

La période du *Omer* est une traversée intérieure. Elle conduit de *Pessa'h* à *Chavouot*, de la sortie d'Égypte au don de la *Torah*, de la libération physique à la liberté spirituelle. C'est un temps d'effort, de raffinement des *middot*, mais aussi, plus profondément, d'apprentissage de la juste mesure.

Car le mot *middah* signifie aussi « mesure ». Il ne s'agit pas seulement d'être bon, généreux, humble ou fort. Il s'agit de trouver la bonne distance, la bonne posture, la juste place. Il s'agit d'apprendre à entrer en relation sans s'effacer, sans s'écraser, mais aussi sans dominer ni envahir. Il s'agit d'habiter l'espace délicat où l'on peut être pleinement soi-même, tout en laissant l'autre être pleinement lui-même.

Lag BaOmer, le trente-troisième jour du *Omer*, est un jour de lumière, de joie et de feu intérieur. Il vient après les trente-deux premiers jours, associés au mot *lev*, le cœur. Or c'est bien de cela qu'il sera question : du cœur de nos relations, de leur vérité, de leur équilibre, de leur authenticité.

Comment construire une relation vraie ? Comment aimer sans se perdre ? Comment écouter sans se soumettre ? Comment poser une limite sans tomber dans la rigidité ? Comment être présent à l'autre sans abandonner son propre espace intérieur ?

Toutes ces questions touchent à une même racine : notre liberté.

Gravé ou libre

Nous cheminons vers *Chavouot*, vers *Matan Torah*, le don de la *Torah*. Au moment où la *Torah* est donnée, le texte nous dit que les paroles divines étaient gravées sur les Tables : *'harout 'al halou 'hot*, gravées sur les Tables.

Les Sages, dans une lecture bouleversante rapportée dans les *Pirkei Avot* 6, 2, disent : ne lis pas *'harout*, « gravé », mais *'herout*, « liberté ». Le même mot, lu autrement, révèle une vérité essentielle : la *Torah* n'est pas d'abord une contrainte. Elle est un chemin de liberté.

Cela semble presque provocateur. Car si l'on demande à quelqu'un ce que représente la *Torah*, il répondra souvent : des commandements, des interdits, une discipline. Et pourtant, les Sages affirment l'inverse : au moment où Dieu donne la *Torah*, Il donne la liberté.

Non pas une liberté superficielle, qui consisterait à faire tout ce que l'on veut, mais une liberté plus profonde : celle de ne plus être sous influence. Ne plus agir par peur de déplaire. Ne plus vivre dans le désir épuisant de contenter quelqu'un à tout prix. Ne plus exister uniquement dans le regard de l'autre. Ne plus se soumettre à une injonction que l'on ne veut pas.

La *Torah* nous rend libres lorsqu'elle nous apprend à être aux commandes de nos décisions. Elle nous rappelle que nous ne sommes pas faits pour vivre dans la soumission au regard extérieur, mais dans la fidélité à notre vérité intérieure.

Et pourtant, dans la réalité de nos vies, combien de fois faisons-nous le contraire ? Combien de fois acceptons-nous ce que nous ne voulons pas ? Combien de fois disons-nous oui alors que tout en nous voudrait dire non ? Combien de fois étouffons-nous notre désir, notre besoin, notre intuition, pour que l'autre soit satisfait de nous ?

La question devient alors incontournable : si nous avons été créés libres, si *Pessa'h* célèbre la liberté, si *Chavouot* nous donne un texte qui nous rend libres, pourquoi avons-nous tant de mal à vivre libres ?

La frontière invisible

Notre corps lui-même nous enseigne quelque chose de fondamental. Chacun possède une limite corporelle. Il y a la frontière visible du corps, mais il existe aussi autour de nous un espace invisible que nous sentons instinctivement. Lorsque quelqu'un s'approche trop près, nous reculons. Lorsque quelqu'un envahit notre espace, quelque chose en nous se contracte. Nous sentons qu'une limite a été franchie.

Cette frontière n'est pas seulement physique. Elle est aussi psychique, émotionnelle, spirituelle. Chacun porte en lui une frontière intérieure, un territoire intime que nul ne devrait franchir sans permission.

