

Ramadan 1441

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*In the name of God, Most Gracious, Most Merciful*

# Submitters Perspective

Monthly Bulletin of the  
International Community of  
Submitters



Published by **Masjid Tucson**

**Mai 2020**

## **COVID19, un test, une opportunité**

Dieu dirige tout. C'est quelque chose dont nous essayons de nous souvenir. Surtout quand on pense à la pandémie de COVID19 dans laquelle nous sommes. Chaque jour, les nouvelles décrivent une histoire qui continue à changer. Et même si nous ne savons pas comment cette histoire va se terminer, nous savons qu'il y a une bonne raison à tout (18:66-82). Et de savoir que c'est une bénédiction. Comme c'est une bénédiction de savoir que nous pouvons nous soumettre à Dieu et mettre notre confiance en Lui. Nous demandons donc la protection et l'aide de Dieu, sachant que Lui seul peut nous protéger et nous protéger.

*[1:5] Toi seul nous adorons, à Toi seul nous demandons de l'aide.*

*[13:11] Des équipes (d'anges) se relaient, restant avec chacun de vous – ils sont devant vous et derrière vous. Ils restent avec vous et vous gardent conformément aux ordres de **Dieu**. Ainsi, **Dieu** ne change pas la condition des gens à moins qu'ils ne prennent eux-mêmes la décision de changer. Si **Dieu** veut la moindre épreuve difficile pour les gens, aucune force ne peut l'arrêter. Car ils n'ont personne à côté de Lui comme Seigneur et Maître.*

En tant que test, la pandémie fait ressortir la foi des gens ou leur manque de foi. Que faisons-nous ? Comment pensons-nous ? Trouvons-nous du réconfort dans la prière ?

Trouvons-nous du réconfort dans le désinfectant pour les mains ou dans l'achat de choses dont nous pensons avoir besoin ? Sommes-nous impuissants face à ce qui se passe ? Ou demandons-nous l'aide de Dieu et le remercions pour sa grâce et sa miséricorde continues à notre égard ?

Le Coran nous apprend que certaines personnes se souviennent de Dieu pendant les tests mais l'oublient lorsqu'elles sont en sécurité.

*[17:67] Si vous êtes affligés au milieu de la mer, vous oubliez vos idoles et L'implorez sincèrement Lui seul. Mais dès qu'Il vous sauve sur le rivage, vous retournez à l'idolâtrie. En effet, l'être humain est ingrat.*

Nous ne voulons pas faire cela. Nous ne voulons pas non plus faire partie de ceux qui se découragent face à l'adversité (17:83, 30:36, 41:49, 70:20).

*[30:36] Quand nous comblons les gens de miséricorde, ils s'en réjouissent. Mais quand l'adversité s'abat sur eux, comme conséquence de leurs propres œuvres, ils deviennent abattus.*

Au contraire, lors des épreuves, nous devrions implorer Dieu (6:42-43, 7:94), chercher son pardon (38:24). Et se souvenir et commémorer Dieu (8:45).

Si nous faisons de notre mieux pour être justes, alors les événements que nous ne comprenons pas peuvent être une bénédiction déguisée (18:71-82). Il y a une bonne raison à tout.

*[6:42] Nous avons envoyé (des messagers) aux communautés d'avant vous, et nous les avons testées par de l'adversité et des épreuves difficiles, afin qu'ils puissent implorer. [6:43] Si seulement ils avaient imploré lorsque notre test les a affligés !...*

*[8:45] Ô vous qui croyez, quand vous rencontrez une armée, vous tiendrez bon et commémorerez **Dieu** fréquemment, pour que vous puissiez réussir.*

Nous apprenons également qu'une des "fonctions" de l'adversité et des catastrophes est de ramener les gens à Dieu. Afin que nous puissions reconnaître les erreurs de nos habitudes et revenir aux bonnes œuvres (30:41).

*[30:41 Des désastres se sont propagés partout sur terre et mer, à cause de ce que les gens ont perpétré. Il les laisse ainsi goûter aux conséquences de certaines de leurs œuvres, afin qu'ils puissent revenir (aux bonnes œuvres).*

Et beaucoup de gens se tourneront vers Dieu, ce qui est bon. Par exemple, quand j'ai regardé sur Internet, beaucoup de gens partageaient des prières de supplication à Dieu.

