

La *parasha* de *Vayetse* est riche en émotions et en histoires. Bien que l'on parle de nos patriarches et matriarches qui se situent à des niveaux spirituels exceptionnels, il y a pour nous de quoi s'identifier à ce passage de la *Torah* à travers les émotions qui y sont décrites. On a l'impression de lire les récits des difficultés de nos vies, de nos maisons, de nos couples. Toutes les souffrances féminines existantes se trouvent dans cette *parasha*.

La douleur d'une mère

Déjà, dans la précédente *parasha*, on pouvait lire la douleur d'une mère qui voit son enfant ne pas suivre la voie souhaitée. Rivka voit effectivement son fils Essav prendre des épouses idolâtres et en est accablée. Elle dit d'ailleurs : « pourquoi devrais-je vous perdre tous les deux, en même temps? », après qu'Essav ait menacé de tuer Yaakov. A la fin de la *parasha* de la semaine dernière, un petit passage énigmatique attire notre attention. Lorsque Rivka renvoie Yaakov chez son frère Lavan, elle lui suggère aussi de se mettre en quête d'une épouse. Le texte rapporte que Yaakov est parti à Padan Aram chez son oncle Lavan, fils de Betouel, frère de Rivka. אַחֵי רִבְקָה, אִם יַעֲקֹב וְעֵשָׂו. Rivka, personnage que l'on connaît bien à ce moment de la *Torah*, est alors qualifiée de maman de Yaakov et d'Essav. C'est étonnant de préciser cela alors que nous avons déjà suivi sa grossesse et son rapport à ses fils grandissants, les bénédictions prises ... Tournons-nous vers Rachi afin de comprendre cette précision étonnante. Vous le savez, Rachi est succinct dans ses commentaires. Lorsqu'il prend la plume, il délivre le premier commentaire à consulter. Sur place, nous découvrons un commentaire de Rachi étonnant. Il écrit qu'il ne sait pas ce que cette précision vient nous enseigner. אֵינִי יוֹדֵעַ מָה מְלַמְּדֵנוּ. Pourquoi écrit-il dans ce cas ?

A priori, un fils qui souhaite tuer son frère a de quoi être renié. On pourrait supposer que le texte nous dit ici qu'une maman reste toujours une maman et continue de croire en son enfant même si celui-ci projette la pire des choses au monde (assassiner son propre frère) . On aimerait que Rachi écrive cela, mais non. L'idée que Rivka souffre et qu'elle reste mère de ses deux enfants relève tellement de l'évidence, que ce n'est pas à Rachi de l'écrire. Il

ne l'écrit donc pas mais on le devine. La souffrance liée à l'éducation des enfants achève ainsi la *parasha* de la semaine passée.

La semaine prochaine, dans *Vayshlah*, d'autres souffrances terribles sont révélées. Rahel meurt en chemin, elle n'aboutit donc pas à son rêve de maternité et le texte relate le cauchemar d'une bat Israel qui est violée.

Les émotions dans la parasha

Nous allons aborder cette semaine beaucoup de souffrances féminines particulièrement liées au domaine du couple. Il y sera même question de conflits de loyauté vis-à-vis de la belle-famille. J'ai listé toutes les souffrances féminines abordées dans la *parasha*. Même s'il s'agit des matriarches, même s'il est question d'une époque révolue, nous pouvons nous retrouver dans ces histoires et en tirer des enseignements. Nous autres, lecteurs du XXIe siècle allons effectivement y trouver des outils.

Tout d'abord, sachez que cette *parasha* est pleine d'émotions. Beaucoup d'adjectifs qui se rapportent au monde émotionnel sont employés. On retrouvera également ce registre plus tard, dans *Vayigash*, au moment où des frères se retrouvent des années plus tard. Entre la semaine passée, cette semaine et la semaine prochaine, on parle beaucoup des relations hommes femmes et de fratrie.

Voyons en premier lieu et de façon superficielle toutes les émotions qui sont convoquées dans notre section.

Dès le début de *Vayetse*, Yaakov, jumeau d'Essav, voit sa cousine germaine Rahel, jumelle de Léa, près d'un puit. Le texte rapporte : Yaakov embrassa Rahel, il éleva la voix en pleurant. וַיִּשַׁק וַיִּרְחַל; וַיִּשָּׂא אֶת-קִלְוֹ, וַיִּבְרַךְ. La première lecture de ce passage interprète des larmes d'émotions.

