

Quelle joie de retrouver nos temps d'étude réguliers après le tourbillon des fêtes !

Nous allons ensemble, à travers la *parashat Noah*, essayer de construire un monde meilleur. Nous allons aussi évoquer la *parasha* de *Béréshit*, bien entendu. Il n'y a rien de plus enthousiasmant que de recommencer notre lecture de la *Torah*. Nous allons redécouvrir le texte, comme des enfants, en y apportant de nouveaux éclairages. Approfondir notre lecture doit nous aider à renouer avec notre être profond. L'objectif de nos cours est d'être plus authentiques, plus alignés, plus proches de nous-mêmes. Pas besoin d'être érudit, pratiquant ou d'appartenir à une catégorie quelconque de personnes pour parcourir ces cours. Des femmes, des hommes, des couples, des adolescents suivent ces cours qui sont à la portée de tous.

A l'occasion de Noah, j'aimerais faire une dédicace spéciale aux *bnot noah*, qui se joignent aussi à ces cours. Les *bnei noah* sont des non-juifs qui respectent les sept *mitsvot noahides* à la lettre.

Cette semaine, lors du cours donné aux étudiantes, une jeune fille -dont le grand-père paternel est juif ashkenaze- m'a demandé l'autorisation d'assister au cours.

Maimonide explique que nous avons pour *mitsvah* d'enseigner aux *bnei noah* les commandements qui les concernent. S'ils pratiquent leur *mitsvot* de façon à se soumettre à la voix de D., ils sont considérés comme des *tsadikim*. Je leur dédie tout particulièrement ce cours qui a l'avantage de s'adresser à tous et toutes.

Je dis souvent que j'ai tendance à diffuser un enseignement féminin quand je donne cours et nous verrons ce que cela signifie.

La *parashat Noah* décrit le déluge. Cet événement est la conséquence des dix générations qui se dégradent entre Adam de Noah. Avant que la génération de Noah n'intervienne, le monde avait été créé dans un but précis.

### Le projet initial

La *Torah* commence par le mot *bereshit*, comme vous le savez. Ce premier mot de la *Torah* commence avec la deuxième lettre de l'alphabet **ב**: *bet*. Cette lettre, dont la valeur numérique est de deux, présente un monde de dualité. Dans ce monde, il y a une réalité ciel, *hashamayim*, et une réalité terre, *veet aaretz*. En d'autres termes, notre monde est façonné de telle sorte que matérialité et

spiritualité y cohabitent. Il semble qu'entre deux réalités si opposées, il faille opérer un choix : cours de *Torah* ou séance shopping ? Il faut choisir. Dans notre vie, nous fréquentons ces deux univers sans pour autant bien savoir comment les concilier. Les autres religions exigent des hommes de choisir un camp tant ces deux entités semblent inconciliables. Le *bet*, dans sa graphie même, nous propose plutôt une alternative : un trait horizontal en haut-représentant le ciel- et un trait horizontal en bas-représentant la terre- sont liés par un trait vertical. En d'autres termes, la spiritualité et la matérialité peuvent s'associer. **L'objectif même de la Torah s'incarne dans cette lettre.** La *Torah* n'est pas un manuel d'histoire. Elle a été écrite pour que nous comprenions pourquoi le monde a été créé. Rachi explique que *bereshit bara elokim*, mal traduit par « au commencement Dieu créa le ciel et la terre », peut être lu ainsi : pour « *reshit* » Dieu créa le ciel et la terre. Ainsi, la *Torah* énonce dès son premier verset la raison de la Création.

Les sages de la *Kabbalah* affirment que l'histoire du monde dans son intégralité se trouve dans la genèse, qui se trouve elle-même en concentré dans la première section, elle-même incluse dans le premier verset qui trouve lui-même son explication dans le premier mot, lui-même condensé dans la première lettre de la *Torah*.

Nous découvrons que la première lettre, *bet*, représente effectivement le premier verset. Faire un lien entre le haut et le bas, c'est là l'objectif de la Bible. Nous sommes nous-mêmes à l'image de ce monde de dualité : faits de terre et animés d'un souffle divin. Chacun porte cette dualité en soi. C'est ce qui fait que nous nous conduisons parfois en reine et parfois en sorcière. Pas question chez nous de croire que la matérialité tend au mal et la spiritualité au bien. La ligne de partition est plus floue. Le corps étant l'écrin de l'âme, il détient lui-même de grandes capacités.

