



Livret de Pessah

Cette année, nous lisons la hagada à la lumière des événements tragiques que vit notre peuple. 59 parmi nos frères et sœurs sont toujours otages à Gaza, prisonniers dans leurs geôles. Choisissons un nom parmi les otages et prions avec ferveur ce soir pour lui, Prions pour sa libération imminente bzH !
Cet otage doit être présent avec nous lors de chaque étape du Seder, lorsque l'on allume les bougies, lors du kiddoush, lors de la consommation de la matsa et surtout à hatsot - ultime moment de la délivrance !
Que cette nuit du 15 Nissan soit porteuse de miracles merveilleux cette année !

Pour leur retour en bonne santé

22 Alon ben Idit (Ohel)	22 Guy ben Meirav (Gilboa-Dalal)
26 Ariel ben Silvana (Cunio)	21 Matan ben Miriam (Angrest)
30 Avinathan ben Ditzza Tirtza (Or)	24 Matan ben Einav (Zangauker)
21 Bar Avraham ben Julia (Kuperstein)	35 Maxim ben Tella (Herkin)
23 Bipin Joshi	19 Nimrod ben Vicky (Cohen)
33 David ben Silvia (Cunio)	46 Omri ben Veronika Esther (Miran)
19 Edan ben Yael (Alexander)	19 Rom ben Tamar Noa (Braslavski)
23 Eitan Avraham ben Efrat (Mor)	25 Segev ben Galit (Kalfon)
37 Eitan ben Rut Idit (Horn)	19 Tamir ben Cherut (Nimrodi)
34 Elkana ben Ruchama (Bohbot)	49 Tsachi ben Devorah (Idan)
23 Evyatar ben Yasmin Gila (David)	24 Yossef Haim ben Miriam (Ohana)
26 Gali ben Talia (Berman)	26 Ziv ben Talia (Berman)

Nous prions aussi pour inhumer dignement

84 Amiram ben Sara (Cooper),	61 Lior ben Mihal (Rudaeff)
86 Arié ben Penina (Zalmanovich)	22 Omer ben Orna Esther (Neutra)
40 Asaf ben Clara (Hamami)	22 Oron ben Zehava (Shaul)
19 Daniel Shimon ben Sharon (Peretz)	24 Ran ben Talik (Gvili)
48 Dror ben Dorit (Or)	55 Ronen ben Rosemary (Engel)
53 Eitan ben Sol (Levy)	19 Shaked ben Sigalit (Dahan)
75 Eliyahu ben D'vorah (Margalit)	19 Shay ben Shlomit Sant (Levinson)
73 Gadi ben Sara (Haggai)	42 Tal ben Esther (Haimi)
26 Guy ben Doris (Illuz)	38 Tamir ben Yael (Adar)
23 Hadar ben Leah (Goldin)	20 Tomer Yaakov ben Anat (Ahimas)
28 Idan ben Dalit (Shtivi)	35 Uriel ben Naomi (Baruh)
56 Ilan Shlomo ben Miriam (Weiss)	59 Yair ben Flor (Yaakov)
27 Inbar bat Yifat (Haiman)	71 Yonatan ben Ayelet (Samerano)
19 Itay ben Hagit (Hen)	53 Yossi ben Hana (Sharabi)
19 Kiril ben Lena (Brodski)	70 Yehudit bat Marilyn (Weinstein)

Prière pour la libération des otages instituée par le grand Rabbin d'Israël à lire juste avant 'Véhi Shéamda'

En hébreu

יְהִי רָצוֹן מִלְּפָנֶי אֲבִינוּ שֶׁבְּשָׁמַיִם
 אֲשֶׁר הוֹצִיא אֶת עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל מִתַּחַת סְבִלוֹת מִצְרַיִם
 הוּא יְבָרֵךְ וַיְנַצֵּר אֶת אַחֵינוּ וְאַחֵיוֹתֵינוּ הַחֲטוּפִים
 הָאֲסוּרִים בְּכַבְלֵי בְרִזָּל
 יַחְזֵק נַפְשָׁם וְאַמוּנָתָם
 יִשְׁמְרֵם מִכָּל נֶגַע וּמַחֲלָה
 יַחְמַל עַל בְּנָיו וּבְנוֹתָיו הַמְּצֻפִים לִישׁוּעָתוֹ
 יְבַטֵּל מֵעֲלֵיהֶם כָּל גְּזֵרוֹת אַכְזָרִיּוֹת
 בְּחֶסֶדוֹ הַגָּדוֹל יַחֲשֵׁב פְּדוּתָם וַיֵּצֵאוּ מֵהָרָה מֵאֲפֵלָה
 לְאוּרָה
 וּמִבּוֹר הַשְּׁבִי לְחֵירוֹת עוֹלָם
 וַיֵּשׁוּבוּ לְשָׁלוֹם אֶל מִשְׁפּוּחֹתֵיהֶם וְאֶל בְּתֵיהֶם
 אֲנָּה, נֹטֵעַ אַחֲוָה שְׁלוֹם וְרַעוּת בְּלֵב כָּלֵם
 הִסֵּר קִנְיָאָה וּשְׁנָאֵת חָנָם וּפָרַס עֲלֵינוּ סִפְתָּ שְׁלוֹמָךְ
 וְנִזְכָּה בְּקִרְוֹב לומר לְפָנֶיךָ שִׁירָה חֲדָשָׁה.

אָמֵן.

En phonétique

Yéhi ratson milifney avinou shébashamayim
 Asher hotsi eth a'mo Israel mitakhat sivloth
 Mitsrayim Hou yévarekh véyintsor eth akheynou vé-
 eth akhioteynou hakhatoufim aassourim bekhavley
 barzel
 Yekhazek nafsham vé-émounatam
 Yishmérem mikol néga' oumakhala
 Yakhmol a'l banav ouvnotav hametsapim lishou aot
 Yévatel mé aleyhem kol gzeroth akhzariyoth
 Bekhasdo hagadol yakhish pédoutam
 Véyets-ou mééra méafela léora
 Oumibor hashevi lekhérouth 'olam
 Véyashouvou leshalom el mishpekhoteyhem véel
 bateyhem
 Ana néta' akhva shalom vééré out bélev koulam
 Hasser kin-a vésin-ath khinam oufross 'alénou
 souccath shélomekha.
 Vénizké békarov lomar léfaneykha shira khadasha.

AMEN.

En français

Que ce soit Ta volonté, Maître du Monde,
 Qui a sorti le peuple d'Israël des souffrances de l'Égypte,
 De bénir et de soutenir nos **frères et soeurs otages**
 attachés par des fils de fer,
 De renforcer leur esprit et leur foi,
 De les protéger de toute souffrance ou maladie,
 De consoler **Tes fils et Tes filles** qui attendent
 Ta délivrance D'annuler tout décret cruel à leur sujet.
 Que par Ta Grande Miséricorde, Tu proclames leur
délivrance,
 Qu'ils puissent sortir des ténèbres pour retrouver la
lumière,
 Que du puits de la captivité, ils rejoignent **la liberté**
 terrestre,
 Qu'ils rejoignent en paix leurs maisons et leurs familles.
 De Grâce, insuffle en chacun de nous **la fraternité,** la
 paix et la solidarité,
 Retire la haine de nos coeurs, étends sur nous la tente
 de Ta **Paix,**
 Et que nous puissions bientôt entonner devant Toi un
 chant nouveau.

AMEN.

**Cette année, laissons une
 chaise vide à notre table
 du Seder pour les otages.**



*Et qu'ils puissent bientôt passer les fêtes
 du peuple Juif dans leurs familles 🙏*

Bring Them Home

Table des matières

Birkat Hailanot.....	2
Bedikat 'Hamets.....	2
Srefat 'Hamets.....	3
Bitoul 'Hamets.....	3
La préparation du plateau de seder.....	4
Allumage des bougies de Shabat et Yom tov.....	5
Trouver sa propre place.....	6
Les 15 étapes du seder.....	11
Kadech.....	11
Our'hats.....	12
Karpas.....	12
Ya'hats.....	13
Maguid.....	13
Ma nishtana.....	14
Les 4 enfants.....	15
Créer un espace 'juif'.....	16
Dayénou - Être esclave du 'si seulement'.....	17
Ro'htsa.....	20
Motsi Matsa.....	20
Matsa – le symbole de la liberté.....	20
Maror.....	24
Kore'h.....	24
Choul'han Ore'h.....	24
Tsafoun.....	25
Bare'h.....	25
Hallel.....	25
Nirtsa.....	25
Hatsot halaila- milieu de la nuit.....	26
Chevi'i chel Pessah – à vos tambourins.....	26

Birkat Hailanot - ברכת האילנות

A partir de Roch Hodesh Nissan, on a l'habitude de faire la birkat ha-ilanot, la bénédiction des arbres fruitiers en fleurs.

Pour faire la birkat ha-ilanot il faut être en présence de 2 arbres fruitiers en fleurs. Ils



peuvent être dans son jardin, dans un jardin public, à la campagne ou bien n'importe où ailleurs.

On récite alors la prière suivante :

"ברוך אתה יי, אלהינו מלך העולם, שלא חסר בעולמו כלום, וברא בו בריות טובות ואילנות טובות, ליהנות בהם בני אדם"

"Baroukh ata Ado-naï, Elo-hènou, melekha-olam, chéllou 'hissère be'olamo keloum ouvara vo biryote tovote ve-ilanot tovote venaote kedei léyhanote bahene beney Adam."

Béni Tu es, Hachem, notre D. Roi de l'univers, qui n'as rien fait manquer dans Ton monde, en le peuplant de bonnes créatures, d'arbres utiles et agréables pour que les hommes en jouissent.

Bdikat H'amets - בדיקת חמץ

La *bdikat hametz* est une mitsva de la Torah, il s'agit du moment où l'on cherche à retirer le dernier *hametz* de la maison.

Cette année, on fera la *bdika* mardi soir, à la tombée de la nuit. C'est une *mitsvah* de fouiller et de vérifier chaque tiroir, chaque recoin de la maison afin de s'assurer qu'on n'a pas oublié de *hametz*. La recherche du *hametz* fait l'objet d'une bénédiction particulière. Pour éviter de faire une *braha levatala*, une bénédiction qui se trouverait sans raison puisque la maison aurait été débarrassée de tout *hametz*, on enveloppe dix petits bouts de pain dans du papier aluminium ou du papier journal qu'on ferme bien, avec du scotch par exemple. La quantité de chaque morceau de *hametz* doit être inférieure à un *kazait*, ce qui est plus petit qu'une olive, inférieur à trente grammes. Cette quantité se justifie ainsi : si jamais on perdait un des dix morceaux, D. préserve, il resterait une quantité assez petite pour n'être pas significative. Ce sont en général les enfants qui cachent les bouts de pain dans la maison et les parents partent à leur recherche. On prend soin de dire aux enfants de noter l'emplacement des morceaux de pain quelque part.

Comment procéder à cette recherche ? Tout d'abord, il ne s'agit pas de folklore mais d'une véritable *bdika*, d'une vraie recherche. Il est des endroits qui ont tendance à abriter naturellement du *hametz*, comme le cartable des enfants par

exemple. La personne qui cherche va alors valider une dernière fois la netteté de la maison. Cette *bdika* se fait en général à la lumière d'une bougie. La bougie est peut-être moins lumineuse qu'une torche mais la bougie possède des vertus particulières. On a l'habitude de dire que le *ner* porte en lui un *koah hipouss*, une force de recherche, mais une recherche de quelque chose de précis, de singulier. La flamme de *shabat* par exemple, porte notre regard sur l'unicité des personnes présentes à la table de *shabat*. C'est une façon d'éduquer le regard et de le rendre capable de voir la singularité des autres. La bougie de la *bdikat hametz* est également là pour éclairer le détail dans l'inspection. Il s'agit pour nous, en parallèle, de faire une introspection et de se voir soi-même en détail, de voir ce qui nous verrouille, ce qui nous empêche d'avancer et aussi ce qui nous distingue. C'est en trouvant notre particularité que l'on va pouvoir se réaliser.

Voici une autre raison qui justifie l'utilisation de la bougie. La cire se dit en hébreu *sheava*. Ce mot comporte les mêmes lettres que *shavea*, la prière, le cri de détresse. Les sages expliquent que la *bidka* constitue effectivement un grand moment de prière. A cette occasion, nous nous adressons à *Hashem* et lui demandons de retirer tous les éléments qui nous entravent et nous empêchent d'être nous-mêmes. Le *hametz* renvoie aussi à ce qui nous colle à la peau, à ce qui nous force à répondre à une étiquette, à une image, à ce que l'on attend de nous alors même que ce n'est parfois pas authentique ou cohérent. Au cours de la *bdikat hametz*, nous prions donc là-dessus. Nous pouvons prier spontanément, dans notre langue.

Ce qu'il faut faire

La veille du 14 Nissan, à la tombée de la nuit, on doit rechercher le hamets à la lumière d'une bougie. Avant de commencer cette recherche, il est de coutume de placer dans différents endroits de la maison, 10 petits morceaux de hamets enveloppés dans du papier aluminium afin de ne pas disperser de nouvelles miettes de pains dans la maison.



Puis l'on récite la bénédiction suivante :

"ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם אשר קדשנו
במצותיו וצונו על ביעור חמץ"

"Baroukh Ata Ado-Naï Elo-Hénou Mélékh
Haôlam Achère Kidéchanou Bémitsvotav
Vétsivanou Al Biour hamets"

*Source de bénédiction tu es Achem, Roi de
l'univers, qui nous a sanctifiés par Ses
Commandements et nous a ordonné le brûlage
du hamets.*

Après avoir nettoyé la maison, récité la prière de la *bedikat hamets* et vérifié chaque recoin à la lueur de la bougie, nous faisons une prière pour exprimer que tout le reste du hamets que nous avons en notre possession mais que nous n'avons pas vu ou qui est tout simplement inaccessible soit considéré comme nul et poussière. Il est important de lire cette prière dans une langue que l'on comprend. C'est pourquoi, si on ne comprend pas le sens de ces mots en araméen, on les dira dans une autre langue.

"כל חמירא וחמיצא דאיכא ברשותי, דלא חמתיה,
ודלא בערתיה, ודלא ידענא ליה, לבטל ולהוי הפקר
כעפרא דארעא"

כל חמץ ושאר שישנו ברשותי, שלא ראיתיו ושלא
ביערתי, ייבטל ויהיה הפקר כעפר הארץ

*Kol hamira véhamia déika birchouti déhazité
oudéla hazité débiarté ou déla biarté livtil
véléhévé kéafra déareâ*

*Que tout hamets ou tout levain qui se trouve en
ma possession, que je n'ai pas vu et dont je n'ai
pas connaissance ou que j'ai vu et que je n'ai
pas détruit soit annulé et considéré comme la
poussière de la terre*

Srefat hamets - שרפת חמץ

Bitoul hamets - בטול חמץ

Le matin qui précède Pessa'h, avant la cinquième heure, nous brûlons tout le 'hamets qui a été trouvé durant la recherche, ainsi que ce qui reste du petit-déjeuner et qui n'a pas été rangé avec le 'hamets qui sera vendu au non-juif.

Après que le 'hamets ait brûlé, nous récitons la déclaration suivante :

Que tout 'Hamets, qui se trouve en ma possession, que j'ai vu ou que je n'ai pas vu, que j'ai aperçu ou n'ai pas aperçu, que j'ai détruit ou que je n'ai pas détruit, dont je n'ai pas connaissance, soit considéré comme inexistant et sans valeur, comme la poussière de la terre.