Si l'on nous demandait, à froid, ce qui nous est inacceptable, nous saurions souvent répondre. L'un dira : je ne supporte pas qu'on entre dans ma chambre sans frapper. L'autre dira : je n'aime pas qu'on vienne chez moi sans prévenir. Un autre encore : je ne veux pas qu'on profite de mon temps, de mon argent, de ma disponibilité. Je ne veux pas être manipulé. Je ne veux pas que l'on

décide à ma place. Je ne veux pas que l'on prenne mes affaires sans permission.

Chacun possède sa liste intime de l'acceptable et de l'inacceptable. Chacun sait, quelque part, ce qui respecte sa dignité et ce qui la blesse.

Et pourtant, il nous arrive de laisser franchir cette frontière. Il nous arrive de laisser quelqu'un pénétrer notre territoire intérieur : nous critiquer, nous imposer son regard, intervenir dans l'éducation de nos enfants, décider de ce que nous devrions ressentir ou faire. Il nous arrive de nous plier à l'attente d'une personne parce qu'elle compte pour nous, parce que son mécontentement nous déstabilise, parce que nous avons besoin qu'elle soit contente de nous.

Alors nous cétons. Nous faisons passer l'autre avant nous, non par amour véritable, mais par peur de perdre sa validation.

Comment faire respecter cette frontière ? Et, inversement, quand est-il juste de la laisser s'ouvrir ? Car si l'on affirme simplement : « personne ne passe », on tombe dans la rigidité. Il existe des situations exceptionnelles où l'on prend sur soi pour un bien plus grand, où l'on accepte de s'adapter, de donner, de se déplacer intérieurement.

La question n'est donc pas de construire un mur infranchissable. La question est de savoir comment établir une frontière juste : assez solide pour protéger notre dignité, assez souple pour permettre l'amour, l'écoute et la relation.

La consistance intérieure

Toute relation commence par une question fondamentale : quelle est ma propre consistance ? Dans le cycle du *Omer*, la *middah* de *Hod* occupe une place essentielle. *Hod* désigne la splendeur, l'humilité, la grandeur discrète. C'est la qualité d'*Aharon HaCohen* : une splendeur qui ne s'impose pas, une présence qui rayonne sans écraser.

Mais cette humilité n'est pas une disparition de soi. Elle n'est pas une faiblesse. Elle est une splendeur parce qu'elle repose sur une vraie consistance intérieure. Elle naît chez celui qui connaît sa place, qui sait qu'il a une valeur, que ses besoins sont légitimes, que ses goûts sont les siens, que ses volontés peuvent être exprimées, même si elles ne peuvent pas toujours être réalisées.

Tout commence là : se sentir exister.

Certaines personnes manquent tellement de confiance en elles qu'elles ne comprennent même pas cette idée. Elles disent : « Pourquoi aurais-je de la valeur ? Pourquoi mes besoins compteraient-ils ? Pourquoi passerais-je avant quelqu'un d'autre ? Je ne suis rien, je ne suis personne. » Alors elles laissent les autres passer devant elles, décider pour elles, marcher sur elles.

Mais d'où nous vient notre valeur ? Qui peut dire combien vaut une personne ? On peut mesurer un corps, peser un objet, compter de l'argent. Mais on ne peut pas mesurer la valeur d'une vie. Une vie humaine n'entre pas dans les catégories du visible.

La *Torah* répond autrement : notre valeur vient d'*Hachem*. Lorsqu'Il a créé l'être humain, Il ne lui a pas seulement donné un corps. Il lui a insufflé une *neshama*, une parcelle de Son infini.

Cela signifie que chaque être humain porte en lui une valeur irréductible. Non parce qu'il est riche, puissant, âgé, diplômé, admiré ou reconnu, mais parce qu'il est porteur d'une étincelle divine.

Cette valeur ne donne aucun droit à l'orgueil. Elle ne nous autorise pas à nous croire supérieurs. Au contraire : elle est un cadeau. Nous n'avons pas produit notre âme. Nous l'avons reçue. Mais ce cadeau doit nous donner immédiatement un sentiment de *kavod* : une dignité, un poids, une valeur.