En nous se jouent des mouvements parfois contradictoires qui posent toutes sortes de difficultés. Comment retrouver une certaine cohérence en soi-même, comment tracer un trait d'union entre le haut et le bas, entre nos espérances et notre réalité, entre la voix intérieure et notre monde extérieur ?

Le récit de la création du monde nous enseigne comment avoir les pieds sur terre tout en touchant le ciel. Chaque jour de la Création, D. qualifie ce

qu'Il a créé. Au premier jour, D. crée la lumière originelle qui est caractérisée comme bonne טוב. Au deuxième jour, D. sépare les eaux supérieures et inférieures. Un vide se crée entre elles. Ce jour-là, D. ne dit rien de son œuvre. Au troisième jour, D. fait émerger la terre qui est qualifiée de bonne à deux reprises. Les jours suivants sont dits bons, puis au sixième jour est créé Adam. Apparaît alors le qualificatif de *tov meod*, très bien. Cette expression, *meod*, porte les mêmes lettres que le nom Adam אדם.

Adam est celui qui fera le lien entre le haut et le bas. Il est lui-même constitué d'une partie charnelle et d'une partie spirituelle.

Or Adam est créé à l'origine de façon androgyne ; il porte en lui du masculin et du féminin. Cet état d'origine est qualifié par Dieu de 'lo tov', il n'est pas bon *éyot aadam levado* - le fait que l'homme reste dans sa solitude. C'est d'ailleurs pour cela que le roi Salomon écrit : *matsa isha, matsa tov*, celui qui a trouvé une femme a trouvé le טוב.

Qu'est-ce que c'est que le *tov*, le bon ? Le *tov*, c'est le trait d'union entre le haut et le bas.

Faire du *tov*, c'est associer deux éléments distincts pour créer une complémentarité fertile. Le ciel est utile à la terre, la terre au ciel. L'homme est utile la femme, la femme à l'homme.

Associés, de la fertilité peut émerger. *Bet*, qu'on retrouve dans le mot *tov*, c'est aussi *bait*, la maison, formée de murs, de matière mais qui s'anime aussi de façon à devenir un foyer. D'ailleurs, regardez ce mot *tov* : *tet, vav, bet*. Pour arriver à cette lettre *bet* de *bereshit*, il faut faire cet effort de conciliation qui caractérise le *tov*. La graphie même du *tet* qui rentre sur elle-même, nous invite ainsi à aller au-delà des apparences. Ce qui superficiellement semble inconciliable, comme le corps et l'âme, peut en réalité faire l'objet d'une union. Il suffit pour cela de porter un regard pénétrant sur deux réalités, l'une et l'autre destinées à recevoir et à donner. *Tov*, c'est donc d'abord *tet*, le fait de regarder à l'intérieur des choses, puis *vav*, lien entre le haut et le bas et enfin *bet*, le lien est créé.

### Les deux forces inscrites dans le monde

Ces deux entités qui s'unissent pour former un monde harmonieux correspondent à deux forces fondamentales que Dieu a créé en chacun d'entre nous. J'aimerais à cet égard citer un livre qui est sur

le point de sortir et dont j'encourage la lecture : *Le cercle la flèche, la spirale : l'exploration du genre dans le Judaïsme* de Myriam Kossman. Cet ouvrage va nous aider à comprendre ce qui se joue dans notre *parasha*.

Aujourd'hui, avec toutes ces questions de genres qui font rage, il est nécessaire de se pencher sur ces forces. L'auteure explique que le monde est soumis à deux forces différentes, personnifiées par l'être masculin et l'être féminin. Chacun de nous, je le rappelle, est porteur des deux forces. Force féminine n'équivaut donc pas à femme, comprenez-moi bien.

Pour que le monde soit et soit en harmonie, il existe une force qui pousse à se dépasser, à progresser, à être concurrentiel et productif, bref à **chercher l'excellence**.

L'autre force qui existe également en chacun renvoie à un besoin de calme, de sérénité, de bien-être pour ressentir de la **plénitude**.

