



# La Lettre Soufie



Septembre/Octobre 2004 N°16

*La Lettre Soufie regroupe quelques articles sur le soufisme selon quatre thèmes principaux, poème, article général, discours du maître de l'ordre Nématollahi Dr Nurbakhsh et histoire. C'est une publication bi-mensuelle qui reflète le contenu du site web Le Journal Soufi ([journalsoufi.multimania.com](http://journalsoufi.multimania.com))*

## Sommaire

Discours.....	1
La Bienveillance...	
Article.....	2
Les Principes du Soufisme	
Poème.....	5
Qu'tue aimes ca ou non	
Conte.....	5
Moïse et le Berger	



## Discours

### La Bienveillance et le Courroux Divin.

Dr. Nurbakhsh

La Bienveillance et le Courroux sont deux qualités propre à Dieu. Le soufi qui est véritablement amoureux de Dieu apprécie de façon égale ces deux attributs.

Roumi dit : « J'aime ses deux qualités, sa sévérité et sa douceur , comme il est étonnant que je sois épris de ces deux opposés ! » .

A cause de la manifestation de ces deux forces contrastées que sont la Bienveillance et le Courroux divin le soufi va devoir surmonter maintes épreuves sur la voie et va trouver ainsi l'occasion de montrer le degré de sa soumission et de sa dévotion envers Dieu .

Le soufi sincère accepte le courroux de Dieu autant que sa bienveillance et ce de tout son cœur.

Non seulement le soufi n'est pas contrarié ou inquiet lorsqu'il rencontre le courroux divin mais au contraire il s'en réjouit sachant que tout ce qui provient du bien-aimé est bon pour lui.

Dans l'une des histoires des célèbres amants Leïla et Majnun il est dit qu'un jour Leïla voulait préparer un repas pour

les gens de son voisinage.

Comme tout les autres Majnun pris son bol pour participer au repas offert et se rendit chez Leïla.

Quand vint le moment de servir Leïla entrepris de donner elle même à chacun sa part. Néanmoins lorsque Majnun s'approcha Leïla prit le bol de Majnun et le jeta violemment sur le sol le brisant en mille morceaux.

Plus tard les personnes présentes à l'invitation, rassemblées autour de Majnun ,interrogèrent celui-ci sur l'acte étrange de Leïla lui demandant pourquoi ils avaient été servis avec beaucoup plus d'égards que lui.

A cela il leur répondit : « Si elle voulait vraiment être proche de qui que ce soit d'entre vous pourquoi n'a t-elle brisée qu'un seul bol, le mien ? »

Dans le même contexte certains soufis ont dit :

« La tristesse et la douleur viennent tous deux de l'Ami, comme il est merveilleux qu'il me fasse me souvenir de Lui à travers la douleur et la tristesse . »

## Les Principes du Soufisme

Dr. Javad Nurbakhsh

Quand les Arabes envahirent la région de la Transoxiane au nord de l'Iran, un groupe de maîtres qui, en tant que chevaliers, préservaient la culture de l'humanité et l'adhésion à l'Unité Divine, devinrent musulmans. On les désignait également comme les représentants de la sagesse Khosrawanide. Ce groupe accepta le Dieu invisible des Arabes et l'appelèrent " Etre Absolu ". De là est née l'école de l'Unité de l'Etre, ce qui signifie que tout dans l'univers est une manifestation de l'Etre Absolu et que sans la lumière de Son Existence, rien ne peut exister.

Comme Roumi l'affirme :

*Qui sommes-nous dans le monde ?*

*Rien ! Rien !*

*Comme alif, que possède-t-on ?*

*Rien ! Rien !*

*Le Premier et le Dernier Tu es*

*Nous au milieu,*

*Le rien de rien qui échappe à toute description.*

Dans le même temps, les Iraniens maintenaient la tradition de la chevalerie Aryenne (Javânmardi), qui signifie amour-bonté, service envers autrui, amour de toute forme de vie, paix, liberté, camaraderie, égalité, aide aux opprimés, joie et bonne humeur. Ce sont ces mêmes qualités qui en langue Arabe furent réunies sous le terme de *tassawwuf* ( soufisme), le chemin du soufi. Ainsi, les maîtres du Khorassan qui vinrent à Bagdad furent des plus sollicités au sujet de la chevalerie par ceux qui cherchaient à apprendre leur éthique et leur pratique.

