

Fatima Zeghari-Metalbi

Mode d'emploi

n°1



en 20 leçons

1 leçon = 3 min

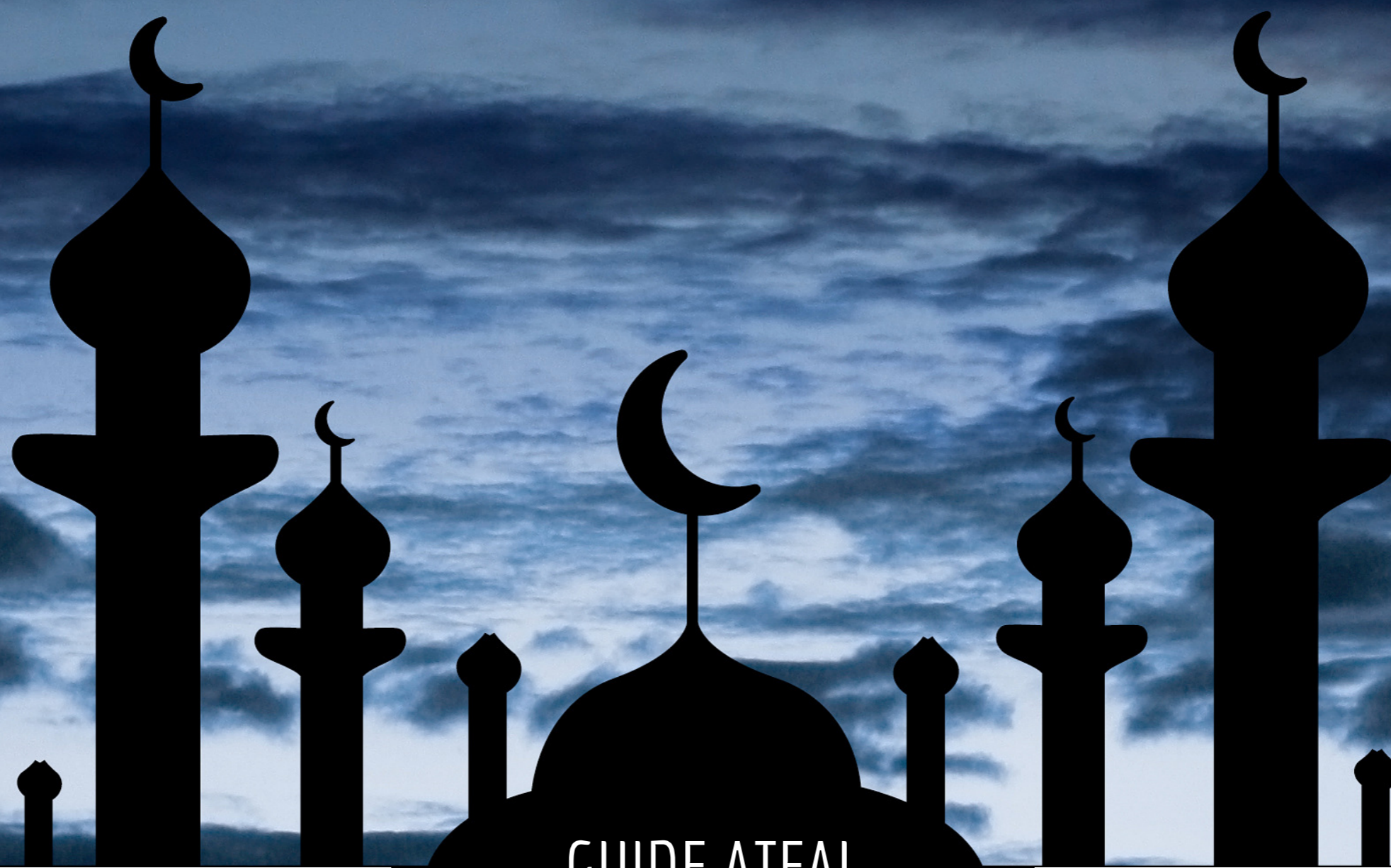
Guide
Atfal



COMMENT PARLER

DU RAMADAN

à vos enfants



GUIDE ATFAL

Sommaire

Pourquoi cet ebook ?

Comment l'utiliser ?

Leçon 1 : Pourquoi jeûne-t-on le mois de Ramadan ?

Leçon 2 : Quelle est la récompense du jeûne ?

Leçon 3 : Quelles parties de mon corps jeûnent ?

Leçon 4 : Essayons de jeûner

Leçon 5 : Quels sont les repas du jeûne ? Partie 1 : Le souhour

Leçon 6 : Quels sont les repas du jeûne ? Partie 2 : L'iftar

Leçon 7 : Quel est le point commun entre le mois de Ramadan et le Coran ?

Leçon 8 : De quoi parle le Coran et quelle est la récompense de sa lecture ?

Leçon 9 : Quelle parole dois-je prononcer pendant le Ramadan ? Partie 1 : Tahlil

Leçon 10 : Quelle bonne action puis-je faire pendant le Ramadan ? Partie 1 : La prière

Leçon 11 : Quelle parole dois-je prononcer pendant le Ramadan ? Partie 2 : Istighfar

Leçon 12 : Quelle bonne action puis-je faire pendant le Ramadan ? Partie 2 : Les actes de générosité

Leçon 13 : Le Ramadan est le mois de l'invocation. Quelles invocations privilégier ?

Leçon 14 : Le bon comportement pendant le Ramadan - Partie 1 : La bonté envers les parents

Leçon 15 : Quelle bonne action puis-je faire pendant le Ramadan ? Partie 3 : Les visites familiales

Leçon 16 : Quelle parole dois-je prononcer pendant le Ramadan ? Partie 3 : Le dhikr

Leçon 17 : Quelle bonne action puis-je faire pendant le Ramadan ? Partie 4 : Les cercles d'amis

Leçon 18 : Le bon comportement pendant le Ramadan - Partie 2 : Le respect des voisins et des personnes âgées

Leçon 19 : Quelle bonne action puis-je faire pendant le Ramadan ? Partie 5 : La mémorisation du Coran

Leçon 20 : Qu'ai-je le droit de faire et de ne pas faire pendant le Ramadan ?

Quiz - Questions sur le Ramadan

Après ce mode d'emploi, quelle est la suite ?

POURQUOI CET EBOOK ?

