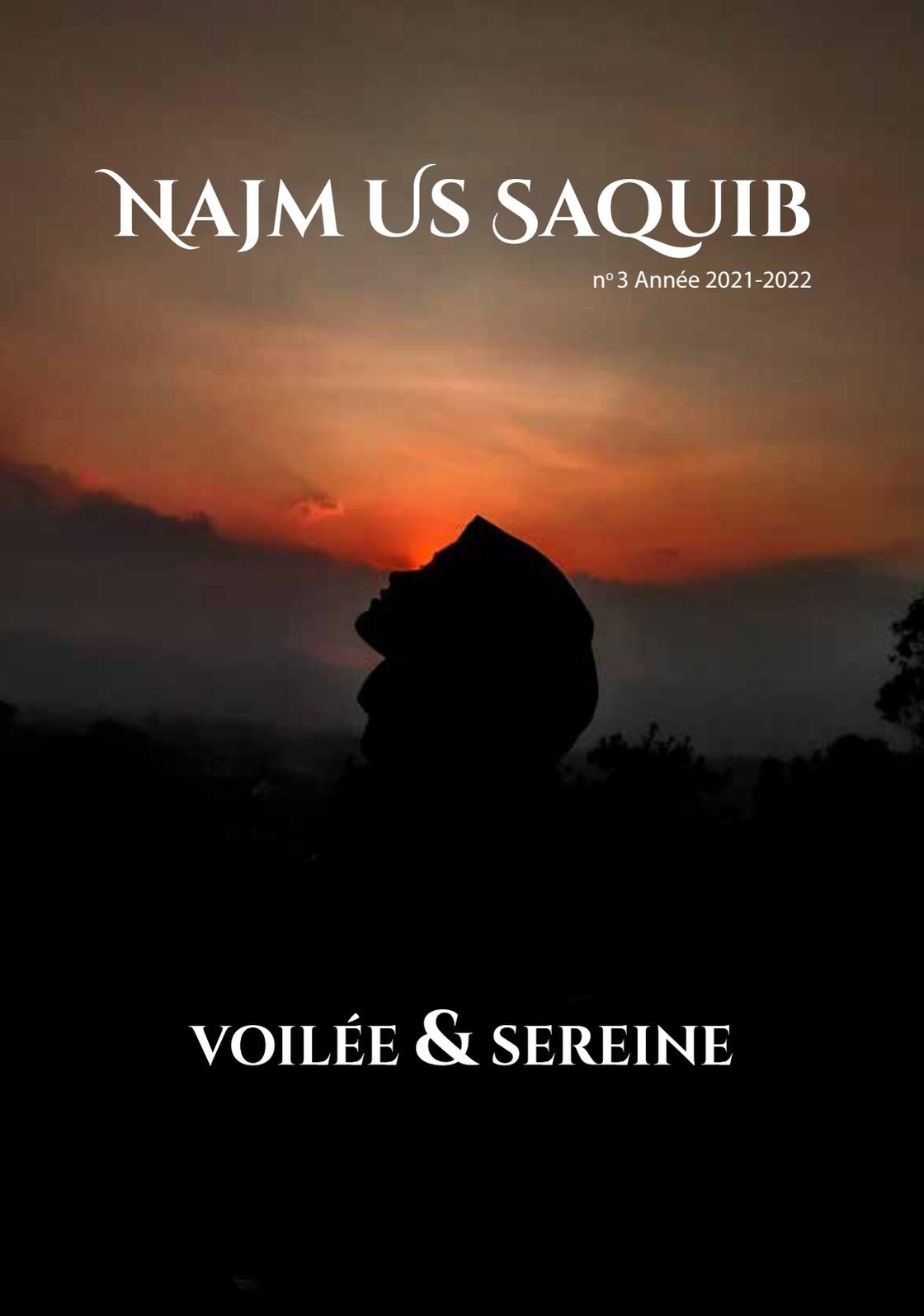


NAJM US SAQUIB

n° 3 Année 2021-2022

A silhouette of a woman wearing a headscarf is shown in profile, looking upwards. The background is a dramatic sunset sky with warm orange and red tones near the horizon, transitioning to a darker, blueish-grey at the top. The overall mood is serene and contemplative.

VOILÉE & SEREINE



Le serment d'allégeance de la Lajna Ima'illah

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ
وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ

**Ash-hadu Alla ilaha illAllāhu Wahdahu La Sharika Lahu Wa
Ash-hadu Anna Muhammadan Abduhu Wa Rasuluhu.**

Je témoigne qu'il n'y a d'autre Dieu excepté Allāh. Il est Unique et sans partenaire. Et je témoigne que Muhammad (paix et bénédiction d'Allāh soient sur lui - pssl) est Son Serviteur et Son Messager.

J'affirme que je serai toujours prête à sacrifier ma vie, mes biens, mon temps et mes enfants pour la cause de la foi et de la nation.

J'adhérerai à la vérité et je serai toujours prête à faire tout sacrifice pour la perpétuité du Khilafat e Ahmadiyya, Insh'Allāh.



Sommaire

Verset du Saint Coran <i>Sourate Al-Hajj, verset 79</i>	04
Ahadith <i>La modestie vous rend belle</i>	05
Malfoozat <i>La deuxième condition du bai'at</i>	06
Perles de Sagesse <i>Les médias sociaux</i>	07
Éditorial	08
Les Lajna se confient...(première partie)	10
Modestie & Moralité	12
Les Lajna se confient...(deuxième partie)	16
La beauté du voile	18
Les Lajna se confient...(troisième partie)	22
L'ironie d'interdire le voile	24
Les Lajna se confient...(quatrième partie)	28
AMWSA <i>Pourquoi choisir le système d'éducation STEM ?</i>	30
Bien-être et Santé <i>Le dépistage du cancer du sein : quelle importance ?</i>	32
Le Calendrier de la Lajna Ima'illah Nationale <i>De mars à mai 2022</i>	34
En cuisine <i>Briani poulet</i>	38

Verset du Saint Coran

Sourate Al-Hajj, verset 79

وَجَاهِدُوا فِي اللَّهِ حَقَّ جِهَادِهِ ۗ هُوَ اجْتَبَاكُمْ وَمَا جَعَلَ عَلَيْكُمْ فِي الدِّينِ مِنْ حَرَجٍ

« Et lutez dans *la cause* d'Allāh comme il se doit. Il vous a choisis, et Il ne vous a imposé aucune difficulté en matière de religion [...] »

Commentaires

« Lutez dans la cause d'Allāh » signifie faire le jihad, qui peut être de trois sortes. Premièrement, le jihad qu'on mène contre soi-même, est appelé le plus grand jihad (Jihad Akbar), suivi du jihad qui est mené contre Satan et les enseignements et desseins sataniques, et qui est appelé le grand jihad (Jihad Kabeer). Troisièmement, le jihad qui est mené contre l'ennemi de la liberté de conscience, est appelé le petit jihad (Jihad Asghar).

Selon un hadith, le Saint Prophète (pssl), de retour d'une expédition (Tabuk), a dit :

« Nous revenons du Jihad Asghar (combat) au Jihad Akbar (lutte contre soi-même). » (Kashaf)

Les mots « Il vous a choisis et ne vous a imposé aucune contrainte en matière de religion » montrent que si, d'une part, les musulmans ont le devoir sacré de prêcher leur religion, d'autre part, ils signifient que l'islam est une religion simple, pratique et réalisable et qu'il n'y a rien dans ses com-

mandements que l'homme ne puisse facilement mettre en pratique. Ces paroles montrent également que la loi ou la charia n'a pas été révélée pour imposer un fardeau à l'homme, comme le disent certains, mais, au contraire, pour alléger ses fardeaux, briser les chaînes et les entraves avec lesquelles il s'est enchaîné et l'élever moralement et spirituellement.

En commentant sur ce verset, Huzoor (qu'Allāh lui accorde Son aide - aba) nous explique que du plus petit au plus grand, tous les commandements coraniques nous apportent miséricorde et bénédictions. C'est la pensée de l'humanité qui est fautive, les mots de Dieu ne peuvent pas être faux. De nos jours, nous voyons que la majorité des gens s'éloignent de la religion. Par conséquent, leur critère du bien et du mal a également changé. Par exemple, nous voyons que la nudité est en hausse, tant chez les hommes que chez les femmes, au nom de la liberté et de la mode. Huzoor (aba) dit que certaines filles ahmadies m'écrivent pour demander le pourquoi de la pudeur en islam ? Pourquoi la pudeur est-elle nécessaire en islam



? Pourquoi ne pouvons-nous pas nous habiller comme les européennes, en jeans et T-shirt ?

Huzoor (aba) dit que si nous proclamons que nous sommes musulmans et que nous sommes fermes sur la religion, alors ces restrictions sont nécessaires. Nous devons également agir selon les commandements du Saint Prophète (pssl). Le Messie Promis (que la paix soit sur lui - as) a dit que la modestie fait partie de la foi. Pour sauver notre foi, le voile et une tenue modeste sont nécessaires. Si, au nom de la liberté et du progrès, les pays avancés ont renoncé à la pudeur, c'est qu'ils se sont également éloignés de la religion. Ainsi, une fille ahmadié qui a accepté le Messie Promis (as) a fait le serment de donner la préférence à la religion sur les affaires du monde.

Le Messie Promis (as) a dit : « Voyez un tant soit peu l'état moral de ces pays où règne

cette liberté. J'admettrai que je suis en tort si cette licence et cette impudicité ont accru leur chasteté et leur pureté. Or, il est évident que de grands dangers guettent les jeunes hommes et les jeunes femmes se côtoyant dans un environnement libre et mixte. On est disposé à lancer des regards lascifs et à être emporté par ses passions charnelles. En dépit du port du voile, l'on commet transgression et actes de débauche : que se passerait-il si on accordait la liberté ?

Les hommes [d'aujourd'hui] sont à l'instar des chevaux débridés : ils ne craignent pas Dieu, ne croient pas à [l'existence de la vie dans] l'au-delà et ont fait de leurs plaisirs matériels leurs dieux. »

(The Holy Quran with English translation and commentary, vol. 4, pp. 1772-1774, Truth about Ahmadiyyat par B.A. Rafiq et extrait du sermon du vendredi 13 janvier 2017)

Ahadith

La modestie vous rend belle

Le Saint Prophète (pssl) a dit : « L'indécence rend son auteur disgracieux, tandis que la modestie et la pudeur donnent à la personne modeste une beauté intérieure et extérieure et la rendent belle. »

(Tirmadhi Kitabul Birr wa Sila Bab maja'a fil Fuhsh wal Tafahhush, hadith 1974)

Un hadith nous informe que Dieu couvre le croyant d'innombrables couvertures. Chaque fois qu'un croyant commet un péché, une couverture est déchirée jusqu'à ce qu'il ne reste plus de couverture. C'est

alors que Dieu dit à Ses anges de couvrir Son serviteur de leurs ailes. Si le croyant se repent après avoir été couvert par les anges, Allâh rétablit les couvertures ; en fait, Il les rétablit neuf fois. Cependant, si le croyant ne se repent pas, Dieu dit aux anges de l'abandonner. C'est à ce moment-là que tous les manquements et les péchés de la personne sont mis en évidence.