Le fait est que le Soufisme est la tradition Aryenne qui a pris la forme d'une école dans le nord du grand Khorassan et qui, au sein de l'Islam a insisté sur l'unité divine. Aussi loin que nous remontions, et de ce qu'il est

possible de savoir de l'histoire, Bayazid Bastami, Fadl B. Hassan, Abou I Qassab Amoli, Ibrahim Adham furent parmi les premiers de cette école.

Plus tard, quand le soufisme se développa à Bagdad sous l'influence des califes, les soufis de cette école ne manquèrent pas à leurs pratiques dévotionnelles et à leur ascèse pour se protéger des attaques des califes et des mouftis avec pour conséquence que le Soufisme de Bagdad fut connu sous le nom de "Soufisme rationnel " tandis que le Soufisme fondamental du grand Khorassan, véritablement Iranien, fut nommé le " Soufisme de l'amour ".

Le Soufisme de Bagdad était fondé sur la raison, même s'il est évident que personne ne peut appréhender correctement la Réalité Divine à l'aide de la raison. Les érudits ont été finalement forcés d'admettre leur propre ignorance en manquant d'atteindre la connaissance de cette Réalité, reconnaissant que leur savoir leur permettait juste de comprendre qu'ils ne savaient rien.

Le Soufisme Iranien de l'Amour répandu, ou attraction Divine était construit sur les fondations de l'amour et de la bonté. L'amoureux marche vers la compréhension de la Réalité avec les pas de l'amour alors que l'intellect est son bâton. Cela signifie que l'intellect est là pour servir l'amour dans cette entreprise. Le Soufisme rationnel au contraire est basé sur l'égo et ne peut donc aller nulle part. De son côté, le Soufisme de l'amour insiste sur la nécessité d'abandonner l'égo, car il est impossible de saisir la Réalité sans l'œil de la Réalité comme les vers suivants l'expriment :

*L'amoureux marche  
vers la  
compréhension de la  
Réalité avec les pas  
de l'amour alors que  
l'intellect est son  
bâton*



*La goutte se lamente : " Je suis séparée de l'océan "*  
*L'océan se moque de la goutte en disant : " Il est nous tous "*  
 ( Nous sommes tous de l'eau )

En outre, avec la doctrine du paradis et de l'enfer imposée aux Iraniens gravitant autour de l'Islam, l'obsession de la peur de l'enfer qui les maintenaient jour et nuit dans un état d'agitation, d'inquiétude et de dépression, l'étincelle Aryenne fut remplacée dans cette perspective par la terreur et l'anxiété.

Ainsi, dans le second et troisième siècle de l'Islam, les Soufis s'efforcèrent dans leurs enseignements, d'écarter les Iraniens de l'image de l'enfer pour les ramener à leur bonheur initial. Par exemple, ils psalmodiaient les vers suivants pour éclairer les gens et soulager leur peur et leur inquiétude :

*Tu dis que tu me tourmenteras  
 J'aimerais bien savoir où cela pourrait-il se passer !  
 Des tourments, où que tu sois, il ne peut y avoir,  
 Et où est-ce que tu n'es pas ?*

Comme Hafiz l'affirme :

*Sur ce marché il y a un gain  
 Pour le derviche satisfait,  
 O Seigneur, offre-moi cette bénédiction  
 D'être un derviche satisfait !*

Comme nous l'avons dit, le soufisme de l'amour était fondé sur la croyance en l'Etre Absolu et l'amour de l'Etre Absolu allié à la pratique de la chevalerie (jawânwardi), dont nous allons examiner certains attributs comme la parole, les actions et états des purs Soufis.

De l'avis général, Hasan Basri est le maître fondateur de la plupart des chaînes du Soufisme et en même temps le maître des chevaliers du début de l'Islam.

Concernant la chevalerie, il fit les déclarations suivantes :

« Celui qui n'est pas chevalier n'a pas de religion. »

« La chevalerie d'une personne réside dans la véracité, la tolérance aux tracasseries de ses frères, la faculté de

subvenir aux besoins de ses proches et dans l'évitement des querelles de voisinage. »

Fondamentalement, la pratique de la chevalerie découle de l'amour pour l'Etre Absolu. De ce point de vue, tout dans la création est la lumière de Son existence. Etant donné que les Soufis sont les amoureux de Dieu, ils aiment logiquement tous les êtres, les servant tous. Ils croyaient que lorsque quelqu'un se consacrait à l'effort spirituel et à une discipline rigoureuse, il ou elle, œuvrait pour sa propre purification. Cependant, servir Dieu c'est servir Sa manifestation c'est à dire toute la création.