La *srefat hametz* est un grand moment ! Ce feu qui brûle notre hamets est hautement symbolique.

On y fait une prière qui peut paraître incohérente : *Hashem*, concernant tout le *hametz* que j'ai encore, ou que j'ignore avoir, fais comme s'il n'existait pas!

Qu'est-ce que ça signifie ? Si le *hametz* est là, impossible de l'ignorer. Comment annuler l'existence d'une chose ? C'est le seul moment de l'année durant lequel nous prions effectivement pour annuler l'existence de quelque chose qui nous perturbe.

Dans ce feu, mettons tous les éléments de nos vies qui existent et qu'on aimerait voir disparaître. Cela peut renvoyer à un traumatisme, à un manque d'estime de soi, à un mauvais souvenir, à une inquiétude, au mal que l'on pense de quelqu'un, à l'incapacité à pardonner, à la difficulté à demander de l'aide, à une rancœur... Jetons au feu toutes ces choses de la vie qui nous empêchent d'exister pleinement. Le *Hida* précise qu'on peut écrire à la main sur le papier qui entoure le *hametz*, ces choses qui nous empêchent d'avancer.

Depuis quelques années, j'ai pris l'habitude d'inviter mes enfants à "rédiger leur *hamets*" sur ces bouts de papier. C'est très émouvant de les voir s'investir pleinement dans cette rédaction. Ils la prennent très à cœur!

Jeter ces éléments aux flammes doit permettre leur disparition et ouvrir sur un véritable *seder* le soir même et un véritable *seder* (ordre) à l'intérieur de soi !

Ce qu'il faut faire

La destruction du hamets consiste à brûler les derniers morceaux de hamets qu'il nous reste au matin du 14 Nissan.

Il existe plusieurs façons de détruire le hamets :

- On peut le brûler
- On peut l'émietter finement au vent
- On peut y verser un liquide non comestible le rendant ainsi inapte à la consommation

- On peut encore le jeter à la mer il est de coutume de brûler à cette occasion **les loulaves** que nous aurions garder depuis **soukot**.

Le jour qui précède Pessa'h le 'hamets peut être consommé jusqu'à la quatrième heure du jour. Après cela, seuls les aliments cachères pour Pessa'h peuvent être consommés. La Matsa ne sera consommée qu'à partir du seder de Pessah.

Puisque même la moindre parcelle de 'hamets est interdite, nous nous rinçons et brossons soigneusement les dents, de façon à nous être totalement débarrassés du 'hamets à l'intérieur de nous.

Après avoir jeté le hamets au feu, on récite la phrase suivante :

כּוֹל חָמִירָא וְחָמִיעָא דְאִכָּא בְּרִשׁוּתֵי דְחֻזְמָה וּדְלָא חֻזְמָה
דְּחֻזְמָה וּדְלָא חֻזְמָה דְּבַעֲרָתָהּ וּדְלָא בַעֲרָתָהּ לְכַטְל
לְהוּי הַפְּקֵר כְּעַפְרָא דְאַרְעָא.

Kol 'Hamira Va'hami'a Déika Birchouti
Da'hazité Oudéla 'Hazité Da'hamité Oudéla
'Hamité Débi'arté Oudéla Bi'arté Libatel
Véléhévé Héfkér Ké'afra Déar'a

"Que tout 'Hamets et tout levain, qui se trouvent en ma possession, que j'ai vu ou que je n'ai pas vu que j'ai détruit ou que je n'ai pas détruit, soient considérés comme inexistantes et sans valeur, comme la poussière de la terre. "

La préparation du plateau du seder

Le plateau du *seder* est appelé la *keara*.

הַקֵּרָא en hébreu renvoie au mot רִקִיעַ - le Ciel. D'après les enseignements ésotériques, ce plateau contient une grande sainteté et les 7 Cieux sont ouverts au-dessus du plateau agencé pour le seder. Je suppose que c'est pour cette raison que dans certaines cultures on a l'habitude de faire passer le plateau du seder sur la tête des convives afin de susciter une abondance de brahot qui se déverseront directement sur chacun grâce au plateau au-dessus duquel les Cieux sont ouverts. Au milieu du plateau se trouve le *maror*, les herbes amères et tout autour des symboles de délivrance. C'est une façon d'espérer que le *maror* qui fait partie de la vie se perde dans la délivrance. Autour, on mettra l'œuf, l'os d'agneau en souvenir du *corban*, le *carpas*, le céleri, et *hazeret*, d'autres herbes.



Commençons par un récit concernant rabbi Lévi Itshak de Berditchev, né en 1740. Il faisait partie des premiers élèves de la *hassidout*. On désignait rabbi Lévi Itshak comme étant le ‘défenseur d’Israël’ : il cherchait systématiquement à voir le bien parmi le peuple juif.

C’était l’après-midi qui précède Pessa’h, et Rabbi Levi Its’hak errait dans les rues du quartier juif à la recherche de contrebandiers locaux. A l’un d’entre eux, il demanda discrètement le prix du tabac de contrebande ; à l’autre, il s’enquit de la possibilité d’acheter au marché noir des brocards et des broderies. Quelle que soit la marchandise qu’il recherchait, tout était disponible, au juste prix.

Cependant, quand il se mit à demander à ses nouvelles connaissances de lui fournir du pain ou du whisky, ces mêmes hommes d’affaires qui s’étaient montrés auparavant si accommodants s’y sont refusés. « Rabbi, dit l’un d’eux, essayez-vous de m’insulter ? Le Séder démarrera dans quelques heures à peine et aucun Juif n’aurait ne serait-ce qu’un grain de *hamets* chez lui ou dans son entreprise. »

Aucun commerçant ne pouvait fournir même une miette de pain ou une goutte d’alcool.

Quel que soit le prix offert, aucun commerçant ne voulait ou ne pouvait fournir même une miette de pain ou une goutte d’alcool. Pour ce qui était du *hamets*, la ville était désormais un désert absolu.

Ravi des résultats de sa quête infructueuse, le rabbin leva les yeux au ciel et déclara : « D.ieu Tout-Puissant, considère Ton peuple avec fierté ! Le tsar a des gardes-frontières et des commissaires des impôts à ses ordres. La police et les tribunaux s’attachent à traquer et à punir les contrebandiers et

les vendeurs clandestins. Pourtant, tout ce que l’on peut désirer est disponible. Compare cela à la foi et à la fidélité de Tes Juifs. Cela fait plus de 3000 ans que Tu nous as commandé d’observer Pessa’h. Pas de police, pas de gardes, pas de tribunaux et pas de prison pour faire appliquer cet édit – et pourtant chaque Juif respecte tes lois ! »

« *Mi kéam’ha Yisrael* – Qui est comme Ton peuple, Israël ?! »

Parfois témoin de véritables conflits au sein du peuple juif, le rabbi s’appliquait surtout à mettre en exergue sa grandeur.

Allumage des bougies de Yom tov

On récitera les bénédictions suivantes :

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ
בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל יוֹם טוֹב.

Baroukh ata Ado-naï Elo-hénou Mélékh haolam achère kidéchanou bémitsvotav vetsivanou lehadlik ner chel Yom tov.

Béni es-Tu, Éternel notre D.ieu, qui nous a sanctifiés par Ses commandements et nous a ordonné d’allumer les bougies du jour de fête.

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ הַיּוֹהָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם שֶׁהִחֲיֵנוּ וְקִיְּמָנוּ
וְהִגִּיעָנוּ לְזִמְנֵן הַזֶּה.

Barou’h ata Ado-naï Elo-hénou mélé’h haolam chéhé’héyanou vekiyémanou vehiguiyanou lizmane hazé.

Béni sois-Tu Éternel notre D.ieu, Roi du monde, qui nous a fait vivre, nous a fait exister et nous a fait parvenir à ce moment.

En allumant les bougies qui symbolisent la *neshama*, la vraie pureté de l’humain se dévoile. C’est le moment par excellence de prier pour nos enfants. Que nos enfants puissent à leur tour raconter à leurs enfants qui raconteront à leurs enfants ... et qu’ainsi la chaîne de transmission puisse continuer. C’est le moment aussi de se figurer une vie sans chaînes et sans entraves.

Que l’on sache voir la lumière unique et singulière que porte notre conjoint, que portent nos enfants, que l’on porte soi-même. C’est cette même lumière

qui va apparaître de plus en plus scintillante tout au long du seder !

Chaque année, nous nous repositionnons dans ce mouvement fondamental vers la liberté. Nous parlons évidemment ici d'une liberté spirituelle et non physique puisque grâce à D., nous ne sommes pas esclaves. Tout l'objectif de *Pessah* est de comprendre de quoi nous sommes malgré tout esclaves et de nous libérer de nos entraves qui empêchent un déploiement maximal de ce que nous pourrions être dans notre version aboutie.

Il faut bien comprendre l'enjeu de ce 15 *Nissan*. Je suis émue d'en parler, émue aussi à l'idée de cette rencontre incroyable qui nous attend. Vous savez qu'il y a un principe permanent dévoilé au tout début de *Béréchit* quand est décrite la Création du monde. Arrêtons-nous sur un verset du deuxième chapitre de *bereshit* où il est question d'une vapeur d'eau qui s'élevait du sol וַיִּעָלֶה מִן־הָאָרֶץ עָנָן

Ce principe renvoie à l'idée qu'il ne peut y avoir de *shefa*, d'abondance des mondes supérieurs que si nous initions un mouvement ici-bas. Les mondes supérieurs ne se déploient que si nous exprimons un désir, un effort, une envie de progression. Sans cela, nous pouvons bien attendre les bras croisés mais cela ne nous avancera pas. Cela vaut dans tous les domaines, que ce soit pour chercher un époux, un travail, une relation stable et harmonieuse avec son entourage.

Un mouvement doit toujours être initié à partir de nous. Dans le langage de la *Hassidout*, en araméen, cela s'appelle *hitorerouta dil tata, hitorerouta dil ala*.

Un réveil des mondes inférieurs induit un réveil des mondes supérieurs. Ce que je veux dire, c'est réveille-toi et agis. N'attends pas ta *guéoula* personnelle de façon passive. Cela est valide toute l'année, tout le temps, sauf un soir.

Le 15 *Nissan*, une abondance exceptionnelle vient remplir notre existence spirituelle comme physique, **quelle que soit la personne que nous sommes**. Cela intervient sans les efforts qu'il nous faut faire habituellement.

Pour vous donner une image, pensez à une personne qui souhaite courir le marathon. Il lui faut s'entraîner sans relâche afin de progresser petit à petit. C'est ainsi que le monde organique, le monde de notre corps fonctionne. Dans les mondes spirituels, cela vaut également. Tu ne peux pas atteindre un haut niveau en claquant des doigts. Tout un processus doit être établi. Le soir de

Pessah, en cadeau, *Hakadosh Baroukh Hou* vient et déploie un *shefa*, une abondance extraordinaire.

Trouver sa propre place !

Pessah est certainement la fête qui nécessite le plus de préparation. Des semaines avant la fête, nous nous affairons à nettoyer et ranger.

Le *Nikayon*, nettoyer c'est faire le vide. On trie, on jette, on donne. Les sacs s'entassent à la porte d'entrée : ceux à déposer au don, ceux à jeter, ceux que l'on n'a pas ouverts depuis un an. On évacue les jeux inutilisés, les vêtements qu'on garde "au cas où" depuis quinze ans.

Il est fondamental de faire de la place pour préparer un espace. Pour laisser une place à la *Géoula* à venir. Si je veux accueillir quelque chose de nouveau, d'essentiel, de miraculeux, alors il faut que je libère de la place dans mon espace.

Mais plus important encore que le ménage, c'est le **rangement**. Ranger, ce n'est pas vider. C'est replacer. C'est redonner à chaque chose sa juste position. C'est décider que ce livre-là sera ici, que cette boîte-là appartient à cette étagère. Ce rangement est bien plus qu'un acte logistique. Il est symbolique. Il dit notre besoin profond d'ordre, de clarté.

Et je voudrais vous dire quelque chose : si, à cette période de l'année, on a tellement besoin de tout remettre à sa place, ce n'est pas seulement parce que l'on craint le *hamets*. C'est parce qu'on ressent, au plus profond, que quelque chose en nous aussi a besoin d'être remis à sa place.

On cherche notre place.

Cette recherche commence dans le visible. Dans les objets, les pièces de la maison, les placards. Et elle remonte à l'intérieur. Chaque tiroir qu'on ouvre et qu'on range reflète un pan de nous-mêmes qu'on interroge. Une vie bien rangée, c'est une vie dans laquelle chaque élément a une définition, une fonction, une orientation. Ce n'est pas un idéal de contrôle maniaque. C'est un désir de sens.

Et ça commence parfois par une remarque anodine: "Je garde ce câble, au cas où..." Mais ça fait quinze ans que tu le gardes. Ce "au cas où", c'est souvent une peur de trancher, de décider. C'est tout ce que l'on repousse, tout ce qu'on n'a pas encore défini. Or, *Pessa'h* vient avec un appel clair: définis, choisis, positionne. Donne un rôle à chaque chose. Et pas seulement dans tes placards.

En écho à la (re)mise en place des objets de notre quotidien, s'ouvre une quête plus profonde



concernant notre propre place au sein de nos familles.

Nous cherchons tous notre place. Dans la fratrie, auprès de nos frères et sœurs ou dans notre couple. Peut-être dans notre parentalité. Suis-je à ma place de mère ? mon enfant a-t-il su trouver sa place ? Tu regardes ton enfant qui t'accapare toute ton attention... et celui qui se fait oublier, trop sage, trop discret, et qui peut-être mérite qu'on l'écoute aussi, avant que son silence n'explode. C'est une période où tout ce qui était flou remonte à la surface, où chaque question muette attend une réponse.

Et on comprend alors que cette préparation matérielle à Pessa'h, cette frénésie de rangement, ce n'est pas une obsession de propreté. C'est une tentative d'alignement intérieur. Une quête de vérité, une volonté de revenir à soi, de revenir à sa juste place. Car le *Séder*, littéralement, c'est la "nuit de l'ordre" car c'est la nuit où tout doit retrouver sa place. Où chacun doit retrouver sa place.

Et c'est pour cela que, ce soir-là, chacun est attendu. Chaque personne compte.

On va même ouvrir le récit par la prise de parole du petit dernier lors du '*ma nishtana*'.

On commence par le plus jeune et ce 'rite de passage' dans le monde de ceux qui questionnent.

On lui fait de la place. On lui donne la parole.

Le seder est une soirée transgénérationnelle. Il y a la place du grand-père, de la grand-mère. Il y a la place des parents, des grands enfants, des petits. Et chacun se repositionne lors de cette soirée de transmission. Une soirée où l'on prend ses enfants par la main pour leur dire : tu sais d'où tu viens ? Tu viens de là. De cette histoire-là. De cette sortie-là. Tu n'es pas là par hasard. Tu es le fruit d'une lignée, et tu es, à ton tour, porteur de cette flamme que tu devras transmettre avec intensité.

S'inscrire dans la Grande histoire d'Israël

Et c'est peut-être pour cela que deux des mitsvot les plus suivies dans tout le peuple juif, en Israël comme en diaspora, sont la *Brit Mila*... et le *Seder de Pessah*. Deux moments où l'on invite un invité très spécial : Éliyahou Hanavi. Pourquoi Éliyahou ? Parce qu'il est, selon la tradition, celui qui avait douté. Il s'était tourné vers Hachem en disant : "Tes enfants ne te suivent plus, ils sont infidèles..."