(hadith cité dans le sermon du vendredi 27 mars 2009)

Malfoozat

La deuxième condition du bai'at

Le Messie Promis (as) dit :

« Ne vous approchez pas de l'adultère. C'est-à-dire, évitez toutes les occasions qui créent de telles pensées en vos esprits. Évitez tous les moyens qui risquent de vous entraîner vers un tel péché. Quiconque commet un tel péché est arrivé à la limite du péché. L'adultère est une très mauvaise chose. Elle vous empêche d'atteindre votre véritable objectif et est imprégnée de risques majeurs. Celui qui se trouve dans l'impossibilité de se marier doit essayer de préserver sa chasteté par d'autres moyens ; par exemple, il doit jeûner ou réduire sa consommation alimentaire ou faire des travaux physiques durs.

(Islami Usul ki Philosophy, Ruhani Khaza'in, vol. 10, p. 342)

« Dans le Saint Coran, il est dit que les croyants doivent restreindre leur regard et préserver leur *furuj*. Cela est plus pur pour eux. *Furuj* ne fait pas référence uniquement aux parties privées. Il implique toutes les entrées dans le corps, les oreilles incluses. Il a été défendu d'écouter la chanson d'une femme qui n'a aucun lien de parenté avec vous. Souvenez-vous, des milliers d'expériences l'ont prouvé : si Dieu a défendu quelque chose, l'homme doit tôt ou tard la délaissier. »

(Malfoozat, vol. 7, p. 135)

« L'Islam a enjoint aux hommes de même qu'aux femmes d'observer ces conditions. Tout comme les femmes sont enjoins de porter le voile, de même, les hommes sont enjoins de baisser leur regard. La *Salat* (la prière obligatoire), le jeûne, la *Zakat* (la charité obligatoire), le *Hajj* (le pèlerinage), la distinction entre *halal* (ce qui est permis) et *haram* (ce qui est défendu), éviter des coutumes non-islamiques pour honorer les injonctions de Dieu, voilà des commandements qui font que la porte de l'Islam soit très étroite et c'est pour cette raison que tout le monde ne peut y entrer. »

(Malfoozat, nouvelle édition, vol. 5, p. 614)



Perles de Sagesse

Les médias sociaux

Hadrat Mirza Masroor Ahmad (aba) dit :

« De nos jours, les nouvelles inventions et les nouveaux moyens de communication ont changé l'environnement et les valeurs sociales, ce qui a entraîné l'apparition de nouveaux maux, dont la principale raison est le manque de modestie. Actuellement, sur les médias sociaux tels que WhatsApp, Facebook, Twitter et Instagram, etc., les dames et les filles ahmadies ne postent pas seulement des photos de leur visage, mais aussi de leurs mains, de leurs cheveux, de leur cou et de leur taille, etc. et la tendance à cela augmente, ce qui devrait être une source d'inquiétude. »

« S'il ne s'agit là pas d'une régression morale et d'une dégradation extrême, alors qu'est-ce que c'est ? Dans cet état de régression et de dégradation morale, un Ahmadi doit enseigner le haut niveau de moralité et de vertu. »

À de nombreuses reprises dans ses sermons, ses discours et ses classes, Huzoor (aba) a attiré l'attention des Lajna et des Nasirat sur le fait qu'il s'agit d'une question sérieuse et inquiétante. Nous encourageons vivement nos sœurs à lire le livre "Social Media" qui est une compilation des sermons de Hadrat Khalifatul Masih V publiée en 2018, prodiguant des conseils aux Lajna et Nasirat sur l'utilisation des médias sociaux.

(Lettre adressée à la 'Lajna Section' datée le 30 août 2017 et extrait du sermon de clôture à l'occasion de la Jalsa Salana de l'Allemagne le 26 juin 2011)

Éditorial

Contraintes ou Sacrifices ?



Les enseignements de l'islam présentent un code de vie à l'homme qui le mène de son état naturel jusqu'à un comportement civilisé pour, finalement, le faire atteindre l'excellence des qualités morales. Le but du Saint Coran était de le transformer d'un état primitif en être humain, et de là, de l'imbiber de qualités morales, pour le propulser à l'ultime stage d'un dévot de Dieu.

Le chapitre 24 du Saint Coran (An-Nur) stipule un règlement complet sur la préservation de la modestie, qui en constitue le thème principal ; Dieu, le Tout-Puissant, prescrit aux croyants de vivre leur vie dans la chasteté et la modestie, avec l'affirmation que s'ils le feront, Il leur accordera encore plus de pureté. Le verset 2 du chapitre se lit comme suit :

« Ceci est une sourate que Nous avons révélée, et que Nous avons rendue obligatoire ; et Nous y avons révélé des commandements clairs, afin que vous preniez garde. »

(Le Saint Coran ; 24 : 2)

En tant que croyants, nous sommes enjoins de suivre inconditionnellement tous les commandements que referment les cent quatorze chapitres du Saint Coran. Or, dans ce chapitre précis, la mention de ces termes **'et que Nous avons rendue obligatoire'** mérite notre attention spéciale. L'accent est mis sur l'obligation explicite de suivre les enseignements promulgués dedans.

Alors comment répondre à ceux qui réagiraient instantanément en citant :

« Point de contrainte en matière de religion »

(Le Saint Coran ; 2 : 257)

Notre bien-aimé Calife, Hadrat Mirza Masroor Ahmad (aba) nous éclaire ainsi :

« [...] il est obligatoire de respecter les conditions essentielles pour entrer dans le giron de l'Islam. Le Messie Promis (as) enjoignait également la même chose aux femmes chaque fois qu'elles prenaient le serment d'allégeance. Cela peut traverser l'esprit de quelqu'un que « nous sommes libres », en particulier dans cet environnement, dans la société d'aujourd'hui, partout. Eh bien, rappelez-vous que vous êtes libre jusqu'à une limite. Cependant, en ce qui concerne les commandements de la charia, vous n'êtes pas libres. Si vous avez rejoint la communauté, vous êtes lié, dans tous les cas, par les conditions, qui sont essentielles pour un ahmadi. »

(Ijtima annuelle de la Lajna Ima'illah en Grande-Bretagne, le 19 novembre 2006)

Comment différencier entre contraintes et sacrifices ?

Une contrainte, c'est une gêne qu'on ressent dans une situation désagréable. Le principe du sacrifice, c'est de délaissier une chose dont l'absence nous causerait de la peine.

En ce mois de Dhul Hijjah, les croyants sont appelés à s'accorder un moment de réflexion quant à leur devoir de sacrifice qu'exigerait leur foi. L'abattage d'animaux sacrificiels, qui est une institution dans l'Islam, a pour seul but de nous rappeler d'offrir des sacrifices afin de rendre l'âme soumise et cela nous incite à atteindre ce noble objectif. Consentir aux sacrifices de son moi inférieur, c'est aussi un précurseur de l'état qui est finalement atteint par celui qui est devenu un dévot de Dieu, à travers son cheminement spirituel.

Le Messie Promis (as) nous conseille :

« Devenez pieuse. Ne laissez pas le monde et ses agréments vous séduire. Essayez d'atteindre votre tombe innocente et chaste. Ne négligez pas vos devoirs envers Dieu [...] remplissez ces obligations d'une façon si exemplaire que Dieu vous comptera parmi les Salihat et les Qanitat (les femmes justes et obéissantes). »

(L'Arche de Noé, p. 129)

Nushreen Jamal Ahmad
Sadr Lajna Ima'illah

Les Lajna se confient...

première partie

Qu'est-ce qui a déclenché votre décision d'observer ou d'élever votre niveau de pardah ?

En effet, c'étaient plusieurs choses.

Premièrement, j'avais finalement réalisé que mon shahada était des paroles en l'air. À l'époque, mon shahada était plutôt

« Personne n'est digne d'être adoré à part Allāh à l'exception de mon employeur, mes collègues, le regard des gens en général ».

Avec l'aide d'Allāh, j'ai dit STOP aux voix négatives qui encombraient mon cerveau et j'ai donné une chance à la modestie.

J'ai toujours aimé me rendre à la mosquée et j'essayais d'appliquer les autres commandements ou enseignements. Je lisais aussi beaucoup. Au fil du temps, j'ai trouvé en moi un double jeu et cela me rappelait le trait des hypocrites. Je disais être convaincu qu'Allāh était le Maître du Monde mais je ne pouvais pas passer le pas sur un simple morceau de tissu sur ma tête. Si ce n'est pas là le signe d'une hypocrite....

Et finalement, la mort remet tout en perspective. Comme le dit le Saint Coran, je m'interpelais sur ce que mon âme renvoyait pour le lendemain, ce lendemain pouvait être dans un jour, un mois, un an, une décennie, une vie ou une génération suivante.

Aviez-vous des réserves concernant la pardah ?

Comme ce n'était pas un moment 'Eureka' pour moi mais plutôt des années d'effort, j'ai éliminé mes réserves au fil du temps.

J'ai commencé par changer ma garde-robe petit à petit. Initialement, je portais un foulard autour de mon cou avec une robe moulante et des collants et j'ai transitionné vers des vêtements légèrement plus amples avec des manches plus longues et un pantalon moins moulant. De fil en aiguille, les robes que je portais pouvait contenir deux personnes de ma taille ! J'avais à ce moment-là la conviction que je pourrais finalement porter un manteau et couvrir ma tête désormais.

Avez-vous rencontré des difficultés ?

Par la Grâce d'Allāh, je n'ai aucun souvenir déplaisant à déplorer. Je me souviens par contre de la réaction des gens et notamment des hommes. J'ai toujours travaillé et au bureau, les collègues masculins étaient respectueux. Quand j'ai commencé à observer la pardah correctement, ces mêmes personnes s'écartaient de mon chemin pour me laisser passer, ils évitaient de croiser mon regard et il y avait toujours un sentiment de protection à mon égard. C'était surréaliste. Cela me confortait qu'Allāh était avec moi et qu'Il ne me laisserait pas tomber si j'étais sincère et je persévérais dans l'effort.

Que diriez-vous pour encourager les Lajna qui hésitent à porter un hijab et un manteau ?

Nous sommes toutes différentes et ce qui marche pour l'une ne marchera pas forcément pour une autre, mais s'il y a une chose qui est sûre, c'est qu'il faut garder une communication constante avec Allāh. Et la façon dont Allāh nous enseigne de communiquer avec Lui est à travers la Salat.