Trouver la juste mesure de ces forces dans nos vies est ce qui permet de mener une existence équilibrée. Ces deux forces sont en jeu dans le monde, entre les civilisations.

L'occident vit avec la force motrice de l'excellence et de la réalisation. C'est d'ailleurs ce mouvement de progrès qui fait que les Etats-Unis sont passés de la traite des esclaves à un président noir. Cette force en avant, l'excellence prend parfois le pas sur le reste. On peut donc avoir tendance à la glorifier au détriment d'une attitude morale par exemple. Inversement, en orient, on a tendance à valoriser la sérénité. J'ai récemment découvert ce que voulait dire le mot nirvana : éteint comme une bougie. Les cultures et religions d'Extrême-Orient enseignent la nécessité de renoncer au désir qui mène à la frustration. A l'excès, cela génère un univers organisé en castes. Rien ne progresse. Le modèle culturel oriental est l'ascète et le modèle culturel occidental, le super-héros. Nous avons là deux univers très différents. La *Torah* encourage ces deux forces **ensemble**.

La force en avant est appelée 'force masculine', dans le langage codé des sages et la force d'harmonie est appelée 'force féminine'. Chacune de ces deux forces présente des dérives quand elle n'est pas associée à l'autre force. La force féminine tend à l'immobilisme et la force masculine peut mener une personne à une course effrénée sans jamais se rencontrer elle-même. Ces deux modèles

poussés à l'extrême sont néfastes. Une personne qui ne serait que dans l'action permanente passe à côté du bonheur d'exister tout simplement. Une personne qui serait passive et qui ne se dépasserait pas pour réaliser des projets ne peut atteindre sa mission de vie.

La *Torah* valorise la recherche de l'excellence ainsi que le fait d'être en phase avec soi-même. Il s'agit de trouver un équilibre entre les deux. La *Torah* nous enseigne comment nous situer dans un monde de performance, de productivité tout en ménageant une forme de sérénité.

Le *Zohar ha kadosh* nous livre deux symboles de ces forces. La force masculine est représentée par une flèche, mouvement vers l'avant, et la force féminine par un cercle, inclusif et invitant au partage. Naturellement, la flèche évoque les spermatozoïdes et le cercle l'ovule (cette symbolisation est présentée bien avant l'invention du microscope). Associés, le cercle et la flèche forment une sorte de spirale qui avance. Comment accéder à une telle spirale ? Comment être productif et serein à la fois ?

## La prière est féminine

Tout d'abord, D. a instauré des moments de prière dans la journée qui se distinguent des moments d'action. Prier, c'est se lier à *Hashem*. Ma course effrénée de la journée doit donc s'interrompre à certains moments pour faire place à un face-à-face spirituel. On cesse alors de produire et on se met à ressentir le lien avec le Créateur. Il ne s'agit plus de faire ni de chercher à avoir mais d'être. Dans la journée juive, on trouve trois moments de prière, trois moments d'arrêt pour être proche d'*Hashem*. L'objectif de la prière est de ressentir cette connexion intérieure avant même d'évoquer des besoins ou des remerciements.

## Le shabbat est féminin

La structure de la semaine participe également de cet équilibre. Les six jours de la semaine sont de nature masculine, consacrés aux projets, aux ambitions et au dépassement. Le *shabbat*, lui, est de nature féminine. Pendant vingt-cinq heures, nous cessons de produire pour profiter de ce qui est. La figure du cercle se comprend comme l'inclusion humaine, familiale que suppose le *shabbat* et l'exclusion des *melahot* interdites. Pour profiter du *shabbat*, une *halakha* nous demande de prétendre que tout ce qui devait être fait a déjà été fait. Une

autre *halakha* définit la notion de *troum*, d'espace à ne pas dépasser. Faire une bonne marche dans la montagne pour rejoindre des amis est interdit par exemple. Il y a une limite à ne pas dépasser dans l'espace dans lequel on se déplace. Pendant *shabbat*, nous n'allons nulle part, il n'y a pas d'itinéraire, pas de flèche à suivre. Certains sages prenaient même garde de ne pas regarder l'heure pendant *shabbat* ou de ne pas marcher vite. *Shabbat*, c'est déjà une destination en soi. On en parle comme de *meein olam aba*, un gout du *olam aba*. Le *shabbat* est donc de nature à nous reconnecter à une forme de plénitude et d'harmonie.