D'après la tradition, il est l'invité d'honneur de ces deux moments de la vie juive afin de constater que les juifs pratiquent avec authenticité et transmettent les valeurs de la Torah.

Il existe deux façons de s'assurer une continuité : en donnant la vie -brit mila- et en enseignant nos valeurs afin qu'elles se perpétuent – la hagada-.

Deux façons de dire à nos enfants : tu fais partie du peuple juif, et tu as ta place.

La place de chaque enfant :

Chaque type d'enfant a sa place à notre table.

La Haggadah nous présente les quatre enfants. Chacun avec sa question. Chacun avec son regard. L'enfant 'rasha' (méchant) vit quant à lui une quête de place importante. Il demande "ma haavoda hazot lachem ?", qu'est-ce que c'est, ce service que vous faites ? sa question dit en creux : " Je ne ressens pas ce que vous ressentez. Est-ce que j'ai ma place ici ?" Il ne se sent pas concerné car il n'a pas expérimenté le lien avec H'.

Il croit qu'on 'sert' Dieu, qu'on fait quelque chose pour Lui, et il ne comprend pas. Il se sent différent et s'exclut.

Et la Haggadah vient lui répondre : "Non. Ce soir-là, ce n'est pas nous qui faisons quelque chose pour Dieu. C'est Lui qui a fait pour nous. '*assa H' Li* 'C'est Li, pour moi. C'est un lien intime, personnel. À moi aussi, il est arrivé quelque chose. Ce soir je ressens qu'à moi aussi, Hachem a tendu la main." Si chaque juif ressentait cela le soir du seder, il n'y aurait plus de *rasha* ...

Ce soir-là, nous devons tous sentir que nous sommes les enfants uniques d'Hachem. C'est comme cela qu'on trouve notre place. Comme un enfant, qui se demande sans cesse : "Qui tu préfères ? Lui ou moi ?" Et le travail du parent — ce travail long, délicat, exigeant — c'est de faire sentir à chaque enfant qu'il est unique, qu'il est irremplaçable. Qu'il a sa place.

Et puis il y a cette question qui revient souvent. Chez les jeunes couples surtout. Elle revient chaque année, avec un petit pincement : « On va où pour le Séder ? » Chez tes parents ? Chez les miens ? Et là, tout se complique. Là-bas on a plus d'espace, mais ici on est plus écoutés. Là-bas, ils râlent tout le temps sur les enfants, mais ici, on ne trouve pas vraiment notre place. Et soudain, dans cette discussion qu'on croit logistique, presque banale, se glisse une question essentielle : *Quelle est notre place ? Où est-ce qu'on se sent chez nous ? Où est-ce qu'on se sent à notre place ?*

Car oui, c'est bien ça l'enjeu. Retrouver sa place. Sa vraie place.

La place de mes mots, que mes paroles ne soient pas déplacées. La place de mes pensées. Est-ce qu'elles sont en ordre ? Est-ce qu'elles tournent en



rond dans des cycles de jugement, de comparaison, de peur... ou est-ce qu'elles me permettent de grandir ? Quelle est la place de ma personne ? Ma place en tant qu'individu ? En tant que femme ? En tant que membre de ce peuple ?

Ce soir-là, lors du seder, chaque détail est pensé. Chaque geste, chaque question, chaque parole a sa place. Rien n'est laissé au hasard. Il y a un ordre, un *séder*, une architecture invisible mais solide. Et c'est dans ce cadre que peut se loger notre liberté. Notre voix. Notre vérité.

Et c'est aussi ce que je veux transmettre à mes enfants, ce soir-là. Pas seulement une histoire. Pas seulement un souvenir du passé. Mais une invitation. Une transmission vivante. Un passage de relais. Une intégration dans une lignée, dans une mémoire, dans une responsabilité. Ce soir-là, je ne fais pas que lire une Haggadah. Je dis à mon enfant : tu fais partie d'une grande histoire. Tu viens de quelque part. Et tu iras quelque part. Tu as une place dans cette histoire. Une place à toi, unique et irremplaçable. Et c'est ce que chaque parent, chaque éducateur, chaque être humain essaie de faire avec ceux qu'il aime. C'est aussi ce que nous cherchons tous, nous-mêmes : que quelqu'un nous regarde, un jour, et nous dise simplement, profondément : *toi aussi, tu as une place.*

Cette nuit est au cœur de l'être juif depuis toujours. Même parmi ceux qui ne sont pas pratiquants, parce qu'ils touchent là à quelque chose de viscéral. La transmission. L'identité. Parce qu'ils disent, dans leur langage propre : je fais partie du peuple juif. J'y ai toute ma place.

Et Éliyahou Hanavi, ce témoin silencieux, est là pour attester de cette fidélité du peuple juif, dans les gestes concrets. Il y a une transmission physique - par la naissance, par le corps (*brit mila*). Et il y a une transmission spirituelle - par la parole, par la mémoire, par l'enseignement. Les deux sont nécessaires. L'un ne va pas sans l'autre.

Chaque année, on lit la même Haggadah et chaque année, on raconte encore la sortie d'Égypte mais chaque année, c'est une invitation nouvelle. Une traversée différente. Ce n'est pas un récit figé, c'est un processus vivant. C'est un rendez-vous avec soi. Un moment où je peux me repositionner. Où je peux m'interroger : et moi, cette année, dans cette configuration nouvelle de ma vie, où suis-je ? Quelle est ma juste place ? En tant que maman, en tant qu'enfant, en tant que sœur, en tant que femme parmi d'autres femmes, en tant que membre de ma communauté. Où suis-je ? Qui suis-je aujourd'hui ?

Mais pour trouver ma place, il y a une première étape incontournable. Une étape que les maîtres de la Haggadah nous rappellent dès les premières lignes. Pour trouver sa place, il faut d'abord s'extraire de ce qui nous empêche d'être nous-mêmes. Il faut sortir de ce qui nous enferme.

C'est cela, la vraie liberté. Ce n'est pas juste changer de décor. Ce n'est pas juste poser une nappe blanche sur une table et allumer des bougies. C'est se libérer de ce qui me réduit. De ce qui m'enchaîne. De ce qui m'empêche de respirer à plein poumon, d'avancer, de rêver, d'espérer.

On retrouve d'ailleurs sans surprise le même mouvement de transformation dans l'accompagnement de personnes en thérapie.

Certains vivent enfermés dans un schéma de pensée, dans une souffrance ancienne, dans une logique qui les empêche d'exister. Et le premier travail, le tout premier, c'est de leur redonner une possibilité de choix. De leur faire sentir qu'ils ont toujours une marge de manœuvre. Qu'ils ne sont pas condamnés à rester là où ils sont.

Et même chez des personnes très déprimées, même avec des traitements lourds, il reste un espace. Une lumière. Une étincelle de volonté. Et cette étincelle, peut être la porte d'entrée vers une autre façon de vivre. Le simple fait d'avoir fait le choix de venir, de parler, d'ouvrir une parole, de poser une question — c'est déjà un début de délivrance. Une micro-géoula.

Et cela, la tradition nous le précise : *Mitzrayim*, l'Égypte, ce n'est pas seulement un lieu géographique. C'est un mot qui contient un concept : *Metzarim*. Les étroitures. Les limitations. Les enfermements. Ce qui nous serre. Ce qui nous coupe de notre propre voix. Sortir d'Égypte, c'est donc sortir de mes propres étroitures. Celles de mes pensées, de mes angoisses, de mes peurs, de mes habitudes qui m'étouffent. C'est sortir de tout ce qui me fait croire que je n'ai pas le choix.

Et alors, quand on commence à respirer, quand on commence à sentir qu'on peut bouger, qu'on peut choisir, qu'on peut transformer — c'est là que commence la liberté. C'est là que commence la Géoula.

Les quatre étapes de la guéoula

La Torah nous décrit la *guéoula* au travers de quatre verbes. Quatre langages puissants, essentiels, qui sont les piliers du soir du Séder. Ce sont eux qui justifient les quatre coupes de vin que l'on boit, chacune en l'honneur d'une facette de cette délivrance.



Le *Netziv*, dans son commentaire, nous invite à réfléchir à ce que cela signifie. Il dit : imaginez un esclave. Un homme totalement écrasé, avili. Pendant des années, il a porté des briques, courbé sous les ordres, privé de volonté propre. Comment peut-il, du jour au lendemain, devenir un homme libre ? Comment peut-il passer de l'état d'objet à celui de sujet ? Comment peut-il accéder à la dignité, à la conscience, à l'élection ? Est-ce que c'est possible ?

Pour ce faire, il va devoir traverser quatre étapes. Quatre paliers. Quatre mots. *Véhotséti, véhitzalti, végaalti, vélakakhti* — « Je vous ferai sortir », « Je vous sauverai », « Je vous délivrerai », « Je vous prendrai pour moi. »

Quatre promesses, quatre niveaux de libération. Parce que la sortie d'Égypte n'est pas juste un exode physique. C'est une montée en dignité. C'est un changement de statut intérieur. Et c'est ce qu'on rejoue, chaque année, autour de cette table du Séder. On vit une traversée. On passe de l'enfermement à la liberté. De la confusion à la clarté. On retrouve sa place...

Retrouver sa place dans sa famille, dans sa vie, dans son rôle. Retrouver sa place auprès de ses enfants, en tant que parent. Retrouver sa place dans la lignée du peuple juif. Retrouver sa place face à Hachem. Se souvenir qu'Il a fait tout cela pour *moi*. Pour moi. Parce qu'Il m'aime. Parce qu'Il me voit. Parce que j'ai une place dans Son histoire.

Et si je me sens encore un peu étranger, un peu extérieur, un peu à côté, alors je n'ai qu'une chose à faire : oser m'approcher. Oser parler. Oser poser ma question. Même maladroitement. Même avec scepticisme. Car rien que dans le fait de poser une question, je suis déjà revenu à la table. Je suis déjà en chemin.

Et peut-être que, cette année, au lieu de seulement préparer la table du Séder, je préparerai aussi ma propre place. Mon assise. Mon rôle. Mon identité. Car au fond, la plus grande délivrance, c'est de se sentir enfin à sa place.

C'est vrai, dit comme ça, c'est fou. Tu étais esclave. Pendant des décennies. Tu portais des briques, tu étais courbé, humilié, vidé. Et d'un coup, tu deviens un homme libre ? Tu es digne de recevoir la Torah, de ressentir la Présence divine ? d'entrer en Israël ?

Il faut bien comprendre que sortir d'un enfermement prend du temps. Il faut élever l'esprit, redonner une image à l'âme, réveiller cette

étincelle divine enfouie dans la poussière du travail forcé, dans l'accablement, dans l'indifférence.

Ça ne se fait pas d'un coup. C'est un processus. Et ce processus s'appelle les *Arba Leshonot shel Gueoula* — les quatre langages de la délivrance pour lesquels nous buvons 4 verres de vin.

Le *Netziv* explique : pourquoi nous donne-t-on, pour symboliser ces quatre étapes, non pas quatre matsot, ni quatre légumes, mais quatre coupes de vin ? Parce que le vin, c'est une boisson qui transforme. Physiquement. Émotionnellement. Tu bois un verre, tu es encore toi. Tu en bois un deuxième, tu changes. Petit à petit, tu n'es plus dans le même état.

Et c'est ça qu'on veut que tu vives le soir du Séder : une transformation réelle. Pas théorique. Pas philosophique. Une transformation dans ta chair, dans ton souffle, dans ton regard sur ta vie. Tu expérimentes une transformation ...

Voyons ensemble les 4 étapes de cette transformation et ce qu'elles produisent :

לְכוּ אָמַר לְבְנֵי-יִשְׂרָאֵל, אֲנִי ה', וְהוֹצֵאתִי אֶתְכֶם מִמִּצְרַיִם, וְהִצַּלְתִּי אֶתְכֶם מִיַּד הַמִּצְרִיִּים; וְגָאַלְתִּי אֶתְכֶם בְּזֵרוּעַ נְטוּיָהּ, וּבִשְׁפָטִים גְּדֹלִים.

ז וְלִקְחֹתִי אֶתְכֶם לִי לְעָם, וְהָיִיתִי לְכֶם לֵאלֹהִים; וַיִּדְעֹתֶם, כִּי אֲנִי ה' אֱלֹהֵיכֶם, הַמּוֹצִיא אֶתְכֶם, מִמִּצְרַיִם מִצְרַיִם.

ח וְהִבְאֵתִי אֶתְכֶם, אֶל-הָאָרֶץ, אֲשֶׁר נִשְׁאַתִּי אֶת-יְדֵי, לְתֵת אֹתָהּ לְאַבְרָהָם לְיִצְחָק וְלִיעֲקֹב; וְנָתַתִּי אֹתָהּ לְכֶם מוֹרְשָׁה, אֲנִי ה'.

6 Donc, parle ainsi aux enfants d'Israël: 'Je suis l'Éternel! Je veux vous soustraire aux tribulations de l'Égypte et vous délivrer de sa servitude; et je vous affranchirai avec un bras étendu, à l'aide de châtiments terribles.

7 Je vous adopterai pour peuple, je deviendrai votre Dieu; et vous reconnaîtrez que moi, l'Éternel, je suis votre Dieu, moi qui vous aurai soustraits aux tribulations de l'Égypte.

8 Puis, je vous introduirai dans la contrée que j'ai solennellement promise à Abraham, à Isaac et à Jacob; je vous la donnerai comme possession héréditaire, moi l'Éternel.' "

Le *Netziv* nous donne une grille de lecture intéressante.

Véhotséti : du début des plaies jusqu'à la quatrième plaie. On arrête alors de fabriquer les briques. Toutefois, on est encore esclaves.



Véhitsalti : de la quatrième à la septième plaie. Pharaon lui-même dit : « Hachem est le juste ». Il reconnaît notre Dieu. Mais on est encore là-bas.

Végaalti : jusqu'à la dixième plaie et la sortie géographique. On n'est plus dans le pays de l'esclavage. Et pourtant, même dehors, même libre, on n'a pas encore d'assise.

Vélakhti : c'est ce moment où je peux dire : maintenant, je suis prêt. Prêt à choisir la Torah. Prêt à être un homme libre. À faire mes propres choix. Il est intéressant de constater que le texte de la promesse divine continue après cette quatrième étape.

Vidatem. Savoir. Intérioriser. Relire toute cette histoire à la lumière de notre émouna. Reconnaître qu'Il était là, tout le long. Qu'Il a tissé cette histoire. Que tout a été conduit.

Ce verbe est différent des précédents car il n'est pas juxtaposé au mot 'etkhem' – qui est le complément du verbe. Dieu agit envers Son peuple qui n'est pas passif, qui souhaite être délivré.

La connaissance d'H' en tant qu'artisan de l'histoire juive est un travail d'intériorisation personnel.

Veheveti : Je vous amènerai. Je vous donnerai une terre. Une maison.

Un lieu où votre âme pourra pleinement vivre. Ce lieu s'appelle Eretz Israël.

Ou est le cinquième verre ?