Retournez à la base c'est-à-dire votre relation avec Allāh. Si vous faites un pas vers Lui, Il accourt vers vous.

Reconnaissez les attaques de Shaytaan (Satan) et surtout ne soyez pas spectatrice dans votre propre vie.

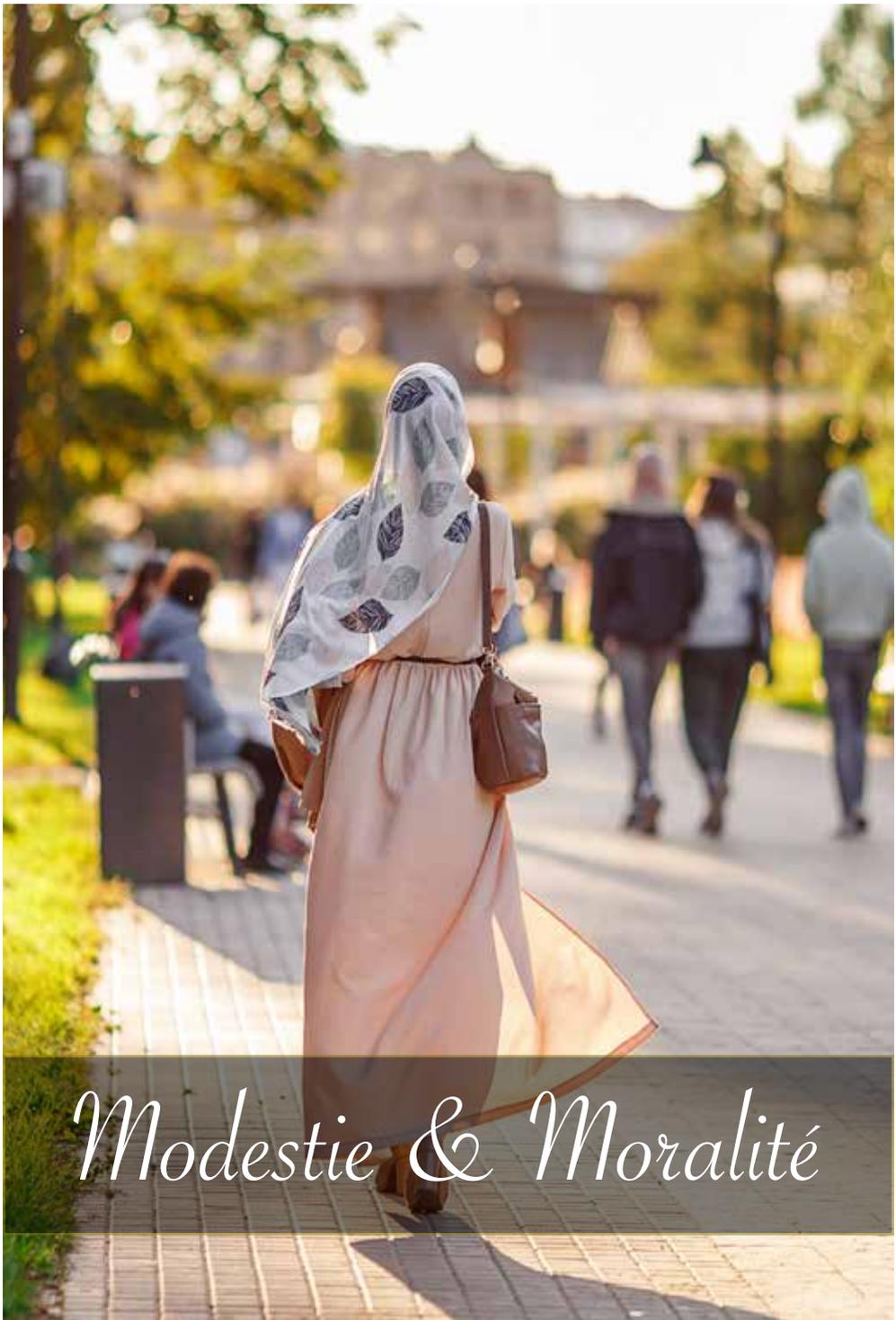
Il est dit d'une croyante qu'elle voit Allāh dans tout ce qui l'entoure. Entraînez-vous yeux à voir la splendeur d'Allāh dans toutes choses ; qu'il s'agisse d'un coucher du soleil, des animaux, de la création du monde et j'en passe. Cela ouvrira la porte à la compréhension de choses plus complexes *Insh'Allāh* et vous confortera dans votre foi.

Y a-t-il quelque chose que vous aimeriez ajouter ?

Ne calquez pas votre impression d'Allāh en vous basant sur le traitement que les humains vous accordent.

Les humains ne pardonnent pas ou pardonnent mal. Les humains questionnent les changements positifs et les efforts des autres. Certaines personnes croient qu'elles sont à un point de non-retour et ont un grand sentiment de honte et de culpabilité à cause du regard de l'autre.

Allāh, Lui, est Très Pardonnant, Il est Gracieux et Il est Miséricordieux. Essayez et vous verrez !!



Modestie & Moralité

Chères lectrices,

L'intitulé de cet article a sans doute provoqué en vous un sentiment de déjà-vu. Je vous l'accorde ; ne se lise un article s'adressant aux femmes musulmanes qui ne parle de cet épineux sujet.

Pourquoi est-ce un sujet tant à la mode ? Pourquoi suscite-t-il tant le débat ?

En fait, cela est surtout dû à une incompréhension manifeste de cette injonction islamique concernant la modestie. L'observance de la modestie en Islam n'a rien à voir avec une supposée supériorité de l'homme par rapport à la femme ou de l'oppression de cette dernière. En réalité, son but est de préserver la moralité dans la société et nous tenterons, à travers cet article, de vous démontrer cela.

Dans notre société actuelle, les hommes et les femmes se côtoient librement que ce soit au travail, sur les réseaux sociaux, dans les fêtes ou les regroupements. Il n'y a aucune barrière. Malheureusement, cette liberté entraîne une dégradation morale dans le comportement, aussi bien chez l'homme que la femme.

Dans ces conditions, nous retrouvons des hommes agissant comme des prédateurs avec le regard et les mains baladeurs ; ils feront n'importe quoi pour avoir une énième aventure avec une femme qu'ils ne souhaiteront guère revoir le lendemain. Quant aux femmes, on remarque une tendance à vouloir se parer avec des vêtements de plus en plus attrayants voire même indécents, à poster des photos avec des poses alléchantes, dans le but d'attirer au maximum le regard du sexe opposé.

Ce petit rituel a malheureusement des ef-

fets sur notre société : grossesse précoce, viol, harcèlement, précarité, avortement, adultère, violence sexuelle et j'en passe. Ces faits sont si courants que cela ne choque plus grand monde. Hélas, dans ces faits dit 'divers', la personne qui ressort la plus lésée reste la femme, comme nous le montrent les statistiques :

Dans 80% des cas, les familles mono-parentales ont à leur tête une femme et pratiquement 30% d'entre ces familles vivent dans la précarité.¹

Sur 10 personnes violées, 9 sont des femmes. Le violeur est à 99% des fois un homme.²

Ma prise de position vous paraîtra sans doute défaitiste car ce n'est pas le modus operandi de toutes les femmes ou les hommes. Nous vivons dans un monde civilisé, il n'y a pas que misère et oppression ; ce n'est qu'une minorité qui défraye la chronique.

Alors je vous renverrai au déliement des langues dans le cas de l'affaire Weinstein. En octobre 2017, le New York Times et le New Yorker rapportent qu'une douzaine de femmes accusent Harvey Weinstein, un producteur de cinéma américain renommé, de harcèlement sexuel, agression sexuelle ou viol. À la suite de ces accusations, de nombreuses autres personnalités féminines de l'industrie du cinéma accusent Weinstein de faits similaires. Weinstein dément avoir eu des relations sexuelles non consenties.

Les retombées internationales de cette affaire sont importantes tant en Europe qu'en Amérique latine et en Asie. Elles entraînent de nombreuses manifestations ainsi que d'innombrables mobilisations sur

les réseaux sociaux. L'affaire génère une série d'accusations envers de nombreuses personnalités publiques des médias, de la politique et du spectacle : le phénomène est surnommé « effet Weinstein » ou le #MeToo Movement. De manière plus large, cette affaire débouche sur un débat sur les violences faites aux femmes et leur occultation, interrogeant le statut des femmes dans la société.³

La résultante est sans doute la quantité et la diversité des témoignages qui indiquent que le problème n'est pas causé par des individus isolés mais constitue un fait social collectif pouvant être étudié et susceptible d'évoluer.

Les messages liés au mouvement #MeToo font état de violences sexuelles de tous types, allant de l'interpellation salace au harcèlement, à l'agression ou au viol.

Les victimes évoquent des faits survenus au travail, dans le cadre familial et à l'école. Elles indiquent parfois leur âge au moment des faits, montrant la jeunesse des victimes de ces pratiques.⁴

Y a-t-il une solution à ces problèmes ?

Comment protéger les femmes de ces prédateurs ?

La solution est celle que propose l'Islam. Une société morale est possible si les hommes et les femmes savent se comporter.

Prenons par exemple la ségrégation des sexes. L'injonction islamique de ségrégation entre hommes et femmes est un moyen d'empêcher le libre mélange des sexes, de nature à empêcher la dégradation morale de la société. Ainsi, les si-

tuations indésirables qui ne peuvent pas être contrôlées par la suite ne sont pas autorisées à se développer en premier lieu. Les hommes et les femmes doivent se conduire avec modestie et convenance en tout temps, et surtout lorsqu'ils sont en présence l'un de l'autre. Cet enseignement est basé sur le fait que l'Islam reconnaît que « la prévention est la meilleure partie de la guérison ». De cette manière, l'érosion des valeurs morales peut être évitée et la société est protégée contre des problèmes tels que l'adultère, les grossesses d'adolescentes et les maladies sexuellement transmissibles. La philosophie islamique derrière l'enseignement de la ségrégation est d'établir le caractère sacré du foyer ; créer une plus grande confiance entre l'homme et la femme, apporter de la tempérance aux pulsions humaines fondamentales, les maîtriser et les discipliner. Cela crée une atmosphère où les hommes et les femmes, au lieu de s'en vouloir et de se dégrader, se traitent avec respect et compréhension.⁵

Et dans le cas où les sexes doivent se mélanger par exemple au travail, dans les transports publics ou autres rassemblements, l'Islam a encore une solution :

« Dis aux croyants de restreindre leurs regards et de préserver leurs parties intimes. Cela est plus pur pour eux. Assurément, Allâh est très conscient de ce qu'ils font. »

(Le Saint Coran ; 24 : 31)

L'instruction de baisser le regard est tout d'abord demandé aux hommes et s'ils la respectent, beaucoup de maux sont éliminés à ce stade.

