

RAMADAN CHALLENGE 1/2

WILDANE

Tu as la possibilité de choisir une seule chose à faire (1 obligation à faire ou une mauvaise action à éviter). Si vraiment tu es motivé et que tu te sens capable alors tu peux faire les 2 mais pas plus. Le Messager d'ALLAH nous a incité à faire les choses petit à petit afin d'arriver à notre but. Choisir 2 choses c'est déjà beaucoup !

COMPLÈTE LA PARTIE SUIVANTE : " Je m'engage à faire le maximum d'efforts pour ALLAH durant le mois de Ramadan pour ... "

Faire l'obligation suivante, qu'ALLAH m'a demandé de faire : **1**

Ou / Et

M'écarter de la mauvaise action suivante, qu'ALLAH m'a demandé d'éviter : **2**

Pour réussir ton challenge, tu dois arriver à la fin du Ramadan à une amélioration sur la bonne action que tu as décidé de faire ou/et à une baisse dans la pratique de la mauvaise action que tu as décidé d'éviter.

Voici quelques points pour t'aider à réussir ton défi :

1. Garde toujours à l'esprit qu'ALLAH t'observe tout le temps
2. Si tu réalises une bonne action, ALLAH te la multiplie par 10 jusqu'à 700 ou plus
3. Si tu t'écarteres d'une mauvaise action, ALLAH t'accorde une récompense pour avoir lutté pour ne pas la commettre
4. Si tu commets une mauvaise action, demande pardon à ALLAH car Il est pardonneur et miséricordieux
5. Lis ta feuille chaque matin avant de démarrer ta journée
6. Remplis ta feuille chaque soir avant d'aller te coucher

Pose toi les questions suivantes et répond-y sincèrement :

Qu'est-ce qui m'empêche de faire la bonne action que j'ai décidé de faire et qu'est-ce qui m'incite à faire la mauvaise action que j'ai décidé d'éviter ?

• _____ **1**

• _____

• _____ **2**

• _____

Qu'est-ce qui m'aiderait à réaliser la bonne action que j'ai décidé de faire et qu'est-ce qui m'aiderait à m'écarter de la mauvaise action que j'ai décidé d'éviter ?

• _____ **1**

• _____

• _____ **2**

• _____

En fonction de tes réponses, mets en place pendant tout le mois de Ramadan les causes qui te permettraient Incha ALLAH de faire la bonne action choisie et mets en place les causes qui te permettraient de t'écarter de la mauvaise action identifiée. Qu'ALLAH t'accorde la réussite !

Nom :

Prénom :

Signature :

RAMADAN CHALLENGE 2/2

WILDANE

1 Obligation choisie : _____ OU / ET 2 Mauvaise action à éviter : _____

Jour 1

1

2

Jour 2

1

2

Jour 3

1

2

Jour 4

1

2

Jour 5

1

2

Jour 6

1

2

Jour 7

1

2

Jour 8

1

2

Jour 9

1

2

Jour 10

1

2

Jour 11

1

2

Jour 12

1

2

Jour 13

1

2

Jour 14

1

2

Jour 15

1

2

Jour 16

1

2

Jour 17

1

2

Jour 18

1

2

Jour 19

1

2

Jour 20

1

2

Jour 21

1

2

Jour 22

1

2

Jour 23

1

2

Jour 24

1

2

Jour 25

1

2

Jour 26

1

2

Jour 27

1

2

Jour 28

1

2

Jour 29

1

2

Jour 30

1

2