Les trente-deux premiers jours du *Omer* portent cette idée. Le nombre trente-deux correspond à la valeur numérique du mot *kavod*. Tout le travail intérieur de cette période consiste à se remplir de cette conscience : j'ai de la valeur, tu as de la valeur, nous sommes tous porteurs d'une valeur.

Même lorsqu'une personne se comporte mal, cette valeur profonde demeure. Il peut y avoir des *kliptot*, des écorces, des couches extérieures qui abîment, recouvrent ou déforment. Mais la valeur essentielle n'est pas effacée.

Respecter et être respecté

Cette conscience du *kavod* change notre manière d'éduquer, d'enseigner, de parler, d'entrer en relation.

Un professeur, par exemple, doit savoir que ses élèves ont eux aussi une dignité. Il ne peut pas leur faire honte, les ridiculiser ou les réduire.

Même s'il occupe une position d'autorité, il n'a pas le droit de nier leur valeur.

Il arrive qu'un professeur surprenne un mot échangé entre élèves et le lise à voix haute devant la classe. Mais peut-on prendre l'intimité d'un enfant et l'exposer publiquement au nom de son autorité ? Non. L'autorité ne donne jamais le droit d'humilier.

L'humanité a tellement soif de *kavod* que, souvent, dès qu'une personne porte un uniforme institutionnel, elle croit que cet uniforme lui donne une valeur supplémentaire. Cela peut être un policier, un médecin, un infirmier, un professeur, un agent administratif. Mais aucun uniforme, aucune fonction, aucun statut ne crée la valeur. Ils donnent une responsabilité, pas une supériorité.

La valeur vient d'*Hachem*. Elle vient de l'âme.

C'est pourquoi il est si important d'enseigner très tôt aux enfants qu'ils ont une dignité irréductible. Non pour nourrir leur ego, mais pour leur donner une frontière intérieure. Un enfant doit sentir qu'il possède un espace : son lit, son bureau, sa chambre, ses affaires. Il est très important de frapper avant d'entrer dans la chambre d'un enfant. Ce geste simple dit : « Tu es important. Cet espace est le tien. Je respecte ta frontière. »

Plus tard, cet enfant saura poser des limites. Il saura reconnaître ce qui respecte sa dignité et ce qui la nie.

Le premier travail de la période du *Omer* est donc celui-ci : se remplir de *kavod*, non pas d'orgueil, mais de dignité. Comprendre que ma valeur ne dépend ni de mon argent, ni de mon vêtement, ni de ma position hiérarchique, ni du regard que les autres posent sur moi. Ma valeur vient de l'âme que Dieu a placée en moi.

Lorsque l'on impose, lorsque l'on s'efface

Il existe deux dérèglements possibles de la frontière.

Le premier consiste à ne pas en avoir. Certaines personnes laissent tout passer. Leur frontière est si poreuse qu'elles se laissent envahir, utiliser, manipuler. Elles veulent contenter tout le monde. Elles cèdent, s'adaptent, s'effacent, jusqu'à disparaître d'elles-mêmes.

Le second dérèglement consiste à envahir l'autre. Certaines personnes ont un caractère dominant. Elles imposent, exigent, décident, demandent

l'obéissance. Elles ont tendance à écraser ceux qui les entourent.

Dans ce cas, une autre question s'impose : d'où vient ce besoin d'imposer ? Est-ce simplement un tempérament fort, capable malgré tout d'écouter, de se remettre en question, d'accueillir une critique ? Ou est-ce un ego démesuré, un orgueil qui ne supporte pas que l'autre existe autrement ?

L'orgueil est difficile à briser. Mais il existe une prise de conscience capable de nous ébranler : une relation construite sur le rapport de force n'est pas une relation authentique. Tant que l'autre a peur de notre réaction, il ne nous parle pas vraiment. Tant qu'il n'ose pas dire ce qu'il pense, il n'est pas pleinement présent dans la relation.

Or le rêve d'une relation vraie est précisément l'inverse. Une relation authentique est une relation où l'on peut se parler sans se détruire, se dire les choses sans se vexer, entendre une remarque sans que l'amour soit remis en question. Une relation où je peux recevoir ce que tu as à me dire parce que je sais que cela vient d'un endroit bienveillant.