Le cas des hommes adressé, celui des femmes est ensuite mentionné dans le

Saint Coran :

« Et dis aux croyantes qu'elles restreignent leurs yeux et veillent sur leurs parties intimes, et elles ne doivent pas exposer leur beauté naturelle et ses parures, excepté ce qui en est apparent de soi, et qu'elles tirent sur leurs poitrines leurs voiles dont elles se couvrent la tête, et elles ne doivent pas exposer leur beauté naturelle et ses parures excepté à leurs maris, ou à leurs pères, ou aux pères de leurs maris, ou à leurs fils, ou aux fils de leurs maris, ou à leurs frères, ou aux fils de leurs frères, ou aux fils de leurs sœurs, ou à leurs femmes, ou à ceux que leurs mains droites possèdent, ou à de tels serviteurs mâles qui sont dépourvus de vils désirs, ou aux jeunes enfants qui n'ont pas encore aucune conscience des parties intimes des femmes. Et qu'elles ne marchent pas avec une telle démarche que des aspects de leur beauté qu'elles dissimulent normalement soient révélés. Et tournez-vous vers Allâh tous ensemble avec repentir, ô croyants, afin que vous puissiez réussir. »

(Le Saint Coran ; 24 : 32)

Ainsi va l'injonction faite aux femmes croyantes de baisser le regard. Si les femmes marchent les yeux grands ouverts et sans retenue, alors ces hommes dont le cœur est sous l'influence de Satan continueront à leur créer des problèmes.

Il est nécessaire que toutes les femmes obéissent à l'instruction d'Allâh le Tout-Puissant de baisser le regard afin de se sauver, ainsi que leurs familles, de tout déshonneur ; afin qu'elles ne deviennent pas une source de déshonneur. Les hommes tordus et espiègles prendront parfois une

affaire mineure et la feront exploser, ce qui déclenchera inutilement des commentaires et des critiques de la part des gens. C'est pourquoi le Saint Prophète (pssl) a ordonné à ses épouses d'observer la modestie même d'un homme sans virilité afin d'éviter la possibilité qu'il puisse en parler à d'autres hommes et propager l'indécence. Regardez avec quelle rigueur le Saint Prophète (pssl) a imposé ce commandement. Loin de regarder directement dans les yeux d'un jeune homme dont l'état intérieur est inconnu, il est même indiqué que s'il devient inévitable de parler à un homme, une femme doit utiliser un ton sobre afin qu'il n'ait aucune mauvaise pensée. Telles sont les injonctions islamiques quant à l'application de la modestie.⁶

La solution proposée par l'Islam reste néanmoins critiquée car certains l'estiment trop radicale. Mais demandez aux femmes qui prennent les transports communs, qui sortent le soir, qui travaillent dans des milieux masculins. Qu'est-ce qui rendrait leur quotidien meilleur ? Sans aucun doute, elles vous parleront d'espaces réservés aux dames comme cela a été le cas dans certains espaces en Europe récemment. Elles vous diront qu'elles veulent des espaces sécurisés loin du regard des hommes. Et si ces doléances sont entendues, nous nous retrouverons avec la bonne vieille pratique de la ségrégation proposée par l'Islam.

Bibliographie :

¹<https://bit.ly/3uM3FXw>

²Sexual Violence is Preventable | CDC

³https://fr.wikipedia.org/wiki/Affaire_Harvey_Weinstein

⁴<https://bit.ly/3cf2jOF>

⁵<https://www.alislam.org/question/segregation-is-islam-free-mixing-socializing-men-women/>

⁶Hijab Veil Pg 16

Les Lajna se confient...

deuxième partie

Qu'est-ce qui a déclenché votre décision d'observer ou d'élever votre niveau de pardah ?

Les versets coraniques en rapport avec la pardah, où Dieu explique comment nous devrions porter le voile et des vêtements amples, ont eu un effet sur moi ; et un jour j'ai aussi entendu Huzoor (aba) mentionner que 'la pardah fait partie de notre foi'. Cela a produit un déclic en moi et j'ai commencé, depuis, à observer la pardah.

Aviez-vous des réserves concernant la pardah ?

Dans le passé, je ne réalisais pas que ne pas observer la pardah ou ne pas l'observer correctement était en quelque sorte un complexe d'infériorité.

Cependant, on peut toujours se sentir bien dans sa peau si on s'habille d'une manière qui nous convient, tout en gardant en tête la façon dont il faut observer la pardah ; par exemple, nous pouvons choisir notre tissu, la couleur, etc.

Quand il fait chaud, on peut choisir des tissus absorbants dans lesquels on se sent à l'aise ; on peut aussi éviter les couleurs foncés et porter des vêtements absorbants sous notre manteau.

Avez-vous rencontré des difficultés ?

L'un des défis a été, si l'on peut dire, comment s'habiller professionnellement pour un entretien ou sur le lieu de travail (là où il est recommandé d'adopter une tenue vestimentaire professionnelle), tout en respectant les limites prescrites de la pardah.

Certaines personnes ont montré leur hostilité. Mais par la Grâce d'Allāh, cela ne m'a pas découragé. Il faut prier régulièrement et toujours garder à l'esprit que vous le faites pour Dieu et pour votre progrès spirituel, et ainsi rester ferme sur votre décision.

Que diriez-vous pour encourager les Lajna qui hésitent à porter un hijab et un manteau ?

Porter le hijab est un commandement d'Allāh et écouter les conseils de Huzoor (aba) améliorera votre vie.

Une fois, j'ai entendu Huzoor (aba) mentionner que nous pouvons adopter une telle mode qui demeure dans les limites de la pardah. Si vous aimez les beaux vêtements et les belles chaussures, vous pouvez toujours les porter avec un hijab et un manteau.

Y a-t-il quelque chose que vous aimeriez ajouter ?

Que nous le voulions ou pas, c'est l'influence directe ou indirecte de la société et de notre entourage qui font que nous n'observons pas la pardah comme nous le devrions.

Il y a une citation qui dit: « N'importe qui peut suivre une foule. C'est le leader qui suit les faits. » (Richard Diaz)

Et ici, le fait est que notre Créateur nous a ordonné d'observer la modestie pour notre propre bien-être et protection.

Aussi, une autre citation de Rick Warren: « Ceux qui suivent la foule s'y perdent généralement. »

Maintenant, c'est à nous de voir si nous voulons plaire à notre Dieu et être des leaders, ou suivre les autres.

A flowing, translucent teal fabric is shown against a white background. The fabric is draped and billowing, creating soft folds and highlights that suggest movement and lightness. The color is a vibrant, slightly cyan blue-green. The fabric appears to be made of a lightweight material like silk or chiffon.

LA

BEAUTÉ

DU VOILE

À chaque étape de sa vie, la femme moderne se retrouve accablée par toutes sortes de contraintes, tirée dans des directions opposées : le patriarcat v/s le féminisme, être femme au travail v/s être femme au foyer. Cette liste de dichotomies est longue, mais aujourd'hui nous nous attardons sur son image corporelle.

D'un côté, elle est terrassée par les normes de beauté malsaines – un corps mince et raffiné, la peau lisse et sans défauts... – et elle y tombe souvent victime. Les médias ont joué un rôle décisif dans l'établissement de ces tendances irréalistes. La société a été conditionnée de façon à ce que nous nous obsédions sur le corps de la femme, la femme y comprise. Le taux de dépression, de troubles alimentaires et mentaux liés au maintien de ces normes, a atteint un sommet sans précédent. La femme n'a jamais été aussi soucieuse de son apparence physique.

De l'autre côté, pour tenter de contrer ces standards révoltants, le mouvement 'body positive' a pris d'assaut les réseaux sociaux. Maintenant, grâce à ces « influenceurs » inclusifs qui prônent l'amour pour son corps et ses courbes, et l'idée que les belles silhouettes se présentent sous plusieurs formes et tailles, la femme ne se sent plus obligée d'acquiescer ce corps de rêve, taille zéro. Elle est encouragée à s'aimer et à s'accepter comme elle est. Elle ne doit pas se changer pour qui que ce soit. C'est bien ! C'est un pas géant dans la bonne direction, n'est-ce pas ?

Malheureusement, non... en réalité, l'enjeu est plus compliqué que cela. De nouvelles études démontrent que ce mouvement 'body positive' nous entraîne sur une pente glissante vers le 'toxic positivity'. Selon le Dr. Albers, psychologue : « Le 'body positivity' est un sous-groupe de l'optimisme nocif. Certains pensent qu'il rend les gens

responsables de ce qu'ils ressentent en fonction de leur état d'esprit. Il peut aussi pousser les gens à éprouver des émotions qu'ils ne ressentent pas vraiment. »

Mais pourquoi pensons-nous que l'image corporelle est si essentielle ? Tout simplement parce que la société mène à croire que c'est important.

En tant que musulmanes ahmadies, nous sommes conscientes que notre société est en chute libre. Dans l'ensemble, nous sommes au courant des tendances néfastes, malsaines et immorales qui la gangrènent de jour en jour. Heureusement, 1400 ans de cela, notre religion nous a donné la clé à ce fléau qui fait l'objet de notre article. Et elle est efficace et attrayante.

Le voile islamique : une solution éprouvée et approuvée ! Des centaines de témoignages le prouvent. Nous y reviendrons plus tard mais pour l'instant, voyons les principes fondamentaux. En quoi constitue le commandement concernant le port du voile et comment libère-t-il la femme moderne de ces contraintes et angoisses liées à son image corporelle ?

L'Islam met l'accent sur le lien entre le corps et l'esprit. Quand nous nous couvrons le corps, nous protégeons notre cœur contre des impuretés. Les hommes sont enjoins de baisser le regard ou de détourner les yeux de la femme, et les femmes sont enjoins de porter des vêtements amples et de couvrir leurs têtes et leurs poitrines.

Le but du hijab consiste à inspirer la modestie chez l'homme comme la femme, et ultimement à acquiescer la droiture.

Le voile et les vêtements amples encouragent la femme musulmane à être pudique et à ne pas s'habiller pour attirer les hommes. En fait, le hijab la protège contre les regards importuns des hommes. Elle est

perçue comme une femme qui veille à sa modestie. Ce faisant, elle lance un message clair – elle ne veut pas attirer les regards malveillants des hommes.

En d'autres mots, le voile est une barrière physique qui protège la femme contre le mal qui peut la menacer. Un nombre grandissant de personnes reconnaît que le port du voile inculque une confiance en soi. La femme ne se sent nullement obligée de compter sur sa beauté physique pour atteindre ses objectifs et acquérir le succès dans la société. Cela se vérifie surtout dans les pays de l'Ouest. Comment le sait-on ?