Il y a donc un cinquième verbe dans la promesse de Dieu ! ce verbe, comme les précédents, est appuyé du complément 'etkhem'. Dieu nous extrait de l'esclavage, nous offre la liberté, nous donne Sa Torah pour pouvoir l'accomplir en Erets Israel. La terre qu'Il a promise à nos ancêtres est le terminus du long processus !

Pourquoi cette étape, celle du retour en Israel, n'est-elle pas pleinement célébrée ?

A quoi bon être libérés si c'est pour rester des SDF parmi les nations ?

D'ailleurs, à bien regarder, nous touchons du doigt un problème transversal tout au long de la haggada. Où est passé *erets israel* dans la *haggada* ??

La Haggadah suit un texte magnifique de la Torah, celui de *Arami oved avi*. Ce texte est récité quand on amène les premiers fruits, les *bikourim*, en Eretz Israël. Et ce texte raconte toute l'histoire. La misère, la descente en Égypte, l'oppression, les miracles, la libération. Et... la fin du texte dit : *Va yevienou el hamakom hazé, va yiten lanu et haaretz hazot...* Il nous a amenés ici, Il nous a donné cette terre.

וּבְבִטּוֹן, אֶל-הַמָּקוֹם הַזֶּה; וַיִּתֵּן-לָנוּ אֶת-הָאָרֶץ הַזֹּאת, אֶרֶץ
נְבִיטָה לְלֵב וּדְבִשׁ.

Mais dans la Haggadah... ce verset final disparaît. On l'a effacé. On a raconté toute l'histoire — sauf la fin. Pourquoi ? Pourquoi on nous prive de la dernière ligne, celle où l'on arrive, enfin, à destination ?

L'élément central semble volontairement suspendu.

Et depuis le 7 octobre, plus que jamais, Israel est au centre de notre préoccupation. Nous pensons à la *Galout (exil)*, à la *Géoula*, à Eretz Israël. On sent qu'un basculement a eu lieu. Que quelque chose d'historique est en cours.

On comprend alors que le *Séder* est un outil pour sortir de la Galout. C'est un outil puissant de transmission pour comprendre quelle est la véritable place d'*am Israel*.

Le seder nous permet d'initier un mouvement. Il est là pour nous extraire pour nous arracher à nos chaînes intérieures, à nos blocages mentaux, à notre fatigue spirituelle. Pour que l'on soit libre, disponible, ouvert.

Les 4 verres doivent nous sortir de la *galout (exil)*. Et le cinquième verre ? c'est à *toi* de le verser. C'est à *toi* de le construire. C'est à *toi* de mériter *Veheveti*. D'aller en Israël. D'habiter ton idéal.

Eretz Israël n'est pas un refuge. Ce n'est pas une solution à l'antisémitisme. Ce n'est pas un abri pratique. Ce n'est pas un exil amélioré. C'est un idéal. Absolu. Spirituel. Profond. C'est le lieu où la *Neshama* du juif s'accomplit au maximum. C'est là que tu sers Hachem pleinement, sans détours. C'est le lieu de l'âme vivante.

Pendant deux mille ans, on a survécu sans notre pays, grâce à la Torah. Grâce au *mishkan intérieur* que nous avons porté en exil. Mais maintenant qu'Israel est accessible, réelle, là, visible, comment ne pas comprendre que tout ce processus nous y mène ?

Le soir du *Séder*, on fait le travail, on boit les coupes et on nettoie nos enfermements. On déplie nos ailes. Et après ? Après... on continue la route. On avance. On comprend que la terre promise se mérite. Qu'elle ne se reçoit pas sans désir. Sans conscience. Sans effort.

Et si tu ressens que c'est un idéal... alors tu y resteras. Pour toujours. Parce que tu seras enfin, pleinement, à ta place.

Le choix d'Israel ne peut pas être fait pour nous. Ce n'est pas un héritage figé. C'est un appel. C'est une



voix intérieure qui dit : où veux-tu être ? Dans quelle direction veux-tu marcher ? Veux-tu continuer à vivre dans un exil accepté, normalisé, bien organisé — ou veux-tu redevenir un être libre, vibrant, conscient de sa mission ?

Car la Galout, ce n'est pas seulement une géographie. C'est un état d'esprit. Et la Géoula, ce n'est pas seulement le retour en Eretz Israël. C'est une libération intérieure. Une capacité à redevenir sujet. À redevenir porteur de lumière.

Et c'est pourquoi, ce soir du Séder, ce n'est pas seulement une belle soirée en famille. C'est un rendez-vous cosmique. C'est une remise en ordre de notre âme. C'est un miroir de notre liberté intérieure.

Mais il faut oser. Il faut oser chercher sa place. Oser poser les bonnes questions. Oser écouter les réponses. Oser entendre ce que la Torah vient dire à notre génération.

Et il faut aussi oser rêver.

Rêver d'un peuple debout. D'un peuple relié. D'un peuple qui n'a plus honte de son nom. D'un peuple qui sait que sa place est dans l'histoire. Dans la fidélité.

Et si le cinquième verre n'est pas encore bu, si Veheveti n'a pas encore été pleinement vécu, alors c'est peut-être parce qu'il nous appartient. Parce que c'est à nous de le verser. De le remplir. De l'assumer. De le mériter.

Pas comme un automatisme. Mais comme un choix.

Eretz Israël, ce n'est pas un refuge pour âmes fatiguées. C'est un appel pour âmes éveillées.

C'est là que le peuple d'Israël respire à plein poumons. C'est là que notre Torah prend tout son sens. Pas comme une consolation mais comme un accomplissement.

Et c'est peut-être ça, le message le plus fort du *Seder*. Tu veux trouver ta place ? Alors commence par te lever. Par faire le tri. Par ranger. Par remettre de l'ordre. Par écouter les voix qu'on n'écoute jamais. Par répondre à ceux qui ne sentent rien. Par faire parler tes enfants. Par relier ton histoire personnelle à l'histoire du peuple.

Et ensuite... marche.

Avance.

Monte.

Construis ce cinquième verre.

Et sois prêt. Prêt à être enfin... chez toi !

Et en toute discrétion, la haggada nous propose une dernière phrase de conclusion du seder :

"לְשָׁנָה הַבָּאָה בִּירוּשָׁלַיִם הַבְּנוּיָה"

Comme pour s'assurer que l'on est capables de comprendre pleinement le message du *seder*. Nous devons arriver au terminus.

Torat Israël, Am Israël, Eretz Israël. Trois piliers. Trois dimensions d'une même identité. On reçoit la Torah. Le peuple d'Israël devient le porteur de ce message divin. Et ce message, cette vie, cette lumière... doivent être vécus en Eretz Israël. Pour que l'on puisse vraiment servir Hachem, avec toute notre essence, dans toute notre intensité.

Que l'on puisse rapidement mériter de boire le cinquième verre de la *guéoula* !

Les 15 étapes du Seder

Pour profiter pleinement de cette soirée unique, je voudrais en premier lieu passer en revue les étapes du *seder*. Le Maharal explique dans son livre *gvourot H'* que l'évolution spirituelle d'une personne s'établit en 15 étapes.

Le seder s'organise de façon précise autour de ces quinze étapes successives que l'on a l'habitude de mentionner à nouveau dès que l'on passe à l'étape suivante.

Ces quinze étapes qui rythment l'avancée du seder reflètent à un niveau plus profond les quinze étapes que nous vivons successivement quand nous nous transformons en faveur d'une version plus aboutie de nous-même.

En premier lieu, nous citons en chanson les 15 étapes, chacun avec son rituel et son air.

Kadech - קדש

Nous récitons le kidouch, puis nous chantons les quinze étapes dont celle qui vient d'être faite.

Nous commençons notre route à travers 15 étapes qui nous mènent vers la liberté. C'est comme si *Hashem* nous donnait une directive pour nous guider hors d'Égypte, de notre Égypte évidemment. Il s'agit d'un GPS très précis en 15 étapes ; chacune étant indispensable.



Le 15 Nissan est appelé *leil chimourim*, une nuit gardée, réservée, depuis toujours, une nuit où l'on est visité. Le Roi des rois nous rend visite, maison par maison. Comme vous le savez, le principe de maison est très important à Pessah, les Hébreux devaient impérativement rester dans leur maison la nuit du 15 nissan. H' va venir, et nous donner la possibilité de nous libérer. D'habitude, comme je vous le disais, cela requiert des efforts.

Ce soir-là, cette possibilité nous est offerte sans que l'on ait besoin de faire des efforts, encore faut-il que l'on soit apte et conscient de ce que l'on s'apprête à recevoir.

Ce que j'aimerais, c'est que nous comprenions ensemble ce cadeau afin que l'on sache quoi en faire lorsqu'il nous parviendra. La condition sine qua none de la sortie d'Égypte, c'est, comme vous le savez, de s'extraire de toute sorte d'aliénation. Il ne s'agit pas ici de l'Égypte physique mais d'un emprisonnement intérieur.

Nous aussi, quelques 3300 ans après, nous devons pouvoir vivre, à notre niveau, ce qui s'est manifesté pour les hébreux en Égypte. Leur bouleversement doit nous parvenir à travers toute la mise-en-scène du *seder*, avec l'ordre, avec tout le rituel de la soirée. Ce n'est pas un objectif simple que de vouloir revivre un événement aussi lointain de façon profonde. On a dit qu'il y avait quinze étapes. Le chiffre quinze n'est pas anodin. Le *dayenou* qui est dit quinze fois, et, précise le Maharal dans *Gvurot Hashem*, le quinze, est l'association des chiffres sept et huit.

Le chiffre sept renvoie à l'idée de la nature, d'un monde prévisible, d'un monde qui observe des lois précises et dont il ne va pas s'écarter et le chiffre huit est le dépassement de la nature. Tout l'objectif de la sortie d'Égypte va être de sortir d'un monde dont le schéma, les certitudes et les paramètres de nos vies nous emprisonnent : l'endroit où je suis née, ma vie socio-économique, mes diplômes, ma famille, l'économie, les grèves ... Tout ce qui va établir des paramètres qui font que je justifie ce que je suis et ce que je **continue d'être**, doit faire l'objet d'un dépassement.

Nous devons être capables de fabriquer une autre réalité de nous-mêmes. Pour cela, on va commencer par *kadech*, la première des quinze étapes. *Kadech* veut dire **jette-toi dans la kedoucha**. Ce soir se trouve un potentiel majeur donc ne fais pas des heures de philo avant de penser à ce que tu vas peut-être envisager. Il doit y avoir un élan spontané du bas vers le haut. Je ferme les yeux pour visualiser ce que je veux devenir, pour voir mon image idéalisée avec telle et telle étrave en moins. Autour de nous, les gens auront tendance à nous dire mais enfin qu'est-ce qui te prend ? pourquoi un tel changement ?

En réalité, une forte impulsion en nous-mêmes doit nous faire réaliser que c'est le bon moment, que l'enjeu spirituel dépasse notre entendement et que donc, il convient de s'y jeter.

Our'hatz - וְרַחֵץ

Lavage des mains sans bra'ha :
La hauteur immédiate.

Ce lavage un peu superficiel en début de soirée signifie que l'élan vers la kédousha opère un premier lavage intérieur. Même si je ne suis pas à la hauteur des objectifs que je me suis fixé dans *kadech*, cela doit m'éviter de m'identifier à mes parties sombres. Ainsi, je vais me laver de l'image que j'ai de moi-même. On a tous en tête une image de nous-mêmes, de ce qu'on est capable ou non d'accepter, de ce qu'on est capable ou non de faire. Ces mauvaises habitudes dont on s'émancipe en se lavant les mains relèvent de notre extériorité uniquement.

Un peu plus tard dans les étapes du *seder* interviendra un second lavage beaucoup plus profond cette fois !



Karpas - כַּרְפַּס

Céleri trempé dans de l'eau salée

Il s'agit des premières lettres des mots כלל ראשון פה : en premier lieu, la bouche reste fermée.



L'objectif de cette étape est de susciter l'étonnement des enfants.

Plutôt que de faire *motsi* et *matsa* de suite, on mange un petit légume qui selon nos sages, est de nature à nous



étonner. Parmi les quinze étapes du cheminement individuel vers un accomplissement, je m'étonne maintenant face au monde qui s'ouvre devant moi. Après m'être jetée dans la *kedoucha*, après avoir refusé de m'identifier à mes parties sombres, je m'étonne des multiples possibilités qui se dévoilent à moi.

La bouche reste fermée et n'exprime encore aucune question, il s'agit pour l'instant d'intérioriser tout ce qui peut être réalisé.

Juste après ces infinies possibilités vient le yahats.

Ya'hatz - יחץ

On coupe la Matsa du milieu en deux.

Il y a trois *matsot* sur le plateau du seder qui symbolisent le Cohen, le Levi et Israël. Celle du milieu est coupée en deux. La grande partie est dérobée par les enfants qui vont aller la cacher pour en faire l'*afikomane*. Cette *matsa* contient en elle d'infinies *brahot*. Couper la *matza* en deux renvoie à un évènement lors de la sortie hâtive d'Égypte. Tous n'étaient pas bien organisés, on partageait alors sa *matza* avec les autres. Ce pain, *lehem oni*, est un pain de *hessed*, de générosité, un pain qui fait parler, qui est distribué à l'autre. L'acte de *yahats* symbolise l'amour au sein du peuple d'Israël.



Symboliquement, on coupe la Matsa du milieu en deux comme pour assumer la fracture interne suite à notre évolution.

Il s'agit du malaise dans la transformation personnelle. A ce moment, je ne sais plus à quoi réellement m'identifier. J'ai en mémoire l'image d'un certain moi-même, j'ai l'avenir qui s'ouvre à moi, me sourit et je me questionne sur ma vraie identité. L'objectif du *yahats*, de cette coupure est de ne rien nier de mon identité, ne pas être brisé intérieurement par une forme de double identité. Il ne s'agit pas de mettre une croix sur mon identité passée, au contraire, ce passé fait de moi la personne que je suis. Je suis dans un élan vers

quelque chose, dans une découverte plus profonde et raffinée de moi-même. Le *yahats*, malgré la division intérieure, ne nie aucune partie de mon être. Cette brisure est nécessaire pour que l'on puisse verbaliser par la suite nos questions.

Maguid - מגיד

Le récit :

C'est une mitsva de la Torah de raconter l'histoire de la sortie d'Égypte.

- Il faut débiter par nos zones d'ombres.
- Faire un récit sous forme de question réponse.
- Le dire à autrui.

Le *magid*, la parole. On arrive là à la partie centrale de la soirée du *seder*.

Notons que *Pessah* c'est *pe* - la bouche et *sah* - qui parle, c'est-à-dire la fonction libératrice de la bouche.

Freud me permet de faire un grand raccourci : je n'ai pas besoin aujourd'hui d'expliquer combien la parole libère et combien il est nécessaire de mettre des mots sur nos réalités et émotions afin de les vivre de façon pleine. Il faut bien comprendre que la parole libère en ce qu'elle donne un sens au monde qui dépasse la matière que nous voyons. Ce qui fait de nous des êtres au-dessus des animaux, c'est la parole, *rouah memalela*, dit le texte en araméen qui traduit le passage de la création de l'homme.

Par la parole, nous sommes *betsalem Elokhim*, à l'image de D. D. par sa parole est créateur et par notre parole, nous créons des



réalités. De la même façon que la parole crée, elle peut détruire : c'est d'ailleurs le mot *Paro* – פרה – si vous regardez bien, les lettres sont *pe rah* - פה רע - et signifient une bouche mauvaise. Avec une bouche mauvaise, on peut détruire l'expansion d'un individu de façon dramatique mais à contrario, avec une bouche qui est créatrice, qui met des mots sur des émotions, on peut se libérer d'un nombre phénoménal d'entraves.