Salam alaykoum chers parents,

Soubhan Allah, l'histoire de cet ebook est incroyable !

Un jour, une station radio me contacte pour me proposer de faire une chronique intitulée le Ramadan des enfants. Cette chronique devait s'étaler sur 20 épisodes pour être diffusée sur les ondes durant 20 jours du mois béni.

L'idée m'a enchantée car c'était pour moi l'occasion de faire da'wa, de transmettre le message à un grand nombre d'enfants. Et ce projet correspondait totalement à ma vocation : concevoir des supports pour parler de l'Islam aux plus jeunes, de façon bienveillante, pédagogique et créative. Je me suis tout de suite mise à réfléchir au contenu de ces 20 épisodes... et, en parallèle, j'ai fait salat istikhara pour consulter Allah, le Tout Sachant.

En attendant, le responsable des programmes de la fameuse radio devait me recontacter pour qu'on se fixe un rdv afin d'enregistrer les mini-émissions radio. Elles devaient durer environ 3 min.

Mais soubhan Allah, nous n'avons jamais réussi à trouver une solution pour enregistrer malgré nos bonnes volontés. J'ai alors immédiatement compris qu'Allah souhaitait que je les diffuse autrement. De là, est née l'idée de rédiger un mode d'emploi à destination de tous les parents musulmans désirant trouver les mots pour parler du mois de Ramadan à leurs enfants, ce qui n'est pas toujours facile à faire... mais ô combien important ! Et si vous le lisez aujourd'hui c'est qu'il est entre vos mains al-hamdoulillah !

COMMENT L'UTILISER ?

Les leçons sont réparties sur une bonne partie du mois de Ramadan. Il y en a 20 et non pas 30, mais pourquoi ? Car ces leçons doivent être transmises idéalement les 20 premiers jours. Et pour les 10 jours restants, on fait quoi ? Vous le découvrirez à la fin de ce guide, à la dernière page incha Allah. Surprise !

Pour la transmission, vous avez 3 possibilités :

- Vous pouvez lire à vos enfants les leçons telles qu'elles sont écrites. En effet, elles sont rédigées dans un mode oral.
- Vous pouvez vous inspirer du contenu des leçons et les remanier à votre guise pour élaborer votre propre discours.
- Après avoir lu la leçon, vous pouvez proposer à vos enfants de la lire à leur tour. Puis, échangez avec eux sur ce qu'ils en ont compris.

Je vous laisse le soin de programmer ces moments de partage autour du Ramadan avec vos enfants. Il n'y a pas de planing imposé pour que chaque parent s'organise en fonction de ses disponibilités.

J'arrête de parler, et je vous laisse découvrir la 1ère leçon.... et les suivantes. Qu'Allah fasse qu'elles vous soient profitable ainsi qu'à votre progéniture.

Leçon 1 : Pourquoi jeûne-t-on le mois de Ramadan ?

Mes chers enfants,

C'est un très grand évènement qui commence pour les musulmans, c'est le début du mois de Ramadan. C'est un mois béni par Allah. Un mois merveilleux. Tout au long de ce mois, les musulmans vont jeûner et vivre des moments extraordinaires.

Mais savez-vous pourquoi jeûne-t-on ?

On jeûne tout simplement parce que notre Créateur, Allah, nous l'a demandé. Lorsqu'on jeûne le mois de Ramadan, on montre à Allah qu'on L'aime et qu'on est content de Lui obéir. Et avant même l'arrivée de l'Islam, d'autres peuples jeûnaient. Seulement, leur jeûne était différent du nôtre... Par exemple, Maryam, la mère de Issa, et le Prophète Zakariya (paix sur eux) ont voué un jeûne à Dieu au cours duquel il ne devait pas parler aux gens...

Mais pour les enfants qui veulent jeûner, vous savez qu'ils ne doivent ni manger ni boire de l'aube jusqu'au coucher du soleil.

Certaines personnes qui ne sont pas musulmanes sont étonnées de nous voir jeûner et nous disent que c'est très difficile. Elles pensent ainsi car elles ne connaissent pas le secret du mois du Ramadan : elles ne savent pas qu'Allah nous aide à tenir bon toute la journée.

Et on remercie Allah pour son précieux soutien en disant Al-hamdoulillah.



Leçon 2 : Quelle est la récompense du jeûne ?

Mes chers enfants,

Pendant ce mois de Ramadan, nous allons apprendre à faire pleins de bonnes actions pour plaire à Allah. Mais savez-vous quelle est la récompense du jeûne ? Les personnes qui jeûnent durant ce mois, que vont-elles gagner ? Elles vont remporter beaucoup de hassanettes. Car celui qui jeûne réalise le 4ème pilier de l'Islam. Le jeûne, c'est un acte d'adoration qu'Allah aime énormément. Car celui qui jeûne fait un gros effort pour ne pas manger et ne pas boire, il fait cela pour plaire à Allah. Et forcément Allah est très fier de lui.

Et écoutez bien ce que je vais dire : même les poissons dans l'eau demandent pardon pour la personne qui jeûne. Eh oui, c'est le Prophète (saw) qui nous l'a dit. Même le monde animal est heureux de voir une personne jeûner. C'est incroyable ! Soubhan Allah ! En tous cas, ça donne vraiment envie de jeûner ! Et ça donne envie d'apprendre d'autres choses sur le Ramadan, n'est ce pas?! Alors on continuera demain incha Allah.

Leçon 3 : Quelles parties de mon corps jeûnent ?

Mes chers enfants,

Si je vous demande quelles sont les parties de notre corps qui jeûnent pendant le Ramadan ? Je suis sûre que vous allez me dire que c'est notre estomac. Eh bien je vous répondrai qu'il n'y a pas que notre estomac qui se prive.

Il y a également notre langue, nos oreilles, nos yeux, nos mains, nos pieds. En fait, pendant qu'on jeûne, notre langue doit s'abstenir de dire des mauvaises paroles, des insultes, des mensonges...

Nos yeux ne doivent pas regarder ce qui déplaît à notre Seigneur.