Rachi explique que Yaakov pleure parce qu'il n'a pas de cadeaux à offrir à celle qu'il sait être sa future femme. Une lecture plus ésotérique enseigne que Yaakov, par son esprit prophétique, savait que Rahel ne serait pas enterrée à ses côtés dans le caveau des patriarches mais en chemin. Au-delà de ces trois niveaux de lecture, concentrons-nous sur toutes les émotions qui sont engagées par le texte. Juste après, *vayehav Yaakov et Rahel*, וַיֵּחָהֵב יַעֲקֹב, וַיֵּחָהֵב יַעֲקֹב-אֶת-רַחֵל. Yaakov aime Rahel. Après les larmes et la peur de n'être pas à la hauteur, intervient l'amour. Vous savez, en règle générale, ce sont les mères qui

La Paracha par Mariacha

Les souffrances féminines

Vayétsé, Paris, Vendredi 12 Novembre 16h55 – 18h04

essentiE

choisissent le prénom des enfants, selon l'émotion de la naissance. Il y a bien sûr le prénom que l'on aime -il faut d'ailleurs toujours bien se renseigner sur le personnage associé- et puis on sent le prénom qui convient. En l'occurrence, dans cette *parasha*, un prénom est donné « parce qu'*Hashem* a vu ma souffrance » ; un autre « parce que je suis détestée ». Plus loin il sera question de jalousie. Textuellement, la *Torah* nous dit que Rahel a jaloué sa sœur. Je souffre, je suis jalouse, je ne me sens pas aimée, j'aime de tout mon cœur, je pleure, je suis bouleversée... On nous parle de là de la vie normale. Si vous vous sentez emplies d'émotions cette semaine, c'est normal. La force spirituelle de la semaine en est chargée.

La semaine dernière, nous avons beaucoup parlé de parentalité. Cette semaine, concentrons-nous sur les émotions exprimées autour du mariage. Nous allons parler des souffrances qu'engendrent les situations de célibat, de stérilité et d'un mariage qui ne nous satisfait pas émotionnellement. Je l'appelle le mariage – célibataire. Certaines femmes mariées se sentent effectivement célibataires sans l'être. Nous allons explorer tout cela.

Comment se fait-il que l'essentiel de ce qui nous préoccupe tourne autour du conjoint et des enfants ?

Les frustrations féminines

Permettez-moi de faire un petit détour avec vous. Revenons à la Genèse, à Adam et Ève. Lorsque D. crée l'humain, lorsque la mortalité surgit dans le monde, lorsqu'Adam et Ève sont expulsés du jardin d'Éden, des conséquences interviennent. Certains disent qu'il s'agit là d'une punition. Je n'aime pas cette idée. C'est d'ailleurs ce que l'on dit à nos enfants lorsque l'on veut faire de la pédagogie positive : dans la vie, il n'y a pas de punitions mais des conséquences. Après le départ d'Adam et Ève du jardin d'Éden, le monde est différent. La conséquence est à interpréter comme *tikoun*, comme réparation de la situation. Que faire maintenant que le mal a été introduit dans le monde ? Adam, l'homme doit faire œuvre de *tikoun* à travers son travail de la terre. A la femme, D. dit : « j'aggraverai tes labours et ta grossesse, tu enfanteras dans la douleur et la passion t'attirera vers ton époux et lui te dominera. » הַרְבֵּה אֲרִבָּה, עֲבֹנֶיךָ וְהִרְגָה--בְּעֵצֶיךָ, תֵּלְדֵי בָנִים; וְאֶל-אִשְׁךָ, תִּשְׁוֹקְתִּיךָ, וְהָיָא, יִמְשַׁלְ-בְּךָ

Le mot *itsvonekh* est répété à deux reprises. Cela vient du mot *etsev* qui est traduit ici par labeur. A priori, la réparation de la situation du jardin d'Éden passe par un rapport particulier aux enfants d'une part et d'autre part au mari. Rachi distingue les douleurs de la grossesse et de l'accouchement mais les 'labours', *etsbonekh* sont selon lui *tsaar gidoul banim*, la souffrance dans l'éducation des enfants. L'expulsion du jardin d'Éden et de la faute originelle a généré la chose suivante : au jardin d'Éden, nous étions d'abord une neshama qui pouvait se déployer librement. Désormais, une épaisse couche de matière recouvre le monde qui se retrouve sous le diktat du visible, de l'économie, de la production et de la quantité. Depuis la faute, nous n'analysons le monde que selon ce que l'on en voit, or notre vision n'est ni transversale ni profonde. Que faire avec ça ? La matière est exigeante, les factures doivent être payées, il faut s'accommoder de ce monde. De la même manière, lorsque l'on observe un comportement fâcheux, on oublie que l'on ne voit d'une personne qu'un aspect, qu'une facette. Une épaisse couche d'obscurité empêche d'avoir une vision juste d'une personne. C'est là tout le principe de *Hanouka* : on met de la lumière dans nos maisons, comme pour se souvenir de notre lumière intérieure.