Cette frontière juste n'est donc pas une fermeture. Elle est poreuse à la vérité, à l'amour, à la remise en question. Mais elle ne l'est pas à l'humiliation, à la domination, à l'effacement.

Le peuple d'Israël et les nations : une frontière collective

Ce qui est vrai à l'échelle individuelle l'est aussi à l'échelle collective.

De la même manière qu'une personne doit apprendre à se tenir devant une autre sans se perdre, le peuple d'Israël doit apprendre à se tenir devant les nations du monde sans s'effacer. Il existe une relation entre Israël et les nations. Cette relation peut être nécessaire, féconde, complexe. Mais elle pose la même question : où est la frontière ?

Comment être en lien avec le monde sans perdre notre identité ? Comment vivre parmi les nations sans chercher sans cesse leur approbation ? Comment dialoguer sans se soumettre ? Comment rester nous-mêmes sans nous enfermer dans une rigidité stérile ?

Certaines personnes se mélangent beaucoup. D'autres très peu. Certaines se ferment totalement. Mais l'enjeu n'est pas seulement sociologique. Il est spirituel : à quel moment la relation enrichit-

elle ? À quel moment devient-elle dissolution ? À quel moment l'ouverture devient-elle soumission au regard de l'autre ?

Pour répondre à cela, il faut revenir à un passage célèbre du *Talmud*, dans le traité *Chabbat* 33b (*Talmud Bavli, Chabbat 33b*), précisément autour de *Rabbi Shimon bar Yo'hai*.

Trois sages face à Rome

Le *Talmud* raconte qu'un jour, *Rabbi Yehouda*, *Rabbi Yossi* et *Rabbi Shimon* étaient assis ensemble. La discussion porta sur les Romains.

Le contexte est essentiel. Nous sommes après la destruction du deuxième Temple par Rome. Les Romains gouvernent la Judée avec dureté. La révolte juive a été écrasée. Plus tard, à l'époque de *Rabbi Akiva*, la révolte de *Bar Kokhba* tentera de restaurer la souveraineté juive. *Rabbi Akiva* soutiendra cette révolte avec force, voyant en *Bar Kokhba* une possibilité messianique. Mais l'empereur Hadrien écrasera la révolte, massacrera les insurgés, renommera Jérusalem *Aelia Capitolina* et donnera à la Judée le nom de Palestine, dans une volonté d'humiliation et d'effacement de l'identité juive.

C'est dans ce contexte que les trois sages parlent de Rome. *Rabbi Yehouda* dit : « Comme elles sont belles, les œuvres de cette nation ! Ils ont établi des marchés, construit des ponts, édifié des bains. » Il voit ce que Rome a apporté matériellement : le commerce, les infrastructures, les routes, les thermes.

Rabbi Yossi se tait.

Rabbi Shimon répond avec radicalité : « Tout ce qu'ils ont fait, ils ne l'ont fait que pour eux-mêmes. Les marchés, pour y placer des prostituées; les bains, pour leur propre plaisir ; les ponts, pour percevoir des taxes. »

Trois postures face à la domination romaine. *Rabbi Yehouda* reconnaît le réel et cherche à y voir ce qui peut être utilisé positivement. *Rabbi Yossi* refuse de donner à Rome une place dans sa parole ; il se tient dans le silence. *Rabbi Shimon* dévoile l'intention profonde : ne vous faites pas d'illusion, dit-il en substance, rien de tout cela n'a été fait pour nous.

La conversation fut rapportée aux autorités romaines. *Rabbi Yehouda*, qui avait loué Rome, fut honoré. *Rabbi Yossi*, qui s'était tu, fut exilé.

Rabbi Shimon, qui avait dénoncé Rome, fut condamné. Il dut fuir et se cacher dans une grotte avec son fils *Rabbi Elazar* pendant treize ans.

C'est là, dans cette grotte, que se révélera à lui la dimension intérieure de la *Torah*, le *Zohar*, la lumière cachée de la *Torah*, la *pnimiyout haTorah*, l'intériorité de la *Torah*.

Les vingt-quatre mille élèves de Rabbi Akiva

Pour comprendre la joie de *Lag BaOmer*, il faut revenir à *Rabbi Akiva*.