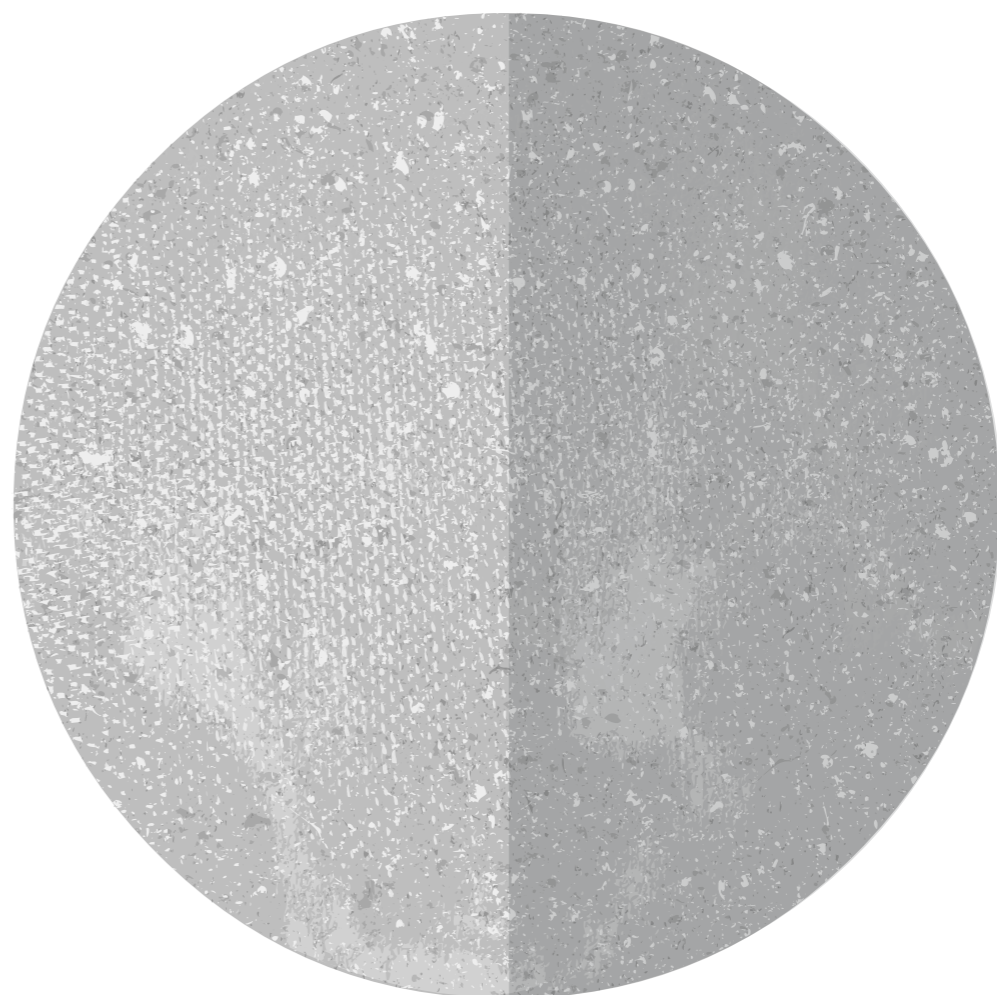


Nos oreilles ne doivent pas écouter de mauvaises paroles. On ne doit pas non plus utiliser nos mains pour faire des bêtises comme frapper, ni nos pieds pour aller dans des endroits qu'Allah n'aime pas... Vous voyez tout notre corps jeûne. Soubhan Allah !

Et si on est patient et qu'on fait ça pendant 1 mois alors forcément on aura un meilleur comportement et on deviendra un meilleur musulman.

Allez, on commence dès maintenant à faire attention incha Allah ?! Qu'Allah nous facilite !

Leçon 4 : Essayons de jeûner



Mes chers enfants,

Vous avez remarqué une chose ? En ce moment, tout le monde ne parle que du Ramadan autour de nous. Et vous, vous avez envie de jeûner aussi ? Alors bien sûr, vous n'êtes pas obligés de le faire comme les grandes personnes. Mais c'est bien d'apprendre petit à petit à jeûner, même si vous êtes encore enfant.

Vous savez à l'époque du Prophète (saw), les enfants jeûnaient parfois. Et quand il leur arrivait d'avoir faim ou soif, leurs parents leur donnaient des jouets pour les occuper. Et comme ça, ils ne voyaient pas le temps passer.

Comment apprendre à jeûner ?

Vous pouvez vous entraîner en jeûnant d'abord jusqu'à midi, le week-end. Et un autre jour, vous essayez de ne pas manger ni le petit déjeuner, ni le midi. La fois d'après, vous essayez de tenir encore plus longtemps. Et petit à petit, Allah va vous aider à résister jusqu'au coucher du soleil incha Allah.

Vous allez voir, ça vous fera du bien, vous allez ressentir quelque chose de merveilleux dans votre corps, vous allez vous sentir calme et heureux. On se fixe un jour pour que vous jeûniez incha Allah ?



Leçon 5 : Quels sont les repas du jeûne ? Partie 1 : Le souhour

Mes chers enfants,

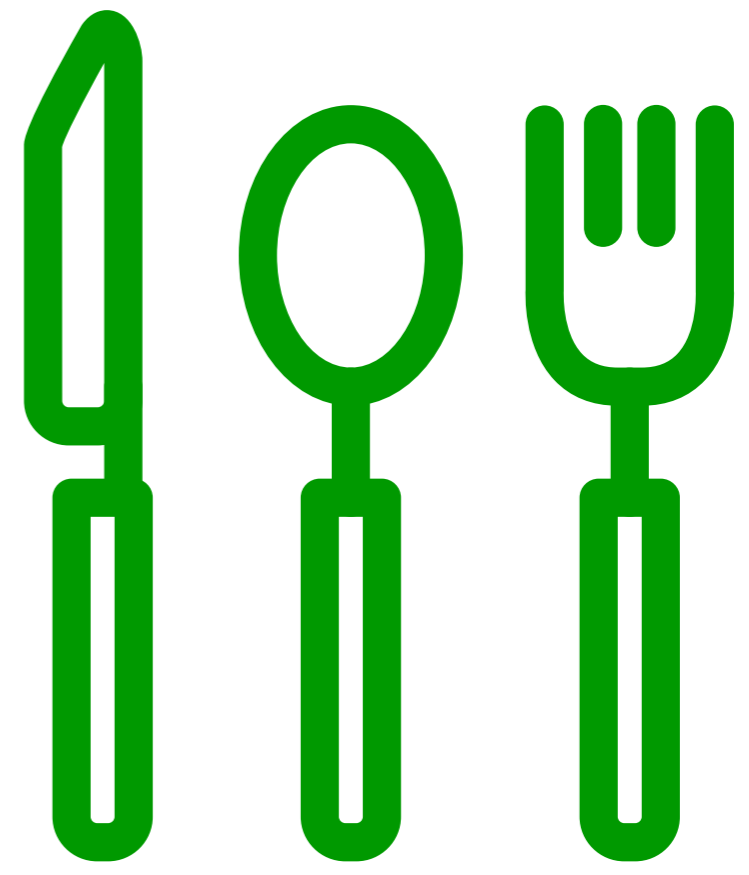
Quand on pense au Ramadan, la première chose qui nous vient en tête c'est : « on ne mange pas ». Oui c'est vrai, on ne mange pas la journée, mais il y a deux repas très importants.