La Genèse et la douleur mentionnée concernant le couple et l'éducation des enfants nous enseigne que nous sommes voués à la frustration. Cette enfant est sortie avec la tête de ma belle-mère ! Que faire ? Tu rêvais d'avoir un enfant brillant en sciences, c'est un artiste. Tu espérais qu'il soit virtuose de piano comme toi et il déteste le piano. Le *itsavon*, dit *rav Hirsch* est une douleur **spirituelle** ou **émotionnelle**, c'est comprendre que la vie n'est pas conforme à nos exigences. Je ne voulais pas être une épouse comme ça, je ne voulais pas avoir un mari comme ça. Notre idée du prince charmant n'est jamais en accord avec la réalité. Le reproche finit par relayer le sentiment de frustration. Rachi écrit : *el ishekh techoukatekh*. La *techouka* -et non la *tchouktchouka*- c'est du désir mais un désir spécial. Il ne s'agit pas de désir physique mais de lien profond et de complicité. Rachi pour expliquer ce concept cite un chapitre de Isaïe dans le chapitre 29 : *tel l'homme altéré de soif, qui croit en rêve, qu'il boit, s'il se réveille, se sent épuisé et nafsho shokeka*, en ayant toujours aussi soif. Le prophète écrit cela comme appel à faire *techouva*. Il compare

l'homme à une terre asséchée et assoiffée. La *techouka*, c'est ce désir de proximité qui assèche lorsque l'on n'y accède pas. Du fait de la faute, la matière prend beaucoup de place. Or la matière échappe à notre contrôle, elle nous résiste. Cela nous force à puiser des ressources en nous-mêmes. On ne transforme ni la matière, ni la belle-mère, ni qui que ce soit. Par contre, on peut se transformer soi-même.

Ce travail d'une vie doit nous permettre non pas de nous soumettre mais de nous adapter aux situations. Comprendre qu'il y a d'autres possibilités que ce que je m'étais figurée, c'est être une personne spirituelle. En créant une version améliorée de soi-même, on fait œuvre de réparation : on restitue au monde matériel son caractère infiniment spirituel. On peut désormais comprendre que les difficultés que l'on rencontre sont essentielles. Non, je ne suis pas mal tombée avec ce mari. Cet enfant qui cherche le conflit en permanence, qui te contredit tout le temps, surtout devant les invités que tu voulais impressionner, cet enfant-là génère une frustration fertile. Nous allons essayer de trouver les outils qui permettent de gérer et d'employer cette frustration. De cette façon, nous allons également partir à la recherche de cet autre moi qui s'adapte aux différentes situations.

La souffrance du célibat

Revenons aux frustrations décrites dans cette parasha. La *parasha* commence en décrivant la célibataire, Léa, celle qui n'a pas été choisie. Rahel sa sœur est destinée à Yaakov, merveilleux, *tsadik*, érudit. La *Torah* dit : *Rahel hayta yafa toar veyifat mare*, Rahel était belle d'apparence et belle de caractère. Le verset s'achève en décrivant les yeux de Léa, qualifiés d'abîmés, *rakot*, ramollis par les larmes. Le *Midrash* rapporte qu'elle avait même perdu ses cils à force de pleurer, puisqu'elle se savait destinée à Essav, tristement célèbre pour être violent. Le *Midrash* précise qu'elle a tellement pleuré qu'elle a eu le mérite de faire sa vie avec Yaakov.

Léa, à force de larmes, a donc obtenu gain de cause et a changé son destin. Je voudrais préciser une chose : j'ai toujours de la difficulté lorsque je parle des mariages vieux de 4000 ans. Je vous demande de faire l'effort énorme de contextualiser l'histoire dans une époque très éloignée de la nôtre. Il est

question d'un homme qui a deux épouses. Déjà, nous avons du mal avec les mariages arrangés, avec la gestation pour autrui, avec les esclaves. Mais deux femmes ! Ça nous dépasse complètement. Je vous rappelle que les juifs sont quand même les premiers à avoir mis un terme à la polygamie, il y a mille ans, avec l'arrêté de Rabenu Gershom... Cela dit, faisons un effort intellectuel pour appréhender cette époque éloignée autant que faire se peut.