Les polémiques entourant le port du voile dans l'Ouest ont provoqué plusieurs études sur ses impacts. Elles démontrent qu'en comparaison aux femmes non-voilées, les femmes voilées subissent moins d'angoisse en ce qui concerne leur image corporelle. Une étude intitulée *'Is the hijab protective? An investigation of body image and related constructs among British Muslim women'* publiée dans le *British Journal of Psychology* a démontré qu'en effet :

« les femmes portant le voile entretenaient une image corporelle plus positive, peu d'entre elles internalisaient les messages médiatiques concernant les normes de beauté, et elles n'accordaient pas autant d'importance à leur apparence que les femmes non-voilées. »

Comme on l'a mentionné plus tôt, plusieurs « hijabis » ont aussi porté témoignage.

Dans un article publié sur le site *Reflect Beauty*, une hijabi non-ahmadie expliqua comment le voile l'a libéré émotionnellement, psychologiquement et physiquement :

« C'est un sentiment valorisant de pouvoir contrôler quelles parties de mon corps je veux exposer au monde [...] »

Savoir que mon corps ou ma taille ne peut être facilement distingué sous mon hijab, me renforce. Je le perçois comme un message aux gens de m'adresser en tant qu'individu plutôt qu'en raison de mon apparence [...] Ça ne veut pas dire que je néglige mon look. J'en prends toujours soin – mais ça ne me pousse pas à me changer pour être conforme aux normes de la culture dominante. »

La Revue des Religions a aussi publié plusieurs attestations des ahmadies portant le voile dans l'Ouest, où on peut affirmer, sans hésitation, que le choix de se couvrir est considérablement plus difficile à faire. Néanmoins, ces femmes ont adopté leurs enseignements religieux et ont choisi d'obtenir le plaisir d'Allāh, avant tout !

« Mon hijab ne me limite pas, il me renforce. Il me rappelle qui je suis sans hésitation, une musulmane ahmadie, vivant et travaillant dans une société occidentale. Je suis astronome et j'arbore mon voile avec fierté. »

Dr Munazza Alam, astronome, Washington DC, États-Unis.

« Le hijab est bien plus qu'un simple vêtement porté sur la tête. Au fil des années, il a servi de leçon profonde sur les facettes internes et externes de notre être. Il a été un rappel crucial que si nous choisissons de couvrir notre apparence externe, la profondeur et la beauté de notre âme doivent briller et être visible à tous, transcendant ainsi l'aspect physique. Nos cœurs et nos actions doivent convaincre les gens, pas la façade extérieure de nos êtres. À d'innombrables occasions, j'ai senti que sans mon hijab, cette leçon de vie vitale n'aurait peut-être pas été aussi pertinente et claire. »

Ayesha Malik, diplômée de Droit de Haward Law

School, Dubaï, Emirats Arabes Unis.

« Quand j'étais adolescente, je n'arrivais pas à me faire à l'idée que les femmes soient réduites à leur apparence. Je voulais absolument me prouver que je pouvais être une femme qui réussit grâce à ma personnalité, mes capacités et mon intellect – sans exploiter ma féminité. Cette approche est en harmonie avec mon port du voile. La décision de porter un hijab n'a pas seulement vocation à couvrir certaines parties du corps ; c'est plutôt une décision consciente pour une philosophie de vie qui a considérablement augmenté la qualité de ma vie. »

Mariam Siddiq, chercheuse en sciences sociales rattachée à l'Université de Bremen, Allemagne.

Prenons un dernier exemple brillant : Tawakul Karman, musulmane non-ahmadie du Yémen, lauréate du prix Nobel. Nous sommes peut-être familiers à cette fameuse citation, mais elle est si formidable et stupéfiante qu'elle mérite d'être mentionnée à nouveau.

Lorsque les journalistes l'interrogèrent concernant son hijab et comment ce voile ne reflète pas son niveau d'intellect, Karman répondit :

« L'homme primitif était presque nu, et à mesure que son intelligence évolua, il commença à porter des vêtements. Ce que j'incarne aujourd'hui et ce que je porte représente l'apogée de la faculté de raisonnement et de la civilisation que l'homme a pu atteindre et ce n'est pas dégressif. C'est l'enlèvement des vêtements, encore une fois, qui fait un pas en arrière vers l'âge primitif. »

Comme vous pouvez le constater, le port du voile ne fut pas une entrave dans les as-

pirations professionnelles de ces femmes bien-éduquées et accomplies. En effet, notre bien-aimé Calife (aba) nous préconise à plusieurs reprises de ne ressentir aucune forme de complexe d'infériorité quant au port du voile :

« Aujourd'hui, l'Islam subit des attaques par rapport à la femme. Le sujet qui provoque le plus de polémique de nos jours est celui du hijab, le voile ou la burqa. Quelles que soient les mesures entamées par l'homme pour expliquer et préciser pourquoi la pardah existe en Islam, peu importe le nombre de justifications qu'il présente, la seule personne qui pourra répondre à juste titre et correctement à ces assauts, serait une femme ahmadie pratiquante et pieuse. Donc, plutôt que de s'empêtrer dans toutes sortes de complexes, transmettez ce message, comme une ahmadie courageuse, autour de vous et dans votre société, à travers votre conduite et en utilisant un langage pratique et logique, et affirmez que ce commandement coranique vous apporte le respect, rétablit votre estime, et ne vous emprisonne guère. »

Les faits sont là. À nous maintenant de faire le choix : tomberons-nous dans les pièges de cette société dégradante ou bien, allons-nous acquérir la vraie liberté que l'Islam nous a offerte ?

¹<https://health.clevelandclinic.org/body-positivity-vs-body-neutrality/>

²<https://www.alislam.org/question/concept-of-veil-hijab-islam/>

³<https://www.reviewofreligions.org/1220/notes-comments-behind-the-veil-a-muslim-womans-status-in-islam/>

⁴<https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/bjop.12045>

⁵<https://reflectbeauty.com/how-the-hijab-helps-me-overcome-racialized-beauty-standards/>

⁶ <https://www.revuedesreligions.org/pourquoi-ces-femmes-choisissent-elles-de-se-voiler/>

⁷ <https://www.alislam.org/articles/veil-islamic-commandment/>

Les Lajna se confient...

troisième partie

Qu'est-ce qui a déclenché votre décision d'observer ou d'élever votre niveau de pardah ?

La principale raison qui a déclenché ma décision d'observer la pardah a été la douce explication de mon époux qui est originaire de Qadian. Il m'a fait comprendre qu'une femme ahmadie doit connaître et comprendre les enseignements de l'Ahmadiyyat afin de renforcer sa foi en Allāh. Après avoir accepté la Bai'at du Messie Promis (as), elle doit renforcer sa croyance de telle sorte qu'aucun désir mondain ne puisse la détourner de sa foi.

Et il m'a dit que Huzoor (aba) souligne toujours que la modestie est le véritable ornement des femmes et qu'elles devraient en être fières.

Mon époux m'avait demandé de lire le livre « *Responsibilities of Ahmadi Muslim Women* » qui est une compilation des allocutions de Hadrat Mirza Masroor Ahmad (aba). Et immédiatement après avoir lu ce que notre bien-aimé Huzoor (aba) a dit, j'ai changé d'avis INSTANTANÉMENT du jour au lendemain.

Ainsi, le lendemain matin qui était le jour de l'Eid-ul-Adha, j'ai observé la vraie pardah pour la première fois ; ce fut un moment bouleversant que je garderais toujours en mémoire.

Aviez-vous des réserves concernant la pardah ?

Evidemment j'avais quelques réserves concernant la pardah.

Habitante d'une région chaude, je me demandais comment allais-je supporter la chaleur ? Et comment allais-je faire si je transpirais trop ?!

Mais au final, tout n'est qu'une question de volonté. Si nous observons la pardah pour obéir à Allāh, c'est Allāh Lui-Même qui se charge de tout !

Avez-vous rencontré des difficultés ?

Le défi auquel j'ai été confrontée a été la pression des pairs et la réaction de mes collègues lorsque je suis allée travailler le premier jour arborant mon voile et mon manteau. Ils m'ont en quelque sorte tirée vers le bas avec leurs questions.

Mais je ne me suis pas laissée déstabiliser par leurs remarques. Au contraire, j'en ai profité pour leur faire comprendre qu'il existe une différence entre une femme ahmadie et les autres femmes.

Que diriez-vous pour encourager les Lajna qui hésitent à porter un hijab et un manteau ?

Je voudrais encourager les Lajna à porter un hijab et un manteau simplement en leur disant que si nous avons cru en la véracité de l'Ahmadiyyat, considéré le Messie Promis (as) comme véridique et fait le serment d'allégeance, nous devons, alors, essayer de nous abstenir de toutes ces choses qu'Allâh le Tout-Puissant a interdites. Ce n'est qu'alors que nous serons en mesure de participer aux bénédictions promises par Allâh le Tout-Puissant au Messie Promis (as).

Y a-t-il quelque chose que vous aimeriez ajouter ?

Chaque génération de femmes ahmadies a une lourde responsabilité envers la prochaine génération. Nos Nasirat nous regardent, nos filles nous regardent. Si nous ne doublons pas d'efforts pour suivre les commandements d'Allâh et nous sentons que ce hijab et ce manteau pèsent trop lourds, aurons-nous le droit de dire à nos filles, à nos Nasirat qu'elles doivent observer la pardah ? Absolument pas ! Un grand défi nous attend.

Comme l'a dit notre Calife (aba) :

« [Nous sommes] celles qui peuvent faciliter et déverrouiller les portes d'une révolution spirituelle dans la société. »

L'IRONIE D'INTERDIRE LE VOILE

L'obsession de l'Europe pour ce que les femmes musulmanes devraient ou ne devraient pas porter continue à exposer des sentiments anti-musulmans féroces, des préjugés et doubles standards à travers le continent. Et au beau milieu de la pandémie du coronavirus, la France est confrontée à un paradoxe : elle vient de rendre obligatoire le port du masque dans certains espaces publics, mais maintient l'interdiction du voile intégral musulman depuis des années. Le gouvernement français a rendu obligatoire l'utilisation de masques protecteurs en public dans le but d'assouplir en toute sécurité le confinement strict du pays contre le coronavirus. Plus de 50 autres pays, de l'Allemagne à l'Ouganda, avaient déjà adopté des lois et des dispositions similaires pour endiguer la propagation du virus et ramener les gens au travail. Alors que dans la plupart des pays, la discussion sur les masques protecteurs obligatoires portait sur l'efficacité de la mesure, en France, où il n'y a pas si longtemps, le gouvernement déclarait fièrement que « la République vit avec son visage découvert », cette décision a soulevé des questions sur la façon dont l'État définit l'identité française et ses valeurs. La décision du gouvernement de rendre les masques protecteurs obligatoires tout en refusant de renverser l'interdiction du voile facial musulman a réaffirmé la conviction que beaucoup avaient déjà : l'interdiction de la burqa n'a rien à voir avec des raisons d'ordre public et de respect des « exigenc-

es minimales de la vie en société »¹, mais tout à voir avec la réticence de l'État à inclure ceux qui sont visiblement musulmans dans l'identité nationale en France. Alors que des millions de Français participent désormais à la vie publique le visage couvert sans aucun problème, il est en effet clair que l'État français a interdit le voile facial musulman non pas pour protéger les valeurs de la République, mais pour promouvoir une compréhension assimilationniste d'une France qui ne tolère pas les expressions culturelles minoritaires. La pandémie de la COVID-19 et les mesures extrêmes qui ont été prises pour la combattre ont montré que ni le port du voile ni d'autres formes d'expressions culturelles et religieuses musulmanes n'ont jamais constitué une menace pour le mode de vie français. Il a montré que la motivation derrière « l'interdiction de la burqa » n'était pas de protéger les valeurs républicaines mais d'empêcher les musulmans d'être inclus dans la vie publique.

