

**Responding to Stigma: Islamic guidance prepared by RCCE Working Group and NRC
June 2020**

The following guidance promotes behaviour that may reduce the stigma associated with COVID-19.

Issues	Quran (Sura) chapter	Quran (Ayat)	Arabic (العربي)	Dari (دری)	Pashto (پشتو)
<ul style="list-style-type: none"> No discrimination, respect, no insult and judgment 	49. THE CHAMBERS (al-Hujurat)	<p>11. O you who believe! No people shall ridicule other people, for they may be better than they. Nor shall any women ridicule other women, for they may be better than they. Nor shall you slander one another, nor shall you insult one another with names. Evil is the return to wickedness after having attained faith. Whoever does not repent—these are the wrongdoers.</p> <p>12. O you who believe! Avoid most suspicion—some suspicion is sinful. And do not spy on one another, nor backbite one another. Would any of you like to eat the flesh of his dead brother? You would detest it. So remain mindful of Allah. Allah is Most Relenting, Most Merciful.</p> <p>13. O people! We created you from a male and a female, and made you races and tribes, that you may know one another. The best among you in the sight of Allah is the most righteous. Allah is All-Knowing, Well-Experienced.</p>	<p>11. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْأَشْمُ الْفُسُوقِ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ﴿11﴾</p> <p>12. ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبَ بَEُضْمًا أَيْحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ ﴿12﴾</p> <p>13. يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿13﴾</p>	<p>11. ﴿11﴾ ای کسانی که ایمان آورده اید! نباید گروهی از شما گروهی دیگری را مسخره کند چه بسا که آنان از ایشان بهتر باشند و نباید زنانی زنانی دیگر را مسخره کنند چه بسا که آنان از ایشان بهتر باشند و در میان تان عیب جوئی نکنید و یکدیگر را با لقب‌های زشت خوانید. چه بد است نام و عنوان فسق بعد از ایمان آوردن! و کسانی که توبه نکنند پس ایشان همان ظالمانند</p> <p>12. ای کسانی که ایمان آورده اید! از بسیاری از گمانها اجتناب کنید، چون بعضی از گمان‌ها گناه می‌باشد. و جاسوسی نکنید و برخی از شما برخی دیگر را غیبت نکنند، آیا کسی از شما دوست دارد که گوشت برادر مرده‌اش را بخورد؟ به یقین که آن را کریه و ناپسند می‌دانید، و از الله بترسید، یقینا الله توبه پذیر مهربان است</p> <p>13. ای مردم! ما شما را از مرد و زن آفریدیم و شما را گروه‌ها و قبیله‌ها قرار دادیم تا یکدیگر را بشناسید. بی‌گمان گرامی‌ترین شما نزد الله باتقواترین شماست. همانا الله دانای باخبر است</p>	<p>ای مؤمنانو! نه دي نارینه پر نورو نارینه ؤ ملندي وهي، کېدی شي چي هغوی له دوی څخه غوره وي. او نه دي ښخي په نورو ښخو ملندي وهي، کېدای شي چي هغوی له دوی څخه غوره وي. پخپلو منځو کي یو د بل عیب مه لټوئ، او مه یو بل په بدو نومونو سره یادوئ. له ایمان راوړلو وروسته په فسق کي نوم پیدا کول ډېره بده خبره ده. کوم کسان چي دغه چار چلند پرېږدي (توبه ونه باسي)، همغوی ظالمان دي.</p> <p>ای مؤمنانو، له ډېر گومان کولو څخه ډډه وکړئ، چي ځيني گومانونه گناه وي. د چا پټ عیبونه مه لټوئ او ستاسي څخه دي څوک د چا غیبت نکوي. ایا په تاسي کي داسي څوک شته چي د خپل مړه ورور غوښي خوړل خوښ کړي؟ - گورئ تاسي پخپله د دې څخه کرکه کوئ. د الله څخه ووېرېږئ. الله ډېر ښه توبه قبلوونکی او خورا مهربان دی.</p> <p>ای خلکو! موږ تاسي له یوه نارینه او یوې ښخي څخه پیدا کړئ او بیا مو تاسي قومونه او قبیلې وگرځولئ، تر څو چي تاسي یو او بل سره وپیژنئ. په حقیقت کښي د الله په وړاندي ستاسي څخه تر ټولو زیات عزتمند هغه څوک دی چي په تاسي کښي تر ټولو زیات پرهېزگار وي. په باوري ډول الله په هر څه پوهېدونکی او باخبره دی.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Helping each other 	5. THE TABLE (al-Ma'idah)	<p>2. O you who believe! Do not violate Allah's sacraments, nor the Sacred Month, nor the offerings, nor the garlanded, nor those heading for the Sacred House seeking blessings from their Lord and approval. When you have left the pilgrim sanctity, you may hunt. And let not the hatred of people who barred you from the</p>	<p>2. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَجْلُوا شَعَائِرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْقَلَائِدَ وَلَا آمِنَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَتَتَعَوْنَ فَصْلاً مِنْ رَبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ أَنْ صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَنْ تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ</p>	<p>2. ای کسانی که ایمان آورده اید، حرمت شعایر (علامات دین الله) و ماه‌های حرام (ذوالقعدة ذوالحجه و محرم و رجب) و قربانی‌های قلاده دار و عازمان بیت الله که از پروردگارشان فضل و رضایت می‌طلبند؛ حلال نشمارید (به آن بی‌حرمتی نکنید)، و چون از احرام بیرون آمدید پس می‌توانید شکار کنید. و عداوت قومی به علت این که شما را از مسجد الحرام منع کردند بر آن واندارد که از حد تجاوز کنید، و بر نیکی و تقوا با یکدیگر همکاری نمایید و یکدیگر را بر گناه</p>	<p>ای مؤمنانو! د خدای پالني د نښو نښانو بي حرمتي مه کوئ، مه له حرامو میاشتنو څخه کومه یوه حلاوئ، مه د قربانی څارو بو ته لاس غځوئ، مه هغو څارو بو ته لاس ور وړئ چي د هغو په غاړو کښي خدای ته د نذراني په توگه پټی اچول شوې وي، مه هغه خلک خوروئ چي د خپل رب د فضل او د هغه د خوشالی په لټه کښي د (کعبې) د محترم کور په لوري ځي. هو، کله چي د احرام حالت استه شي، نو تاسي ښکار کولای شئ. او گورئ یوې ډلي چي ستاسي لپاره د مسجد حرام لاره بنده کړېده، نو پر هغې ستاسي غوسه دي تاسي دومره تاؤجن نه کړي، چي د هغو پر خلاف</p>