On va parler du premier repas. D'abord, avant de commencer la journée de jeûne, on prend un repas qui s'appelle le souhour. Ce repas est essentiel car il nous permet d'avoir de l'énergie pour tenir toute la journée. C'est pour cela qu'il faut privilégier les féculents (le riz, les pâtes, la semoule...), les céréales. Et il faut bien boire pour ne pas avoir soif surtout en tant de chaleur. Certaines personnes prennent un gros petit déjeuner. D'autres préfèrent faire un repas qui ressemblent plus à un déjeuner. Et en fonction aussi des pays, les gens ne mangent pas la même chose. Ce qui est important, c'est de manger sainement.

Et il y a une autre raison pour laquelle ce repas est très important et c'est le Prophète (saw) qui nous l'a apprise. Il nous a dit dans un hadith : « Qu'Allah et les Anges envoient leurs bénédictions sur ceux qui prennent le souhour. » Donc le jour où vous voudrez jeûner, je vous réveillerai pour profiter en même temps que nous de ce repas précieux.

Leçon 6 : Quels sont les repas du jeûne ?

Partie 2 : l'iftar



Mes chers enfants,

On a dit que le premier repas de la journée est le souhour. Et savez-vous comment s'appelle le second repas ? On l'appelle Al-iftar c'est celui que l'on prend pour rompre le jeûne. On le prend au moment du coucher du soleil, dès qu'on entend al-adhan de salat Al-maghreb.

Par quoi doit-on commencer ? Pour qu'Allah soit content de nous, on va imiter le meilleur des hommes, le Prophète (saw). Il commençait par des dattes fraîches, ou des dattes sèches ou quelques gorgées d'eau. Et il disait une invocation particulière, par exemple : Dhahaba z-zama'ou wa btallati-l-'uroûqou wa thabata-l-ajoru inchâ'a l-lâh.

Et d'ailleurs le moment du iftar est très précieux car Allah a promis d'exaucer toutes les invocations que l'on fait à cet instant. Malheureusement beaucoup de personnes, dès qu'elles entendent al-adhan, elles se jettent sur la nourriture. Ne ratez pas ce moment spécial et demandez à Allah tout ce que vous rêvez d'avoir.

Et après les invocations, même si vous avez jeûné, essayez de manger raisonnablement et de manière saine. Attention trop de sucreries et de gras est mauvais pour la santé. Et Allah nous demande de faire attention à notre corps. Qu'Allah accepte notre jeûne à tous.

Leçon 7 : Quel est le point commun entre le mois de Ramadan et le Coran ?

Mes chers enfants,

J'ai une nouvelle question pour vous aujourd'hui ? Savez-vous quel est le point commun entre le mois de Ramadan et le Coran ?

En fait, le Coran qui est la parole d'Allah a été révélé durant le mois de Ramadan. Au départ, le Coran était très haut dans le ciel dans ce qu'on appelle la Table Préservée (Lawh al-mahfouz).

Et une nuit du mois de Ramadan, Dieu l'a fait descendre jusqu'au premier ciel. Pour cette raison, le Prophète (saw) donnait beaucoup d'importance à la récitation du Coran particulièrement lorsqu'arrivait le mois de Ramadan. L'Ange Jibril venait le voir à cette occasion pour la récitation du Coran... et ce pendant tout ce mois béni.

Et depuis ce jour, tous les musulmans en font de même, c'est à dire que dès que le Ramadan commence, ils essayent de lire le Coran plus souvent et de terminer sa lecture complète avant la fin du mois. Voilà pourquoi on l'appelle le mois du Coran.

La prochaine fois, on découvrira les merveilles qui se cachent dans le Coran incha Allah.

Leçon 8 : De quoi parle le Coran et quelle est la récompense de sa lecture ?

Mes chers enfants,

Comme promis, nous allons découvrir les trésors qui se cachent dans le Coran. Dans ce livre magnifique, Allah nous parle de Lui pour qu'on Le connaisse. Il décrit ce qu'Il a créé et tous les pouvoirs qu'Il a.

Il nous montre aussi ce qu'on doit faire pour qu'Il soit content de nous. Il nous révèle les choses qu'Il aime (la prière...) et celles qu'Il n'apprécie pas (mentir...). Vous voyez Allah est très gentil car Il nous indique le bon chemin à suivre pour être heureux dans notre vie et pour aller, plus tard, au Paradis incha Allah.

Aussi dans le Coran, Allah nous raconte de nombreuses histoires, surtout des récits des Prophètes (paix sur eux), des vrais héros avec des pouvoirs incroyables. De plus, quand vous lisez le Coran, vous obtenez une grande récompense car chaque lettre rapporte 10 hassanettes ! Et comme pendant le Ramadan, Allah donne encore plus de hassanettes, imaginez tout ce que vous pouvez gagner en 1 mois.

Alors vous savez ce qu'il vous reste à faire ? Lire un peu de Coran chaque jour en arabe si vous pouvez, sinon en français incha Allah.

Leçon 9 : Quelle parole dois-je prononcer pendant le Ramadan ? Partie 1 : Tahlil



Mes chers enfants,

Vous avez remarqué, plusieurs jours de Ramadan sont déjà passés, ça va trop vite soubhan Allah ! On doit profiter de ce mois avant qu'il ne se termine incha Allah.

Alors aujourd'hui, je vais vous apprendre une parole à dire tous les jours, quand vous le souhaitez, il n'y a pas d'heure pour la dire : c'est « lâ ilâha illa Llâh ». Cette bonne action fera très plaisir à Dieu. Et comment le savons-nous ? C'est bien sûr le Prophète Mohammed (saw) qui nous a révélé ce secret, tant il est gentil et nous veut du bien.

