

Abû Huraira رضي الله عنه a rapporté que le messenger d'Allah صلى الله عليه و سلم a dit : " Toute action du fils d'Adam sera multipliée de dix à sept cents fois. Allah, عز وجل a dit : " Sauf le jeûne, car il est pour Moi et Je le récompenserai. Il abandonne ses désirs et sa nourriture pour Moi. Il y a deux joies pour le jeûneur. Lorsqu'il rompt son jeûne et lorsqu'il rencontre Son Seigneur. Et l'haleine du jeûneur est plus agréable à Allah que l'odeur du musc. " Rapporté par Mouslim et Al-Bukhari

LE JEÛNE DE DAOUD



D'après 'Abdallah Ibn 'Amr رضي الله عنهما , le Prophète صلى الله عليه و سلم a dit : « Le meilleur jeûne est le jeûne de mon frère Daoud. Il jeûnait un jour et rompait un jour et il ne fuyait pas lors de la rencontre de l'ennemi ».

Rapporté par Tirmidhi

LES JOURS BLANCS



D'après Jarir Ibn 'Abdillah رضي الله عنهما , le Prophète صلى الله عليه و سلم a dit: « Le jeûne de trois jours chaque mois est comme le jeûne continue et les jours blancs sont: le matin du 13e jour, du 14e et du 15e ».

Rapporté par Nasai

LE MOIS DE MOUHARAM



D'après Abou Houreira رضي الله عنه , le Prophète صلى الله عليه و سلم a dit: « Le meilleur jeûne après le Ramadan est le mois d'Allah al Mouharam et la meilleure prière après les prières obligatoires est la prière de nuit ».

Rapporté par Mouslim

'ACHOURA



D'après Abou Qatada رضي الله عنه , le Prophète صلى الله عليه و سلم a été interrogé concernant le jeûne du jour de 'Achoura. Il a dit: « Il efface l'année précédente ».

Rapporté par Mouslim

LE MOIS DE CHA'ABAN



'Aicha رضي الله عنها a dit Je n'ai pas vu le Prophète صلى الله عليه و سلم jeûner un mois complet à l'exception du Ramadan et je ne l'ai pas vu jeûner un mois autant que Cha'ban.

Rapporté par Al-Bukhari et Mouslim

LE MOIS DE RAMADAN



« Le mois de Ramadan au cours duquel le Coran a été descendu comme guide pour les gens, et preuves claires de la bonne direction et du discernement. Donc, quiconque d'entre vous est présent en ce mois, qu'il jeûne ! »

Sourate Al Baqarah - Verset 185

6 JOURS DE CHAWAL



D'après Thawban رضي الله عنه , le Prophète صلى الله عليه و سلم a dit: « Celui qui jeûne ramadan et 6 jours de chawal a certes jeûné toute l'année ».

Rapporté par Ibn Khouzeima

DHUL HIJJA & 'ARAFAT



Certaines femmes du Prophète - صلى الله عليه - rapportent : « Le Prophète - صلى الله عليه وسلم - jeûnait les 9 (premiers) jours* de Dhul-Hijja, le jour d'Achoura, et trois jours par mois. »

Rapporté par Abou Daoud
*Arafat est le 9ème jour de Dhul Hijja

LES LUNDIS & JEUDIS



Abû Hourayrah رضي الله عنه rapporte que le Prophète صلى الله عليه وسلم a dit : "Les oeuvres sont présentées lundi et jeudi, et j'aime que mes oeuvres soient présentées alors que je jeûne."

Rapporté par At-Tirmidhî