Il y a cependant ceux qui comprennent l'absurdité et les véritables intentions de ces interdictions. En Suisse, les affiches de ceux qui se sont opposés à l'interdiction disaient : « 'Non' à une loi absurde, inutile et islamophobe 'anti-burqa' ». Malheureusement, tous ne disposent pas d'un tel bon sens.

De nombreuses voix en Europe, en particulier celles d'extrême droite, qualifient

l'islam de religion oppressive, en particulier envers les femmes. Mais l'ironie est que ces mêmes personnes votent ensuite pour des interdictions qui enfreignent les droits mêmes des femmes musulmanes qui choisissent de porter le voile ou d'autres couvre-visages. Ces personnes visent à « libérer » de force les femmes musulmanes tout en restant aveugles à leurs doubles standards.

Cyrielle Huguenot, responsable des droits des femmes à Amnesty Suisse, a déclaré à juste titre :

« Le projet d'interdiction du voile facial ne peut en aucun cas être considéré comme une mesure de libération des femmes. Il s'agit plutôt d'une politique dangereuse qui viole les droits des femmes, y compris la liberté d'expression et de religion. Cette interdiction aurait un impact particulièrement négatif sur les femmes musulmanes qui choisissent de porter le niqab ou la burqa. Si nous voulons vraiment respecter les droits des femmes, nous devrions laisser les femmes décider de ce qu'elles veulent porter.

Si l'intention de cette mesure est de protéger les droits des femmes, elle échoue lamentablement. Au lieu de cela, elle propose de sanctionner les femmes pour leur choix de vêtements et, ce faisant, elle sape les libertés que la Suisse prétend défendre. »²

L'intolérance et les préjugés récents contre les musulmans ne feront que diviser davantage la société et détruire la paix.

Avant que la France ne devienne le premier pays européen à interdire le voile intégral dans les espaces publics et que la discussion sur le voile soit à son apogée,

abordant l'importance de la paix et l'absurdité de l'interdiction du voile ou d'autres couvre-visages, Hadrat Mirza Masroor Ahmad, Khalifatul Masih V (aba) a déclaré ce qui suit lors du Symposium sur la paix de la Communauté Musulmane Ahmadiyya le 20 mars 2010 :

« Les gouvernements ne devraient pas intervenir là où les droits ne sont pas violés. Aucune loi ne devrait être prescrite concernant les questions qui ne mettent pas en danger la paix de la nation [...]

Au cours des dernières années, le hijab, ou voile, est devenu un problème en Europe. En France, en particulier, un tollé a été créé et maintenant ils envisagent sérieusement une législation qui interdirait partiellement le hijab. Après la France, les politiciens d'autres pays européens et pour leurs propres motifs politiques publient des déclarations en faveur d'une interdiction et cela devient un moyen de blesser les sentiments des musulmans.

Chaque fois que j'ai réfléchi à cette question, je n'ai jamais été en mesure de comprendre en quoi le voile est devenu une telle menace pour les gouvernements. Le fait de porter un manteau et de se couvrir la tête et le menton d'un morceau de tissu est-il un crime si odieux qu'un Parlement tout entier devrait siéger pour adopter une loi contre cela ? [...]

Évidemment, s'il y a une étoffe qui cache l'identité d'une personne et qu'il est nécessaire de l'enlever pour l'identifier, alors les gouvernements ou les autorités ont le droit de le faire. Mais quelle parodie, qu'une femme puisse être privée de voyager simplement parce qu'elle porte le hijab; ou qu'une

vie humaine puisse être privée de soins dans un hôpital et laissée dans les griffes de la mort parce qu'elle porte un voile [...]

S'il s'agit d'un crime, alors pendant l'hiver, toutes les femmes européennes devront être privées de leurs droits lorsqu'elles envelopperont leur tête avec des foulards. Il y a certainement lieu de se demander si le fait de porter ce tissu d'un mètre est un crime et si le fait de le porter rend une femme digne d'être privée de ses droits humains fondamentaux.

Est-ce là une définition des gouvernements démocratiques modernes qui prétendent protéger les droits de leur peuple ? Est-ce ainsi que l'on rassemble des peuples de différentes nations ? Est-ce le moyen de favoriser l'amour et l'affection parmi les gens ? Très certainement, toute personne juste d'esprit s'opposera à cela parce que ces choses rendront les murs de la haine toujours plus hauts et détruiront la paix du monde. »

Hadrat Khalifatul Masih V (aba) a prononcé ces mots en 2010, alors que le monde traversait une crise financière. Au cours du même discours, il a souligné que s'attaquer à des questions pertinentes, comme la sécurité de l'emploi, devrait être au premier plan des gouvernements et non aborder des questions liées à l'interdiction du voile facial.

Huzoor(aba) a dit que :

« Ces jours-ci, le monde traverse une crise financière. On dit que la récession est terminée, que nous avons traversé le pire et que nous en sortons maintenant pour la reprise.

Mais le public est toujours touché ; des pertes d'emploi perdurent ; le pouvoir d'achat est toujours aussi affecté qu'auparavant. Ce sont des questions qui relèvent des gouvernements et des mesures importantes doivent être prises, plutôt que de faire des choix basés sur des préférences personnelles.

Une femme portant un voile ou non, affectera-t-elle l'économie du pays ou du monde ? Le port ou le non-port du voile ou le fait d'avoir ou de ne pas avoir de minaret affectera-t-il la valeur morale d'un pays ou conduira-t-il à la reconnaissance du Créateur ? Le port ou le non-port d'un voile ou le fait d'avoir ou non un minaret améliorera-t-il ou nuira-t-il à la paix dans le monde ? »

12 ans plus tard, cette affirmation est toujours vraie. Une pandémie mondiale continue de causer des ravages généralisés, de briser les familles, de mettre fin à la vie sociale et de paralyser l'économie. Pourtant, pour beaucoup, les problèmes avec l'Islam et ce que les femmes musulmanes portent continuent d'être les problèmes les plus urgents.

Quelle doit être la réaction d'une ahmadië face à l'interdiction du port du voile ?

Lors d'une rencontre virtuelle tenue le 21 novembre 2021 entre la Lajna Ima'illah de la Suède et Huzoor (aba), une lajna a posé à Huzoor (aba) la question suivante :

L'Union européenne a adopté une nouvelle loi en fonction de laquelle un employeur peut licencier une employée portant le hijab sans donner aucune explication. Huzoor, pourriez-vous nous donner quelques conseils et directives à ce sujet ?

Huzoor (aba) lui a répondu comme suit :

« C'est une loi très stupide et beaucoup de gens s'y opposent. C'est contraire aux droits de l'homme. Une personne porte le hijab et déclare que cela fait partie de sa foi, ou, par exemple, dans le cas d'un adepte du judaïsme qui porte un petit chapeau [kippa] pourrait se faire dire à l'avenir qu'il ne peut plus porter le chapeau. Ou bien, ils pourraient interdire aux hommes de porter un chapeau ou aux sikhs de porter leur turban, et de cette façon, ils refuseront aux gens leurs droits. Par conséquent, cette loi est complètement fautive dès le départ. Vous affirmez toutes dans votre promesse que vous donnerez la priorité à votre foi sur toutes les choses du monde. Par conséquent, dans le cas où vous n'êtes pas autorisées à porter le hijab dans un emploi particulier, vous devriez quitter cet emploi. Il faut toujours donner la priorité à sa foi sur toutes les choses du monde. Vous l'avez affirmé dans votre engagement, n'est-ce pas ? Et vous répétez également cet engagement à chaque fois dans vos rassemblements. C'est donc une promesse que vous avez faite. En outre, vous devriez également lutter contre cette loi d'un point de vue juridique. Vous devriez vous exprimer et faire pression contre cela. Les lois faites par les humains dans ces parlements ne sont pas comme les lois de la charia en ce sens qu'elles resteront toujours établies.

Lorsque les gens s'élèveront contre eux, il viendra un temps où ces lois seront abolies. Il y a beaucoup de lois qu'ils avaient faites, mais elles sont maintenant progressivement abrogées. Alors, il est de notre devoir de continuer à élever nos voix contre elle. Si ce n'est pas aujourd'hui, alors peut-être dans les cinq ou dix prochaines années,

la prochaine génération deviendra libre [de cette loi]. Cependant, nous devons toujours être conscients du principe de base selon lequel nous devons toujours donner préséance à notre foi sur toutes les questions du monde. Ce qu'ils sont en train de faire est définitivement mal. D'une part, ils parlent des droits de l'homme, et d'autre part, ils nient les droits des femmes en Islam. Vous devriez écrire contre cela dans les journaux. Les femmes ahmadies devraient écrire dans leurs journaux suédois et aussi dans d'autres journaux européens. Vous devriez écrire partout où vous avez votre mot à dire. J'ai également demandé de faire des efforts à cet égard. Vous devriez également faire un effort pour cela en Suède et écrire que ces personnes violent les droits de l'homme en adoptant de telles lois. S'il y a une femme qui a le potentiel et le calibre, par exemple, elle peut être une bonne scientifique, un bon médecin ou un chirurgien, mais son employeur la licencie simplement parce qu'elle porte un hijab, alors ce n'est certainement pas la justice. En fait, ce serait gaspiller le potentiel de la personne et priver une personne intelligente de ses droits. Donc, vous devriez écrire à ce sujet et faire pression contre cela. Vous devriez vous exprimer sur cette question car les choses peuvent changer quand on élève la voix. Donc, vous devriez toutes écrire aussi. »

Voici donc les précieux conseils de notre bien-aimé Calife (aba) concernant le comportement d'une ahmadie vis-à-vis des interdictions qui nous sont imposées.

¹article de «le monde», Cécile Chambraud, 23 octobre 2018

²(www.amnesty.org/en/latest/news/2021/03/switzerland-face-veil-ban-is-discriminatory-and-violates-womens-rights)

Les Lajna se confient...

quatrième partie

Qu'est-ce qui a déclenché votre décision d'observer ou d'élever votre niveau de pardah ?

