vous a jamais invité, tout à coup vous invite au restaurant, ou, vous êtes dans les affaires et les bonnes affaires se traitent souvent autour d'une table, alors on vous invite. Là, vous êtes embarrassé de dire que vous jeûnez! Parce que votre relation se dira : « *C'est quoi encore ces pratiques d'un âge?* » Ainsi donc, on est tenté de se dire : « *Après tout, pourquoi pas? Le Coran m'autorise à rattraper ensuite, après le Ramadan. Alors histoire d'être sociable, je vais accepter et remplacer ce jour de jeûne après le Ramadan.* »

Mais, votre esprit vous dit : « *Cher ami, je crois que tu as déjà promis cette journée à Dieu : aucune nourriture, ni boisson, ni cigarette, ni vitamine, du lever*

au coucher du soleil. Vas-tu laisser tomber Dieu? » Et l'esprit domine la chair et les émotions.

Ainsi donc, Dieu a élaboré le Ramadan dans Sa grande sagesse afin de nous pourvoir d'une période suffisamment longue pour un rééquilibrage des dimensions biologiques, mentales, émotionnelles et spirituelles de notre personnalité.

Alors dans ces processus long de 29 à 30 jours, la volonté et l'esprit se renforcent. Nous restons mobilisé en permanence. Nous arrivons à contrôler nos émotions et à les confiner à leur rôle. Nous reprenons les rênes de notre vie progressivement, les émotions n'étant plus les vecteurs directeurs de nos actions et de notre personnalité.

Et après 29 ou 30 jours de cette autodiscipline systématique de renforcement de notre esprit sur le corps, le croyant est prêt pour une nouvelle année. Nous avons pu ainsi rééquilibrer les rôles de chaque partie de notre personnalité. Nous n'avons pas tué nos émotions, on les a simplement remis à leur place: de fugaces impression qui peuvent nous aider mais ne doivent pas nous diriger. Nous arriverons ainsi à une discipline de contrôle de nos accès émotionnels (colère, peur, envie, etc.) ; discipline qui nous sera profitable, on s'en doute bien, toute l'année. Le fait de résister à la nourriture au nom de valeurs spirituelles, nous aide tous à transcender à la fois le corps et les émotions pour se ressourcer et renforcer notre résistance à la tentation.

Puissent les jours bénis du Ramadan qui viennent et qui reviennent, apporter au monde paix, sérénité, harmonie et justice. Comme le fait la voix du muezzin, sereine et mélodieuse du haut des minarets, lorsqu'elle se pose sur un peuple [mondial] prosterné dans le soleil déclinant, soumis seul au Seigneur des mondes... Utopie, me direz-vous? Peut-être, mais même si un tel souhait n'a que le poids d'une chimère dans notre présent chaotique, il n'en conserve pas moins toute la valeur de sa sincérité et l'intensité d'un vœu ardent. Mais Dieu sait mieux ; notre avenir et survie à tous ne dépend que de Lui, car notre dévotion pour Lui, avec sincérité et amour nous dirigera vers le Salut, tant en ce monde et dans l'autre. *Incha-Allah.*

Sur ce, je vous souhaite à tous, mes frères, sœurs et enfants musulmans, et l'ensemble de mes chers disciples : **Ramadan Moubarak, Ramadan Kareem !**