Le *Talmud* nous enseigne, dans le traité *Yevamot* 62b (*Talmud Bavli, Yevamot 62b*), que vingt-quatre mille élèves de *Rabbi Akiva* moururent durant la période du *Omer*, parce qu'ils ne se respectaient pas les uns les autres. Le texte parle de douze mille paires d'élèves. Ils moururent entre *Pessa'h* et *Chavouot*, et leur disparition prit fin à *Lag BaOmer*.

Mais plusieurs questions surgissent.

Comment vingt-quatre mille hommes peuvent-ils mourir en trente-deux jours ? Cela représenterait plus de sept cents morts par jour. Comment se fait-il que seuls les élèves de *Rabbi Akiva* soient morts, et personne d'autre ? Pourquoi le *Talmud* évoque-t-il une zone géographique immense, du nord au sud, comme si la *yeshiva* s'étendait sur des dizaines de kilomètres ? Et surtout, pourquoi *Lag BaOmer* serait-il un jour de joie simplement parce qu'ils ont cessé de mourir ? Si tous étaient déjà morts, ce n'est pas une joie, c'est une dévastation.

Une lecture profonde explique que ces élèves n'étaient pas seulement des étudiants assis dans une maison d'étude. Ils étaient aussi les combattants de la révolte de *Bar Kokhba*, soutenue par *Rabbi Akiva*. Le langage du *Talmud*, marqué par la censure romaine, aurait voilé cette réalité historique sous une formulation codée.

Rabbi Akiva était l'homme de l'insoumission. Il refusait de voir Israël écrasé par Rome. Il a vu en *Bar Kokhba* une possibilité de délivrance, peut-être même une étincelle messianique. Il a demandé à ses élèves de se lever, de résister, de ne pas accepter le joug romain.

Mais la révolte échoua. Ses élèves furent massacrés. La tentative de libération par les armes s'effondra.

Que fait alors *Rabbi Akiva* ? Renonce-t-il ? Déclare-t-il que la délivrance n'advient jamais ? Accepte-t-il que le peuple juif soit définitivement soumis ?

Non. Le trente-troisième jour du *Omer*, il recommence. Il prend cinq nouveaux élèves, parmi lesquels *Rabbi Shimon bar Yo'haï*, et leur transmet la *Torah*. Il comprend que si la résistance n'a pas abouti par les armes, elle passera par la transmission.

C'est cela, la joie de *Lag BaOmer* : non pas l'oubli de la catastrophe, mais le refus de laisser la catastrophe être le dernier mot. Non pas la négation du deuil, mais la décision de rallumer le flambeau. *Rabbi Akiva* transmet à *Rabbi Shimon* une flamme d'insoumission. Si Rome peut écraser les corps, elle ne peut pas écraser la *Torah*. Si elle peut détruire un Temple, elle ne peut pas détruire la transmission. Si elle peut disperser un peuple, elle ne peut pas éteindre son âme.

Lag BaOmer : la joie de Rabbi Shimon

On dit souvent que *Lag BaOmer* est le jour de la *hiloula* de *Rabbi Shimon bar Yo'haï*, le jour de sa disparition. Pourtant, certains maîtres ont souligné qu'il existe, autour de cette affirmation, une difficulté textuelle importante.

Dans une source tardive, on trouve l'expression *Yom shemet Rashbi* « le jour où *Rabbi Shimon bar Yo'haï* est mort ». Le *Hida* fait remarquer qu'il s'agit vraisemblablement d'une erreur de copie. L'expression initiale n'aurait pas été *Yom shemet Rashbi*, « le jour où *Rabbi Shimon* est mort », mais *Yom sim'hat Rashbi*, « le jour de la joie de *Rabbi Shimon* ».

La différence entre les deux expressions est minime à l'écrit : *shemet*, « où il est mort », et *sim'hat*, « la joie de ». Il suffit qu'une lettre soit omise ou mal recopiée pour que le sens bascule entièrement.