Que signifie « lâ ilâha illa Llâh » ? Ca veut dire qu'il n'y a pas de dieu qui mérite d'être adoré si ce n'est Allah. Certaines personnes adorent d'autres divinités... Mais quand vous dites « lâ ilâha illa Llâh », vous reconnaissez que seul Allah mérite qu'on L'aime et qu'on Lui obéisse.

Alors n'oubliez pas avant de dormir, ou au réveil ou à tout moment, pensez à répéter « lâ ilâha illa Llâh » « lâ ilâha illa Llâh » « lâ ilâha illa Llâh »...

Qu'Allah vous protège.

Leçon 10 : Quelle bonne action puis-je faire pendant le Ramadan ? Partie 1 : La prière

Mes chers enfants,

Aujourd'hui, nous allons parler de la prière. Comme vous le savez, c'est un acte très important pour les musulmans car pendant la prière, on parle avec notre Créateur. Aussi c'est le 2ème pilier de l'Islam. Et pendant le mois de Ramadan, vous avez peut-être remarqué que les musulmans du monde entier font encore plus de prières surtout la nuit. Durant ce mois béni, après la dernière prière Al-icha, les musulmans se dirigent vers les mosquées pour prier des prières qu'on appelle Tarawih. Les mosquées sont pleines et il y règne une ambiance extraordinaire.

Une prière obligatoire faite pendant le Ramadan est comptée comme 70 prières obligatoires que l'on fait le reste de l'année. Et une prière supplémentaire (comme les Tarawih) compte pour une prière obligatoire. Bien sûr, si on ne peut pas se déplacer à la mosquée on peut effectuer les Tarawih à la maison. De nombreux musulmans se lèvent aussi la nuit avant le repas du souhour pour faire d'autres prières qu'on appelle Tahajoud.

Toutes ces prières supplémentaires sont très appréciées par Allah et reçoivent une grande récompense. Macha Allah, c'est le mois où l'on peut vraiment gagner beaucoup de hassanettes. Quelle chance pour nous les musulmans. On continuera demain et d'ici-là n'oubliez pas de sortir vos tapis de prière.

Leçon 11 : Quelle parole dois-je prononcer pendant le Ramadan ? Partie 2 : Istighfar



Mes chers enfants,

Une fois précédente, nous avons parlé d'une belle parole à prononcer qui est « lâ ilâha illa Llâh ».

Il y a une autre parole que Dieu aime beaucoup entendre pendant le mois de Ramadan. Et là encore c'est le Prophète Mohammed (saw) qui nous a divulgué ce secret. Cette parole c'est « astaghfirou-Llâh ». En français, ça se traduit par « je demande pardon à Dieu ».

Pourquoi doit-on demander pardon à notre Seigneur ? Tout simplement parce que quelques fois nous faisons des choses qu'Il n'apprécie pas. Tout le monde fait des bêtises, les enfants tout comme les adultes. Quand on se rend compte qu'on a fait une faute, qu'on a mal agi ou qu'on a prononcé un mot qu'il ne fallait pas, alors on doit demander pardon à Allah. Mais parfois, on oublie de le faire. Et Allah le Généreux continue pourtant de nous protéger.

Alors pendant le Ramadan, profitons-en pour dire de souvent « astaghfirou-Llâh ». Ainsi, Dieu nous excusera pour toutes les fois où l'on a fait une erreur.

Répetons ensemble : « astaghfirou-Llâh » « astaghfirou-Llâh » « astaghfirou-Llâh »... et pensez à le dire un peu chaque jour incha Allah.

Leçon 12 : Quelle bonne action puis-je faire pendant le Ramadan ?

Partie 2 : les actes de générosité

Mes chers enfants,

Si vous avez bien mis en pratique ce qu'on a dit jusqu'à maintenant, alors vous avez certainement déjà gagné beaucoup de hassanettes.

Pour qu'Allah soit encore plus fier de vous, je vais vous parler d'une action qu'Il apprécie énormément. C'est le fait d'aider les personnes en difficulté et surtout les pauvres. Le Prophète (saw) était très généreux à son habitude, mais il l'était encore plus pendant le mois de Ramadan. On disait qu'il était plus généreux que le vent qui souffle. Bien sûr, comme vous n'êtes que des enfants, vous n'avez pas beaucoup d'argent. Mais ce n'est pas le plus important ! L'essentiel, c'est de partager ce qu'on possède.

Si vous voulez, on peut choisir ensemble une association humanitaire à qui on pourra envoyer un peu d'argent. On peut aussi préparer un repas que l'on distribuera à une personne musulmane qui jeûne, mais qui n'a pas de quoi manger au iftar. Cette action a une grande valeur auprès de Dieu. Ou vous pouvez fabriquer une tirelire et mettre quelques pièces tout au long du Ramadan et à la fin du mois vous l'offrirez à une personne démunie incha Allah. Vous lui redonnerez le sourire, c'est certain ! Vous aussi vous serez très heureux et, surtout, Allah sera très saistfait de vous incha Allah. Je vous laisse y réfléchir et choisir la sadaqa que vous préférez faire.

Leçon 13 : Le Ramadan est le mois de l'invocation.

Quelles invocations privilégier ?

Mes chers enfants,

Vous vous souvenez, on a dit que Dieu a promis d'exaucer les invocations faites au moment de la rupture du jeûne. En fait, le mois de Ramadan tout entier est appelé le mois de l'invocation. Et donc, il faut en profiter pour faire beaucoup d'invocations. Alors on dit quoi ? Eh bien, on demande tout ce que l'on veut. On demande dans la langue que l'on veut, l'arabe, le français, le turc...

Il y a une chose que le Prophète (saw) nous a conseillé de souhaiter durant le Ramadan. Vous savez c'est quoi ? C'est le Paradis. Il nous dit d'invoquer Allah pour qu'Il nous accorde cette grande récompense, celle d'aller au Paradis plus tard. Car au Paradis, on vivra éternellement dans le bonheur. Dans un lieu, où on aura tout ce que l'on désire. Et surtout, on pourra vivre avec les meilleurs des êtres qui sont les Prophètes... et l'ultime récompense, le plus grand cadeau que vous recevrez au Paradis : c'est de voir Dieu, notre Créateur à tous ! Soubhan Allah ! Ca donne vraiment envie d'y aller, n'est ce pas ?!

