



# Attendre et Veiller

Prière pour les Musulmans d'Asie  
du Sud-Est pendant le Ramadan

22 mars – 21 avril 2023

• 31 Jours de Prière •

# Musulmans d'Asie du Sud-Est

## *Attendre & Veiller*

De la pointe nord du Myanmar à la pointe sud de l'Indonésie, l'Asie du Sud-Est compte environ 275 millions de musulmans. Comme tous les musulmans du monde entier, ils attendront avec impatience le début du mois sacré du Ramadan tout en observant la nouvelle lune qui leur signale le début du jeûne. Ils l'observeront de près de plus en plus impatients à l'idée de commencer ce mois spécial.

Pour les musulmans, le jeûne, qui consiste à ne pas manger, boire ou fumer pendant les heures de la journée, est l'un des cinq piliers de l'islam. Les quatre autres piliers sont la déclaration de foi, la prière, les dons de charité et le pèlerinage à La Mecque - pour ceux qui en ont les moyens financiers et physiques. Les musulmans pensent que c'est au cours de ce mois, le neuvième du calendrier islamique, que le prophète Mahomet a reçu les premiers versets de leur livre sacré, le Coran. Les raisons pour lesquelles les musulmans jeûnent peuvent varier : certains veulent compatir avec ceux qui sont matériellement pauvres, beaucoup espèrent que ce sera une occasion de renforcer leur foi, mais la plupart espèrent qu'ils recevront une récompense de Dieu - une contrepartie aux conséquences des péchés commis pendant l'année, qui est la bienvenue.

Alors que les musulmans du monde entier jeûnent ce mois-ci, le Ramadan se présente de manière légèrement différente en Asie du Sud-Est, où il se mêle aux langues et aux cultures locales. Dans ce guide de prière, vous vous joindrez à des groupes de musulmans originaires de Malaisie, d'Indonésie, de Brunei, du Cambodge et de Thaïlande qui attendent tous cette période la plus spéciale de l'année et l'observent attentivement. Chaque semaine, nous nous concentrerons sur un peuple ou un groupe ethnique spécifique, mais les prières sont pertinentes pour les musulmans de toute l'Asie du Sud-Est.



Que vous utilisiez ce guide pour prier une fois par semaine ou tous les jours, seul ou en groupe, vous êtes invité à entrer dans ce mois comme quelqu'un qui se joint à cette attente avec les musulmans d'Asie du Sud-Est, tout en observant comment le Seigneur va agir parmi ce peuple précieux pendant que vous priez.



J'espère en l'Éternel, mon âme espère,  
Et j'attends sa promesse. Mon âme  
compte sur le Seigneur, Plus que les  
gardes ne comptent sur le matin, Que  
les gardes ne comptent sur le matin.

Psaume 130:5-6



Persévérez dans la prière, veillez-y  
avec actions de grâces.

Colossiens 4:2



Les dessins de cette brochure ont été inspirés par l'ancienne forme d'art de l'Asie du Sud-Est connue sous le nom de batik. La création de batik nécessite beaucoup d'attente et de veiller, car le processus de teinture doit être répété plusieurs fois. Comme la prière, elle nécessite un travail acharné et de la patience, produisant de beaux résultats

# Attendre & Veiller dans l'expectative

Sois attentif à mes cris, mon roi et mon Dieu! C'est à toi que j'adresse ma prière.

Psaume 5:3

Nous commençons le mois du Ramadan avec le peuple musulman de Malaisie. Bien que la Malaisie soit un pays majoritairement musulman, sa culture est un mélange unique d'influences malaises, chinoises, indiennes et européennes et de diverses confessions. Mais pour les musulmans de Malaisie, qui représentent près des deux tiers de la population, les espoirs et les attentes pour le mois à venir sont élevés.

Dans un village de pêcheurs sur la côte malaisienne, Imran termine de réparer ses filets alors que le soleil descend sous l'horizon et que l'appel à la prière du soir se fait entendre. Cet appel particulier annonce le début du Ramadan, en l'an islamique 1444. Dans toute l'Asie du Sud-Est, cet événement fait suite à des semaines d'excitation. Les marchés locaux bourdonnent de femmes qui ont planifié les menus du soir de la première semaine et se plaignent des prix élevés de la nourriture à cette époque de l'année. Les plus riches ont organisé des *majlis kesyukuran* - des événements d'action de grâce pour rendre grâce pour les bienfaits reçus au cours de l'année écoulée. Les plus religieux ont décidé de lire davantage leur livre saint ce mois-ci et de profiter de chaque occasion pour prier collectivement. Ils sont très enthousiastes à l'idée de terminer le jeûne, dans l'espoir que Dieu les récompense.