Comme Saadi l'affirme :

*La pratique de la dévotion n'est rien d'autre que  
 servir les autres  
 Cela n'a rien à voir avec le chapelet, le tapis de  
 prière ou la robe.*

Abu'l-abbas Qassab Amuli présente les chevaliers ainsi :

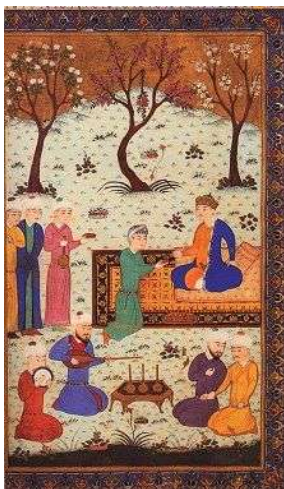
« Les chevaliers facilitent la création et ne la perturbent pas puisqu'ils s'associent à Dieu à travers elle et la considèrent à travers Dieu. » Abu'l-Hassan Kharaqani déclare : « Quand le savant se lève le matin, il cherche à augmenter son savoir. De la même façon, l'ascète cherche à augmenter sa rigueur ascétique, tandis qu'Abu'l-Hassan est missionné pour rendre heureux le cœur de ses frères. »

Donnons maintenant quelques anecdotes sur la chevalerie des Soufis : Ghulam Khalil, le prêcheur, devint l'ennemi juré des Soufis, racontant au calife qu'un groupe s'était constitué et ne s'occupait qu'à chanter, danser et proférer des blasphèmes. Ils s'asseyaient simplement en cercle, assistaient à des réunions secrètes dans des grottes, tenaient des conférences et possédaient tous les signes d'une secte hérétique. Si le calife ordonnait de tous les tuer, l'hérésie serait éradiquée puisque ce groupe en était la racine



*Etant donné que les Soufis sont les amoureux de Dieu, ils aiment logiquement tous les êtres, les servant tous*

*le Soufisme implique  
intérieurement  
l'amour de l'Être  
Absolu et  
extérieurement le  
service de la création  
qui est la lumière de  
l'existence de Dieu.  
Tout autre chose  
n'est pas du  
soufisme.*



principale.

Le prêcheur déclara que si le calife le décrétait, il veillerait lui-même à ce que le calife obtienne la récompense de Dieu. Le calife exigea immédiatement qu'ils comparaissent tous devant lui.

Parmi eux se trouvaient Abu Hamza, Raqqam, Shibli, Junaid et Nuri. Lorsque le calife donna l'ordre de les exécuter, le premier choisi par le bourreau fut Raqqam. Malgré cela, Nuri débordant de sincérité et transporté par la joie, passa devant, se présenta lui-même en tête de file, prit ainsi la place de Raqqam et exigea d'être exécuté le premier.

Quand le bourreau rétorqua que ce n'était pas son affaire et que son sabre n'était pas pressé, Nuri répliqua : « Ma voie est basée sur la préférence que je donne aux autres et que la chose la plus précieuse est leur vie. Je veux juste donner quelques souffles de plus à mes frères en leur donnant la priorité. Après tout, selon moi, un moment dans ce monde est préférable à un millier d'année dans celui d'après, car ce monde est le domaine du service alors que l'autre est celui de la proximité et la proximité est la conséquence du

service. »

Le calife fut stupéfié par la logique et la sincérité de son appel.

Une anecdote similaire concernant Ibrahim Adhan illustre l'importance de son désintéressement pour son inconfort quand il sert et soutient son prochain. Trois hommes pratiquaient leurs exercices spirituels dans une mosquée en ruine. Quand ils s'endormirent, Ibrahim se tint debout devant la porte jusqu'au petit jour. Lorsqu'ils lui demandèrent pourquoi il avait fait cela, il dit : « Il faisait très froid et un vent glacial soufflait. Je me suis mis à la place de la porte pour vous éviter tout inconfort et prendre sur moi ce désagrément. »

A tout prendre, le Soufisme implique intérieurement l'amour de l'Être Absolu et extérieurement le service de la création qui est la lumière de l'existence de Dieu. Tout autre chose n'est pas du soufisme.