Alors faites pleins de bonnes actions et multiplier les invocations en disant des phrases du genre « Ô Allah accorde-moi le Paradis ainsi qu'à ma famille ».

Leçon 14 : Le bon comportement pendant le Ramadan - Partie 1 : La bonté envers les parents

Mes chers enfants,

Avez-vous compté les jours de ce mois de Ramadan ? On a déjà jeûné plus de 10 jours. Ca passe vraiment trop rapidement. Vite rajoutons des nouvelles actions pour que Dieu soit très satisfait de nous et qu'Il nous aime.

Ces bonnes actions, on va les faire à la maison. Eh oui, tout en restant ici, vous pouvez réaliser de belles choses et surtout envers vos parents : en les aidant dans les tâches ménagères, à mettre la table, débarasser, en rangeant votre chambre... Si vous soulagez maman et papa, ils seront très contents et le plus important, c'est qu'Allah sera aussi content. Pour être un bon musulman, soyez doux avec vos parents. Mais pas seulement pendant le Ramadan, tous les jours de l'année. Faites-leur des câlins et même des cadeaux, un joli dessin... Pour nous musulmans, la fête des mères et la fête des pères c'est tout le temps. On doit tout le temps rendre joyeux nos parents.

Malheureusement, certains enfants ont un mauvais comportement envers leurs parents. Mais heureusement, le Ramadan est là et c'est le bon moment pour changer d'attitude, leur demander pardon et être tendre avec eux incha Allah.

Leçon 15 : Quelle bonne action puis-je faire pendant le Ramadan ?

Partie 3 : Les visites familiales

Mes chers enfants,

Il y a une chose très agréable pendant le Ramadan et, vous avez dû le remarquer, c'est l'ambiance à la maison au moment du iftar. La famille est toute réunie et attend al-adhan avec impatience, surtout les dernières minutes, hihi.

Ce qui est encore plus beau, c'est quand la famille s'élargit, lorsqu'on rend visite aux grands-parents ou que l'on invite tonton et tata.

Le Ramadan, c'est l'occasion idéale pour ressouder tous les liens familiaux. Si par exemple, on était fâché avec un cousin ou une cousine, il faut profiter du Ramadan pour reprendre contact avec eux. Car pendant le Ramadan, on a plus de facilité à faire des bonnes actions et à s'éloigner des disputes. Saisissons l'opportunité pour se pardonner mutuellement et oublier nos mésententes. On peut s'appeler au téléphone... Allah nous récompensera pour notre patience.

Et pour gagner pleins de hassanettes, on va essayer de rendre visite à un maximum de personnes de notre famille et pas seulement au moment du iftar, on peut y aller en pleine après-midi juste pour passer un petit moment dans la joie. Aussi, on invitera à la maison vos cousins et cousines lors du iftar. Mais à condition que vous m'aidiez à préparer le repas, un repas sain incha Allah. Ok ?

Leçon 16 : Quelle parole dois-je prononcer pendant le Ramadan ? Partie 3 : le dhikr



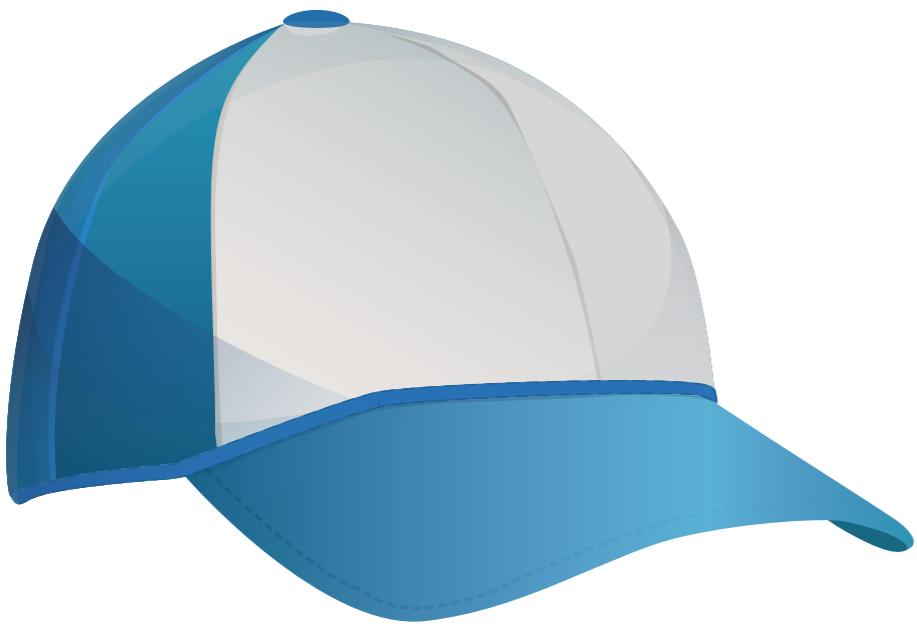
Mes chers enfants,

Nous avons déjà dit qu'Allah aime entendre les paroles lâ ilâha illa-Llâh et astaghfirou-Llâh et plus particulièrement pendant le mois béni de Ramadan. Il y a d'autres expressions que l'on peut prononcer et qui sont très appréciées par le Très Généreux. Par exemple :

- Al-hamdoulillah : Louange à Allah. On peut dire cette parole pour remercier Allah des bienfaits qu'Il nous accorde. C'est d'ailleurs ce que l'on dit à la fin de chaque repas, n'est ce pas. Si on n'oublie pas... Mais on peut également louer Allah à tout moment de la journée. Savez-vous qu'après chaque prière, le Prophète (saw) répétait 33 fois Al-hamdoulillah ?!

- Allahou Akbar : Dieu est le Très Grand. Cette belle expression peut aussi être prononcée en pleine journée. On montre ainsi à Allah qu'on est admiratif devant Sa grandeur, qu'on reconnaît qu'il n'y a personne au dessus de Lui ! Et, comme pour Al-hamdoulillah, le Prophète (saw) répétait 33 fois Allahou Akbar après chaque salat.

-Soubhan Allah : Gloire à Allah. Cette formule aussi est à prononcer 33 fois à la suite des prières ou à n'importe quel moment de la journée pour glorifier notre Créateur. Avec ce dhikr, les hassanettes sont assurées incha Allah !