Depuis l'âge de 10 ans, ma maman me faisait porter un pantalon sous mes robes. Vers 13 ans, je portais des churidars avec le dupatta. Si je portais une paire de jeans, c'était avec un kurti et orni. En entrant à l'université, je me sentais un peu mal à l'aise avec mon orni enroulé autour du cou. Je sentais que je n'observais pas la pardah. J'avais l'impression de jouer la comédie.

Quand on se rend à la mosquée, on couvre sa tête mais en dehors de cela, on enroule l'orni autour du cou. Combien d'entre nous se couvrent la tête quand nous passons près de la mosquée Dar-us-Salaam, au cas où un ahmadi pourrait nous voir ! N'est-ce pas là une forme d'hypocrisie de notre part ?

Ce ne sont pas les ahmadis qui vont nous juger mais seul Allāh et rien ne Lui échappe. Alors, j'ai commencé à porter mon orni sur la tête, mais ce n'était pas pratique, car il glissait tout le temps. Donc, après quelques temps, j'ai finalement pris la décision de porter le manteau et le hijab.

Avez-vous des réserves concernant la pardah ?

Ma seule appréhension était la chaleur. Je supportais mal la chaleur. Mais par la Grâce d'Allāh - cela vous semblera farfelu - dès que j'ai commencé à porter la burqa, j'avais l'impression que ma tolérance à la chaleur avait augmenté ! J'ai cessé de me plaindre de la chaleur *Alhamdollilah*. De plus, il me semble que les abayas venant des pays arabes sont meilleures que les manteaux cousus. Les abayas sont noires et pourtant on n'a pas chaud en comparaison avec les manteaux en coton.

Avez-vous rencontré des difficultés ?

Des obstacles, j'en ai rencontré plein ! Et pas de la part des gens étrangers ou des amis, mais de mes proches.

Ma mère me demandait de bien réfléchir avant de faire un si grand pas, de peur que je ne revienne sur ma décision. Au lieu de me dire de foncer, elle me faisait douter. Mon époux et mon père pensaient qu'un manteau et un orni suffisaient. Ce n'était pas la peine de s'atta-

cher la tête avec un hijab. D'autres membres de la famille me disaient que j'aurai très chaud, que le hijab ne m'irait pas, car j'ai le visage trop rond. Bref, tous m'ont découragé mais j'étais déterminée à le faire. J'ai écrit à Huzoor (aba) et j'ai prié Allāh pour qu'Il m'aide. Cela fait maintenant des années que je porte mon hijab et mon manteau *Alhamdulillah!*

Que diriez-vous pour encourager les Lajna qui hésitent à porter un hijab et un manteau ?

Avant de répondre à votre question, je tiens à préciser que tout ce que je vais vous dire est uniquement dans un but d'encourager, de motiver mes sœurs. Le fait que je porte la burqa ne me donne, en aucun cas, le droit de juger les autres. Qu'Allāh me préserve d'un tel péché.

Comme je l'ai dit au début, Allāh est notre Juge, et non les hommes.

Prenez la décision de porter le hijab et le manteau UNIQUEMENT parce que vous voulez obéir à Allāh et non pour faire plaisir aux gens. Allāh sait pertinemment bien ce qui motive nos actions.

À celles qui portent le manteau avec un orni, le Messie Promis (as) a été explicite – nous devons couvrir le menton et les cheveux. Or un orni ne couvre pas complètement les cheveux ni le menton.

À celles qui choisissent de porter le manteau et le hijab de temps en temps ; par exemple on le porte à la mosquée mais on le laisse à la maison quand on va à la plage ; ou on porte le manteau bien ceinturé ou bien embelli de sorte qu'il attire le regard des autres au lieu d'avoir l'effet contraire, rappelons-nous que notre bien-aimé Calife (aba) nous a prévenu de ne pas tourner notre burqa en dérision.

Y a-t-il quelque chose que vous aimeriez ajouter ?

Observer la pardah n'est qu'un commandement parmi tant d'autres. Cependant, la particularité de la pardah est qu'elle ouvre plusieurs portes pour se rapprocher de Dieu telles que le Wassiyat, la possibilité de servir la Jamaat de diverses façons, une forme de Tabligh silencieux et j'en passe. Le Musleh Maoud (ra) a dit que l'Islam sera victorieux lorsque la moitié des femmes se réformeront. Alors mes chères sœurs, qu'attendons-nous ?!

Pourquoi choisir le système d'éducation STEM ?



Lors d'une rencontre virtuelle tenue le 23 octobre 2021, Hadrat Khalifatul Massih V (aba) a répondu à une question sur les recommandations des filières d'études, autres que la médecine et la loi, pour les ahmadis. Huzoor (aba) explique que de nos jours, la technologie progresse, par conséquent, il faut se diriger vers ce domaine professionnel et en atteindre les sommets.

De cette façon, l'éducation STEM est liée aux conseils donnés par notre bien-aimé Calife (aba).

STEM signifie Science, Technologie, Ingénierie et Mathématiques. À l'origine, il était nommé SMET, (Science, Mathématiques, Ingénierie et Technologie) et cela était une initiative créée par la *National Science Foundation* (NSF).

En fait, l'éducation STEM est le résultat de plusieurs événements historiques, tels que la Seconde Guerre mondiale et le lancement du Spoutnik de l'Union soviétique. Et de nos jours, plusieurs grandes institutions utilisent le programme STEM, y compris l'université de Harvard.

L'objectif pédagogique est de fournir à tous les étudiants des compétences de pensée critique, leur permettant de résoudre des problèmes créatifs et ainsi, les rendant plus com-

mercialisables sur le marché du travail. Par exemple, si un étudiant se spécialise en biologie moléculaire, il entrera dans la main-d'œuvre STEM en tant que scientifique. Ainsi, des biochimistes aux ingénieurs océaniques, des météorologues aux mathématiciens, les universités préparent les étudiants de ces programmes à avoir une carrière brillante dans le futur. Sur la même longueur d'onde, choisir de s'inscrire dans une majeure STEM offre de nombreux avantages.

En exposant les enfants à l'éducation STEM, cela pourrait augmenter leur intérêt pour la science et la technologie, ce qui pourrait mener à une invention qui créera des changements dans la vie. Qu'il s'agisse de résoudre la faim dans le monde, de guérir le cancer ou de sauver l'environnement, les STEM jouent un rôle énorme dans la solution aux problèmes les plus urgents de notre monde.

Vivant dans un monde qui ne cesse de se développer, de nombreux employeurs recherchent des personnes qui se sont spécialisées dans l'éducation STEM. Ainsi, les opportunités d'emploi sont nombreuses. En relation avec cela, William Cohen (2022) déclare qu'un rapport indique qu'il y a 300 000 chercheurs dans le monde, alors que la demande du marché est de plusieurs millions. C'est pourquoi, lorsque des étudiants sortent diplômés dans ce domaine, plusieurs d'entre eux sont immédiatement recrutés.

De plus, STEM favorise le travail d'équipe puisqu'une personne se retrouve entourée de gens qui ont le même objectif.

« Chaque individu a des dons, des talents et des compétences uniques. Lorsque nous les amenons à la table et les partageons dans un but commun, cela peut donner aux entreprises un réel avantage concurrentiel. » (John J. Murphy)

Enfin et surtout, ce système d'éducation enseigne les compétences de résolution de problèmes en formant les individus à devenir des penseurs critiques. Il s'agit d'un trait important requis lorsque l'on travaille dans le domaine des sciences et de la technologie. De cette façon, STEM encourage également l'adaptation. Cela signifie que les étudiants sont déjà prêts mentalement à travailler dans n'importe quelle situation avec un état d'esprit ouvert et positif.

L'éducation STEM est importante, surtout à l'époque dans laquelle nous vivons. En effet, Huzoor (aba) encourage les étudiants ahmadis à choisir ce domaine. Ce dernier joue un grand rôle dans la société et dans les aspects de l'éducation en général. Par conséquent, si une personne cherche à apporter un changement et des améliorations dans le monde, l'éducation STEM devient, en effet, un choix principal !

Dépistage du cancer du sein : quelle en est l'importance ?



Le Cancer du sein

Le cancer du sein est une maladie dans laquelle des cellules malignes (cancéreuses) se forment dans les tissus du sein. C'est la deuxième cause de décès par cancer chez les femmes américaines.

La prévention

La prévention du cancer est une mesure prise pour réduire le risque de contracter le cancer. Le cancer n'est pas une maladie unique mais un groupe de maladies apparentées. Nos gènes, notre mode de vie et l'environnement qui nous entoure

travaillent ensemble pour augmenter ou diminuer notre risque de développer un cancer. Le risque de cancer de chaque personne est composé d'une combinaison de ces facteurs.

Certains facteurs de risque de cancer peuvent être évités, mais beaucoup ne le peuvent pas. Par exemple, fumer et hériter de certains gènes sont des facteurs de risque pour certains types de cancer, mais seul le tabagisme peut être évité. L'exercice régulier et une alimentation saine peuvent être des facteurs de protection contre certains types de cancer. Éviter les facteurs de risque et augmenter les facteurs de protection peut réduire votre risque, mais cela ne signifie pas que vous n'aurez pas de cancer.

Dans son livre « *Like Cures Like* », Hadrat Mirza Tahir Ahmad (rh) propose quelques dosages homéopathiques pour traiter la formation de grumeaux dans les seins et pour les symptômes du cancer du sein, à savoir Bufo, Calcarea Fluor, Cistus, Carcinosin et Mercury.

Dépistage

Le dépistage consiste à rechercher des signes de maladie, comme le cancer du sein, avant qu'une personne ne présente des symptômes. Le but des tests de dépistage est de détecter le cancer à un stade précoce où il peut être traité et peut être guéri. Parfois, un test de dépistage détecte un cancer très petit ou à croissance très lente. Il est peu probable que ces cancers

causent la mort ou la maladie au cours de la vie de la personne.

Il est important de se rappeler que votre médecin ne pense pas nécessairement que vous avez un cancer s'il vous propose un test de dépistage. Les tests de dépistage sont effectués lorsque vous ne présentez aucun symptôme de cancer. Si le résultat d'un test de dépistage est anormal, vous devrez peut-être faire d'autres tests pour savoir si vous avez un cancer. On les appelle des tests de diagnostic plutôt que des tests de dépistage.

La mammographie est le test de dépistage le plus courant du cancer du sein. Une mammographie est une image de l'intérieur du sein. La mammographie peut détecter des tumeurs trop petites pour être ressenties. Elle peut également trouver un carcinome canalaire in situ (CCIS). Dans le CCIS, des cellules anormales tapissent le canal mammaire et, chez certaines femmes, peuvent devenir un cancer invasif.

Il existe trois types de mammographies :

La mammographie filmée est une image radiographique du sein.

La mammographie numérique est une image informatique du sein.

