Ces deux jours, le Messager d’Allah (sur lui la paix et le salut) a interdit de les jeûner : le jour où vous rompez votre jeûne et celui où vous mangez de ce que vous avez sacrifié !

Abû ‘Ubayd, l’esclave affranchi d’ibn Azhar a dit : « J’assistai à la fête avec ‘Umar ibn al-Khaṭṭâb (qu'Allah l'agrée) qui a dit : « Ces deux jours, le Messager d’Allah (sur lui la paix et le salut) a interdit de les jeûner : le jour où vous rompez votre jeûne et celui où vous mangez de ce que vous avez sacrifié ! »
[Authentique] [Rapporté par Al-Bukhârî et Muslim]

Allah, à Lui la Puissance et la Grandeur, a désigné deux jours comme étant les fêtes des musulmans, chacun étant lié à une pratique cultuelle. Tout d’abord, la fête de la rupture du jeûne (« ‘Îd al-Fiṭr »). Lors de celle-ci, il incombe au musulman de manger afin d’exprimer sa reconnaissance envers Allah, à Lui la Puissance et la Grandeur, pour lui avoir permis d'accomplir pleinement le jeûne et d'extérioriser ce bienfait qu’est la rupture du jeûne qu’Allah a ordonné et qui vient clore celui-ci. En effet, Allah, Exalté soit-Il a dit : {(...Afin que vous en complétiez le nombre de jours et que vous proclamiez la grandeur d’Allah pour vous avoir guidés et pour que vous soyez reconnaissants.)} [Coran : 2 /185]. L’autre jour est la fête liée aux offrandes et aux sacrifices (« ‘Îd al-Aḍḥâ »). Lors de celle-ci, les gens font des offrandes, sacrifient des bêtes et rendent manifestes les cultes prescrits par Allah en mangeant de tout cela. Il est donc obligatoire au musulman de manger lors de ces deux jours et il lui est interdit de jeûner.

https://www.sunnah.global/hadeeth/fr/show/4527