Pour Imran, l'anticipation de ce mois spécial qui s'annonce est atténuée par les soucis quotidiens liés à l'éducation de sa famille avec le salaire qu'il tire de la pêche. De nombreux musulmans de Malaisie bénéficieront d'horaires de travail réduits pendant le ramadan, pour leur permettre de rentrer chez eux plus tôt pour se reposer jusqu'à l'heure de la rupture du jeûne. Mais pour des personnes comme Imran, un emploi physiquement exigeant rend la pratique du jeûne presque impossible.



## **Jour 1 – Mercredi 22 Mars**

Aujourd’hui Seigneur, nous pensons aux musulmans d’Asie du Sud-Est qui auront hâte de commencer le ramadan ce soir. Nous prions pour que Tu ailles au-delà de leurs attentes et que Tu leur révèles qui est Jésus-Christ.

## **Jour 2 – Jeudi 23 Mars**

Seigneur, ce mois-ci nous prions pour les musulmans comme Imran, qui se sentent exclus du Ramadan pour des raisons économiques ou sociales. Que Ta Bonne Nouvelle parvienne à leurs oreilles et touche leurs cœurs.

## **Jour 3 – Vendredi 24 Mars**

Alors que des plats spéciaux sont préparés pour l’iftar - le repas du soir où les musulmans rompent le jeûne - Seigneur, nous prions pour Tu donnes aux musulmans d’Asie du Sud-Est l’occasion de “goûter et de voir que l’Éternel est bon”. (Psaume 34:8)

## **Jour 4 – Samedi 25 Mars**

Nous prions pour l’église de Malaisie en ce Ramadan. Seigneur, renforce leur foi et aide-les à aimer et à servir leurs voisins musulmans.



# Attendre & Veiller ensemble

Ce mystère, c'est que les païens sont  
cohéritiers, forment un même corps,  
et participent à la même promesse  
en Jésus Christ par l'Évangile  
Éphésiens 3:6

Cette semaine, nous attendons et veillons avec les 230 millions de musulmans qui vivent dans l'archipel indonésien. Pays à majorité musulmane le plus peuplé du monde, l'Indonésie abrite environ 250 ethnies musulmanes. Chaque groupe ethnique a sa propre langue et sa propre culture, mais il est uni par les traditions, les règles et les liens de foi qu'offre l'islam

Nabila dit au revoir à sa famille et fait un long voyage en bus par les montagnes et les rizières pour rejoindre Surabaya, une grande ville de la côte est de Java, où elle vit et travaille. Nabila aime commencer le ramadan avec sa famille au village et se réjouit de les revoir bientôt pour célébrer l'*Aid al-Fitr*, la fête qui marque la fin du mois de jeûne. Enfant, le monde de Nabila se résumait à sa famille, son école et la mosquée locale. Les lumières vives et la diversité de la population de Surabaya ont été une surprise pour Nabila, et sa famille a hésité à la laisser quitter la sécurité du village. Mais ils n'ont pas eu à s'inquiéter, Nabila est une fille dévouée. En ville, elle assiste aux réunions du soir à la mosquée locale, où la communauté se réunit pendant le Ramadan pour l'enseignement religieux et la prière. Elle se sent réconfortée par ce qu'elle connaît bien et par ce sentiment d'appartenance à la communauté, qui lui rappelle son foyer. La semaine dernière, Nabila a été invitée à un club d'anglais qui se réunit dans le centre ville, mais elle hésite à y aller. On lui a souvent parlé des influences impies et destructrices de la culture occidentale, et elle ne veut pas inquiéter ses parents en leur disant qu'elle pourrait fréquenter les mauvaises personnes.

## **Jour 5 – Dimanche 26 Mars**

Seigneur, merci d'avoir fait de nous les membres d'un seul corps qui partage ensemble la promesse en Christ. Dans ta miséricorde, accorde à des gens comme Nabila cette même occasion pendant le Ramadan.

## **Jour 6 – Lundi 27 Mars**

Père, nous Te remercions pour l'importance du rôle que joue la famille au sein des communautés musulmanes d'Asie du Sud-Est. Fais que ces liens forts soient comme des canaux par lesquels Ton Évangile peut être annoncé et reçu par la foi.