Leçon 17 : Quelle bonne action puis-je faire pendant le Ramadan ? Partie 4 : les cercles d'amis

Mes chers enfants,

Nous avons parler des relations avec la famille et nous avons programmer des visites et des invitations. Mais nous n'avons pas encore évoquer les amis. Peut-on mener une bonne action avec eux pendant le Ramadan, une action qui rapporte des hassanettes ? Oui, c'est possible incha Allah.

Mais avant de parler de bonnes oeuvres, sachez que le Ramadan est l'occasion idéale pour se réconcilier avec les amis avec qui vous êtes fâchés ou de rendre visite à ceux qui sont malades.

Et maintenant, passons à l'action. Ce que je vous propose de faire c'est d'inviter vos copains (copines) à la maison incha Allah pour un cercle d'amis. Ils pourront venir 2 heures avant l'iftar. Vous jouerez et discuterez ensemble, vous lirez un peu de Coran, vous récitez quelques formules de dhikr (lâ ilâha illa-Llâh, astaghfirou-Llâh, Allahou akbar...), vous pouvez aussi lire l'histoire d'un Prophète, ou quelques hadiths du Messenger d'Allah (paix sur eux). Et pour que le cercle d'amis soit amusant, vous pourriez organiser un grand quiz avec des questions sur notre belle religion. On offrira des cadeaux au gagnant incha Allah. Puis, vous partagerez l'iftar ensemble. Et pour clôturer la soirée en hassanettes, vous pourriez faire quelques prières incha Allah. Qu'en dites-vous les enfants ?

Leçon 18 : Le bon comportement pendant le Ramadan - Partie 2 : Le respect des voisins et des personnes âgées



Mes chers enfants,

Le mois de Ramadan est le meilleur mois pour améliorer son comportement. Nous avons dit que c'est le bon moment pour souder nos liens avec les parents, la famille, les amis...

Il y a d'autres personnes auxquelles l'Islam donne beaucoup d'importance. Ce sont les voisins et les personnes âgées. En effet, le Prophète (saw) était bon avec tous ses voisins même les non-musulmans bien sûr. D'ailleurs, il avait un voisin juif qui mettait des ordures devant sa porte. Un jour, le Messager d'Allah (saw) ne trouvant rien devant sa maison, s'inquiéta et alla rendre visite à son voisin. Il trouva que ce dernier était malade.... Quel excellent comportement !

Le Prophète (saw) nous a aussi fait des recommandations vis à vis des personnes âgées en disant : « Celui qui n'honore pas nos personnes âgées ne fait pas partie de nous ».

Malheureusement, de nos jours, beaucoup d'enfants et de jeunes ne respectent pas les personnes d'un âge avancé. Ils pensent qu'ils sont d'un autre temps... Alors qu'ils ont une grande expérience de vie et qu'ils devraient profiter de leur compagnie. N'oubliez pas mes enfants, un jour vous aussi vous serez âgés incha Allah. Comportez-vous comme vous aimeriez que l'on se comporte avec vous... et faites tout ça dans le but de plaire à Allah. Vous en serez récompensés !

Leçon 19 : Quelle bonne action puis-je faire pendant le Ramadan ?

Partie 5 : La mémorisation du Coran

Mes chers enfants,

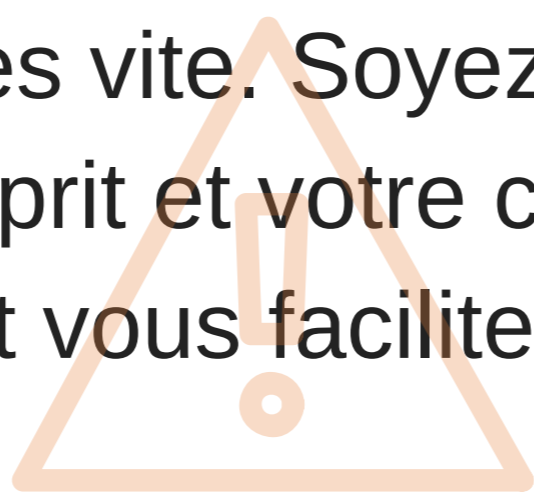
Nous avons déjà expliqué pourquoi le mois de Ramadan était appelé le mois du Coran. Et vous savez que lire le Livre d'Allah pendant ce mois béni est l'une des meilleures actions à faire. L'écouter, réfléchir à son contenu sont également des œuvres très aimées d'Allah.

Mais savez-vous que l'on peut encore faire une bonne action grâce au Coran ? Laquelle ? Eh bien, en apprenant quelques sourates, Allah sera très fier de vous.