La tomosynthèse mammaire numérique (DBT) utilise des rayons X pour prendre une série de photos du sein sous de nombreux angles différents. Un ordinateur est utilisé pour faire des images 3D du sein à partir de ces radiographies.

Les femmes âgées de 50 à 69 ans qui passent des mammographies de dépistage ont moins de risques de mourir d'un cancer du sein que les femmes qui ne passent pas de mammographies de dé-

pistage.

L'imagerie par résonance magnétique (IRM) peut être utilisée pour dépister les femmes qui présentent un risque élevé de cancer du sein. Les facteurs qui exposent les femmes à un risque élevé sont les suivants :

Certaines modifications génétiques, telles que les modifications des gènes BRCA1 ou BRCA2.

Des antécédents familiaux (parent au premier degré, comme une mère, une fille ou une sœur) de cancer du sein.

Certains syndromes génétiques, tels que le syndrome de Li-Fraumeni ou de Cowden.

Le cancer du sein est plus susceptible de survenir à mesure que la femme vieillit. Il survient plus souvent chez les femmes blanches que chez les femmes noires, mais les femmes noires meurent plus souvent du cancer du sein que les femmes blanches.

Les femmes qui ont subi une radiothérapie au thorax, surtout à un jeune âge.

Bibliographie :

1. PDQ® Screening and Prevention Editorial Board. PDQ Breast Cancer Screening. Bethesda, MD: National Cancer Institute. [<https://www.cancer.gov/types/breast/patient/breast-screening-pdq>]
2. Like Cures Like, Book on Homoeopathy by Hazrat Mirza Tahir Ahmad (rh)



Le Calendrier de la Lajna Ima'illah Nationale (de mars à mai 2022)



1/8/15 : Classe en ligne sur les commentaires du Saint Coran (Sourate *Al Baqarah*, versets 5 et 6) par Murabbi Shameem Jamal Ahmad Saheb, sous l'égide de Shoba Taleem ul Quran national (présence : 142/178/135).

2/9 : Classe en ligne sur une introduction au poème *Al Qaseeda* par Murabbi Shameem Jamal Ahmad Saheb, organisée par Shoba Taalim (département de l'éducation) (présence : 154/151).

3/10/17 : Classe en ligne sur les commentaires de la sourate *Al Lahab* par un membre de la Lajna Ima'illah, organisée par Shoba Tarbiyat (département de l'éducation morale) (présence : 103/73/80).

3 : Lancement du bulletin « Résumé Khutbah Jummah » du mois de février en créole par Shoba Isha'at (département de la publication).

7/14 : Classe en ligne sur « comment s'adresser à un chrétien » par Murabbi Labeed Golam-aully Saheb, sous l'égide de Shoba Tabligh national (département de la prédication) (présence : 66/113).

8 : Conférence interreligieuse pour marquer la Journée Internationale de la Femme axée sur le thème « Le statut de la femme et ses responsabilités au sein de la cellule familiale et sociale » organisée par Shoba Tabligh (département de la prédication) (présence : 19 invitées non-ahmadies).

16 : Présentation virtuelle sur « la modestie » organisée par Shoba Tarbiyat (département de l'éducation morale) en collaboration avec AMWSA (présence : 229).

19 : Réunion trimestrielle avec les présidentes locales à Darus Salaam (présence : 37).

21/28 : Classe en ligne sur l'aspect invisible de la prédication par Murabbi Mozaffar Soodhun Saheb, sous l'égide de Shoba Tabligh national (département de la prédication) (présence : 105/93).

26 : Lancement de Najm Us Saquib no. 2 Année 2021/2022 ayant pour thème « La mère en Islam » par Shoba Isha'at (département de la publication).

26 : Lajna Ijlas virtuelle à l'occasion du Yaum e Massih Maoud (présence : 410).

27 : « Relevez le défi des casse-têtes ! », organisée par Shoba Taalim (département de l'éducation) et Shoba Sihat Jismani (département de la santé physique) (nombre de participantes : 16).

28 : Réunion virtuelle organisée par Shoba Nau Mubai'at (département de l'éducation morale des nouvelles adhérentes) (présence : 6).



9 : Lancement du bulletin « Résumé Khutbah Jummah » du mois de mars en créole par Shoba Isha'at (département de la publication).

9 : Dar Us Quran virtuel sur le verset 6 de la sourate *Al Fatiha* (présence : 304).

20 : Lancement du catalogue « Spécial Modestie » par Shoba Tarbiyat (département de l'éducation morale) en collaboration avec Shoba Sanaato Dastakari (département de l'industrie et l'artisanat).

22 : Distribution de 200 plantes à toutes les branches de la Lajna pour marquer la Journée Internationale de la Terre par Shoba Sihah Jismani (département de la santé physique).

23 : Dar Us Quran virtuel sur le verset 36 de la sourate *Al Ahzab* (présence : 277).

23 : Le National Amila de la Lajna Ima'illah a fait une donation de repas chauds aux nécessiteux, organisée par Khidmate Khalq (département du service à l'humanité).

24 : Réunion virtuelle organisée par Shoba Nau Mubai'at (département de l'éducation morale des nouvelles adhérentes) à l'occasion du Ramadhan et Eid (présence : 7).

30 : Session interactive axée sur le thème « Ma relation avec Allāh » organisée par Shoba Tarbiyah (département de l'éducation morale) (présence : 183).

Durant le Ramadhan : « Terminons le Saint Coran en 24 jours ! » organisé par Shoba Taalim (département de l'éducation) (nombre de participantes : 54).

Durant le Ramadhan : Distribution de 85 boîtes de vivres aux nécessiteux, organisée par Shoba Khidmate Khalq (département du service à l'humanité).

Durant le Ramadhan : Récitation du Saint Coran suivi de la traduction et des commentaires après *Fajr* organisée par Shoba Taalim (département de l'éducation) (nombre de participantes : 184 en moyenne).



7 : Lancement du bulletin « Résumé Khutbah Jummah » du mois d'avril en créole par Shoba Isha'at (département de la publication).

15 : Conférence à l'occasion d'Eid axée sur le thème « L'Islam et le vivre-ensemble » par Shoba Tarbiyah (département de l'éducation morale) et Shoba Tabligh (département de la prédication) (présence : 64 en ligne et 46 en présentiel).

15 : Lancement du site web de la Lajna Ima'illah (www.lajna.mu) par Shoba Isha'at (département de la publication).

16/23/30 : Classe en ligne sur l'hindouisme par Murabbi Ahmad Ali Khudurun Saheb, sous

l'égide de Shoba Tabligh national (département de la prédication) (présence : 73/77/95).

18 : Présentation en ligne du livre *Haqiqatul Mahdi* par la secrétaire nationale Taalim de la Lajna Ima'illah (département de l'éducation) (présence : 88).

19 : Classe en ligne sur les commentaires de la sourate *Al Kawthar* par un membre de la Laj-na Ima'illah, organisée par Shoba Tarbiyat (département de l'éducation morale) (présence : 45).

25 : Présentation en ligne du livre *Fathe-Islam* par Murabbi Shameem Jamal Ahmad Saheb, organisée par Shoba Taalim (département de l'éducation) (présence : 104).

26 : Session de questions-réponses en ligne par Murabbi Hashir Nobee Saheb, organisée par Shoba Tabligh (département de la prédication) (présence : 49).

29 : Lajna Ijlas virtuelle et en présentiel à l'occasion du Yaum-e-Khilafat (présence : 604).

30 : Réunion virtuelle organisée par Shoba Nau Mubai'at à l'occasion du Yaum-e-Khilafat (département de l'éducation morale des nouvelles adhérentes) (présence : 5).

31 : Classe en ligne sur les commentaires du Saint Coran (Sourate *Al Baqarah*, versets 9 à 12) par Murabbi Shameem Jamal Ahmad Saheb, sous l'égide de Shoba Taleem ul Quran national (présence : 82).

En cuisine

Briani Poulet

pour 8 personnes



Ingrédients

- 8 pièces de poulet (environ 1,5 kg)
- 750 g de riz (optionel : trempé pendant 30 min)
- 1,5 kg de pommes de terre
- 750 ml de yaourt ou lait caillé nature
- 2 g de pistils de safran (zafran) (infusé dans 2 tasses d'eau bouillante)
- 2 c. à soupe de mantègue (fondu)
- 1,25 kg d'oignons (coupés finement et frits)
- 4 c. à soupe de pâte d'ail et gingembre
- 10 cardamomes (élaiti)
- 2 bâtons de cannelle
- 1 paquet de cotomili
- 1 paquet de feuilles de menthe
- 1 paquet de Steward lazzat gold
- 3 c. à soupe de Shan special Bombay biryani
- 2 pincées de colorant alimentaire jaune en poudre
- Sel
- Huile

Étapes

- 1) Mettez les pièces de poulet dans un autocuiseur (tempo) d'une grandeur de 5 litres, ensuite ajoutez-y les ingrédients suivants, et bien mélangez :
 - 1 paquet de Steward Izzat Gold
 - 3 c. à soupe de Shan Special Bombay Biryani
 - 4 c. à soupe de pâte d'ail et gingembre
 - Le paquet de cotomili et les feuilles de menthe hachés finement
 - $\frac{3}{4}$ des oignons frits
- 2) Épluchez et lavez les 1,5 kg de pommes de terre, coupez-les en 8-9 morceaux, ajoutez du sel et les 2 pincées de colorant alimentaire jaune en poudre, puis faites-les frire.
- 3) Ajoutez les pommes de terre frites à la marinade, ainsi que les ingrédients suivants :
 - 1 tasse de safran infusé
 - $\frac{3}{4}$ du mantèque fondu
 - 750 ml de yaourt ou lait caillé
- 4) Bien mélangez et laissez poser.
- 5) Préparez le "pasao" en faisant bouillir de l'eau, du sel, les cardamomes et bâtons de cannelles dans une grande casserole.
- 6) Plongez les 750 g de riz dans l'eau bouillante et remuez pendant 4 minutes seulement, puis égouttez toute l'eau.
- 7) Déposez le riz bien égoutté dans l'autocuiseur, sur le mélange de poulet et pommes de terre déjà présent.
- 8) Ajoutez dessus le reste du mantèque fondu, de l'infusion de safran et des oignons frits.
- 9) Fermez l'autocuiseur et mettez-le à feu vif pendant 15 min (2 sifflets).
- 10) Après 15 min, laissez poser encore 15 min sans ouvrir l'autocuiseur.
- 11) Une fois les 15 min écoulées, le bryani est prêt. Vous pouvez servir avec une salade et un peu d'achard.

Vous pouvez aussi voir la réalisation de cette recette « Bryani Poulet » en vidéo sur notre chaîne YouTube Lajna Mauritius.



LAJNA IMA'ILLAH ILE MAURICE
2021-2022
WWW.LAJNA.MU