		Sacred Mosque incite you to aggression. And cooperate with one another in virtuous conduct and conscience, and do not cooperate with one another in sin and hostility. And fear Allah. Allah is severe in punishment.		و تجاوز همکاری نکنید، و از الله بترسید، چون الله سخت عذاب دهنده است.	
<ul style="list-style-type: none"> <u>Charity and empathy with no insults</u> 	2. THE HEIFER (al-Baqarah)	<p>262. Those who spend their wealth in the way of Allah, and then do not follow up what they spent with reminders of their generosity or with insults, will have their reward with their Lord—they have nothing to fear, nor shall they grieve.</p> <p>263. Kind words and forgiveness are better than charity followed by insults. Allah is Rich and Clement.</p>	<p>262. الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ثُمَّ لَا يُتَّبِعُونَ مَا أَنْفَقُوا مَنًّا وَلَا أَدَىٰ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ</p> <p>263. قَوْلٌ مَّعْرُوفٌ وَمَغْفِرَةٌ خَيْرٌ مِّنْ صَدَقَةٍ يَتَّبِعُهَا أَذَىٰ وَاللَّهُ غَنِيٌّ حَلِيمٌ</p>	<p>﴿262﴾ به آنانکه مال‌های خود را در راه الله انفاق می‌کنند، باز . بعد از (انفاق کردن) منت نمی‌گذارند و نه اذیت می‌رسانند پاداششان نزد پروردگارشان است، و نه تری بر آنهاست و نه غمگین می‌گردند.</p> <p>﴿263﴾ سخن نیک (به محتاجان) و گذشت از اشتباهات آنها) از صدقه که در پی آن آزار باشد بهتر است، و الله (از مخلوق خود) مستغنی (و) بردبار است که به زودی مؤاخذه نمی‌کند</p>	<p>262. کوم خلك چي خپل مالونه د الله په لار كې لگوي او د لگښت څخه وروسته پر چا احسان نه كوي او نه ازار وركوي، د هغو ثواب د هغو د رب سره دی او پر هغو څه ویره، غم او خپگان نشته.</p> <p>263. يوه خوږه خبره كول او د يوې ناوړې خبرې څخه تېرېدل، له هغه خيرات څخه ډېر ښه دي، چي وړ پسي ازارول وي. الله غني او د زغم خاوند دی.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <u>Solidarity</u> 	3.FAMILY OF IMRAN (Ali 'Imran)	103. And hold fast to the rope of Allah, altogether, and do not become divided. And remember Allah's blessings upon you; how you were enemies, and He reconciled your hearts, and by His grace you became brethren. And you were on the brink of a pit of fire, and He saved you from it. Allah thus clarifies His revelations for you, so that you may be guided.	103.وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا وَاذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ إِخْوَانًا وَكُنْتُمْ عَلَىٰ شَفَا حُفْرَةٍ مِنَ النَّارِ فَأَنْقَذَكُمْ مِنْهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ	103.وهمه یکجا به رېسمان (دين) الله چنگ بزښد (و آنرا محکم بگيريد) و متفرق نشويد و نعمتی را که الله بر شما انعام کرده بود، یاد کنید وقتی که دشمن یکدیگر بودید، پس الله میان دل‌های شما الفت و محبت ایجاد کرد و به نعمت الله (با هم برادر گشتید، در حالیکه بر کناره گودالی از دوزخ بودید، پس الله شما را از آن نجات بخشید، این چنین الله آیات خود را به شما بیان می‌کند تا راه یاب شوید.	<p>ټول یو ځای شی، د الله رسی کلکه ونیسئ او تیت و پرک کږئ مه. د الله هغه پېرزوینه در یاده کړئ چي پر تاسي یې کړېده: تاسي یو د بل دښمنان وئ، هغه ستاسي په زړونو کښي مینه واچوله او د هغه په مهربانی او لورپنه تاسي سره وروڼه وروڼه شواست. تاسي د یوې له اوره ډکي کندي پر غاړه ولاړ واست، الله خني وژغورلاست. په دغه شان الله خپلي نښانې تاسي ته څرگند وي، په کار ده چي په دغو نښانو سره تاسي ته د خپلي ژغورني سمه لاره په نظر درشي.</p>