La femme est porteuse de cette force qui invite au cercle, à l'inclusion, à la reconnexion. C'est d'ailleurs pour cela qu'on dit que la femme est naturellement plus spirituelle. L'homme au contraire, a tendance à foncer droit en avant vers de nouveaux objectifs. Observez une cour de récréation d'enfants. Vous verrez que les petits garçons comptent les points et parlent du but qui a été marqué. N'essayez pas de les faire jouer et de finir en disant que tout le monde a gagné car ils ont besoin de savoir qu'il y'a un gagnant. Les petites filles, elles, jouent avec les copines qui font partie du clan. Le cercle inclut et exclut, bien sûr. Créer ce cercle est très important. C'est d'ailleurs pour cela dans la tradition *azkénaze*, que la mariée tourne autour du marié, comme pour tracer l'espace de vie, de contact et de face-à-face à venir. La mariée crée ainsi déjà le lieu de connexion émotionnelle, à distinguer d'un terrain de performance.

Ainsi, dès le début de la *Torah*, à travers cette notion de *tov*, nous sommes invités à trouver un équilibre entre les deux grandes forces du monde : la force statique de la terre et la force de mouvement du ciel. Chacun doit trouver son propre point d'équilibre, qui diffère d'une personne à l'autre.

Vous le savez, moi, je tends à la flèche. Ce *shabbat*, nous étions en train de parler d'une famille qui a défini un menu pour chaque jour de la semaine. Pour moi qui suis très spontanée, c'est une idée qui me fait horreur. J'ai demandé en riant à mes enfants si ça leur aurait plu. Un de mes enfants a rétorqué qu'avoir un repas de fait, c'est déjà pas mal... 😊. J'ai tendance à beaucoup compter sur l'autonomie de mes enfants pour préparer le repas :-)). Bon, je me suis dit que la flèche allait devoir se faire un

petit peu plus cercle. A chacun, homme comme femme, de trouver l'équilibre comme il peut, avec les tendances qu'il a. C'est le travail de toute une vie bien sur !

## Un monde de violence

Chacune des deux forces que nous avons présentées nécessite l'autre force pour ne pas tomber dans l'excès. La génération de Noah qui a été détruite par le déluge pourrait être qualifiée d'excessivement masculine. Lorsque la force en avant domine, on bascule rapidement vers un climat de violence. Le cercle permet d'établir des espaces distincts, des frontières. Cette génération pulvérise toute frontière entre les êtres. La terre s'est corrompue devant D., nous dit la *parasha* et s'est remplie de *hamas*, de violence. Toute créature a perverti sa voix sur la terre. *כִּי-הִשְׁחִית כָּל-בְּשָׂר אֶת-עַל-הָאָרֶץ. Ishit kol basar et darko.*

Rachi explique qu'il s'agit du vol ainsi que d'un dérèglement sexuel absolu dans le monde au point que les animaux s'accouplaient en dehors de leur espèce. Cette image nous enseigne à quel point les frontières étaient abolies dans le monde. Il n'y avait alors plus de cercles, seulement des flèches. Dans cet univers chaotique demeure Noah, loin de tout ça, proche de son Créateur.

Noah, comme son nom l'indique est de nature féminine. Noah signifie apaisé. Il est calme, statique, tranquille dans sa bulle à proximité d'*Hashem*, sans se laisser influencé par le monde de flèches qui l'entoure.

Il va recevoir l'ordre de fabriquer l'arche, la *teva*, cercle protecteur contre le déluge. L'idée de l'eau dévastatrice renvoie à un état brouillé du monde, dans lequel ne subsiste aucune limite. La seule frontière qui résiste est celle de l'arche. Noah nous enseigne que pour forger un monde meilleur dans un univers chaotique, il faut par moment **se réfugier dans le cercle**. Incorporons les moments de prières, de *shabat*, de sérénité, de l'arche, à nos vies.