De nos jours, cependant, le soufisme a été paré de tant d'ornements qu'il est très difficile de le reconnaître comme une voie spirituelle authentique.

Poeme

## Que Tu aimes ca ou non

Extrait du magazine Sufi 48.

Tu es mon coeur et mon Bien-Aimé  
Que Tu aimes ca ou non...  
Tu es mon chevalier idole  
Que Tu aimes ca ou non...

Comment puis-je me plaindre de Toi  
Quand Tu es tout de bienveillance et de grâce...  
?

Tu fais prospérer mon bazar  
Que Tu aimes ca ou non...

Tu es tout de gentillesse et de fidélité,  
Tout de félicité et de pureté...  
O mon idole, Tu es mon Bien-Aimé  
Que Tu aimes ca ou non...

Je suis celui qui est tombé sur Ton chemin  
Enivré par Ton coup d'oeil  
Car je sais que Tu es mon acheteur  
Que Tu aimes ca ou non...  
Quel tort ? Quel blâme ?

Quel mérite ? Quel châtiment ?  
Car Tu as a me supporter...  
Que Tu aimes ca ou non...

Tu es randonneur et mon chemin  
Que Tu aimes ca ou non...  
Tu es soldat et mon commandement  
Que Tu aimes ca ou non...

Tu es ma patience, ma paix  
Tout ce que je possède est Toi !  
Tu es ma blessure d'enfant  
Que Tu aimes ca ou non...

Nurbakhsh est venu a Toi  
Demandant a voir Ta face  
Car Tu lui doit bien ca  
Que Tu aimes ca ou non...



Conte

## Moise et le berger

d'après Rumi.

Un jour en cheminant, Moise vit un berger qui répétait : « Oh Dieu, oh mon seigneur ! Ou es tu ? Je veux être ton serviteur et coudre tes sandales, coiffer tes cheveux, laver tes vêtements, t'enlever les poux, t'amener le lait à toi qui est si grand. Ou es tu ? Je veux baiser tes mains et tes pieds délicats, je veux balayer ton alcôve avant d'aller dormir. Oh Dieu à qui je sacrifie avec plaisir tout mon troupeau ! A celui dont je me souviens dans mes lamentations et mes gémissements !... »

Absorbé ainsi dans ces vaines paroles, Moise lui dit : « A qui diriges tu ces

prières? ». Le berger répondit : « A celui qui nous a créé, à celui qui est le créateur de la terre et du ciel ». Alors Moise lui répondit : « Attention l'ami tu vas t'attirer la disgrâce, et en perdant la foi tu vas te convertir en infidèle. Quelles sont ces paroles, ces absurdités, et quel blasphème as tu dit, remplis ta bouche de coton ! Ton blasphème a rempli l'air de répugnance, et ton infidélité à déchirée la cape de la foi. Tu peux te protéger toi avec des sandales et de la laine ! Mais comment peux tu prétendre ainsi protéger le soleil ? Si tu ne fermes pas ta bouche à ces paroles insensées,





*Ce qui est pour l'un vertu est pour l'autre une offense; ce qui pour l'un est doux, pour l'autre est comme un venin.*

le feu de sa colère finira sur toi et sur le monde entier. Et si ce feu n'est pas encore avivé, quel est cette fumée de parole ? Pourquoi ton âme est-elle noire, pourquoi ton esprit est il rejeté (par Dieu)? Si tu sais vraiment que Dieu est le Juge, pourquoi est tu grossier et familier? L'ami dénué d'esprit est semblable à un ennemi. La majesté de Dieu ne nécessite pas ce service, à qui parles tu? Au frère de ta mère ou de ton père? Tu attribue au Glorieux un corps et un besoin? Seul celui qui grandit consomme du lait, seul celui qui a des pieds porte des sandales. Sache aussi qu'en t'adressant à Son serviteur ou Son élu, il faut que tu mesures correctement tes paroles. Car au sujet de Son serviteur Dieu a dit : « Lui est moi et moi Je suis lui », ou « Lorsque j'étais malade tu ne me rendis pas visite, il n'y avait pas que lui qui souffrait, moi aussi je souffrait ». Ces paroles qui sont tiennes sont une pure absurdité, de plus en les dirigeants vers le serviteur de Celui qui dit : « Je serai ses yeux »... Et bien parler avec effronterie à celui que Dieu à élu, cela fait mourir le cœur et noircir la page. Si tu appelais un homme du nom de Fatima, pensant ainsi qu'un homme et une femme peuvent être intérieurement identique, il se sentirait malgré tout offensé et chercherait vengeance, même s'il était bon, indulgent et pacifique. Le nom de Fatima est comme une louange, une preuve de respect aux femmes, si tu l'emploi en te référant à un homme, il est comme la pointe d'une lance. Les mains et les pieds sont comme des louanges en relation à nous autres, mais à l'égard du respect de la sainteté de Dieu c'est un sacrilège. Lui n'engendre pas et ne fut pas engendré, C'est Lui qui crée le géniteur et celui qui engendre. La naissance est l'attribut de celui qui possède un corps, tout ce qui vient au monde appartient au bord de cette mer. Celui qui est engendré souffre la corruption et la mort, il est temporel et nécessite une cause première qui est son origine.