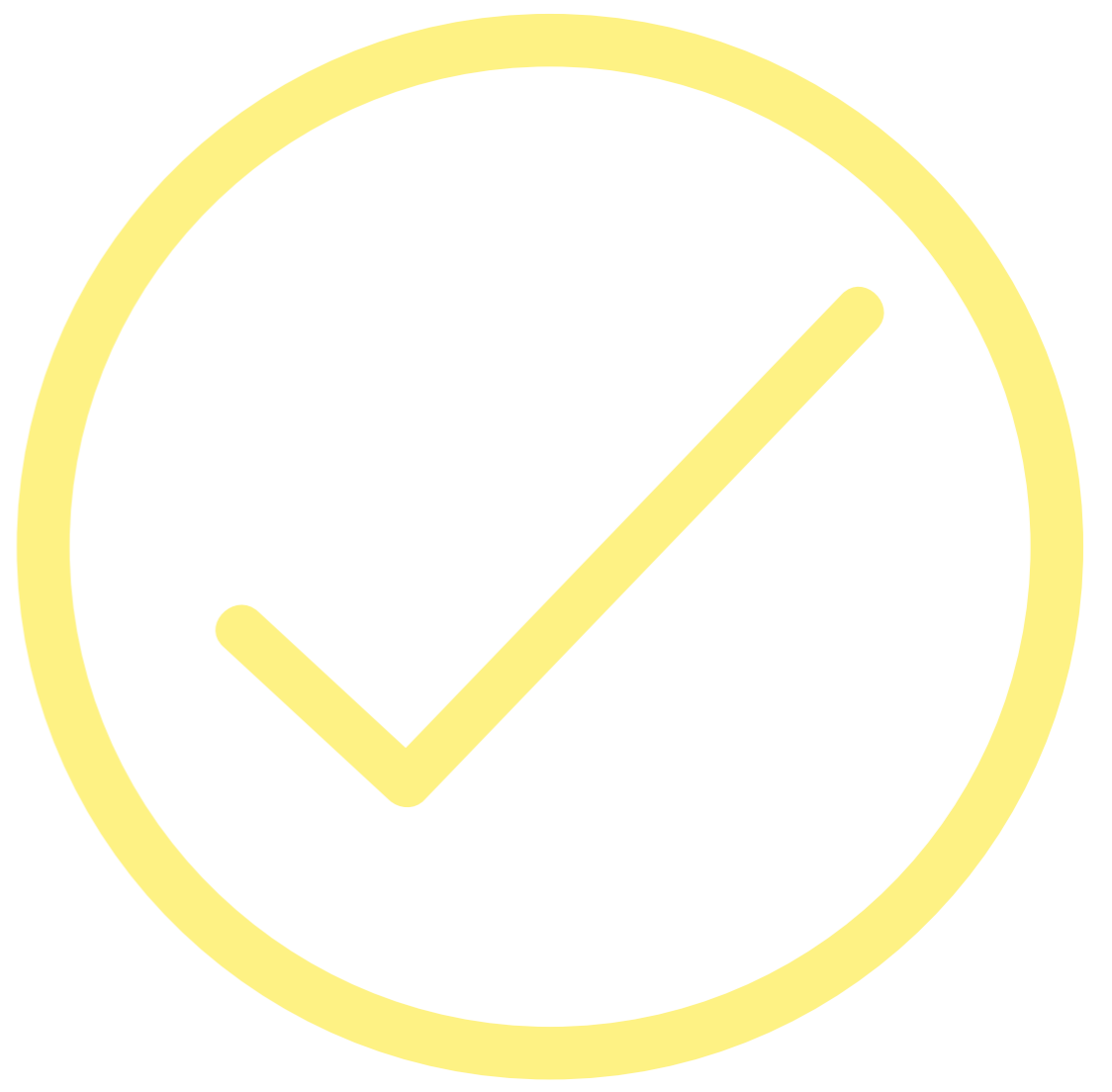
Bien sûr, chacun procède en fonction de son niveau. Pour vous aider, vous pouvez écouter un récitateur, ou on peut chercher ensemble un professeur incha Allah.

On peut aussi prévoir un petit moment dans la journée, pour apprendre ensemble quelques passages du Coran. Vous allez voir, notre foi augmentera avec cette belle action.

Il y a une chose qu'il ne faut pas oublier : c'est de réviser les sourates que vous avez apprises sinon elles s'échapperont de votre mémoire très vite. Soyez vigilant et préservez le Coran dans votre esprit et votre cœur incha Allah. Qu'Allah vous accompagne et vous facilite cet apprentissage merveilleux.



Leçon 20 : Qu'ai-je le droit de faire et de ne pas faire pendant le Ramadan ?



Mes chers enfants,

Voici des questions que vous vous posez sûrement...

- Si j'ai trop chaud, ai-je le droit de me rincer la bouche ?
Oui, d'ailleurs on le fait pour les ablutions mais prends garde à ne pas avaler d'eau.

- Si je jeûne et que je mange ou que je bois sans le faire exprès, mon jeûne est-il annulé ?
Non, dès que tu t'en rends compte, tu arrêtes de manger et tu poursuis ton jeûne. Un hadith dit que c'est Allah qui t'a nourri et abreuvé.

- Ai-je le droit de me brosser les dents ?
Oui. Attention à ne pas avaler de l'eau.

- Ai-je le droit de mettre de la crème sur mon visage ou du gel dans mes cheveux ?
Oui, tu as le droit de le faire.

- Est-ce que la prise de sang annule mon jeûne ?
Non.

Si tu as d'autres questions, on peut en discuter incha Allah.

QUIZ



Questions sur le Ramadan

Mes chers enfants,

Macha Allah, vous avez appris beaucoup de choses sur le Ramadan. Et maintenant, je vous propose un jeu pour tester vos connaissances ! Vous êtes prêts ? Allez bismillah !

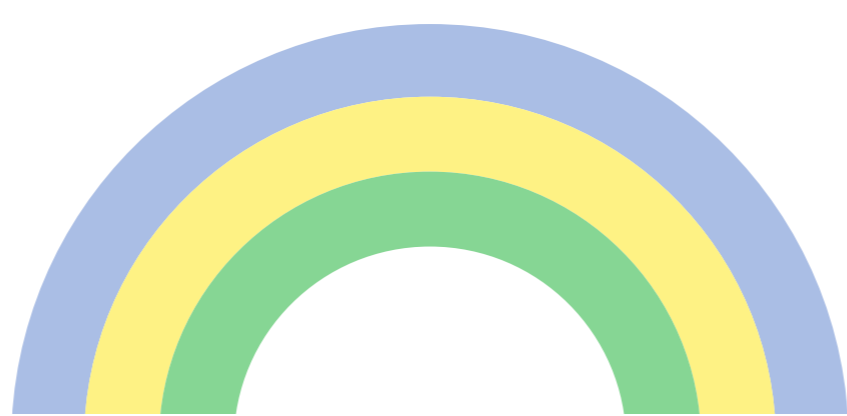
1- Quel est le livre le plus important à lire durant le Ramadan ?

2- Quelles sont les deux paroles principales à répéter pendant le Ramadan ?

3- Comment s'appellent les 2 repas du Ramadan ?

4- Comment s'appellent les prières supplémentaires que l'on fait après Al-icha pendant le Ramadan ?

5- Comment doit-on se comporter à l'égard des pauvres ?



APRES CE MODE D'EMPLOI, QUELLE EST LA SUITE ?

AL-HAMDOULILLAH ! Les 20 leçons sont terminées, j'espère que vous en avez tiré un grand profit en famille.

Mais le Ramadan n'est pas fini, lui. Alors qu'allons-nous faire pendant les 10 derniers jours ?

Vous le découvrirez bientôt dans le Mode Emploi n°2 Spécial 10 derniers jours que vous recevrez par mail incha Allah.

**Ce mode d'emploi du Ramadan vous a été
bénéfique ? Faites-le nous savoir en laissant
un commentaire :**

- sur le site www.guideatfal.fr

OU

- par mail à contact@guideatfal.fr



**Suivez-nous pour connaître nos projets pour
vos enfants !**



@guideatfal



Page : Guide Atfal
Profil : Fatima Zeghari