Cette lecture est renforcée par un argument de langage. Lorsqu'on parle de la disparition d'un juste, la tradition emploie habituellement le terme *niftar*, « il a quitté ce monde », et non le mot plus direct *met*, « il est mort ». L'expression *Yom shemet Rashbi* paraît donc étonnante pour une figure aussi élevée que *Rabbi Shimon bar Yo'haï*. Cette distinction est essentielle. Le jour de la disparition d'un juste est généralement un jour de recueillement, parfois même de jeûne. La joie de

Lag BaOmer ne se comprend donc pas seulement comme l'anniversaire d'une disparition. Elle se comprend comme la joie d'une révélation, d'une transmission et d'une continuité.

Rabbi Shimon est la continuation de *Rabbi Akiva*. Il reçoit de lui la *Torah* de l'insoumission. Il refuse de s'agenouiller intérieurement devant Rome. Il sait que la survie juive ne dépendra pas de notre capacité à plaire aux nations, mais de notre capacité à rester nous-mêmes.

Rabbi Shimon ne nie pas le réel. Il sait que Rome construit des routes, des ponts, des bains. Mais il refuse l'illusion. Il dit : ne croyez pas que cela a été fait pour nous. Ne construisez pas votre identité sur la reconnaissance de Rome. Ne croyez pas que la sécurité d'Israël viendra de l'approbation des puissances.

L'histoire juive l'a montré douloureusement. Il y eut des périodes d'accalmie, des âges d'or, des moments d'intégration. En Espagne, en Allemagne, ailleurs, les Juifs ont parfois cru être enfin acceptés. Ils ont été médecins du roi, ministres, professeurs, musiciens, scientifiques, penseurs. Et pourtant, il a suffi d'un retournement pour que l'accusation revienne et que ceux qui se croyaient intégrés soient à nouveau désignés.

Rabbi Shimon nous met en garde : ne fondez pas votre identité sur le regard extérieur. Votre seule survie possible, tant que vous êtes en exil, est la transmission. Restez vous-mêmes. Transmettez à vos enfants d'être eux-mêmes. Gardez la flamme.

La seule soumission juste

À l'échelle individuelle comme à l'échelle collective, une vérité se dessine : nous ne devons être soumis qu'à *HaKadosh Baroukh Hou*.

Pourquoi cette soumission-là est-elle juste ? Parce que Dieu veut notre bien. Il nous a créés. Il nous connaît dans notre essence. Il ne cherche pas à nous écraser, mais à nous élever. Se soumettre à Dieu, ce n'est pas disparaître. C'est retrouver la vérité de son âme.

Mais nous ne devons pas être soumis au voisin, au parent, à l'employeur, au regard social, à l'opinion publique, aux nations du monde. Et nous ne devons pas non plus soumettre les autres, car soumettre quelqu'un, c'est nier l'étincelle divine qui est en lui.

Lag BaOmer tombe dans la dimension de *Hod shebeHod*, la splendeur dans la splendeur,

l'humilité dans l'humilité. C'est le cœur de la vraie humilité : connaître sa place dans le monde. Connaître sa place, ce n'est pas se croire supérieur. Ce n'est pas occuper toute la place. Mais ce n'est pas non plus disparaître. C'est savoir : j'ai un rôle à jouer, et personne ne peut le jouer à ma place. J'ai une mission. J'ai une voix. J'ai une partition unique dans la symphonie du monde.

Plus je connais ma mission, plus je peux poser mes frontières. Plus je sais qui je suis, moins j'ai besoin de plaire à tout prix.

Israël : ne pas demander la permission d'exister

Cette vérité devient brûlante lorsqu'on parle d'Israël.

Lorsque le peuple juif tient bon sur ce qui est fondamental pour lui, lorsqu'il est rempli de son identité, il devient beaucoup plus difficile de l'attaquer intérieurement. Mais lorsqu'il cherche à plaire, lorsqu'il adopte le langage de ceux qui l'accusent, lorsqu'il fait profil bas pour être admis parmi les « bons Juifs », il se place dans une posture de soumission.

Le peuple d'Israël n'a pas besoin de demander pardon d'exister sur sa terre. Il n'a pas besoin que les nations lui accordent sa valeur. Il n'a pas besoin que l'ONU, les gouvernements, les médias ou l'opinion internationale définissent son identité.