		104. And let there be among you a community calling to virtue, and advocating righteousness, and deterring from evil. These are the successful.	104. وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ	104. و باید از شما گروهی باشند که مردم را به نیکی دعوت دهند، و مردم را به کارهای نیک (و درست) دستور دهند و از کارهای بد (و خلاف شرع) منع کنند، و این جماعت کامیاب‌اند	په تاسی کنبی باید څه خلك هرو مرو داسي وي چي د نېکى لوري ته بلنه وکړي، په ښو امر وکړي او له بدو منع وکړي. کوم خلك چي دا کار وکړي هماغوی به بريالي شي.
<ul style="list-style-type: none"> <u>Caring for sick people</u> 	2. THE HEIFER (al-Baqarah)	155. We will certainly test you with some fear and hunger, and some loss of possessions and lives and crops. But give good news to the steadfast. “Interpretation: Interpretation: sickness is the test for the people who are not affected. By this test, Allah will certainly know those who stand beside the sick people and take care of them and also those who don’t do so. If they stand, they will pass the test with feat and will get a great reward from Allah If they don’t help the sick people they will be punished”	155. وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ .	155. (وقت صبر شما مصیبت‌های آینده است) البته شما را به چیزی از ترس و گرسنگی و نقصان مالی و جانی و نقصان میوه‌ها می‌آزماییم، و مزده بده صبر کنندگان را در برابر این مصائب).	155. او موږ هرومرو په وېره، خطر، لوږه، د سر او مال په تاوان او د عائداتو په خساره کنبی په اخته کولو په تاسي ازمېښت کوو، او [اې پېغمبره (ص)!] صبر کوونکو ته زیری ورکړه؛