Alors le berger se lamenta : « Oh Moïse

tu as scellé ma bouche et tu as brûlé mon âme avec le remord ». Et tout en déchirant ses vêtements et en lançant des gémissements, il reprit son chemin en allant se perdre dans le désert.

Moïse entendit Dieu l'interpeller: «Tu as fait en sorte que mon serviteur s'éloigne de moi. Je t'ai envoyé pour unir et je te demande : es-tu venu pour unir ou pour séparer? Autant qu'il t'es possible ne met pas pied dans le domaine de la séparation : il n'y a rien de plus odieux pour moi que la séparation. Moi je donne à chacun une forme particulière pour œuvrer, et je donne à chacun une manière de s'exprimer. Ce qui est pour l'un vertu est pour l'autre une offense; ce qui pour l'un est doux, pour l'autre est comme un venin. Ce qui est pur ou impur pour l'homme, ne m'atteint pas ; je n'ai rien à voir avec la paresse ou la diligence. Par mon mandat sur la création je ne recherche pas mon propre bénéfice, si ce n'est d'offrir le don de ma grâce à toutes les créatures. Lorsque (dans sa prière) l'hindou de Hind me lave, je vois seulement de la beauté dans son éloge, et je perçois la même beauté dans la prière des indiens de Sind. Ce n'est pas que leurs louanges augmentent ma pureté; ce sont eux mêmes qui se rendent purs. Je ne me fie jamais à la louange ou au parler. Je regarde l'intérieur et l'état (de la sincérité). Je regarde le cœur de chacun pour voir son humilité, même si sa bouche le dédit. Car le cœur est substance, et la parole apparence; l'extérieur n'est qu'apparence, l'essentiel est la substance. Quand donc se termineront ces paroles grandiloquentes, ces vains discours? Je veux une âme ardente : recherche cette ardeur! Allume en toi la flamme de l'amour et brûle dans ce feu toute raison, toute palabre. Oh Moïse certains se fixent dans le rite et le dogme et chez d'autres c'est l'esprit et l'âme qui brûlent. Le véritable amant perçoit une nouvelle ardeur dans chaque souffle. Il n'y a pas d'impôt ni de dîme pour un hameau en ruine. N'accuse pas

l'amant si la forme de son discours est erronée, et ne lave pas le martyr taché de sang. Car le sang du martyr est plus pur que l'eau, et l'erreur de l'amant est supérieure à milles vertus. A l'intérieur de la Kaaba cela n'a plus de sens de regarder la Quibla; Pourquoi le plongeur aurait-il besoin de bottes? Chez les ivrognes ne cherche pas retenue ou sagesse; Comment renvoie tu raccommoier les vêtements de celui qui les a déchirés? La religion de l'amour est différente de tout les autres credo, Dieu est l'unique foi et il est l'unique dogme de l'amant. Quel importance si le rubis n'a pas de sceau? Dans la profondeur de la mer tumultueuse, l'amour apparaît paisible ».

*La religion de l'amour est différente de tout les autres credo, Dieu est l'unique foi et il est l'unique dogme de l'amant*