Et des versets nous rappelant de mettre notre confiance en Dieu, et que Dieu nous protégera. Et ces versets proviennent de l'Ancien Testament, du Nouveau Testament et du Testament final (le Coran). Merci à Dieu pour ces rappels.

*[Exode 15:26] Il dit : « Si tu écoutes attentivement l'Éternel, ton Dieu, si tu fais ce qui est droit à ses yeux, si tu prêtes l'oreille à ses commandements et si tu obéis à toutes ses prescriptions, je ne te frapperai d'aucune des maladies dont j'ai frappé les Égyptiens, car je suis l'Éternel, celui qui te guérit. »*

*[Psaume 56:9] Tu comptes les pas de ma vie errante. Recueille mes larmes dans ton outre : ne sont-elles pas inscrites dans ton livre ?  
[Psaume 56:10] Mes ennemis reculent, le jour où je crie à toi ; je sais que Dieu est pour moi.*

*[Psaume 91:1-12] Celui qui habite sous l'abri du Très-Haut repose à l'ombre du Tout-Puissant.  
Je dis à l'Éternel : « Tu es mon refuge et ma forteresse, mon Dieu en qui je me confie ! »*

*Oui, c'est lui qui te délivre du piège de l'oiseleur et de la peste dévastatrice.*

*Il te couvrira de ses ailes et tu trouveras un refuge sous son plumage. Sa fidélité est un bouclier et une cuirasse.*

*Tu ne redouteras ni les terreurs de la nuit ni la flèche qui vole durant le jour,*

*ni la peste qui rôde dans les ténèbres ni le fléau qui frappe en plein midi.*

*Si 1 000 tombent à côté de toi et 10 000 à ta droite, tu ne seras pas atteint.*

*Ouvre seulement les yeux, et tu verras la punition des méchants.*

*« Oui, tu es mon refuge, Éternel ! » Tu fais du Très-Haut ta retraite ?*

*Aucun mal ne t'arrivera, aucun fléau n'approchera de ta tente,*

*car il donnera ordre à ses anges de te garder dans toutes tes voies.*

*Ils te porteront sur les mains, de peur que ton pied ne heurte une pierre.  
[1 Jean 4:18] Là où se trouve l'amour de Dieu, il n'y a pas de peur, car  
l'amour parfait de Dieu chasse la peur.*

*[1 Pierre 5:7] Laissez-lui tous vos soucis, car il prend soin de vous.*

*[3:173] Quand les gens leur disent : « Des gens se sont mobilisés contre  
vous ; vous devriez les craindre. » Ceci ne fait que renforcer leur foi, et ils  
disent : « **Dieu** nous suffit ; Il est le meilleur Protecteur. »*

*[10:61] Tu ne te mets dans aucune situation, et tu ne récites aucun  
Qoran, et vous ne faites rien, sans que nous en soyons témoins au  
moment où vous le faites. Pas même le poids d'un atome n'est hors du  
contrôle de ton Seigneur, que ce soit dans les cieux ou la terre. Et il n'y a  
rien non plus de plus petit qu'un atome, ou de plus grand, qui ne soit  
enregistré dans un profond enregistrement.*

Le bonheur : maintenant et pour toujours\*

*[10:62] Absolument, les alliés de Dieu n'ont rien à craindre, et ils ne  
seront pas peïnés.*

*[10:63] Ils sont ceux qui croient et mènent une vie droite.*

*[10:64] Pour eux, joie et bonheur dans ce monde, ainsi que dans  
l'Au-delà. Ceci est l'invariable loi de Dieu. Tel est le plus grand triomphe.*

\* 10:62-64 La plupart des gens pensent qu'ils doivent attendre jusqu'au  
Jour de la Résurrection avant de recevoir leurs récompenses pour la  
droiture, ou la rétribution pour leur méchanceté. Mais le Qoran assure à  
maintes reprises aux croyants qu'ils ont la garantie du bonheur parfait, ici  
dans ce monde, maintenant et pour toujours. A la fin de leur temps ici, ils  
vont directement au Paradis (voir l'Appendice 17).

