

# Aspirer à l'excellence pendant la dernière décade du mois du Ramadan

**L'Islam est  
ascension**

**Course vers  
Dieu**

**Dieu exige  
l'excellence en  
toute chose**

**Aspirer à  
l'excellence**

**Perfectionner  
son œuvre**

**Le mois du Ramadan :  
Baromètre de la foi**

**Chronomètre de  
la vie**

**La dernière décade  
du mois du Ramadan  
est une occasion  
privilégiée pour :**

**Se consacrer entièrement  
à Dieu.**

**Exceller dans Son adoration  
et redoubler d'efforts**

**Goûter la douceur de la foi et  
accéder à la proximité du Tout  
Miséricordieux**

## Le Messager de Dieu (ﷺ)

avait l'habitude d'exceller et d'intensifier les efforts au cours de la dernière décade de Ramadan, plus qu'il ne le faisait durant les autres jours du jeûne

Selon Aïcha (DAS) : « Quand arrivait la dernière décade du mois du Ramadan, le Messager de Dieu (ﷺ) veillait toutes les nuits en prière et en présence à Dieu. Il réveillait les membres de sa famille pour profiter de ces moments précieux et redoublaient d'efforts »  
Boukhari et Muslim

“ L'épanouissement du cœur réside en 5 choses : Lire le Coran avec méditation; jeûner et accomplir la prière nocturne; invoquer Dieu énormément le dernier tiers de la nuit et fréquenter les assises des pieux “  
Ces 5 œuvres sont réunies durant le mois du Ramadan

**Le désir  
d'aboutir à la  
nuit du Mérite**

**La retraite spirituelle consiste à  
s'extirper à son environnement,  
submergé de vacarmes et de  
perturbations, pour pouvoir  
s'adonner entièrement à l'adoration  
de Dieu.**

**Al I'tikaf ou  
retraite  
spirituelle**

**Demeurer en  
permanence dans  
la présence à Dieu**

**Il s'agit de détacher son  
cœur et son esprit,  
l'espace d'une décade,  
de toutes les  
préoccupations pour se  
recentrer sur Dieu**

**Redoubler d'efforts et  
interroger ses pratiques.  
Être en perpétuelle réforme  
de son être.**

**Répéter inlassablement  
l'invocation rapporté par  
Aisha (DAS)**

**Ces moments sont propices pour s'ancrer dans le temps de la présence à Dieu et de la spiritualité et non celui du laisser-aller et de l'insouciance.**

**Avoir une bonne intention et être sincère**

**Un retour sincère à Dieu**

**Prendre conscience de l'importance du temps**

**L'effort dans la pratique : Opérons en nous le changement que nous voulons voir dans le monde**

**La prière nocturne**

**La lecture du Coran**

**Le Dhikr sans cesse**

**Promouvoir le bien**

## Effort sur soi

**Ton égo, ton plus grand ennemi.**

Garde-toi des pièges de l'insouciance (al-ghafla), des douceurs et des désirs illusoires et fallacieux de ton égo.