## **Jour 7 – Mardi 28 Mars**

Des liens familiaux forts peuvent rendre très difficiles la décision individuelle de suivre Jésus. Seigneur, fortifie et protège ceux qui sont attirés par Toi mais qui craignent de faire honte à leur famille.

## **Jour 8 – Mercredi 29 Mars**

Nous prions pour ceux qui vivent des relations familiales difficiles parce qu'ils se sont tournés vers le Christ. Remplis-les de la joie d'être Ton enfant et adoucis le cœur de leurs proches.

## **Jour 9 - Jeudi 30 Mars**

Seigneur, alors que les médias sociaux influencent de plus en plus la société, que ces plate-formes en ligne soient utilisées pour répandre la Bonne Nouvelle de Jésus-Christ parmi les groupes de musulmans d'Asie du Sud-Est.

## **Jour 10 – Vendredi 31 Mars**

Il y a parfois des actes de violence entre groupes religieux en Asie du Sud-Est. Dieu de paix, nous Te prions de les garder du mal et de leur permettre d'avoir entre eux des conversations utiles.

## **Jour 11 – Samedi 1 Avril**

La culture occidentale est considérée par les musulmans comme la culture chrétienne. Seigneur, brise toutes formes de stéréotypes inutiles grâce à de véritables liens d'amitiés interconfessionnelles.

# Attendre & Veiller pour la Satisfaction

Jésus leur dit: Je suis le pain de vie. Celui  
qui vient à moi n'aura jamais faim,  
et celui qui croit en moi n'aura jamais soif.

Jean 6:35

Cette semaine, nous entrons dans la troisième semaine de jeûne avec les Malais du Brunei. Petit pays situé sur la côte nord de Bornéo, le Brunei compte environ 400 000 habitants. Mais la taille ne fait pas tout : son gouvernement contrôle d'importantes réserves de pétrole et de gaz naturel, qui permettent aux Malais du Brunei de bénéficier de services de santé et d'éducation de haut niveau. Si leurs besoins matériels sont largement satisfaits, Dieu seul sait quels désirs restent insatisfaits au fond d'eux-mêmes.

Alors que Rayyan est assis avec sa femme et ses enfants dans leur restaurant préféré, en attendant de rompre le jeûne, le temps semble ralentir jusqu'à s'arrêter. Certains jeudis semblent particulièrement longs, malgré les heures de bureau réduites. Les yeux de Rayyan fixent le verre de Bandung devant lui, alors qu'il aspire à étancher sa soif avec ce lait sucré au goût de rose. Ses doigts cherchent les cigarettes dans sa poche - ne pas fumer pendant les heures de bureau est aussi difficile que de ne pas manger ou boire. Certaines années, il cède à la tentation, mais ces manquements à l'autodiscipline ne sont pas ouvertement évoqués. Brunei est une société islamique conservatrice où une stricte observance religieuse est attendue.

Enfin, l'appel à la prière retentit dans la mosquée. Chaque client murmure une courte prière et savoure le moment de satisfaire sa gorge desséchée et son estomac vide. Rayyan sourit à tout ce qu'il a autour de lui : une belle et jeune famille, un emploi bien rémunéré, et tous les avantages de vivre dans un pays béni par Allah et gouverné par un sultan généreux. Une fois son repas terminé, les sentiments de léthargie et de faim qu'il ressentait auparavant disparaissent et sont remplacés par un bref sentiment de satisfaction - un estomac plein et un autre jour de jeûne terminé.



## **Jour 12 – Dimanche 2 Avril**

Alors que les Malais de Brunei jouissent d'une prospérité matérielle, Seigneur, nous prions que Tu leur fasses prendre conscience de leurs besoins spirituels, qui ne peuvent être satisfaits que par Ton Évangile de grâce.

## **Jour 13 – Lundi 3 Avril**

Nous prions pour que les chrétiens d'origine chinoise qui vivent aux côtés des Malais du Brunei aient le désir d'aller à la rencontre de leurs voisins musulmans. Remplis-les d'audace et d'amour pour partager l'espoir qu'ils ont en Toi.

## **Jour 14 – Mardi 4 Avril**

Nous prions pour ceux qui n'ont pas pu observer un jeûne total aujourd'hui. Seigneur, attire à Toi ceux qui sont incapables d'accomplir leurs devoirs religieux et révèle-leur la grâce qui se trouve en Jésus.