*[86:4] Absolument, tout le monde est bien gardé.*

Il est très rassurant de savoir que Dieu promet de protéger les soumis.  
Dieu merci. Il nous aide à mieux respirer pendant la journée et à mieux  
dormir la nuit.

Mais l'histoire ne s'arrête pas là. Il y a du travail à faire. La soumission à  
Dieu est un processus continu. Nous devons consacrer chaque jour notre  
vie et notre culte absolument à Dieu seul (6:162).

Nous ne devons pas prendre les choses pour acquises parce que nous péchons tous et faisons des erreurs. Satan tentera de nous faire oublier Dieu ou de nous faire croire que nous sommes déjà sauvés (que Dieu nous protège de cela). Ou nous rendre fiers des bienfaits de Dieu sur nous, qu'il s'agisse de provisions, de santé ou de bonheur. Et Dieu n'aime pas ceux qui sont vantards, orgueilleux (57:20-23). Si Dieu le veut, nous nous rappellerons que tout ce qui est bon dans notre vie vient de Dieu. Et nous le remercierons.

Pour résumer, comme les tests à l'école, les tests de l'âme nous montrent nos scores en fonction de nos réponses. Ainsi, si nous devons noter notre propre réponse au test COVID19, quel score nous donnerions-nous ? Est-ce que nous pensons au virus la plupart du temps ? Ou nous souvenons-nous de Dieu la plupart du temps (4:103, 7:205) ? Apprécions-nous ses bénédictions et sa protection continue (2:152) ? Chacun de nous doit se remettre en question.

Si nous n'allons pas bien, quel est le remède ? Cela semble simple. Adorer Dieu seul ! Et nous devrions continuer à prier et à penser à Dieu autant que nous le pouvons. C'est ce que nous devrions faire tout au long de l'année. Mais tout ce qui arrive devrait nous donner une raison supplémentaire de penser à Dieu, de prier et de remercier Dieu.

Que Dieu nous aide à travailler dur, à mener une vie juste, à être inébranlable et à nous souvenir fréquemment de Lui. Certains jours peuvent être plus difficiles. Mais faisons de notre mieux et implorons-Le de nous aider, sachant que Dieu dirige tout.

*[1:5] Toi seul nous adorons, à Toi seul nous demandons de l'aide.*

*[2:45] Vous chercherez de l'aide dans la constance et les Prières de Contact (Salat). Ceci est difficile en effet, mais pas tant pour ceux qui sont révérencieux,*

*[11:11] Quant à ceux qui persévèrent avec constance et mène une vie droite, ils méritent le pardon et une généreuse récompense.*

*[33:41] Ô vous qui croyez, vous vous souviendrez de Dieu fréquemment.\**

*[33:42] Vous Le glorifierez jour et nuit.*

\* 33:41-42 Votre dieu est ce qui occupe vos pensées la plupart du temps. D'où le commandement de commémorer Dieu et de Le glorifier jour et nuit. Voir l'Appendice 27.

Faiz

## REFORMULER NOTRE RÉPONSE

"Entre le stimulus et la réponse, il y a un écart. Dans cet écart se trouve notre pouvoir de choisir notre réponse. C'est dans notre réponse que se trouvent notre croissance et notre liberté". - Viktor E. Frankl, psychologue.

Si nous regardons dans le Coran les histoires de certains des messagers, tels que Job, Noé, Abraham, Jonas et Lot, nous pouvons voir des exemples de la façon dont ces personnes ont répondu aux épreuves et aux joies de leur vie. La sourate 21, les Prophètes, raconte un grand nombre de ces histoires. [21:25] *Nous n'avons envoyé de messagers avant toi qu'avec l'inspiration : « Il n'y a aucun dieu excepté Moi ; vous M'adorez Moi seul. »*

Ils savaient, tout comme nous, que Dieu est maître de tout (4:126, 55:29). Moïse et Aaron ont dû faire face à de dangereux défis lorsqu'ils sont allés voir Pharaon (26:10-29), mais ils y sont allés. Abraham a dû affronter non seulement son père, mais aussi toute sa communauté. Il a brisé leurs statues et a fait face à leur colère (21:51-70). Mais même lorsqu'ils ont menacé de le jeter au feu, sa réponse a été "*Je vais à mon Seigneur, il me guidera*". (37:99).