Rappelons-nous d'un grand principe du *maguid* à savoir qu'il faut commencer par la partie négative

de l'esclavage pour arriver à la libération. Il faut comprendre que nous ne sommes vraiment libres qu'en acceptant de parler de nos zones d'ombre et de manquements.

A ce propos, je voudrais citer Viktor Frankl, un auteur que j'affectionne énormément, grand neurologue et psychiatre qui a vécu la Shoah et qui, à la sortie des camps de concentration a rédigé ses principes de logothérapie, l'idée étant de donner du sens à la souffrance précisément par des mots. Il évoque notamment le principe suivant : un patient est sur la voie de la guérison lorsqu'il est capable de rire de lui-même, d'avoir un certain recul vis-à-vis de ses propres failles.

Dans le *maguid*, on apprend à prendre du recul vis à vis de nous-mêmes, à parler de nous-mêmes et de nos zones d'ombre. C'est exactement ça qui nous évite de nous y identifier. Le *maguid*, c'est la partie centrale. Dans la vie, il faut parler pour se libérer. En premier lieu, il faut parler à *Hashem*. La *Hassidout* nous parle du principe de *hitbodedout* qui mériterait d'être plus connue. Nous sommes enfermés dans une prière très ritualisée avec un texte qu'on ne comprend souvent pas et qu'on récite parce qu'il le faut. De ce fait, on n'accède que rarement à l'épanchement du cœur. Lors de la *hitbodedout*, je parle dans mes mots avec H', dans ma langue en L'imaginant devant moi réellement. J'ai un *sipour*, une histoire, une story à Lui raconter.

Quel que soit notre état d'ame ou l'espoir du mieux qui est le nôtre, il y a ici une story à raconter à *Hashem*. Tu ne seras pas liké sur cette story mais tu sentiras qu'elle te libère réellement. On peut aussi parler à un psy, à une très bonne amie, à une sœur ou à une maman, bref à une personne aimante et bienveillante, il faut parler et mettre des mots sur son histoire. C'est fondamental pour passer à une nouvelle version de soi-même.

Maguid commence par un petit texte en araméen où l'on montre la *matza* en disant *ha lahma ania*, voici le pain de misère que nos ancêtres ont mangé.

On dit ensuite que tout celui qui a faim vienne et mange.

C'est étrange, nous sommes déjà attablés, c'est un peu tard pour faire les invitations.

Nos sages expliquent qu'à ce moment-là, nous nous adressons aux anges convoqués par D. Regardez, comme mes enfants, 3300 ans après les faits, racontent encore la délivrance. Les anges sont impressionnés par le *seder* parce que, rapporte *rav Friedman*, nous racontons cette histoire avant minuit, avant l'heure historique de la libération, *hatsot*. A ce moment, on était encore esclave physiquement, mais déjà libre spirituellement. L'agneau pascal, qui était aussi une divinité pour les hébreux pétris d'idolâtrie égyptienne, avait déjà été sacrifié.

La liberté spirituelle arrive en amont de la liberté physique. Les anges sont impressionnés parce qu'à l'heure où l'on n'est pas encore libre physiquement, on est déjà assuré de cette liberté. Ce récit de la sortie d'Egypte qui nous structure profondément doit se faire sous forme de **questions et de réponses**.

Ma nishtana

Ainsi le récit s'ouvre avec la fameuse question de l'enfant *ma nishtana*.

S'il n'y a pas d'enfants, le plus jeune ou les adultes chantent cette chanson.

La *Hagada* introduit ensuite les questions de quatre enfants. Nous devons susciter ces questions, notamment pour celui qui n'en pose pas.

Ma nishtana pose la question suivante : pourquoi cette nuit est-elle **différente** des autres ? D'où provient la liberté ?



Comment se débarrasse-t-on de ses entraves ? Cela commence avec un positionnement particulier. Il s'agit d'interroger chaque élément de notre vie en posant cette question : qu'est-ce qui est **différent** ? En d'autres termes, il faut être capable de **distinguer les nuances**.

Quand une situation semble inerte et limitante, on doit pouvoir la regarder de façon à y déceler des différences. *Manishtana*, qu'est-ce qui est différent ? Es-tu capable de voir la nuance ou ne vois-tu la situation qu'en noir et blanc, de façon rigide et limitante ?

Nous avons trop souvent tendance à percevoir nos vies sans nuances. Or, la nuance est ce qui permet de créer du changement. Pour cela, il faut d'abord



pouvoir repérer la nuance. *Manishtana*, réfléchir à ce qui est différent nous invite à cela. Lorsque je suis en séance en tant que thérapeute, je commence en demandant ce qui est **différent** depuis la fois précédente. Avant même que le patient formule une plainte, je pose cette question. Je pousse ainsi la personne à chercher la différence pour éviter que la plainte n'envahisse tout. Dès que la différence est perçue, les prochains changements peuvent arriver. C'est alors le début de la transformation, de la *herout*, de la liberté.

Le *seder* commence donc avec cette recherche de la différence. Les réponses vont alors pouvoir intervenir. Mais l'essentiel est d'être porteur de questions. La vie doit être en permanence une question. Le mot *adam*, l'humain a la même valeur numérique que *ma* מה, l'indicatif d'une question. Être un humain, c'est avoir des questions. On va ainsi se connecter à l'univers des possibles. Dès le début du *seder* nous sortons de nos certitudes afin de s'ouvrir au questionnement permanent. **D'après rabbi Nahman de Breslav, poser cette question avec sincérité et profondeur peut balayer toutes les questions insolubles de nos existences.**

Les 4 enfants

Transmettre à 4 enfants différents

Dans la *hagadah* se trouve un système de transmission et d'éducation absolument brillant. Les quatre enfants nous rappellent que les enfants sont différents entre eux et de nous. Il est question de l'intelligent, du simplet, de celui qui ne sait pas poser de questions et du méchant. Nous transmettons notre histoire en nous adaptant à la singularité de nos enfants et chaque enfant la reçoit à sa façon.

Le premier enfant: qui apparaît dans la *hagadah* est le *hakham*, l'intelligent, le perspicace. le *hakham*, pose une question bien précise.

כִּי-יִשְׁאַלְךָ בְּנֵךְ מָחָר, לֵאמֹר: מָה הָעֲבֹדָה, וְהַחֲקִים וְהַמִּשְׁפָּטִים, אֲשֶׁר צָוָה ה' אֱלֹהֵינוּ, אֲתָכֶם.

Voici une question détaillée qui comporte des nuances. L'intello est à notre table!

Il distingue des catégories de *mitsvot*, statuts, lois et les interroge. Il est curieux et cherche des réponses. Cet enfant est encouragé à apprendre, à étudier, à comprendre.

Le deuxième enfant: le rasha, le méchant.

Il s'agit de l'enfant qui s'oppose en permanence à ses parents. Cet enfant est celui avec lequel on n'a pas envie de discuter. Ma *aavoda azot, lakhem*, qu'est-ce que c'est que cette chose que vous faites ? demande-le *racha* en s'excluant de l'ambiance familiale.

וְהִיא, כִּי-יֹאמְרוּ אֲלֵיכֶם בְּנֵיכֶם: מָה הָעֲבֹדָה הַזֹּאת, לָכֶם.

וְאָמַרְתֶּם זָבַח-פֶּסַח הוּא לָהּ, אֲשֶׁר פָּסַח עַל-בְּתֵי בְנֵי-יִשְׂרָאֵל בְּמִצְרַיִם, בְּנִגְפוֹ אֶת-מִצְרַיִם, וְאֶת-בְּתֵינֵי הַצִּיל; וַיִּקַּד הָעַם, וַיִּשְׁתַּחֲוּוּ.

On lui répond que l'on fait le *korban Pessah* parce qu'*Hashem* est passé au-dessus des maisons. La réponse que l'on donne à l'enfant 'en opposition' est une réponse que l'on se donne d'abord à soi-même. Le Baal ha Tanya, cité par *rav* Pinhas Friedman, explique que le passage d'*Hashem* au-dessus des maisons renvoie à l'extériorité qu'il convient de mettre de côté. Allons au-delà de la surface, passons au-dessus ce que cet enfant dit ou fait de mal et voyons les merveilles qui sommeillent en lui, exactement comme *Hashem* le fait pour nous.

Le troisième enfant: Il s'agit du *tam*, l'enfant déconnecté. Il posera une question **demain**, d'après le texte.

וְהִיא כִּי-יִשְׁאַלְךָ בְּנֵךְ, מָחָר--לֵאמֹר מָה-זֹּאת: וְאָמַרְתָּ אֵלָיו-- בְּחִזְקוֹ יָד הוֹצִיאָנוּ מִמִּצְרַיִם, מִבְּיַת עֲבָדִים.

Ma zot ? Tu fais quoi ? demande le *tam*, l'air d'ado désabusé avec des écouteurs dans les oreilles. Sa question est vague et manque de nuances. Il s'intéresse de loin et n'a que quelques minutes d'attention à nous accorder.

La plupart de nos enfants, disent les *hahamim*, sont dans cette catégorie. Il faut lui dire que d'une main forte, *Hashem* nous a fait sortir de la maison des serviteurs. De cette façon, on l'inclut, on lui rappelle que c'est **son histoire**, qu'il est important, qu'il en fait partie. Rachi commente le fait que l'enfant pose la question le lendemain. Dans ce contexte, demain a un sens figuré et signifie dans longtemps. Le rabbi de Loubavitch explique qu'il s'agit des nouvelles générations, préoccupées de bien autre chose que des préoccupations de leurs parents. En racontant l'histoire, on a l'impression qu'elle ne les intéresse pas. Mais plus tard, l'expérience vécue aujourd'hui portera ses fruits et



la sortie d'Égypte, un espace se crée pour le peuple d'Israël.

Ainsi, à l'entrée du 15 Nissan, début de Pessah, un espace hors de l'espace est créé et le 7 ième jour de pessah également.

Pour comprendre ce qui se joue à travers la nécessité de la création de cet espace si particulier, il nous faut évoquer un concept important. Dans *Gyurot Hashem*, le Maharal développe le principe de matière et forme. La matière se dit *homer*, la forme se dit *tsoura*.

Avec du bois, de la matière brute, on peut fabriquer un lit, une table, une chaise etc La matière dénuée de toute forme incarne le monde des possibles.

La farine par exemple peut donner un gâteau, un beignet ou du pain.

D. a créé ce monde avec des atomes qui forment des molécules et dont nous disposons.

La matière peut tout mais devient véritablement quelque chose une fois qu'une forme lui a été assignée. La matière prend alors une utilité, un sens, une direction. Le bois devient chaise, la farine devient gâteau.

Nous-mêmes, êtres humains, portons d'infinies possibilités de réalisations de nous-mêmes. L'objectif de notre passage sur terre est de prendre **une** certaine forme et de la développer.

Certaines personnes par exemple souffrent d'être trop malléables, elles sont très influencables et adoptent l'attitude des personnes qu'elles fréquentent.

Le principe est d'arriver - par notre propre volonté et conviction- à une forme aboutie de nous-mêmes, ce qui implique de façonner la matière. Si la matière continue d'être sujette à toutes les transformations, elle n'est en définitive rien du tout.

Une forme, elle, est singulière et unique. Quand une forme apparaît, cela signifie qu'un des potentiels de la matière s'est réalisé. L'objectif est de réussir à SE réaliser, à faire de soi une forme aboutie.

Viktor Frankl, en observant la jeunesse s'inquiétait de ce qu'il appelait le 'vide existentiel'.

« Aujourd'hui, les traditions et les valeurs sont en crise, et ont tendance à se déliter complètement. Cela joue un rôle considérable dans le processus collectif et individuel de 'perte de sens' . Il est facile de prédire que d'ici peu l'être humain ne saura plus, fondamentalement, ce qu'il désire. A

cause de cela, les gens veulent faire ce que les autres voudront faire – c'est le conformisme-, ou encore, ils feront ce que les autres leur diront de faire- ce qui est le propre du totalitarisme. »

Il décelait tantôt un esprit de conformisme, tantôt une acceptation du totalitarisme.

Être juif, c'est se laisser guider non pas par les courants extérieurs mais par son intériorité.

La matière s'identifie à l'extérieur, au lieu public. La maison s'en distingue parce qu'elle porte notre marque. Sortir d'Égypte, c'est devenir un peuple authentique. L'eau en hébreu se dit *mayim*, c'est un pluriel. Par définition, la matière 'eau' n'a pas de forme: elle est une multitude et symbolise donc tous les possibles. Quand les *bnei Israel*, sortents d'Égypte, ils adoptent une forme aboutie; lorsqu'ils passent, l'eau se fait muraille, elle prend forme à son tour. Au contraire, l'Égypte n'est que matière. C'est pour cela que l'eau redevient matière et se rabat sur eux. Un verset qualifie d'ailleurs les égyptiens de *hamor*, d'âne. On retrouve là le mot *homer*, matière. L'âne est effectivement l'animal le plus servile qui soit, exactement comme la matière qui se laisse agir.

Le monde aime s'identifier à la matière. On préfère toujours éviter de choisir. C'est d'ailleurs pour cela qu'il y a tant et tant de célibataires. L'engagement, c'est renoncer à d'autres options or beaucoup espèrent trouver mieux ailleurs. C'est cette même mentalité qui conseille aux jeunes de collectionner le plus d'expériences possibles. En thérapie, beaucoup de femmes se plaignent de leur mari qui passent leur temps à sortir, comme si le mariage était une limitation. Mais à force de laisser le monde des possibles ouvert, on ne prend pas forme, on n'existe pas.

La naissance d'Israël a lieu entre le moment où l'on marque l'entrée de la maison et l'ouverture de la mer. Devenir Israël, se distinguer du monde qui nous propose d'être tout, c'est se singulariser et devenir soi-même. C'est en différenciant les lieux privé et public que la distinction se fait. Désormais, c'est la *mezzouza* qui marque la différence entre nous et le monde, dont nous ne sommes pas la continuité.

Cet espace privé relève de la pensée de la *Torah*, pas de celle de l'agora, ni de celle des médias, du pouvoir, de la politique etc...

La *mezzouza* se place sur le seuil, *saf*, de la maison. *Saf* provient du mot *safek*, le doute. Sur le seuil, nous nous situons entre les lieux privé et public, dans un entre-deux.



C'est notre *mézouza* qui nous permet de créer notre espace personnel au milieu d'un monde en pleine agitations.

Dans la *mezzouza*, à l'extérieur du parchemin se trouve le nom de D. : *shin, dalet, youd*, prononcé *sha-day*.

Shakay est formé des premières lettres de *שומר דלתות ישראל*, qui protège les portes d'Israël. Ce nom d'*Hashem* est également employé lorsqu'il est question du caractère créateur de D. :

שומר לעולמו די, qui a dit à Son monde en expansion, *day, stop*, arrête-toi là. Quand on entre chez soi, quand on quitte l'extérieur, monde informe d'expansions et de possibles, on se prépare à entrer dans un lieu intime et singulier. C'est le véritable lieu de notre réalisation.

C'est un lieu de proximité et de vérité auquel le tétragramme, Nom divin à l'intérieur du parchemin, renvoie. *Youd ke vav ke*, Il était, Il est, Il sera, c'est D. tel qu'Il se situe hors du temps et de l'espace.

