UN RAMADAN PLANIFIÉ

4 H 15 RÉVEIL

TAHADJOUJ

قُمِ اللَّيْلَ الْأَقْلَبِلَا

Adonnez-vous à la prière nocturne, car c'était la pratique des pieux avant vous, un moyen de vous rapprocher de votre Maître, d'expié, d'éloigner les péchés et un répulsif pour la maladie du corps. *Tirmizi*

Doah

أَيُّ الدُّعَاءِ أَسْمَعُ؟ قَالَ جَوْثُ اللَّيْلِ
الْآخِرِ

Notre seigneur le Très-Haut descend chaque nuit au ciel de ce monde dans le dernier tiers de la nuit et dit : Qui m'invoque, que je l'exauce ? Qui me demande, que je l'accorde ? Qui me demande pardon que je lui pardonne? *Boukhari*

SEHRI Prenez le Souhour, car il y a dans le souhour une bénédiction. *Boukhari*

ISTIGHFÂR

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ

Et aux dernières heures de la nuit, ils imploraient le pardon d'Allah. *S51V18*

5 H 40 FADJR

Lecture du Qouraan

Celui qui récite Yâsin le matin verra ses besoins comblés. *Mishkât*

Zikr, douroud, Tasbihât

Et célèbre sa louange avant le lever du soleil. *S20V130*

Ichrâq

Allah dit : ô fils d'Adam, fais 4 unités de prière pour moi en début de journée, je prends en charge la fin. *Tirmizi*

Lecture du Qouraan

12 h 45 ZOHAR

Lecture d'un hadith du recueil :
Fazail-ramadan ou Fazail Qur'aan

Sieste :

Faites la sieste pour pouvoir prier la nuit. *Ibn Mâdjah*

16 h 45 ASSAR

Lecture d'un chapitre du livre :
le jardin des vertueux ou Mountakhab-ahâdith

Doah L'invocation du jeuneur n'est pas rejeté lorsqu'il rompt son jeune. *Tirmizi*

MAGRIB

IFTÂR

لِلصَّائِمِ فَرْحَتَانِ

اللَّهُمَّ لَكَ صُمْتُ، وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ
ذَهَبَ الظَّمَا وَأَبْطَلَتِ العُرْوَى، وَتَبَّتْ الرُّجْمُ إِذْ شَاءَ اللَّهُ

Awwâbin

L'accomplissement de 6 unités de prière vous fera gagner la récompense de 12 années de prières surérogatoires nafil. *Tirmizi*

Lecture du Qouraan

Quiconque récite chaque nuit la sourate Wâqia ne sera pas touché par l'indigence. *Ahmad*

19 H 45 ICHA

Tarâwih

Celui qui prie la nuit pendant le Ramadan avec foi et espoir, aura ses péchés passés pardonnés. *Abou Daoud*

Dessert, douceurs

Lecture du Qouraan

Le prophète ne se couchait pas tant qu'il n'avait pas lu les sourates Alif-lâm-mîm Sadjdah et Tabârak. *Tirmizi*

Zikr, Douroud, Tasbihât

Les invocations avant de se coucher, tasbih fâtimah

وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِيَاسًا *Câlin Dodo*