Lot a fait face à des dépravés méchants et leur a tenu tête (21:74-5). Face au mal, Noé a exhorté son peuple à se tourner vers Dieu (71:1-9). Job était assailli de difficultés (38:41), mais il n'a jamais faibli dans sa dévotion à Dieu. Jonas avait tellement peur de sa mission qu'il l'a abandonnée. Mais à la fin, il savait qu'il ne pouvait pas échapper à Dieu et il s'est repenti et a été sauvé (21:87-88 ; 37:139-148).

David et Salomon représentent ceux qui ont reçu de vastes ressources et des talents particuliers (21:78-82). Leur réponse à ces dons a été d'adorer Dieu seul et d'apprécier ses bénédictions à leur égard (38:30-40).

Tous ces messagers savaient la chose la plus importante :

*[21:92] Votre congrégation n'est qu'une seule congrégation, et Moi seul suis votre Seigneur ; vous M'adorerez Moi seul.*

Dieu est celui qui pourvoit à nos besoins et nous protège, quelle que soit la situation dans laquelle nous nous trouvons. Nous devons nous tourner vers Dieu, utiliser ce moment entre le "stimulus" et (notre) "réponse" pour reconnaître que Dieu est aux commandes.

*[20:98] Votre seul dieu est **Dieu** ; Celui à côté de qui il n'y a aucun autre dieu. Son savoir embrasse toutes choses.*

### **Point de vue**

"Il y a des choses connues et des choses inconnues, et entre les deux, il y a les portes de la perception." - Aldous Huxley

"Rejetez votre sentiment de blessure et la blessure elle-même disparaît."  
- Marc-Aurèle

"Soyez reconnaissants pour ce que vous avez ; vous finirez par en avoir plus. Si vous vous concentrez sur ce que vous n'avez pas, vous n'en aurez jamais assez". - Oprah Winfrey

"Ce que nous voyons dépend principalement de ce que nous recherchons." - John Lubbock

Notre point de vue sur une situation donnée influencera grandement notre réaction à celle-ci. La bonne nouvelle, c'est qu'avec l'aide de Dieu, nous pouvons apprendre à changer notre façon de voir une situation. Cela peut à son tour améliorer notre réponse. Les psychologues appellent cela l'exercice d'un changement cognitif dans le but d'aider à réguler ses émotions (Gross 2001). Par exemple, supposons que vous marchiez dans l'allée d'une épicerie et que quelqu'un vous fasse une grimace. Vous pouvez vous laisser emporter. Ou vous pouvez le saluer en vous disant : "Peut-être qu'il ne se sent pas bien". Ou, pour adapter un exemple tiré du journal "Gross", si quelqu'un vous coupe la route, vous pouvez crier ou vous venger. Ou vous pouvez penser : "Peut-être qu'ils se précipitent pour une interview ou une urgence", les laisser passer et remercier Dieu de vous avoir protégé. Si vous les laissez passer, vous vous sentirez

probablement beaucoup mieux dans quelques semaines (si vous vous souvenez encore de cette situation).

Faisons un exercice. On vous montre une photo d'une femme qui pleure à l'extérieur de la masjid.

Que pensez-vous qu'il vient de se passer - pourquoi la femme pleure-t-elle ? Certaines personnes sont tristes parce qu'elles pensent qu'il y a eu un enterrement et qu'un membre de la famille de la femme manque à l'appel. Maintenant, "recadrons" ce scénario en considérant plutôt qu'il y a eu un mariage et que ce sont des larmes de joie. Le fait est que nous pouvons souvent considérer la même situation de plusieurs façons différentes. Ce qui semble être un problème, peut être une "bénédiction déguisée" (7:94-96). Et c'est généralement à nous de décider de la manière dont nous réagissons à la situation.

Cela signifie que nous pouvons envisager n'importe quelle situation, même une pandémie mondiale, de différentes manières. Nous pouvons nous complaire dans la misère et le négativisme, ne voyant que la mort et la destruction. Ou nous pouvons y reconnaître la main de Dieu, sachant que si nous persévérons avec constance, Dieu nous en sortira. Nous pouvons "recadrer" la situation à la lumière de Dieu et du Coran et choisir une réponse meilleure et plus positive.