Notre foyer, marqué lors de la sortie d'Égypte par le sang du *korban pessah* puis plus tard par la *mézouza* n'est pas la continuité de l'extérieur. Il y'a une frontière qui indique la présence d'un espace hors de l'espace commun.

Le foyer juif a été à simhat torah 2023 brisé dans ses frontières. Apprenons à les redessiner afin d'y créer un lieu de transmission authentique!

Dayénou

Être esclave du 'si seulement!'

Parmi nos certitudes qui nous emprisonnent, il y en a une qui est très présente et courante.

Il s'agit de la certitude que 'si seulement' nous avions X' alors nous pourrions réussir, être heureuse etc ..

Un chant central dans la hagada va nous aider à nous extraire de cet emprisonnement.

Il s'agit du fameux *dayenou*. Tout le monde aime entonner ce *dayenou* ! Pourquoi est-il symbole de liberté ?

Littéralement, *dayenou* veut dire cela nous aurait suffi. C'est un chant qui a été écrit sous la forme de quinze strophes. Le chiffre quinze comme les 15 étapes du seder. Ces strophes rapportent l'histoire de la sortie d'Égypte sous une certaine forme.

La sortie d'Égypte est retranscrite en quinze étapes successives qui sont citées une à une, comme si chacune aurait pu se suffire même sans arriver à l'aboutissement ultime, à savoir arriver en Israël, construire le temple et y servir D.



Prenons l'exemple d'une strophe : si Tu nous avais juste ouvert la mer pour que l'on passe et que Tu n'avais pas refermé la mer sur les Égyptiens, cela nous aurait suffi !

*S'Il avait seulement
ouverts la mer pour
nous, et ne nous l'avait
pas fait traversée à sec,
cela nous aurait suffi*

אלו קרע לנו את הים, ולא
העבירנו בתוכו בַּהַרְבָּה,
דינו

*S'Il nous avait
seulement fait traversé
la mer à sec, et n'avait
pas noyés nos
poursuivants, cela nous
aurait suffi*

אלו העבירנו בתוכו
בַּהַרְבָּה, ולא שקע צַרְנו
בתוכו, דינו

Réfléchissons un instant : est-ce que ça nous aurait vraiment suffi ? Si D. nous avait permis de passer entre les flots, sur la mer bien sèche, en sécurité, mais que les Égyptiens n'avaient pas été noyés ? Les Égyptiens ne se seraient sûrement pas arrêtés, ils nous auraient poursuivi et certainement décimés. Qu'est-ce que ça signifie de dire que cela nous aurait suffi ? C'est bien parce que la mer s'est refermée sur les Égyptiens que nous avons été sauvés ! C'est bien parce que nous avons eu la manne que nous avons survécu au désert ! Et ainsi concernant chacune des strophes ! Qu'est-ce que veut dire ce *dayenou* ?

Revenons à ce chiffre quinze. Rappelons-nous qu'il y a aussi quinze étapes successives dans le *seder de Pessah*, depuis *kadech* jusqu'à *nirtsa*, les chants de la fin, le moment où nous sommes agréés. Le chiffre quinze, explique le Maharal, a une signification importante.

C'est l'association des chiffres sept et huit. C'est avec le chiffre sept que le monde a été créé, c'est un chiffre qui évoque tout ce qu'il y a d'intelligible, tout ce qui répond à une nécessité dans le monde. D. y répond à travers la forme d'équations strictes et rigoureuses que nous pouvons analyser et

étudier. Le monde a été créé en sept jours, il y a sept couleurs dans l'arc-en-ciel, sept notes de musique etc. C'est vraiment le chiffre de la nature, du monde observable et quantifiable.

Le chiffre huit, lui, est le dépassement de ce vers quoi peut tendre notre esprit cartésien. Ce sont notamment les fameux huit jours de *Hanouka*, c'est le chiffre du miracle, de l'impossible, de ce que l'on ne peut pas atteindre. Sept et huit, ensemble, quinze, que sont-ils ?

Observons ce chant de *dayenou* qui dit *ilou*, אלו, si seulement ..., *velo*, ול, et qu'il n'y avait pas eu la suite, *dayenou*, cela nous aurait suffi.

Rappelons-nous également que l'homme doit absolument se percevoir *keilou*, **comme s'il** sortait d'Égypte. Il doit se représenter lui-même comme n'étant pas aliéné, que ce soit à une société, à du qu'en dira-t-on, à sa propre image ou autre.

Il n'y a à mon sens pas de plus grande prison que le mot *ilou*, si seulement. Ce terme vient justifier toutes nos failles, tous nos échecs et tous nos manquements. *Ilou*, si seulement j'avais rencontré la bonne personne, si seulement j'avais eu de bons amis, si seulement j'avais fait des études qui me plaisent, si seulement j'étais né dans une autre famille etc.

Avec ce si seulement, on ne peut qu'être emprisonné et justifier nos manquements. La phrase de *Pessah* sera donc plutôt *keilou*, **comme si** et non pas *ilou* – si seulement.

Peut-être que tu regrettes des choses, *ilou*, mais alors **fais comme si**. Et si tu arrivais à te délier de ton emprisonnement mental ? Et si tu arrivais à faire *keilou*, comme si tu avais reçu ce dont tu as besoin. Est-ce que tu arrives à faire comme si, afin de goûter à la liberté ?

Ce chant réhabilite le mot *ilou* en disant : si tu nous avais seulement ouvert la mer sans engloutir les Égyptiens, *dayenou*, cela aurait suffi.

Nous sommes des êtres pour lesquels rien ne suffit jamais, parce que nous ne sommes satisfaits que si la situation correspond à notre fantasme d'idéal. Nous ne sommes satisfaits qu'une fois arrivés à la destination finale souhaitée.

Nous avons bien sûr tous en tête ce qu'est un couple réussi, une situation professionnelle réussie, ce qu'est une famille harmonieuse et nous sommes rarement capables de dire *dayenou*, ça me suffit, je suis contente de l'intervention observée d'H' dans mon existence. En général on dit plutôt qu'on aurait espéré, qu'on aurait souhaité, plus, autrement, différemment, mais puisque ce n'est pas

le cas, je peux justifier mes failles, mes tristesses et mon manque d'*emouna*. Voilà que juste le soir du 15 *Nissan* -tiens, encore le chiffre quinze- on a cette clarté, cette clairvoyance de se dire que si on pouvait compartimenter les différentes étapes de notre vie en plusieurs petites étapes, chacune relevant d'une intervention de D', on pourrait s'extraire de la frustration qui nous habite et dire *dayenou* ! on découvre alors que l'on a bénéficié d'une étape avec une avancée, *ilou*, qui correspond à un pas en avant, puis il y a eu un 'velo', qui correspond à un frein rencontré dans notre objectif initial, qui a produit en nous une progression nécessaire.

D'ailleurs dit *rav* Fohrman, *ilou* contient exactement les mêmes lettres, *aleph lamed vav*, אלו, que le mot *velo*, ול, pris à l'envers.

Il y a donc une sorte de mouvement en avant, si seulement telle situation pouvait se produire, *velo*, mais elle ne se produit pas complètement. Elle s'est peut-être produite à moitié cela dit, mais enfin je ne suis pas arrivée à destination finale. Quelle est alors ma vision de cette partie-là, de cette moitié ? est-ce un élément qui m'a permis d'évoluer bien que n'ait pas abouti totalement ? je suis arrivée à un frein mais quels mots vais-je choisir de poser sur cette expérience ?

Et si ce frein était là pour me permettre de déceler en moi des nouvelles ressources ? Si toutes ces parties morcelées de notre existence étaient telles des marches qui permettent de se hisser vers des hauteurs ? Les freins auxquels nous nous heurtons seraient alors représentés par la contre marche. Le frein (*vélo* ...) est ce qui nous permettrait de poser le pied sur la marche suivante ? ainsi cet évènement, à priori désagréable, est ce qui pourrait nous permettre d'accéder à une marche supérieure, à une compréhension plus raffinée et aboutie ? et si tous les 'vélo- ול' de notre vie, ces freins, n'étaient que des contres marches qui nous permettraient d'avancer et d'évoluer ? C'est alors que l'on a la lucidité de visualiser la somme des 'petits bouts' de délivrance qui nous parviennent.

Nous avons, à priori une vision absolue du monde, nous avons envie d'arriver au chiffre quinze, d'arriver à la fin du *seder* avec une résolution totale de tout ce qui nous est pénible. Le chiffre quinze, ce n'est pourtant jamais que le chiffre sept qui signifie **je comprends**, il y a là quelque chose qui relève de mon entendement associé au chiffre huit, qui signifie **je ne comprends plus**, ce fameux



frein, cette fameuse contre marche à mon existence.

J'ai fait un pas en avant, j'ai compris, c'était logique mais tout à coup, je ne comprends plus. Je ne comprends pas pourquoi cet entretien d'embauche n'a pas abouti, pourquoi mon envie de créer du *shalom* n'a pas été perçue. J'ai accès à une délivrance partielle, pas totale, mais sommes-nous capables de percevoir cela ?

Le soir du *seder*, nous en sommes capables grâce à cette clarté, cette capacité de voir qu'entre le moment où nous étions esclaves et le moment où nous arrivons en Israël avec le temple, il n'y avait que des petits morceaux de délivrance mis bout à bout associés à des épreuves incompréhensibles.

Les Egyptiens à notre poursuite, la mer devant nous, la faim, la soif... Le moment où l'on dit à Moïse que l'on a faim, qu'on n'a plus de galette à consommer, la difficulté et l'incompréhension sont ce qui nous permettent de recevoir la manne.

C'est ce qui nous a permis d'accéder à un autre niveau de compréhension du monde. De bout en bout, délivrance après délivrance, nous arrivons à **une délivrance totale** bien que ce soit, il est vrai un processus qui prend du temps, qui exige de nous intelligence et finesse, ainsi que la possibilité de se voir soi-même autrement que ce que l'on croit être. Finalement, ce splendide chant de *dayenou* nous fait comprendre que chaque petit morceau, chaque épreuve de notre vie était une chance, une possibilité, une fenêtre ouverte pour sortir d'une forme d'aliénation de l'existence. On avait besoin de chacune de ces étapes pour créer la délivrance totale.

Notre souhait est que ce mot de *dayenou* retentisse tout au long de l'année à nos oreilles. Que l'on ne soit pas dans la frustration, dans le manque, que l'on puisse voir combien nous sommes accompagnés.

Que chacun puisse réaliser que D' était avec lui à chaque instant et se situe dans une forme de dialogue avec Lui, que sa vie ne résulte pas d'un hasard mais s'inscrit dans un programme bien clair où D. l'emmène d'un point à un autre. Cet autre point sera un aboutissement, une réalisation, un épanchement et une expansion de ce qu'il est déjà. Prions pour être accompagné de ce *dayenou*, sachons faire de ce 15 Nissan, un *kéilou*, comme si, pour sortir de nos représentations erronées de nous mais aussi des autres afin de devenir une meilleure expression de nous-mêmes.

A la fin du maguid, on commence à réciter le début du *Hallel* – louange envers D' -, tant cette étape nous a transformé en profondeur.

Ro'htza - רֹחֲצָה

On se lave les mains de nouveau mais cette fois ci en faisant la bénédiction sur ce lavage. C'est un lavage plus profond que le précédent et qui va être proportionnel à notre investissement dans le *maguid*. Plus je réussis avec *maguid* à donner de la profondeur aux mots pour sortir de certitudes, de préjugés et d'emprisonnements, plus le *rohtsa* et sa fonction libératrice vont fonctionner.



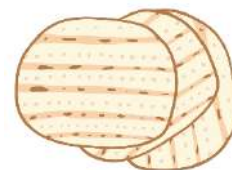
Motsi Matsa - מוֹצֵי מַצָּה

Enfin, on arrive à **Motsi Matsa**, à cette étape, il nous est possible de faire sortir de notre être *-motsi-* une personne qui s'est affranchie de ses emprisonnements.

Matsa – le symbole de la liberté

La mitsva de la Torah de manger de la matsa le soir de Pessah- Une des mitsvots fondamentales de Pessah est de consommer ce même pain qui a été consommé par les Hébreux lors de la sortie d'Egypte. Ce pain a été fabriqué comme on le sait dans la précipitation la nuit du 15 Nissan 2448 et depuis, nous consommons pendant toute la fête uniquement de la matsa.

Il n'y a qu'un petit *vav* qui sépare les mots *mitsvah* מצוה et *matsa* מצה. Ce *vav*, même dans sa graphie, symbolise le lien des mondes inférieur et supérieur. Ce lien se fait en nous quand l'eau de la *matza* entre dans notre corps, et devient *mitsvah* et vient réparer la division qui a eu lieu le deuxième jour de la Création.



Le midrash explique que lorsque D. a séparé les eaux supérieur et inférieur, les eaux inférieures étaient offensées de n'être qu'en bas. D. les a rassurés en leur disant vous servirez à faire des *matsots* et deviendrez alors des eaux supérieures. C'est un moment plein de *tefilah* et de *kédousha*.

Pourquoi la *matsa* symbolise-t-elle la liberté ?

En préparant ce cours, je me suis souvenue de l'allégorie de la caverne. Vous en avez sûrement

entendu parler comme moi en terminal en cours de philosophie. Ça remonte ... Il s'agit d'une histoire qui évoque nos entraves : des personnes se trouvent enchaînées dans une caverne. Les chaînes renvoient ici aussi aux certitudes et préjugés, à la vision tronquée et fautive qu'ils ont de leur existence. Un feu à l'extérieur leur renvoie un rayonnement qui a pour conséquence de ne rendre visible que les ombres. Cette allégorie met en relief le fait que ce que nous voyons et pensons être certain n'est que l'ombre de la réalité. A l'extérieur de la caverne se trouve autre chose.

On peut tout à fait employer cette allégorie pour penser l'emprisonnement que la *Torah* nous encourage à quitter. Sors de cette prison, enlève ces chaînes, sors de ce que tu es sûre de voir et à l'extérieur, tu verras les choses sous un angle tout à fait différent. La *Torah* nous dit que le moment de sortir de cette prison virtuelle est le 15 *Nissan*, le moment où l'on raconte la sortie d'Égypte. C'est une *mitsvah* que d'en faire le récit.

Je veux préciser qu'il ne s'agit pas ici de raconter la sortie du territoire égyptien. Ici, l'enjeu est différent : c'est la sortie d'une certaine perception du monde en faveur d'une autre.

Rav Moshé Shapira z"l explique que le monde qui se présente à nous semble tout à fait prévisible. En hébreu, cela se dit *olam keminhago oleh*, un monde qui continue à avancer selon ses mêmes principes, selon sa même conduite du monde. C'est un monde avec un système politique, avec des équations physiques et chimiques, des catégories socio-économiques, avec des enjeux, des intérêts... Tout cela s'étudie dans les universités et répond à des règles. On peut donc même faire des prévisions. Le monde fonctionne comme il fonctionne.

Sortir d'Égypte, c'est justement sortir d'un monde qui se présente comme étant auto-suffisant et qui fonctionne en continu. L'Égypte correspond exactement à ce fonctionnement, même dans sa description géographique, à travers la présence du Nil qui abreuve le territoire. C'est l'endroit par excellence où il n'était pas nécessaire de lever les yeux au ciel. Le territoire se suffit à lui-même et bouche donc l'accès à l'infini. Il n'y a aucune nécessité à aller au-delà de la frontière matérielle égyptienne. Tout y est inclus.

