



Réflexion sur le Saint Coran n° 37

Le pouvoir des larmes

تَرَىٰ أَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ مِمَّا عَرَفُوا مِنَ الْحَقِّ

Tu vois leurs yeux déborder de larmes, parce qu'ils ont reconnu la vérité.

(Soūratoul Mā'idah, No. 5, Āyat 83)

Les larmes sont un authentique signe de turbulence émotionnelle. Quand le cœur est accablé, il libère l'accumulation émotive par des larmes. Pleurer peut donc être utile dans le maintien de la santé émotionnelle.

Les larmes sont décrites comme un cadeau provenant de la grâce de Dieu. Cela vient de l'intérieur et démontre un cœur ouvert et tendre. Quand les larmes ne viennent pas facilement, cela est le signe d'un cœur endurci. Imam Ali (as) a dit: "Les larmes ne sèchent pas, sauf en raison du durcissement des cœurs, et les cœurs ne se durcissent pas, sauf en raison de nombreux péchés [commis]" (MH, H.1846).

Le verset ci-dessus parle des chrétiens sous la gouvernance de l'empereur Négus en Abyssinie, qui reconnurent la véracité du message du Saint Prophète (saw) et qui ont été submergés par l'émotion. L'écoulement de leurs larmes était un signe d'acceptation de la vérité. Les larmes n'ont pas besoin de mots. Lorsqu'une personne pleure par compassion avec les affligés et les familles en deuil, les larmes parlent beaucoup plus pour elle, que n'importe quelle parole de consolation.

Dieu aime les larmes du croyant. Le Messenger d'Allah (saw) a dit dans son sermon d'adieu: "Celui dont les yeux versent des larmes par crainte d'Allah (swt), aura pour chaque goutte de larme, une récompense équivalente à la taille du mont 'Uhud, et cela sera ajouté à sa balance [de bonnes actions]" (MH, H.1831).

Ce hadith vante les mérites d'une seule larme versée dans le souvenir d'Allah. Il s'agit de la clé de la miséricorde, le chemin pour gagner le plaisir d'Allah, et le moyen d'acquérir la sécurité le Jour du Jugement. Une seule goutte suffit à éteindre les rideaux de feu de l'Enfer. Les larmes de crainte et

de peur, les larmes d'amour envers Dieu, celles du désir ardent du retour à Dieu, place réelle de l'être humain, toutes ces larmes sont précieuses.

Les larmes sont un signe de tristesse. Le cœur du croyant est souvent triste. Ce n'est pas dans un sens négatif ou lugubre. Les affaires de ce monde ne comptent pas au point de le rendre triste. Mais il s'agit de la séparation avec Dieu, le désir de retourner à Lui, l'incertitude de savoir si on a atteint le plaisir de Dieu - tous ces éléments créent une tristesse qui ne quitte jamais vraiment le cœur. C'est un désir qui ne sera satisfait qu'au moment du retour à Dieu.

Soyons émotionnellement connectés à Dieu et libérons les sentiments refoulés de nos cœurs. Nous n'avons pas besoin de conseiller extérieur ou de thérapie puisque nous pouvons nous tourner vers Dieu dès que nous le souhaitons et que nous pouvons nous dévoiler à Lui. Imam Ali (as) a dit: "Placez devant Lui vos besoins, dévoilez-vous à Lui, plaignez-vous à Lui de tous vos soucis, suppliez-Le de retirer vos problèmes, demandez Son aide dans vos affaires et demandez les trésors de Sa miséricorde que nul d'autre n'a le pouvoir de donner. (Nahjoul Balagha, Document 31). Une invocation pleine d'émotions est un remède apaisant contre le stress et la négativité souvent présents dans nos vies.

Sources: Amīroul Mou'minīn Ali b. Abī Tālib, Nahjoul Balāgha; Āyatoullāh Nāsir Makārim Shirāzī (editor), Tafsīr-e Namōūne; Muhammadī Rayshahrī, Mīzānoul Hikmah.