## **Jour 15 – Mercredi 5 Avril**

Nous prions pour les Malais du Brunei qui luttent en secret avec des soucis qu'ils ne peuvent partager avec d'autres. Seigneur, attire-les au lieu où ils pourront s'en remettre à Toi. (Psaume 55:22)

## **Jour 16 – Jeudi 6 Avril**

Nous prions pour les musulmans d'Asie du Sud-Est qui se trouvent à l'étranger pendant ce Ramadan, exposés à des cultures et à des croyances différentes. Père, donne-leur la possibilité d'entendre l'Évangile et d'y répondre favorablement.

## **Jour 17 – Vendredi 7 Avril**

Alors que les musulmans d'Asie du Sud-Est célèbrent la fin d'un autre jour de jeûne, que Ton Saint-Esprit les convainque que le péché ne peut être annulé par les bonnes œuvres.

## **Jour 18 – Samedi 8 Avril**

Nous prions pour les dirigeants des pays d'Asie du Sud-Est. Seigneur, révèle-Toi à eux par des rêves et des visions afin qu'ils puissent conduire leur peuple dans la vérité.

# Attendre & Veiller pour recevoir la *Puissance*

Vous savez...comment Dieu a oint du Saint Esprit et de force Jésus de Nazareth, qui allait de lieu en lieu faisant du bien et guérissant tous ceux qui étaient sous l'empire du diable, car Dieu était avec lui

Actes 10:37-38

Cette semaine, nous allons attendre et veiller avec les 6 à 8 millions de musulmans de Thaïlande. Ceux qui jeûnent constatent que leur corps s'est adapté et que leur esprit se tourne vers l'approche de *Laylat al Qadr*, la "Nuit du Destin". Les musulmans pensent que cette nuit aura lieu au cours des dix derniers jours du Ramadan et que leurs prières seront exaucées cette nuit-là. Il en résulte une intensité accrue de dévotion et de prière pendant ces dix derniers jours

Fatima dit au revoir à son mari, Hassan, alors qu'il se rend à la mosquée pour passer la nuit à prier et, parfois, à dormir. De nombreux hommes et garçons du village passent la nuit à la mosquée pendant les dix derniers jours du Ramadan, et Fatima espère que cette année, les prières sincères de son mari seront exaucées grâce à cette dévotion. Leur demande de longue date est qu'Allah puisse leur accorder la bénédiction d'un enfant. Certains dans le village disent que leur absence d'enfant est le résultat d'un péché secret, mais Fatima essaie de les ignorer. Ils ont dépensé une grande partie de leur argent pour des guérisseurs locaux, des amulettes et des voyages pour aller prier sur les tombes d'hommes saints. Ils avaient entendu dire que ces hommes de grande foi pouvaient intercéder en leur faveur auprès d'Allah depuis leur tombe. Jusqu'à présent, cependant, aucune de ces tentatives n'a fonctionné. Fatima espère, plus que jamais, que cette année, lors de la Nuit du Destin, lorsque les portes du Ciel s'ouvriront en grand, leurs prières ferventes seront entendues.

## **Jour 19 – Dimanche 9 Avril**

Seigneur, nous Te remercions pour Ton amour, Ta compassion et Ta puissance qui ont changé nos vies. Puissent les musulmans d'Asie du Sud-Est en faire l'expérience par eux-mêmes.

## **Jour 20 – Lundi 10 Avril**

Nous prions pour les chrétiens qui vivent parmi les musulmans thaïlandais. Seigneur, réponds à leurs prières pour satisfaire les besoins quotidiens de ceux qu'ils servent, démontrant ainsi l'amour et la puissance de l'Évangile de la grâce.

## **Jour 21 – Mardi 11 Avril**

Seigneur, nous prions pour que les musulmans connaissent Ton amour et Ta puissance - que ce soit par des rêves, des visions ou des prières exaucées - et qu'ils soient attirés dans une relation vivante avec Ton Fils.

## **Jour 22 – Mercredi 12 Avril**

Père, nous prions pour ceux qui se sentent désespérés et rejetés par des années de prières sans réponse. Aie pitié d'eux et réponds à leurs besoins les plus profonds.

## **Jour 23 – Jeudi 13 Avril**

Alors que débutent les dix derniers jours du Ramadan, nous prions pour ceux qui passent toute la nuit dans les mosquées d'Asie du Sud-Est. Seigneur, révèle-Toi à eux avec puissance.

## **Jour 24 – Vendredi 14 Avril**

Alors que les gens s'attendent à voir les portes du Ciel s'ouvrir cette semaine, nous nous souvenons de Ta promesse selon laquelle les portes du Ciel ne seront jamais fermées et que les nations marcheront à sa lumière. (Apocalypse 21:24-25)

## **Jour 25 – Samedi 15 Avril**

Seigneur, donne aux chrétiens le courage de prier pour et avec leurs amis, voisins et collègues musulmans pendant ce Ramadan.