Allons plus loin : le mot *Mitsraim* est composé de deux mots, *metsar* et *yam* מִצְרַיִם. Ce mot est énormément commenté notamment par le Maharal.

Metsar, l'étroitesse, *yam*, la mer, c'est-à-dire les infinies étendues d'eau qui symboliquement vont être mises dans un carcan, dans quelque chose d'étroit. L'infini va se contracter à l'intérieur d'un territoire.

Rav Moshe Shapira explique que la mer, l'eau représente toujours l'infini. L'eau, comme vous le savez, n'a pas de forme, elle déborde et se faufile dans tous les recoins sans rien qui ne l'arrête. C'est le principe de l'inondation : à aucun moment l'eau évite d'envahir la cuisine ou le salon. Non, l'eau s'infiltré partout. Ce principe se retrouve symboliquement à travers les vagues qui cherchent à envahir la terre. Une vague arrive et *Hashem* la casse, en lui ordonnant de rester à sa place. Une deuxième vague arrive, elle n'a pas « compris » ce qui a été dit à la première vague et essaie-t-elle aussi d'envahir la terre jusqu'à ce qu'*Hashem* la brise également sur le rivage et ainsi de suite.

Cela dure depuis la nuit des temps, encore et encore, pour nous dire que le principe de l'eau est celui de l'envahissement de tout, de l'infini. La symbolique de l'Égypte est de chercher à retirer la dimension infinie incluse dans le monde et à limiter l'existence à de l'étroitesse.

Cela nous évoque également la *neshama*, infinie, et mise à l'intérieur d'un corps assez étroit qui tend à la contraindre, à la faire taire en lui disant mais non, tu ne peux pas, tu n'as pas la force, tu n'as pas l'âge etc. Il va y avoir un dialogue entre quelque chose d'infini et quelque chose d'étroit qui nous emprisonne. *Metsar yam* c'est la restriction de quelque chose qui pourrait déborder à l'infini.

L'esclavage a été aboli assez récemment : souvenez-vous que Rosa Park qui refuse de laisser sa place à un blanc dans un autobus aux États-Unis date de 1955. J'étais choquée à l'idée qu'il existait encore une telle ségrégation en 1955. Comment fait-elle pour sortir de l'histoire qu'on lui a raconté, pour sortir de l'idée qu'elle est noire et qu'elle doit vivre dominée et soumise ?

Elle fait un *ma nishtana*. Elle ose **poser une question** : à quel titre ? pourquoi ? qui a dit que ça devait être comme ça ? et si ça



pouvait être autrement ? dans l'Antiquité on naissait esclave et on mourrait esclave. On a quelques belles histoires aujourd'hui de personnes qui naissent dans un milieu socio-économique modeste et qui font fortune. Ça reste néanmoins

encore assez rare. La plupart du temps, on laisse sa vie être la continuité de ce qu'elle a été et de ce qu'a été celle de sa famille, de ce qu'on a connu jusque-là.

Le principe de la sortie d'Égypte c'est de réaliser qu'au contraire rien n'est écrit, rien n'est définitif. Lors de la sortie d'Égypte, il y a ce monde de l'Égypte qui est verrouillé, qui ne permet aucun accès à l'infini et on sort vers un monde qui ne répond plus à aucune des lois de la nature. Durant les années dans le désert, l'eau n'était pas naturelle, le pain non plus et les nuées protectrices fournissaient une climatisation permanente.

Nous sommes sortis d'un monde qui fonctionne selon des équations répétitives et prévisibles pour aller vers un monde dans lequel tout est possible. Pour nous aussi il s'agit de sortir d'un monde et d'une vie prévisible, où l'on est sûr de savoir ce qu'il va se passer demain, la semaine prochaine, au prochain entretien d'embauche, quelle sera notre salaire ou encore la situation de notre *shalom bait*. Quel emprisonnement que de s'y faire et quelle tristesse que de se suffire d'une vie égyptienne ! C'est ainsi qu'on se conforme aux moules que nous tend a priori notre situation : le moule de la divorcée, de la célibataire, du chômeur. La représentation que l'on s'est faite de notre existence finit par devenir notre existence, 'c'est comme ça, il faut accepter sa situation' va-t-on se justifier.

Pessah, c'est l'idée contraire, c'est l'idée que tout est possible et qu'il n'y a aucune raison de perpétuer une situation. Nous allons maintenant tenter de comprendre le symbole de la *matsa*.

Cette fête-là se nomme *hag hamatsot*, la fête des *matsot*. En quoi la *matsa* est-elle symbole de liberté ? Pourquoi est-ce la *matsa* qui définit ce que c'est que d'être libre ? Première idée qu'évoque le Rav Jessurun: la *matsa* s'appelle également *lehem oni*, le pain pauvre, le pain de la misère et non le pain qui rend pauvre comme certains le disent aux vues de son prix aujourd'hui... On oublie de le dire, on croit que c'est le pain que l'on a pétri bien vite avant de partir mais c'est en fait également le pain que l'on mangeait pendant deux-cents ans en Égypte. C'est le pain des esclaves. Vous croyez qu'on avait le temps de faire lever la pâte ? de faire des brioches ? Pendant deux-cents ans, ce pain faisait pitié, on le voyait comme le pain de l'esclave jusqu'à ce qu'on réinterprète l'histoire.

Ce pain qui symbolisait pendant si longtemps quelque chose de négatif, d'obscur va être désormais mangé parce que nous avons été libérés en un claquement de doigt, en une étincelle. On n'a pas eu le temps d'attendre : c'était le moment.

En réinterprétant la *matsa*, on signifie que rien n'a une signification absolue et que tout dépend de notre interprétation. Ce pain que tu détestais tant peut devenir ton pain préféré une fois que tu as réinterprété ton histoire.

Je voudrais vous livrer cette autre explication de *rav Moshe Shapira*. La *matsa*, est une recette de cuisine basique, impossible à rater. Je regrette qu'on ne fasse pas nous même nos *matsot* à la maison parce que je pense qu'on sentirait encore plus ce goût de liberté. C'est de la farine, de l'eau et à la seconde où tu as étalé, tu enfournes.

La réalité, c'est qu'une *matsa* met deux minutes à être préparée. Ce qu'on dit ici c'est que la *matsa*, ce n'est que de l'eau et de la farine. Or le *hametz*, n'est autre que de l'eau, de la farine et ... du temps !!! Tu laisses, tu attends.

Ce qui est incroyable c'est que le goût sera très différent alors que ce sont les mêmes ingrédients. Ça aura le goût de la baguette ou de la brioche si tu y as ajouté du sucre. En d'autres termes, **attendre crée un goût différent.**

Attention, nous parlons ici d'attendre avant d'agir et non pas de la *midda* de la *savlanout*, de la patience qui est l'attente positive, patiente, pleine de *emouna*, que ce soit pour un mariage, la fin des études ou toute autre réalisation. La *savlanout* c'est être capable d'attendre sereinement que quelque chose qui est par définition hors de notre portée arrive.

Le principe du *hametz*, quant à lui, c'est attendre alors que l'on pourrait agir immédiatement. Je pourrais agir mais à la place, j'attends. C'est comme quand on dit à nos enfants de ranger leur chambre et qu'ils répondent 'attend', ce qui veut en fait dire non. Comprenons en quoi le temps crée un goût différent.

Toute la fête de Pessah est imprégnée de la notion de temps, de *zman*. La première *mitsvah* à faire avant de sortir d'Égypte est *hahodesh aze lahem*, la sanctification du nouveau mois. On doit avoir un rapport au temps différent des autres nations.

Shana c'est une année et le mot vient de *leshanen*, répéter. Une année se répète inlassablement. *Hodesh*, c'est *hadash*, nouveau. Quelque chose de neuf apparaît. On n'est plus dans la continuité d'un



processus mais dans un univers radicalement neuf. Le mot *zman*, temps, vient du mot *hazmana*, une invitation. La plupart des gens pensent à tort que le temps est quelque chose de vide qu'il s'agit de remplir.

La phrase qui à mon sens symbolise le plus l'esclavage est cette expression française : tuer le temps. Ça me semble être le pire meurtre au monde ! L'univers des loisirs est là pour tuer le temps quand on ne sait pas quoi en faire. *Hazmana*, c'est une invitation à fabriquer la seconde qui vient. Quand tu envoies une invitation à un mariage, tu invites la personne à remplir le temps indiqué sur la carte par ce que tu y as écrit. C'est une invitation à créer un futur dans ce temps-là. Ce qu'il faut donc bien comprendre c'est que le temps est une chose que l'on fabrique en permanence.

Le meilleur exemple que donne R' Moshe Shapira pour expliquer ce principe du temps est le suivant : quand on observe le monde autour de nous, il nous paraît continu. Il y a une existence qui se déploie et continue d'exister, semble-t-il. Or cette idée est une vue de l'esprit. Prenons un exemple, afin de bien comprendre que le monde n'est pas une continuation de lui-même. Représentons-nous de la cire et une flamme qui brûle et qui est une énergie, comme toute chose. Quand je regarde la bougie, il me semble qu'elle brûle depuis une heure.

En réalité, la flamme d'il y a une demie seconde n'est pas la flamme de maintenant. La flamme d'il y a une demie seconde a brûlé un carburant qui n'est plus là. La flamme existe parce qu'elle brûle du carburant en permanence.

Pensez aux tous débuts du cinéma : c'était plein d'images juxtaposées les unes aux autres pour faire bouger la main d'un personnage d'un millimètre et donner une impression de mouvement. Le temps juif, c'est ça.

Hashem fabrique du temps, une création de chaque instant. Aveuglé, on y voit une continuité. Allons un peu plus loin. La *matsa* est le symbole d'un objet que le temps n'endommage pas. Le temps est le produit de lui-même.

Si je le laisse, il continue d'agir, comme dans le processus de fabrication du pain. La *matsa* sort au contraire de ce diktat-là, de cette vision erronée de notre existence selon laquelle le monde n'est qu'une continuité de lui-même.

Nous brisons cette impression de continuité permanente.

L'eau et la farine vont cuire immédiatement. Le *hametz*, en nous donnant une impression de continuité, est le plus grand mensonge qui soit. La *matsa* au contraire, symbolise l'idée que chaque instant est une nouvelle création.

C'est cela qui nous donne la possibilité d'être libre. C'est pour cette raison également que nous consommons le *korban* pessah, l'agneau pascal.

En effet, le mouton est un animal qui suit son troupeau sans se poser de questions. Il continue la marche du troupeau inlassablement. Les Égyptiens le servaient comme idole car ils vénéraient la tranquillité d'un monde qui se poursuit à l'identique.



Le soir de pessah, nous nous démarquons à travers l'agneau consommé de toute attitude de type 'mouton de Panurge' et à travers la *matsa* nous nous connectons à une création de D' permanente. C'est pour cela aussi que le premier des dix commandements définit *Hashem* comme *asher otsetiha mé erets Mitsraïm*, c'est Moi qui t'ai sorti d'Égypte, qui t'ai sorti de la perception **d'un monde qui n'est qu'une continuité de lui-même vers un monde de création permanente.** Il s'agit ici de sortir d'un monde mensonger avec la conscience que chaque seconde est une nouvelle création. Je suis moi aussi nouvelle, je ne suis pas le produit des paramètres autour de moi, je suis moi aussi une nouvelle création et je peux donc moi aussi sortir de tous ces emprisonnements.

A travers la *matsa*, nous pouvons nous extraire de toutes les représentations erronées que nous avons de nous-mêmes -la célibataire, la divorcée, la colérique etc- pour devenir créatrice du futur et non pas le produit de mon histoire. La *matsa* est vraiment le symbole de la liberté d'être qui je veux et peux être.

Rav Shapira z'l cite un verset de *Ishaïa*, dans le 58^e chapitre : *hen lariv houmatsa tatsoumou-* הן לריב הן למצוה תצומנו. (Oui, vous jeûnez pour fomentier querelles et dissensions)

De ce verset, nous apprenons que le mot *matsa* est synonyme de *riv*, de la dispute.

La *matsa* c'est le fait d'être en dispute. A travers la *matsa*, on est effectivement en désaccord avec ce que le monde nous montre. Le monde n'est pas la continuité de lui-même et la *matsa* est l'expression de mon désaccord.

Une fois que l'on a dit au monde notre désaccord, que nous ne sommes pas déterminés par notre histoire, que nous ne sommes pas l'esclave du regard que porte le monde sur nous, une fois que l'on s'est bien disputé avec le monde, pendant huit jours, on peut manger de nouveau du *lehem- du pain*.

Lehem vient de la racine *milhama*, la guerre. On fait la guerre quand on essaie de conquérir un territoire. Une fois que je me suis positionnée face au monde et que j'en ai refusé l'illusion, une fois que je suis dans la réalisation de moi-même, je peux manger du *lehem* de nouveau.

On aura alors réussi à conquérir l'espace du monde qui nous ment et s'y établir en se disant libres.

En racontant *yetsiat Mitsraïm* à nos enfants, nous devons leur livrer le message du dernier Ramban de Bo : les *nissim*, les miracles de la sortie d'Égypte n'ont pour but que de susciter notre interrogation concernant le fonctionnement du monde créé par D'. Les miracles sont là pour nous rappeler que **tout est miracle** mais caché derrière les équations d'un monde qui semble continuer tranquillement son cours. En réalité, il y a de nouvelles créations à chaque seconde.

Maror - מרור

« L'amertume » qui intuitivement aurait peut-être dû arriver avant *maguid* avant la libération qu'induit la parole.

Tout d'un coup, voilà que l'amertume, le moment de manger les herbes amères intervient.

Si après avoir été libéré par tout ce processus je peux évoquer le *maror* et son amertume, cela va me permettre d'y voir non plus un problème personnel mais universel. Je vais alors peut-être réussir à me soucier des autres et à dire tu sais moi aussi je suis passée par là et sache qu'il y a une issue à cette problématique.

Par mon expérience, je vais amener les autres vers la libération. Au-delà de ça, évoquer notre *maror* après le *maguid*, c'est aussi reconnaître que le *maror* m'a rendu plus fort. On a cette capacité à pouvoir réinterpréter notre passé autrement. Plutôt que de dire qu'il y a d'un côté le négatif et de l'autre le positif, on va être capable d'y voir une unité telle qu'*Hakadosh Barouh Hou* l'a prévu pour moi. De là je vais comprendre que tout ce qui

relève du *maror* de ma vie, de l'amertume de ma vie m'a permis d'être qui je suis aujourd'hui.

C'est aussi la raison pour laquelle sur le plateau du *seder*, on place le *maror* au centre, entouré de symboles de *gueoula* et de délivrance : le *korban hagiga* par l'œuf, le *korban Pessah*, la *harosset*... Bien sûr qu'il y a du *maror* et une vie sans *maror* n'existe pas. Mais l'objectif est d'en faire quelque chose d'utile.

On comprend ainsi que la nuit peut devenir jour et c'est d'ailleurs tout le principe de la soirée du *seder*. On fait exceptionnellement le *halel* la nuit, parce qu'il s'agit d'une nuit où l'on voit clair. Le symbole de la nuit c'est le fait de ne pas bien voir. Je ne comprends pas les événements autour de moi, je ne saisis pas ce que D. attend de moi et tout à coup, une clarté lumineuse apparaît et je comprends à quoi servait le *maror*.