## L'importance du mot

Le rabbi de Loubavitch précise que l'arche, la *teva* qui s'écrit avec un *tav* est le même mot que '**mot**', *teva* en hébreu. En d'autres termes, dans le déluge de nos vies, souvent placées sous le signe de la flèche, il faut établir de quoi permettre au cercle, à la force féminine d'émerger. Se réfugier dans le mot, dans l'arche, nous dit le rabbi, c'est se réfugier

dans les mots de la prière et de l'étude. S'emparer d'un livre nous préserve du déluge du monde.

C'est là ce que fait Noah qui aime le repli par lequel il se connecte à D. On lui en fera d'ailleurs le reproche, contrairement à Abraham qui cherchait les gens corrompus pour les ramener vers *Hashem*. Noah, inquiet de se perdre, construit l'arche tel que ça lui est demandé au lieu de pousser sa génération à la téchouva. Il pleut pendant quarante jours et quarante nuits. Noah envoie le corbeau puis la colombe, cherchant quand sortir. Il passe une année avec des hippopotames, des girafes et des lions à nourrir. Enfin, l'eau baisse, la colombe est partie. Pendant un mois et vingt-sept jours, le bateau de Noah se tient pourtant immobile sans que Noah ne sorte du bateau :

*וַיֹּאמֶר יְהוָה אֶל-נֹחַ, מִן-הַתְּבִיחַ--אֵתָהּ, וְאִשְׁתְּךָ וּבְנֶיךָ וּנְשֵׁי-בְנֶיךָ אִתָּךְ. tse min ateva ata veishtekha,* lui dit D., sors de l'arche avec ta femme. Cela fait deux mois qu'ils ont accosté. Noah est rassuré par l'univers du cercle au point de ne plus pouvoir s'extraire de l'arche.

Il détenait la force de l'harmonie et de la plénitude qui manquait tant à sa génération. Cela dit, cela ne suffit pas. Dans notre monde, il faut sortir, agir et bâtir.

## Alcool, tabac et autres produits : l'impossible retour à l'Eden !

Le texte nous montre que Noah n'a toujours pas intégré cette idée. Il plante une vigne en sortant,

Noé, d'abord cultivateur planta une vigne. *וַיִּחַל נֹחַ, אִישׁ הָאֲדָמָה; וַיִּטַע, כֶּרֶם -*

*וַיִּשְׁתֶּ מִן-הַיַּיִן, וַיִּשְׁכָּר; וַיִּתְגַּל, בְּתוֹךְ אֹהֶלָה* il a bu de son vin, s'enivre, se met tout nu, *betokh aalo, au milieu* de sa tente. Son fils Ham voit la nudité de son père et en parle à ses frères.

Ces derniers portent un vêtement sur leur épaule, avancent en arrière *vayalkhou akhoranit* pour ne pas voir leur père et le couvrent. Que signifie cet étrange épisode ? Rachi explique que Ham n'a pas simplement vu la nudité de son père. Un certain avis dit qu'il a castré son père, un autre dit qu'il l'a sodomisé. Quoi qu'il en soit, quelque chose de tragique se passe dans cette tente.

Noah est contraint de sortir de la *teva* pour reconstruire le monde. Il a peur de sortir car il sait à quel point le monde de l'action représente un danger. Il rêve à un retour au jardin d'Eden. Là-bas, Adam et Eve étaient effectivement nus, *betokh agan*, au milieu du jardin. Noah remet donc en

scène la vie au jardin d'Eden, dans sa tente. Il se rêve *neshama* pure en oubliant son corps.

Or, le pire raccourci qu'on puisse emprunter dans ce monde pour se connecter à soi-même et à *Hashem*, c'est l'alcool à outrance et autres produits deshinibant. L'envie de consommer ce genre de substances provient d'un désir intense de spiritualité. Quand on court après des performances et qu'on se voit passer à côté de l'essentiel, du moi profond, on désinhibe le corps de façon à renouer avec son intériorité. Le retour au monde n'en est que plus brutal. Fuir un monde compétitif et violent, fuir l'univers de la matérialité à travers l'alcool, comme Noah, n'est pas le bon moyen de se connecter au créateur. La seule méthode qui fonctionne est celle de la *teva*, du mot, de l'étude, de la prière, du *shabat*. C'est ainsi qu'on peut se rapprocher de sa *neshama*. Combien de jeunes femmes m'appellent et me demandent quoi faire avec un mari qui revient de la synagogue, éméché et qui s'endort de suite. C'est une catastrophe.