Nous ne sommes pas revenus en *Eretz Israël* parce que les nations nous l'ont permis. Nous sommes revenus à notre place parce que la *Torah* nous enseigne que cette terre fait partie de notre vocation. Le premier commentaire de *Rachi* sur la *Torah* rappelle que Dieu est le Maître du monde : Il donne la terre à qui Il veut. Lorsqu'Il a voulu, Il nous a donné Israël ; lorsqu'Il a voulu nous exiler, Il nous a exilés ; et après une nuit de presque deux mille ans, nous sommes revenus à la maison.

Cela ne signifie pas qu'il ne faille jamais parler aux nations, ni expliquer, ni dialoguer. Mais il faut le faire depuis une identité pleine, non depuis une identité ramollie qui attend d'être validée.

« *Je n'ai pas besoin que tu sois content de moi pour savoir qui je suis. Je n'ai pas besoin de te plaire pour exister. Je n'ai pas besoin que tu me donnes ma valeur.* »

C'est cela, la consistance. Et c'est ce que *Rabbi Shimon bar Yo'haï* nous enseigne.

Trois possibilités dans nos relations

Revenons maintenant à nos relations personnelles. Les trois attitudes du *Talmud* face à Rome peuvent aussi éclairer nos liens humains.

Il existe des relations où l'on doit parfois adopter la posture de *Rabbi Yehouda*. Regarder l'ensemble. Voir le positif. Ne pas réduire l'autre à ce qui nous dérange. Dans un couple, dans une famille, dans une relation de proximité, il arrive que certaines attitudes ne nous conviennent pas, mais que l'ensemble de la relation demeure bon, respectueux, porteur. On ne changera pas toujours l'autre. On ne transformera pas tout. Il faut alors parfois choisir de se concentrer sur le positif, tant que rien d'essentiel ne nie notre dignité.

Mais cette posture a une limite. Elle n'est juste que si l'inacceptable n'est pas franchi. On peut composer avec des différences, pas avec l'humiliation. On peut accepter des imperfections, pas la négation de soi.

Il existe ensuite la posture de *Rabbi Yossi* : le silence. Parfois, une situation prend trop de place, et l'on apprend à ne plus se laisser atteindre. On laisse passer. On devient intérieurement indifférent. C'est parfois une stratégie de survie. Cela peut permettre d'avancer lorsque l'on ne peut pas faire autrement.

Mais il faut savoir que ce silence n'est pas toujours une vraie relation. Si tout nous passe au-dessus parce que nous avons appris à nous déconnecter, la relation n'est peut-être plus authentique. Elle continue, mais elle ne vit plus pleinement.

La troisième posture est celle de *Rabbi Shimon* : l'insoumission. Ne pas faire ce qu'il faut pour contenter à tout prix. Ne pas vivre sous influence. Ne pas accepter qu'une personne nous fasse faire ce qui ne correspond pas à notre vérité. Ne pas trahir notre âme pour appartenir à un groupe, plaire à un conjoint, satisfaire un parent, éviter une critique.

Cela concerne aussi les jeunes, les adolescents, les étudiants : faut-il toujours faire comme le groupe ? Suivre la mode ? Se conformer pour être accepté ? La vraie question est : est-ce que c'est ce que je veux ? Est-ce que cela correspond à mon ratson, à

ma volonté profonde ? Est-ce que cela parle à mon âme ?

L'idéal est d'être tellement soi-même que personne ne puisse nous faire jouer une partition qui n'est pas la nôtre.

Jouer sa propre partition

La *Guéoula*, la délivrance, advient lorsque l'on ne peut plus nous soumettre. À l'échelle du peuple juif, la délivrance arrive lorsque le peuple d'Israël joue son rôle et refuse de disparaître dans le récit des nations. À l'échelle individuelle, notre délivrance commence lorsque nous jouons notre propre rôle.

Chacun doit se demander : quelle est ma partition ? Quel est mon instrument ? Quelle est ma voix propre ? Quel est le chant que moi seul peux faire entendre dans le monde ?

Tant que je joue la partition que les autres m'imposent, je ne suis pas encore libre. Tant que je vis pour être validé, rassuré, approuvé, je reste dépendant. Mais lorsque je commence à vivre depuis ma mission, depuis ma vérité, depuis ma flamme intérieure, je deviens capable d'entrer dans des relations plus saines.