Dieu nous donne beaucoup de points positifs dans le Coran à regarder.

*[10:55] Absolument, à Dieu appartient tout dans les cieux et la terre. Absolument, la promesse de Dieu est vérité, mais la plupart d'entre eux ne savent pas. [10:56] Il contrôle la vie et la mort, et à Lui vous serez ramenés. [10:57] Ô gens, un éclaircissement est venu à vous en ceci de la part de votre Seigneur, et une guérison pour tout ce qui trouble vos cœurs, et une guidance, et une miséricorde pour les croyants. [10:58] Dis : « Dans la grâce de **Dieu** et dans Sa miséricorde ils devront se réjouir. » Ceci est de loin meilleur que toute richesse qu'ils peuvent accumuler.*

*[10:60] Ne vient-il jamais à l'esprit de ceux qui fabriquent des mensonges au sujet de Dieu qu'ils auront à Lui faire face au Jour de la Résurrection ? Certainement, Dieu couvre les gens de Sa grâce, mais la plupart d'entre eux sont ingrats. [10:61] Tu ne te mets dans aucune situation, et tu ne récites aucun Qoran, et vous ne faites rien, sans que nous en soyons témoins au moment où vous le faites. Pas même le poids d'un atome n'est hors du contrôle de ton Seigneur, que ce soit dans les cieux ou la terre. Et il n'y a rien non plus de plus petit qu'un atome, ou de plus grand, qui ne soit enregistré dans un profond enregistrement.*

*[10:62] Absolument, les alliés de Dieu n'ont rien à craindre, et ils ne seront pas peïnés. [10:63] Ils sont ceux qui croient et mènent une vie droite. [10:64] Pour eux, joie et bonheur dans ce monde, ainsi que dans l'Au-delà. Ceci est l'invariable loi de **Dieu**. Tel est le plus grand triomphe.*

*[9:21] Leur Seigneur leur donne la bonne nouvelle : la miséricorde et l'approbation de Sa part, et des jardins où ils se réjouissent dans une éternelle félicité.*

*[32.17] Vous n'avez pas idée combien de joie et de bonheur vous attendent en récompense de vos (bonnes) œuvres.*

*[3:15] Dis : « Laissez-moi vous informer d'une bien meilleure affaire : pour ceux qui mènent une vie droite, réservés auprès de leur Seigneur, sont des jardins aux cours d'eau ruisselants, et des époux purs, et de la joie dans les bénédictions de **Dieu**. » **Dieu** est Voyant de Ses adorateurs.*

Nous pouvons profiter de ce moment entre le stimulus et la réponse pour penser à Dieu et nos cœurs se réjouiront. *[13:28] Ils sont ceux dont les cœurs se réjouissent en se souvenant de **Dieu**. Absolument, en se souvenant de **Dieu**, les cœurs se réjouissent.*

#### *Reference*

Gross, J. J. (2001). Emotion Regulation in Adulthood: Timing Is Everything. *Current Directions in Psychological Science*, 10(6).

Kenan

**COVID19 HUMOUR**



Je comprends enfin pourquoi les chiens sont si excités quand ils voient une porte ouverte.



se rétablir très vite



La quarantaine nous a transformés en chiens.

Nous sommes confinés à la maison.

Les heures de repas sont le point culminant de notre journée.

On nous dit "Non !" si nous nous approchons trop des étrangers.

Et nous sommes très excités par les balades en voiture !

*Le bonheur est  
La soumission à Dieu seul*

Traduction française faite avec l'aide de DeepL. Verset du Coran en français issu de <https://submission.org/QI> . Version française avec texte arabe / traduit de la traduction anglaise autorisée de Rashad Khalifa

<https://www.masjiduntucson.org/publications/books/sp/2020/may/page1.html>

MASJID TUCSON United Submitters International

PO Box 43476 Tucson AZ 85733-3476 USA

Tel/Fax: (520) 323 7636

Masjid Tucson site: <http://www.masjiduntucson.org>

Masjid Tucson e-mail: [info@masjiduntucson.org](mailto:info@masjiduntucson.org)