# Attendre & Veiller le Réveil

Si quelqu'un est en Christ, il est une nouvelle créature. Les choses anciennes sont passées: voici, toutes choses sont devenues nouvelles!

2 Corinthiens 5:17 NIV

Cette semaine, nous attendons et veillons avec les Cham occidentaux au Cambodge - un groupe musulman minoritaire descendant directement de l'empire Champa d'Asie du Sud-Est qui a été détruit dans les années 1400. Ils ont fui vers le Cambodge à majorité bouddhiste, où ils vivent encore aujourd'hui, jouissant du droit de pratiquer leur foi ouvertement et librement. Alors qu'ils jeûnent cette semaine, ils se prépareront également pour l'*Aïd al-Fitr*, une célébration du renouveau spirituel qui, selon eux, accompagne la fin du Ramadan.

Dans un village situé sur les rives du Mékong, Samir le tailleur est assis dans sa maison en bois et coud. C'est la période la plus chargée de l'année pour Samir. La machine à coudre n'a pas cessé de tourner ces dernières semaines, car les gens ont commandé des chemises, des blouses et des jupes longues. Dans toute l'Asie du Sud-Est, les familles musulmanes commenceront les célébrations de l'*Aïd* la semaine prochaine avec des vêtements neufs assortis, afin de refléter le nouveau départ qu'offre la fin du ramadan. Samir est reconnaissant pour tout le travail fourni par les préparatifs de l'*Aïd*, car cela signifie qu'il peut se permettre d'arranger sa maison pour recevoir les invités qui viendront. Sa femme a déjà commencé à préparer du curry et des gâteaux, et demain il achètera de nouveaux billets de banque pour les distribuer aux enfants.

Samir est reconnaissant car Dieu voulant, cette année il aura réussi à terminer le jeûne. Si le mois de Ramadan est le moyen qu'Allah a choisi de lui donner la chance d'un nouveau départ, il l'accueillera avec gratitude. En retournant à sa pile de tissus, Samir se rappelle qu'il lui reste beaucoup de travail à faire avant d'être prêt pour le premier jour de l'*Aïd* - ce moment spécial où tout doit être sans tache ni ride, comme neuf.

## **Jour 26 – Dimanche 16 Avril**

Merci, Seigneur, pour le nouveau départ que Tu as rendu possible grâce à Jésus. Que la nouvelle de Sa venue se répande rapidement parmi les Chams occidentaux et les autres minorités musulmanes d'Asie du Sud-Est.

## **Jour 27 – Lundi 17 Avril**

Seigneur, donne aux musulmans d'Asie du Sud-Est de comprendre qu'être propre et neuf à l'extérieur ne signifie pas grand-chose sans un renouvellement intérieur par le Saint-Esprit.

## **Jour 28 – Mardi 18 Avril**

Aujourd'hui, nous prions pour les chrétiens cambodgiens. Seigneur, aide-les à surmonter la peur et à être prêts à écouter et à apprendre de leurs voisins musulmans, afin de pouvoir mieux les aimer.

## **Jour 29 – Mercredi 19 Avril**

Seigneur de la moisson, suscite davantage de chrétiens qui soient prêts à prier pour les Cham occidentaux et les autres groupes minoritaires musulmans et à les servir- en Asie du Sud-Est.

## **Jour 30 – Jeudi 20 Avril**

Seigneur, nous nous réjouissons d'apprendre que Tu attires à Toi des personnes du Cham occidental et d'autres minorités musulmanes. Seigneur, fortifie leur foi au milieu de la persécution qui viendra inévitablement.

## **Jour 31 – Vendredi 21 Avril**

Seigneur, alors que le dernier jour de jeûne se déroule dans toute l'Asie du Sud-Est, augmente notre faim pour savoir attendre et veiller avec encore plus de ferveur pour que Ton royaume vienne parmi les peuples musulmans.

# Attendre & Veiller pour le *Pardon*

Car je pardonnerai leur iniquité, Et je ne me souviendrai plus de leur péché.