Après la fuite du berger, Dieu révéla à Moïse d'ineffables mystères. Un mélange de visions et de paroles pures furent versées dans son cœur. Combien de fois Moïse sortit de lui, et combien de fois il rentra en lui! Combien de fois il voltigea au bord de l'éternité! Tenter d'exprimer ceci est ignorance. En fait sa description est au delà de l'entendement humain. Parler de ces mystères ferait s'effondrer les bases de l'esprit; Ecrire à ce sujet ferait se rompre beaucoup de plumes. En écoutant le reproche divin Moïse, rentra dans son for intérieur et partit dans le désert à la recherche du berger. Il courra tant et tant derrière ce pauvre fou qu'il provoqua une immense poussière. La trace d'un ivrogne est très différente à coup sur de la trace d'un sage; Les pas du sage sont rectilignes comme ceux d'une tour; ceux de l'ivrogne sont tracés en biais comme ceux du fou, parfois ils se lèvent

semblable à une vague, et parfois ils l'entraînent, comme un poisson sur le ventre. Dés fois ils décrivent son état sur le sable, comme un voyant qui dessine les lignes d'un présage. Lorsque enfin Moïse rencontra le berger, il s'approcha de lui et lui dit : « Victoire ! Dieu t'écoute! Oublie les rites et les formes, laisse ton cœur en peine exprimer ce qu'il ressent. Ton sacrilège est la foi même, et ta foi, lumière de l'âme, tu es sauvé et par toi est arrivé le salut du monde. Oh toi qui a été sauvé par la grâce de Dieu, exprime sans crainte ce que tu désir ». Le berger dit alors: « Oh Moïse, je suis déjà loin de cela, submergé dans le sang du cœur affligé ! j'ai erré plus loin que l'arbre du lotus, dans les confins du monde, et j'ai parcouru un chemin de plus de cent mille ans. Lorsque tu empoigna le fouet, mon cheval s'enfuit et fit un saut si grand qu'il traversa le ciel. La nature divine est devenue intime avec ma nature! Béni sois tes mains et tes bras ! Mon état est indicible; rien de ce que je raconterai ne pourrait être décrit ».

Cette image que tu vois dans le miroir, c'est ton image et non celle du miroir. L'haleine de celui qui souffle dans une flûte, appartient-elle à la flûte? Non, non, c'est le souffle du flûtiste. Toi aussi ! Fais en sorte que tes paroles, de grâce ou de louanges, soient comme les paroles du berger. Car bien que tes prières te paraissent meilleurs que les siennes, sache que pour Dieu, elles sont également inappropriées. Hélas! Comme tu te lamenteras lorsque, en soulevant le voile tu découvriras la vérité en disant :«Ce n'était pas ce que je pensais».





## La Lettre Soufie

Publication bimensuelle  
sous format  
électronique

E-Mail:  
lettresoufie@bigfoot.com

WEB  
journalsoufi.multimania.com

# La Lettre Soufie

Page 8

## A propos de la Lettre Soufie...

La Lettre Soufie est une compilation d'articles récents publiés sur le site web [journalsoufi.multimania.com](http://journalsoufi.multimania.com) et distribuée électroniquement. La plupart des articles sont des traductions d'articles écrits en anglais et en persans dans le magazine Sufi (<http://www.nimatullahi.org/MAG.HTM>)

## Adresses des Maisons de Soufis

Adresse des Maisons de Soufis de la confrérie Nématollahi en pays Francophones (liste complète sur site <http://journalsoufi.multimania.com>):

### **France**

50 Rue du Quatrième Zouaves  
Rosny-sous-Bois 93110  
Paris, France  
Tel :33- 1-48-55-28-09

116, avenue Charles de Gaulle  
69160 Tassin-La-Demi-Lune  
Lyon, France  
Tel :33-4-78-34-20-16

### **Afrique**

63 Boulevard Latrille  
BP 1224 Abidjan,  
CIDEX 1 Côte d'Ivoire  
Tel :225-22410510

Quartier Beaurivage  
BP 1599 Porto-Novo  
Bénin  
Tel :229-21-4706

Azimmo Secteur 16  
Villa 12  
Ouaga 2000  
17 B.P. 1790 Ouagadougou 17  
Burkina Faso

Villa D89  
Pres Residence Hotel Wawa  
Magnambougou Fasso-Kanu  
BP 2916 Bamako  
Republic of Mali

### **Canada**

1596 Ouest avenue des Pins  
Montreal H3G 1B4  
Quebec, Canada  
Tel:(514) 989-1411

1784 Lawrence Avenue West  
North York, Toronto, Ontario  
Canada M6L 1E2  
Tel :(416) 242-9397

1735 Mathers Avenue  
West Vancouver, B.C.  
Canada V7V 2G6  
Tel:(604) 913-1174



La lettre soufie  
[lettresoufie@bigfoot.com](mailto:lettresoufie@bigfoot.com)  
<http://journalsoufi.multimania.com>