Combien sont-elles à évoquer en larmes la consommation de produits dangereux voire hallucinogènes et qui détruisent des familles ! Les personnes concernées par cette dérive sont à la recherche de sens. Mais plutôt que de le trouver dans la *teva*, ils tentent de toucher le ciel en s'extrayant de leur condition corporelle. Le résultat de cette attitude c'est d'être mis à nu, comme Noah et c'est aussi de voir nos proches marcher à reculons, faire l'inverse de ce qui est souhaitable pour avancer dans la vie.

La vie ne peut pas avancer pour les personnes embourbées dans ces pratiques. Je crois que cela provient du besoin du cercle, de la force féminine, du rempart, de la protection, de l'inclusion. Ce n'est pas la bonne méthode.

La *parashat Noah* nous enseigne que Noah qui était un *tsadik*, a été sauvé du déluge du monde, de la force masculine à outrance. Il a cependant eu énormément de mal à y trouver un équilibre. Combien avons-nous du mal à avoir une présence pleine, à ne pas nous laisser envahir par la course du monde. Apprenons à être pleinement en contact avec les autres, ne serait-ce qu'en mettant notre téléphone en silencieux quand on est avec eux. C'est ce qui nous guidera vers une présence pleine dans notre rapport à *Hashem*. Cela nous permettra d'être pleinement dans la *tefila*, dans *shabat*, dans l'étude, comme vous le faites en ce moment. Pour se reconnecter à ce qui est authentique en nous,

interrompons notre course effrénée dans la vie, étudions.

Quand les femmes, porteuses de la force féminine du monde, étudient, elles apportent plus encore ce niveau de connexion dans le monde. Bravo pour cette lecture et *hodesh tov oumevorakh* !

*Mariacha Draï*



## Pour l'élévation de l'âme de:

- Josette Gnouna bat Lucie Simha
- Eric Arie ben Khamous
- Rahel bat Simha
- Joseph ben Mordekhai Halevy
- Jules Itzak ben Yehoudit
- Louisa bat Léa
- Moché ben Mricha
- Anaelle Mazal bat Nelly Aviva
- Rahel bat Hanina

## Réfoua chéléma – Guérison de:

- Hava bat Turquia
- Moche Nethanel ben Rachel
- Romy Rahel Hana bat Stéphanie Liat
- Noa Esther bat Hanna
- Eitan Schlomo Ben Myriam
- Hanna bat Meliha Rose
- Eythan Refael ben Léa rahel
- Levana bat Malka
- Romy Rachel bat Liat Stéphanie
- Haim ben Yossef
- Carly Sarah bat Haya Simha
- Esther bat Cohava
- Shalom ben Cohava
- Keren Déborah bat Rivka Salma
- Habib ben Esther

*Pour la réussite de:*

- Michael Isaac ben Bella
- Julia Lisa bat Sonia
- Chalom ben Perla
- Joshua David ben Julia Lisa
- Noah Abraham ben Julia Lisa
- Annael bat Corinne Rahel
- Angie Sarah bat Eden
- Moshé ben Myriam
- Alexandra Esther bat Myriam
- Anouk Elisheva Adèle bat Nathalie Rahel
- Moché ben Haim
- Yossef ben Nina
- Éthel Rivka bat Nina
- Binyamin Yona Yehouda ben Shimon

*Pour la délivrance de :*

- Nina bat Rivka
- Esther bat Rivka
- Elisa Heftsiba Myriam bat Esther

*Zivoug – l'âme soeur de:*

- Myriam bat Hava
- Ilana bat Hava
- Dan Yossef ben Guila
- Ilan Binyamin ben Guila
- Solal Shmouel ben Nathalie Rahel
- Carla Esther bat Rivka
- Alexandre Shimon Arie ben Kohava
- Shirel Danielle bat Nathalie Rahel

*Zera chel kayama :*

- Rinath Hanna bat irit Rachel
- Harry meir ben Caroline rahama