Jérémie 31:34

Les Rohingyas, qui ont subi des années de persécution religieuse dans leur pays, ont cherché refuge dans des pays d'Asie et du monde entier. Cette semaine, nous célébrerons l'*Aïd al-Fitr* avec plus d'un million de Rohingyas qui vivent dans le plus grand camp de réfugiés du monde. Le pardon joue un rôle important pendant l'*Aïd*, non seulement le pardon divin mais aussi le pardon entre êtres humains. Alors que les Rohingyas tentent de marquer la fin du ramadan à l'intérieur du camp, les célébrations sont mêlées d'amertume et de chagrin. Pour eux, le défi pardon est réel et brut.

Khadija, une musulmane rohingya, n'a aucune chance de rentrer chez elle pour l'*Aïd el-Fitr* cette année, mais elle le fêtera de la manière la plus traditionnelle possible dans le camp de réfugiés. Dans son pays d'origine, son peuple n'était pas autorisé à célébrer l'*Aïd* en public, mais là où ils sont maintenant, ils peuvent le fêter avec du bruit et des couleurs dans le camp. Les filles de Khadija se peindront les mains les unes des autres au henné et la famille recevra des dons alimentaires de charité. Les garçons et les jeunes hommes en profiteront pour faire la fête, en jouant de la musique techno à fond à l'arrière de camionnettes louées. Quelle que soit la manière dont Khadija et sa famille célèbrent la fête tant attendue de l'*Aïd* aujourd'hui, tout se passera à l'intérieur des murs de bambou improvisés et dans des ruelles sales.

La partie préférée de Khadijah pour les célébrations de l'*Aïd* a toujours été la visite de la famille élargie et des amis. Dans le camp de réfugiés, les maisons sont nettoyées et des aliments spéciaux sont préparés pour être offerts aux invités. La première chose que font les musulmans lorsqu'ils se rencontrent pour l'*Aïd* est de répéter une salutation spéciale qui a pour but de se demander pardon pour les torts qu'ils se sont causés, de peur que des péchés non résolus ne leur soient imputés après leur mort. Si elle est honnête, Khadijah trouve qu'il est incroyablement difficile de pardonner aux autres les torts qu'ils lui ont causés. Elle espère que Dieu - le Tout Miséricordieux et le Très Miséricordieux - sera plus disposé à pardonner ses propres péchés qu'à pardonner ceux des autres.

Samedi 22 Avril – *Eid Mubarak!*

## Une Prière pour l'*Eid al-Fitr*

Père céleste, aujourd'hui nous prenons le temps de Te louer pour Ta volonté de pardonner. Nous prions pour les musulmans d'Asie du Sud-Est, afin qu'ils comprennent que Ton pardon est un don immérité, et non quelque chose qui peut être gagné par de bonnes œuvres.

Seigneur Jésus-Christ, nous Te remercions d'avoir rendu le pardon possible. Que Ta vie d'amour et Tes paroles de vérité atteignent les oreilles et les cœurs de tous les musulmans d'Asie du Sud-Est.

Esprit Saint, reconforte ceux qui se sentent indésirables et mal aimés en ce temps de l'Aïd. Transforme leur vie, afin qu'ils puissent pardonner aux autres comme ils ont été pardonnés, et hériter d'une maison éternelle, qui ne pourra jamais leur être enlevée.

Amen

# Une fois le Ramadan terminé...

Formez ou rejoignez un groupe de prière local qui se réunit régulièrement pour prier pour les musulmans, en particulier ceux d'Asie du Sud-Est. Pour plus d'informations, contactez nous sur [mailbox@howtoprayformuslims.org](mailto:mailbox@howtoprayformuslims.org).

Le jeûne ne se termine pas avec l'Aïd al-Fitr. De nombreux musulmans jeûnent le lundi et le jeudi. Pourquoi ne pas choisir un jour de la semaine pour jeûner régulièrement lors d'un repas et en profiter pour prier pour les musulmans d'Asie du Sud-Est ?

Mettez du piquant dans vos repas ! Une fois par mois, faites le tour du supermarché asiatique le plus proche et cuisinez quelque chose que vous n'avez jamais essayé auparavant !

Visitez le site 'Un peuple Aimé' sur [www.apeopleloved.com](http://www.apeopleloved.com) pour trouver des informations pour vous aider à prier pour les Musulmans qui vivent en Asie du Sud-Est.

Utilisez le guide de prière 'Comment prier pour les Musulmans' disponible en téléchargement sur [www.howtoprayformuslims.org](http://www.howtoprayformuslims.org).

Enregistrez-vous ou regardez des vidéos sur l'Asie du Sud-Est et les Musulmans sur le site de prière: [www.prayercast.com](http://www.prayercast.com).

Recyclez ce guide de prière – continuez d'utiliser les prières tout au long de l'année.