**Purifier son âme**

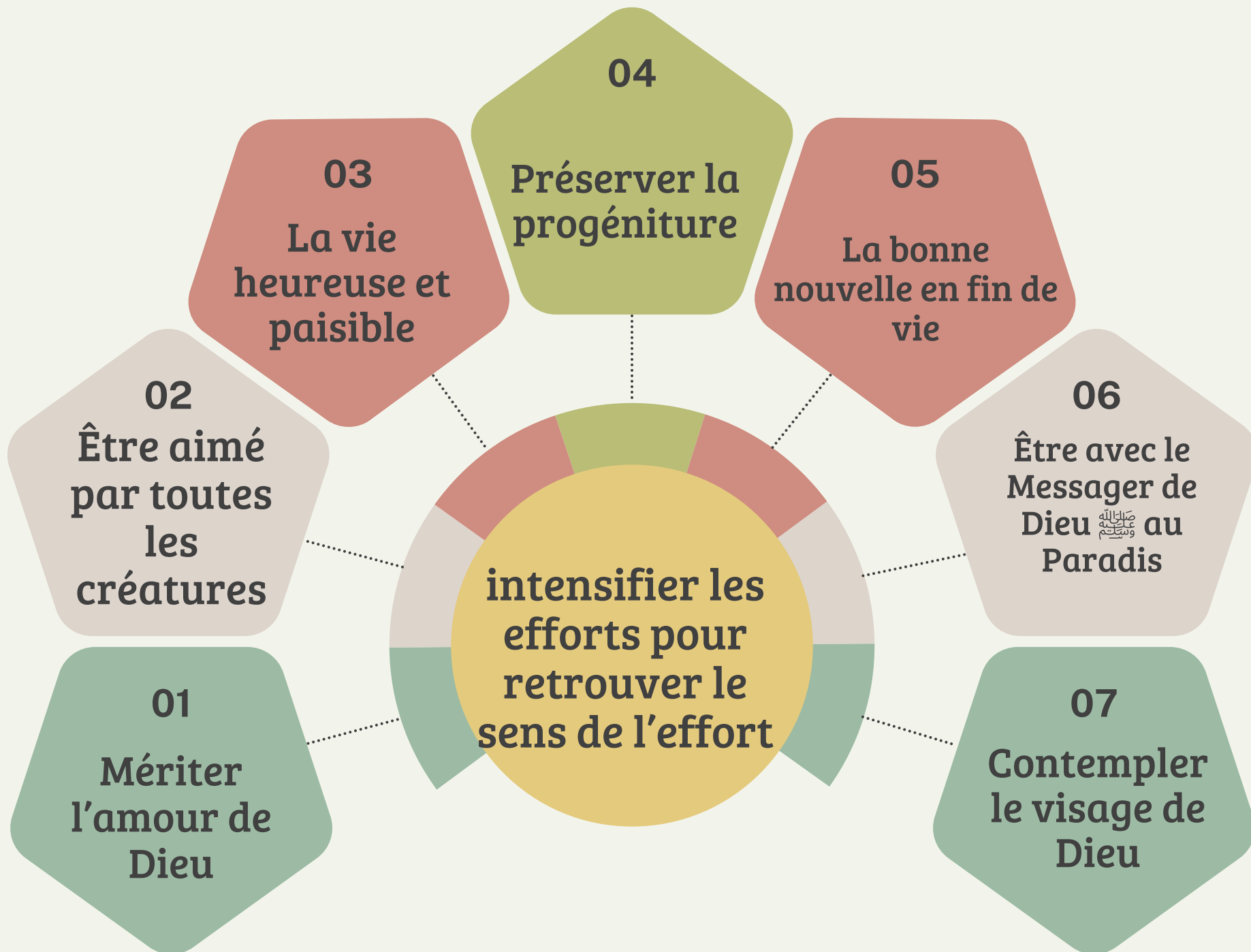
Purifier son âme consiste à se maîtriser, ne pas laisser libre cours à ses pulsions, à résister sans faiblir devant les tentations et sans se laisser décourager par les difficultés du parcours.

**Les personnages à facettes**

œuvrent uniquement pour l'image qu'ils veulent donner d'eux-mêmes. L'égo frustré amène la personne à camoufler la vérité pour ne pas nuire à sa réputation.

**La foi n'est pas une mise en scène**

La foi est un cheminement exigeant, porteur de changement. C'est un combat exigeant contre contre son égo, un effort assidu vers la plus royale des victoires, la victoire sur soi.





**S'élever par  
son propre  
labeur**

**Avoir bon  
cœur**

**Quel que soit ta  
situation  
reviens à Dieu**

**Le temps est à  
l'engagement  
entier pour la  
cause de Dieu**

**Faire le 1er  
pas vers  
Dieu**

**Examen de  
conscience**

**Définir son  
objectif**

**Quelques  
conseils**