

# L'islam en questions et réponses

Superviseur général:  
Cheikh Muhammad Salih al-Munadjjid

## 178267 - Il veut s'engager dans un jeûne ininterrompu afin de cesser de fumer.

---

### question

M'est il permis de m'engager dans un jeûne ininterrompu jusqu'à ce qu'Allah m'aide à cesser de fumer. Il est vrai que la pratique du Bien aimé (le Prophète) consistait à jeûner le lundi et le jeudi. Moi j'agis comme je le fais dans le seul but de me débarrasser de cette tare (le tabagisme) sans m'écarter de la voie du Prophète (bénédictioin et salut soient sur lui)?

### la réponse favorite

Louange à Allah.

Louanges à Allah

Si vous entendez par là jeûner tous les jours et n'interrompre votre jeûne que pendant les jours des deux Fêtes et les deux jours suivant immédiatement la fête du sacrifice, l'avis le mieux argumenté émis par les ulémas est que cela est réprouvé et interdit. Voir l'explication dans le cadre de la réponse donnée à la question n°[144592](#).

Si vous voulez pratiquer un jeûne continu pendant une partie de l'année, il n'y a aucun inconvénient à le faire car la Sunna le confirme. Al-Bokhari (1806) et Mouslim (1890) ont rapporté d'après Aicha (P.A.a) que Hamzah ibn Amr al-Aslami interrogea le messenger d'Allah (bénédictioin et salut soient sur lui) en ces termes: «Ô messenger d'Allah! Je suis un homme habitué à pratiquer le jeûne continue. Devrais-je le faire même en cas de voyage?- Il lui répondit : **tu peux jeûner si tu veux comme tu peux t'en abstenir, si tu veux.**

An-Nassai (2319) a rapporté d'après Oussamah ibn Zayd que le Messenger d'Allah (bénédictioin et

# L'islam en questions et réponses

Superviseur général:  
Cheikh Muhammad Salih al-Munadjjid

salut soient sur lui) s'engageait dans un jeûne ininterrompu au point qu'on se disait qu'il n'y mettrait plus fin. Puis il arrêta le jeûne de sorte qu'on se disait qu'il n'allait plus le reprendre.

Il a été rapporté d'après Aïcha (P.A.a) qu'elle a dit: **Le Messager d'Allah (bénédiction et salut soient sur lui) jeûnait au point que nous nous disions qu'il n'allait plus mettre fin à son jeûne puis il s'en abstenait de sorte que nous nous disions qu'il n'allait plus le reprendre. Je ne l'ai vu jeûner un mois entier autre que le Ramadan et je ne l'ai pas vu jeûner si fréquemment au cours d'un mois comme il le faisait en Chabaane.** (rapporté par al-Bokhari, 1833 et par Mouslim 1956).

Cheikh al-islam, Ibn Taymiya (puisse Allah lui accorder Sa miséricorde) dit: **concernant l'observance du jeûne ininterrompu, le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) s'y engageait pendant une partie de l'année. Il lui arrivait parfois de jeûner au point qu'on se disait qu'il n'allait plus s'arrêter comme il lui arrivait de cesser le jeûne de sorte qu'on se disait qu'il n'allait plus le reprendre. Il en faisait de même pour les prières nocturnes qui duraient toute la nuit au cours des dernières nuits. Parfois il le faisait dans d'autres nuits. Tout cela s'atteste dans les enseignements prophétiques.** Extrait de Madjmou' al-Fatwa (22/304).

La meilleure forme du jeûne est celle pratiquée par le Prophète David (paix sur lui) qui jeûnait un jour sur deux. D'après Abdoullah ibn Omar (P.A.a): **Le Prophète (bénédiction et salut soient sur lui) apprit que j'observais un jeûne ininterrompu et pria toute la nuit. Soit il m'envoya quelqu'un, soit je l'ai rencontré..et il me dit: ne m'a-t-on pas dit que tu observes un jeûne ininterrompu et prie en permanence? Jeûne (tantôt) et abstiens toi du jeûne tantôt. Prie tantôt et livre toi au sommeil tantôt. Ton œil a un droit sur toi. Ton âme a un droit sur toi. Ta famille a un droit sur toi.- Je suis trop fort pour me contenter de cela!-Alors, fais comme David: jeûne un jour sur deux et restait ferme au combat.»** (rapporté par al-Bokhari, 1841 et par Mouslim, 1962).

Une version du hadith ajoute : **c'est le meilleur jeûne** (rapporté par al-Bokhari, 3165 et par Mouslim, 1962. Une autre version dit: **il n'y a pas meilleur jeûne** (rapporté par al-Bokhari, 1840 et

# L'islam en questions et réponses

Superviseur général:  
Cheikh Muhammad Salih al-Munadjjid

par Mouslim, 1962).

Ibn al-Qayyim (puisse Allah lui accorder Sa miséricorde) dit: «il est rapporté de façon sûre dans les Deux Sahih que le Prophète (bénédictioin et salut soient sur lui ) a dit: **le meilleur jeûne est celui de David** une version précise: **rien n'est meilleur que le jeûne de David qui jeûnait un jour et s'en abstenait un jour**. Voilà un texte authentique et clair qui écarte toute ambiguïté et explique que jeûner un jour sur deux est préférable à l'observance d'un jeûne ininterrompu.» Extrait de Tahdhib as-Sunan (7/71).

Il est vrai toutefois que la meilleure pratique pour chacun consiste à choisir en matière d'actes surrogatoires ce qu'on est capable de perpétuer et éviter de s'imposer des pratiques qui nous détournent des autres bonnes œuvres et chapitres de bienfaisance.

Regardez ce dont vous êtes capable et engagez vous y. Veillez à la perpétuation des actes surrogatoires reçus sûrement du Prophète (bénédictioin et salut soient sur lui) à propos du jeûne et d'autres (pratiques culturelles).

S'agissant de cesser de fumer , c'est une bonne chose. Nous vous y encourageons. Restez déterminé dans l'effort que vous exercez sur vous -même. Nul doute que le jeûne vous y aidera considérablement. Efforcez vous de vous occuper des pratiques culturelles et de choisir un bon environnement pour éviter de récidiver. Voir la réponse donnée à la question n° [47565](#).

Allah le sait mieux.