Kore'h - כורף

Nous confectionnons un sandwich avec des herbes amères et de la matsa. Après avoir compris l'utilité de l'amertume, nous pouvons l'associer à la matsa- symbole de liberté. Ainsi, je vais mélanger le *maror* avec de la douceur, de la *harosset* et je vais comprendre l'unité de tout cela.

Cette unité mène à un meilleur accomplissement de notre personne.



Choul'han Ore'h - שולחן עורף

On s'assoit et on mange.

C'est non seulement le principe de l'assise mais aussi de la convivialité. Je crée des relations sociales au moment où je suis avec un co-pain, le même pain. En partageant le même pain- ou plutôt la même matsa !-, nous pouvons devenir copain. Je vais pouvoir avoir des relations bien plus harmonieuses avec les personnes autour de moi parce que -en prenant en considération mes amertumes et la possibilité que j'ai d'en faire quelque chose de fertile- j'accède à un raffinement de ma personne.



Tsafoun- צפון

Là se déploie devant nous un monde exceptionnel, le monde du **Tsafoun** qui est le monde de l'inconscient. *Tsafoun*, c'est ce qui est caché, c'est l'*afikomane* que l'on va découvrir. Est-ce que tu découvres désormais l'infini de la *neshama* cachée en toi ? Tu ne savais pas qu'il y avait tout ça en toi ? C'est magique. Je pensais être limitée, je pensais être le produit des paramètres de ma vie alors que je ne le suis pas. Nous sommes alors émus d'imaginer tout ce qui reste encore à découvrir comme potentiel en soi. Notre être n'est ni figé ni définitif, un monde infini s'ouvre devant nous... !

Lors du *Tsafoun*, le papa part à la recherche de cette matsa cachée. On ne cherche quelque chose que si l'on est sûr qu'elle existe et de pouvoir la trouver. **Notre recherche la plus intime ce soir-là, c'est de retrouver une connexion authentique avec le divin.**

L'*afikomane* représente ce lien intime.

L'*afikomane*, cette dernière *matza* de la soirée sera consommée accoudés et ensuite on ne mange plus rien. Voyons ce qu'elle représente au niveau des enseignements de la *Kabala*.

Le soir du 15 *Nissan*, bien avant la sortie d'Égypte, Rivka entend que son mari Isaac va donner une bénédiction à son fils Essav qu'il pense être à la hauteur. Rivka qui y voit une erreur demande à Yaakov d'aller chercher deux petits chevreux, *shnei gdayé izim*, d'où le fameux chant *had gadia*. Elle en fait un plat que Yaakov porte à son père. Il reçoit ainsi une *braha* exceptionnelle. C'est d'ailleurs pour cette raison qu'on fera *birkat atal* le lendemain, la bénédiction sur la rosée. Quand Essav rentre épuisé de la chasse et réalise que son papa a déjà béni son frère, il dit papa, montre-moi la *braha* de mon frère. D'après la *Hassidout*, son père lui montre l'*afikomane*.

L'*afikomane* est une *braha* que l'on exige de recevoir de D. parce qu'on a vécu toutes ces années de *galout*, d'oppression et parce qu'on est son peuple chéri. Au moment où le chef de maison distribue des morceaux de l'*afikomane*, c'est l'occasion de faire des **bénédictions personnalisées** qui accompagnent cette *afikomane*. Juste avant le *birkat amazon* on dit *shfoh ramatha al goyim*, déverse ta haine sur les nations qui nous détestent. Ce moment correspond au moment où Essav veut se venger de Yaakov. On prie pour être

protégé de toutes ces forces qui nous empêchent d'exister comme peuple d'Israël.

Bare'h- בָּרַךְ

Nous pouvons alors accéder à **Bare'h** le principe de *berakha*. La *braha* c'est justement le fait d'aller puiser en soi, dans cet infini. Quand on découvre cette infinie *braha*, il ne nous reste plus qu'à remercier et louer *Hashem* :



Hallel - הַלֵּל

Remerciements !

C'est le seul jour de l'année où on dit le *hallel* en pleine nuit. Cette prière qui remercie *Hashem* de tous Ses bienfaits ne se dit normalement que de jour. Symboliquement, on dit le *hallel* lorsque l'on voit clairement la présence d'*Hashem*. La nuit symbolise l'inverse (la *galout* – exil) mais cette nuit, moment où D. se dévoile pleinement, nous faisons le *hallel*.

Nirtsa - נִרְצָה

Nirtsa signifie qu'on est agréé à travers des chants. De grands secrets s'y trouvent. Je m'arrête juste sur la chanson *had gadia*, un petit chevreau. La brebis parmi les soixante-dix loups renvoie bien sûr à Israël.

Que mon papa m'a acheté pour deux sous, les deux sous correspondent à *naasse* et *nishma* tel que nous avons dit au mont Sinai. Le père est *Hashem* qui dit *béni behori Israel*, mon fils, mon aîné Israël. Une fois qu'on a parlé de cette petite brebis achetée pour deux sous, il est question de toutes les forces qui veulent s'abattre sur Israël : le chat, le chien qui mange le chat, le bâton qui bat le chien, le feu qui dévore le bâton, l'eau qui éteint le feu, la vache qui boit l'eau puis le boucher et le Satan. Le chien et le chat renvoient aux nations qui nous veulent du mal ; le bâton est la rigueur, *midat hadin* dans le monde ; le feu correspond au feu qui a consumé nos deux temples ; la vache représente le taureau qui encorne et fait du mal (un des 4 *avot nézikim* donc une des 4 façons de faire du mal à quelqu'un); le boucher est la force du mal par excellence ; le Satan, l'envoyé de D. qui met des forces négatives dans le monde.

Ce qui est extraordinaire dans ce chant, c'est que ces éléments sont désunis : chacun veut consommer l'autre et c'est ce qui fait que le peuple peut survivre. D'après nos sages, nous avons été dispersés dans le monde pour permettre notre survie. Comme on le dit dans la *Hagaddah, ki lo ehad bilvad*, il n'y a pas un endroit où nous avons été tranquilles mais ce n'était jamais en même temps, de façon à nous permettre de survivre. Ce chant montre qu'à la fin, même le Satan est annulé par D. pour laisser le peuple d'Israël régner en toute souveraineté, sur sa terre et avec le troisième temple.

De ce déploiement de l'être, de ces quinze étapes longues et douloureuses, qui ont parfois pris énormément de temps, on peut développer une forme d'estime de soi. Il ne s'agit pas d'un manque d'humilité mais du fait de connaître les forces accordées par *Hakadosh Barouh Hou*, de savoir qu'on est agréé et capable de pleinement réaliser notre mission.

Je vous souhaite de réussir à passer les quinze étapes du *seder*, à être dans une libération totale, à bénéficier des étincelles de *kedoucha* qui se trouvent dans le monde cette nuit de 15 *Nissan* et d'en sortir avec un accomplissement de vous-mêmes plus abouti que jamais.

Hatsot halaila - milieu de la nuit

Le moment le plus important de cette soirée est *hatsot*, le milieu de la nuit, qui à **Paris** aura lieu à **1h50**.

On ne débarrasse pas, on ne dort pas, on ne bavarde pas à ce moment-là.

A ce moment précis, nous bénéficions de **la visite de D. lui-même**. Exactement comme le soir de la sortie d'Égypte.

C'est le moment de prier le plus sincèrement possible.

D'après le rabbi de Rouzine, *toute personne verra à hatsot combien ses mots deviennent limpides et demandera des choses que jamais il ne pensait demander*.

Le Rabbi de Izbishé dit qu'à ce moment-là, notre bouche n'est jamais aussi pure. Nous avons bu et mangé de la



mitsvah, nous avons parlé de la sortie d'Égypte, notre bouche n'a fait que des *mitsvots* et nous pouvons donc atteindre des niveaux exceptionnels à *hatsot*. Que la nuit de *seder* soit extrêmement libératrice, qu'*Hakadosh Barouh Hou* nous enlève toutes les difficultés, les doutes, les entraves pour nous permettre de nous rapprocher de Lui mais aussi de ceux qui sont autour de nous.

Chevi'i chel Pessah – à vos tambourins

Telle une route tracée il y a quelques 3400 ans, nous avançons pas à pas, jour après jour, de Pessah jusqu'à Shavouot, vers le Mont Sinaï, lieu de la Révélation Divine. A l'instar de nos ancêtres, nous cheminons sur cette voie dessinée il y a si longtemps afin d'y acquérir ce qui nous permettra de nous faire réceptacle de la Torah le 6 Sivan.

Cette route constitue le fondement de notre Emouna.

Nous sommes à la veille du septième jour de Pessah, septième jour donc après la nuit de notre libération. C'est précisément le moment où historiquement le peuple hébreu se trouve pris en tenaille entre la mer rouge et les égyptiens qui les poursuivent.

Cette nuit là, la mer s'ouvre et nous vivons la plus incroyable expérience collective de tous les temps. C'est une étape clé dans l'apprentissage de la Emouna.

C'est en effet en traversant ces étapes successives que sont la sortie d'Égypte, l'ouverture de la mer et enfin au cinquantième jour, la révélation du Sinaï que nos ancêtres ont pu acquérir de façon concrète, c'est-à-dire à travers leur vécu réel, une Emouna indéfectible, transmise ensuite de génération en génération.

Le Rav Moshé Shapira z"l explique dans son livre "Ree Emouna" que toute notre Emouna (croyance en Hachem) se base sur les événements fondateurs du judaïsme que sont la sortie d'Égypte et la révélation.

On constate effectivement que lors de ces événements, apparaît à trois reprises dans le texte biblique la racine "AMN" qui crée le mot « Emouna » :

1. Lorsque Moïse annonce au peuple Hébreu la fin de leur calvaire égyptien, le texte dit : (וַיֹּאמֶר הָעָם Ex, 4, 31) - Et le peuple eut foi.

2. Lors de l'ouverture de la mer, il est écrit: וַיֹּאמְרוּ בְה' וּבְמֹשֶׁה עַבְדּוֹ - Ils eurent foi en Hachem et en Moïse, Son serviteur.

3. Au moment du don de la Torah, D' dit à Moïse: וְגַם-כִּי יֹאמְרוּ לְעוֹלָם - Pour que le peuple entende que c'est Moi qui te parle et qu'en toi aussi ils aient foi constamment.

Nous comprenons dès lors que toute emouna est constituée de ces 3 volets qui, ensemble, forment notre croyance et confiance en Hachem.

Rav Moshé Shapira développe l'importance de ces 3 aspects qui sont complémentaires au sein de toute Emouna.

1) Une croyance basée sur des miracles :

Lors des événements exceptionnels qui se produisirent à l'occasion de la sortie d'Egypte, le peuple Hébreu reconnaît grâce aux nombreux signes et miracles qui suivent que D' maîtrise le cosmos entier aussi bien au niveau micro que macro .

C'est la première étincelle d'emouna qui réapparaît enfin pour les Hébreux.

Toutefois, notre croyance en D' ne peut être nourrie par des miracles.

Maimonide précise en effet que " toute personne qui base sa croyance en D' sur des miracles porte en son coeur une insuffisance ".

Si D' se manifeste de cette façon au peuple Hébreu, c'est parce que le peuple est alors très peu croyant et a besoin d'une forme d'électro choc extérieur pour s'extraire de son enfermement .

2) Aux premières loges de l'acte créateur :

Une fois cette première étincelle rallumée, le peuple hébreu est apte à naître et à fonder solidement et pour toujours sa croyance en D'.

Or croire en D, c'est avant tout croire en un D' unique, Créateur de l'univers.

Toutefois, comment peut-on se porter garant avec certitude de l'acte originel créatif de D' alors qu'à ce moment aucun humain n'avait encore été créé.

Ainsi, sept jours après la sortie d'Egypte, les hébreux vont assister collectivement à une re-création du monde en miniature. En effet, à la lecture des versets, nous retrouvons toutes les

étapes des 6 jours de la création : lumière et obscurité, espace creux, terre sèche, éclaircissement, végétation etc...

C'est comme si D' à ce moment là reproduisait devant un peuple spectateur la création du monde.

Cette unique expérience va révéler aux yeux de tous Hashem comme étant l'ultime Maître de chaque élément qui constitue l'univers : וַיֹּאמְרוּ בְה' Irréductible emouna collective qui s'inscrit alors dans l'ADN juif !

3) La confiance en Moïse et les prophètes :

Enfin, notre croyance n'est totale que si elle inclue également l'origine divine de la Torah et la véracité des textes prophétiques.

Nous retrouvons ce troisième aspect lors de la révélation au Sinai : וַיִּבְרַח ה' - H' se dévoile au peuple juif, lui donne la Torah et s'inscrit alors en eux 'leolam' - pour toujours une confiance en D' basée sur

➤ D' est l'unique créateur du monde

➤ D' continue d'intervenir dans le monde et gère chaque détail avec précision.

➤ La confiance en Moïse et les prophètes qui lui ont succédé.

Il est intéressant de constater que ce triptyque qui constitue toute croyance se base sur une triple expérience collective et non pas sur des spéculations d'ordre philosophique.

C'est d'ailleurs ce que va répondre le "haver" au roi des khazars dans le merveilleux ouvrage du Kouzari écrit par Rav Yehouda halévi.

Le roi des Khazars est en effet surpris que notre devoir d'Emouna exprimé dans le premier des 10 commandements

(אֲנֹכִי ה' אֱלֹהֶיךָ אֲשֶׁר הוֹצֵאתִיךָ מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם)

Se justifie par l'expérience de la sortie d'Egypte et non pas par une réalité qui s'imposerait du fait d'un D' Créateur de l'univers.

En réalité, l'expérience de la sortie d'Égypte inclue l'acte de création.

Le peuple hébreu a effectivement assisté à la création du monde lors de sa traversée de la mer rouge. Cette merveilleuse expérience sera ensuite transmise de générations en générations.

La nuit du septième jour de pessah', nous avons la possibilité de recharger nos batteries de emouna C'est l'occasion pour nous de visualiser l'intervention d'H dans nos vies dans les moindres détails. A nous de visualiser comment H nous ouvre la mer et nous permet de trouver ainsi une



issue à nos difficultés , à nos inquiétudes , à nos blocages .

Le potentiel de la nuit à venir est incommensurable!

Que toutes les célibataires se dessinent dans leur esprit cette nuit leur houppa !

Que toutes les personnes malades se visualisent en parfaite santé !

Que toutes les personnes qui ont besoin d'une parnassa se figurent la réussite qu'ils attendent !

Cette nuit, toutes ensemble, chantons à nouveau la SHIRA et dessinons ainsi notre gueoula personnelle et collective !

Le peuple d'Israël porte dans son ADN la croyance en un D' unique, omnipotent et qui interfère dans nos vies afin de nous extraire de toutes les formes de servitude. Alors à vos tambourins !

"לְשָׁנָה הַבָּאָה בִּירוּשָׁלַיִם הַבְּנוּיָה"

Leshana haba bi Yeroushalaim abnouia !

L'an prochain à Jérusalem !!



Pessah casher vesameah !!

Mariacha Drai

SCANNEZ MOI !



essentielle

Réfoua chéléma – Guérison de:

- Moche Nethanel ben Rachel
- Noémie bat Valérie Aziza
- Tal bat Léa
- Géraldine Guila bat Aziza Mady
- Elivahou Elhanan Itshak ben Ariella