Car plus je me respecte, plus j'enseigne aux autres comment me respecter. Si je respecte mon temps, mon corps, mon espace, mon intériorité, l'autre comprend progressivement que ces dimensions ne sont pas disponibles à l'invasion. La manière dont je me traite devient souvent le modèle de la manière dont les autres me traiteront.

Mais cette liberté a un prix.

Lorsque l'on cesse d'être soumis, certaines personnes peuvent ne pas comprendre. Elles diront : « Pour qui se prend-elle ? » ou bien : « Pourquoi n'es-tu plus aussi conciliante qu'avant ? » Poser une frontière peut déplaire. Être soi peut déranger. Refuser de dire à l'autre ce qu'il veut entendre peut coûter.

Mais l'alternative est plus coûteuse encore : se perdre.

Les signes de Lag BaOmer

Lag BaOmer porte plusieurs coutumes qui éclairent ce thème de la frontière et de l'intériorité.

La première est celle de la coupe de cheveux des petits garçons de trois ans, que l'on appelle souvent *'halaké* ou *upsherin*. Pendant les trente-

deux premiers jours du *Omer*, on ne se coupe pas les cheveux. À *Lag BaOmer*, les petits garçons qui ont atteint l'âge de trois ans reçoivent leur première coupe, en laissant les péot, les mèches des côtés.

Pourquoi trois ans ? Parce qu'avant cet âge, l'enfant est encore largement dans une spontanéité première. On l'éduque déjà, bien sûr, mais à partir de trois ans commence plus fortement l'apprentissage de la frontière : permis, interdit, respectueux, irrespectueux, bien, mal. Cette conscience s'affinera jusqu'à la maturité, mais elle commence là.

Les péot elles-mêmes marquent une limite. Elles se situent à un endroit symbolique : entre l'oreille qui entend, l'œil qui voit, la bouche qui parle, le cerveau qui pense. Elles rappellent que l'être humain a besoin de frontières pour ordonner ce qu'il reçoit, ce qu'il perçoit, ce qu'il exprime et ce qu'il devient.

La deuxième coutume est celle du feu. À *Lag BaOmer*, on allume des feux. Le feu représente l'intériorité. Il révèle l'énergie cachée. Il consume la matière visible et fait apparaître la flamme invisible. Plus la matière se retire, plus la flamme se déploie.

Le feu de *Lag BaOmer* nous dit : ne regarde pas seulement l'extérieur des êtres. Ne les réduis pas à ce qu'ils montrent. Chacun porte une flamme. Chacun porte une intériorité. Chacun porte une âme.

Et toi aussi, remplis-toi de ta propre flamme. Car c'est cette flamme qui te permettra de poser tes frontières, de connaître ta mission, de te tenir debout sans écraser personne.

Prier pour sa place

Lag BaOmer est un jour où l'on peut prier pour connaître sa mission. Car plus une personne sait pourquoi elle est là, plus elle sait où poser ses frontières. Plus elle connaît sa place, moins elle dépend du regard extérieur.

C'est une prière pour des relations justes : ne pas écraser, ne pas s'effacer, ne pas annuler l'autre, ne pas s'annuler soi-même. Être respectueux et respecté. Habiter la juste mesure d'une relation vraie.

Lag BaOmer devient alors la joie d'une lumière qui ne s'éteint pas : celle d'une âme, d'un peuple, d'une *Torah*, capables de rester pleinement eux-

La liberté d'être soi

Béhar-Bé'houkotai, Paris, Vendredi 8 mai 2026 20h58 – 22h14

mêmes en marchant vers la *Guéoula shelema*-la délivrance totale. **Shabat Shalom!**

Mariacha Draï

Pour la protection du soldat **Shimon ben Ruthy** ainsi que tous nos soldats sur tous les fronts.

Pour l'élévation de l'âme de:

- Eliahou Elhanan Itshak ben Hay Yossef Yoël

Si vous souhaitez dédicacer le prochain feuillet de la paracha, il vous suffit de scanner le QR code et de vous inscrire.

SCANNEZ MOI !