La souffrance d'une mariée dans la solitude

Je voudrais maintenant parler de la femme mariée qui se sent célibataire. Comme vous le savez, une tromperie de Lavan fait que Yaakov se marie avec Léa ainsi qu'avec Rahel. Léa est extrêmement fertile, alors que Rahel est stérile. Elle jalouse donc sa sœur et dit à son époux : « donne-moi des fils, et *im ayin*, et si ce n'est pas le cas, *meta anokhi*, je suis morte. » La souffrance de la femme stérile s'illustre à travers les mots de Rahel. Yaakov se met en colère contre elle et dit : suis-je à la place de D. qui t'a refusé la fécondité ? Terrible. Yaakov lui rappelle ainsi que lui a des enfants avec Léa et que c'est donc à elle que D. refuse la fécondité. Ces paroles isolent Rahel dans sa peine. On dit que la stérilité des matriarches a généré une immense force de prière qu'elles nous enseignent. Elles ont été stériles parce qu'il fallait qu'elles prient. Rahel rappelle ici à Yaakov que son père Isaac priait de tout son cœur avec sa femme pour qu'elle puisse enfanter. Avec Rivka, c'était l'intégrité absolue : il n'a d'ailleurs jamais été question de concubine dans leur cas. Isaac a prié pendant vingt ans. Ici Rahel demande à Yaakov pourquoi lui ne partage sa peine. On perçoit là la souffrance d'une femme qui souffre seule dans son mariage, à côté de son époux qui ne porte pas sa peine avec elle. On ne demande jamais à l'autre de résoudre un problème, par contre, on veut porter le fardeau à deux. La complicité véritable, c'est lorsque mon problème devient ton problème, lorsque l'on partage la même charge, quelle qu'elle soit. Rahel demande donc à Yaakov de prier pour elle.

On découvre à travers Rahel la souffrance de celle qui est mariée mais toutefois ... seule ...

La souffrance d'une mariée qui se sent mal aimée

Une autre souffrance dont traite cette *parasha* s'articule essentiellement autour d'une femme

mariée. Celle-ci ne souffre pas parce que son mari ne partage pas sa peine mais parce qu'elle est convaincue de n'être pas aimée de lui. Il s'agit de Léa et sa souffrance est terrible à parcourir.

Je vulgarise l'histoire de Léa pour que l'on puisse se l'approprier. *Leavdil*, c'est bien évidemment très différent et à des milliers d'années-lumière mais cela me fait penser aux femmes qui s'inquiètent de savoir si leur conjoint ne pense pas encore à leur ex, si finalement il ne s'est pas marié pour de mauvaises raisons, forcés par leur mère...

La question de savoir si l'on est unique, si l'on est aimée est brûlante. Léa sait que Yaakov était destiné à sa sœur et que les fourberies de son père lui ont permis de l'épouser. Mais est-ce qu'il l'aime ? Un nombre incroyable de femmes se pose cette question. Est-ce qu'il n'aime pas plus sa mère, son ancien et agréable célibat ou son travail, grand rival de la femme ? Lorsqu'on voit Léa de l'extérieur, on voit une femme qui a un bon mari, qui tombe enceinte avec une grande facilité, qui a une vie parfaite en somme. Pourtant, une immense souffrance l'habite et c'est ce dont témoignent les noms qu'elle donne à ses enfants. *Vataar Léa*, Léa tombe enceinte. Elle appelle son premier enfant Reuven qui signifie D. a vu *oni* ma souffrance. Et maintenant, dit-elle, *yeaveni ishi*, mon mari va m'aimer. כִּי-רָצָה ה' בְּעַבְדִּי--כִּי עָתָה, יֵצֵא בְנִי אִשִּׁי. Maintenant qu'elle lui a donné un fils, croit-elle, elle va pouvoir être aimée. Au verset suivant, elle nomme son deuxième fils et dit : *ki shama Hashem*, *Hashem* a entendu, *ki senua anokhi*, que je suis détestée. כִּי-שָׁמַע ה' כִּי-שָׁנוּאָה אָנֹכִי. Jusque-là, elle nourrissait l'espoir de gagner l'amour de son époux. Avec la naissance de son second fils, Léa s'enfonce dans la douleur et appelle son enfant Shimon. *Hashem* a vu, *Hashem* a maintenant entendu.

Voilà comment j'explique ces deux noms : *Hashem*, heureusement me voit et m'entend mais j'aimerais que toi, mon mari, tu me voies et m'entendes. Tu as vu j'ai acheté une nouvelle jupe ? Regarde-moi ! Tu sais que je pleurais hier ? Non, je pensais que tu avais juste les yeux humides. Pourquoi ne me vois-tu pas ? Pourquoi ne m'entends-tu pas ? (Peut-être aussi que l'on parle beaucoup !). Dans le verset suivant, nous allons lire ce que toutes les femmes au monde veulent. Vous allez me dire d'envoyer plutôt ce cours aux maris...

je suis certaine que vous trouverez le moyen de le leur faire parvenir...

Léa tombe encore enceinte et dit : *ata apaam*, cette fois-ci, maintenant que je lui ai enfanté trois fils, *ilave ishi elay*, mon mari va m'accompagner. עָתָה יֵצֵא בְנִי אִשִּׁי אֵלַי - C'est pour cette raison qu'elle appelle ce fils Levi qui signifie accompagner, *lelavot*.

Le désir d'être accompagnée est le désir féminin par excellence. Quand je fais quelque chose, il a envie de le faire avec moi : c'est là la complicité véritable. Ta série, je la regarde non pas parce qu'elle m'intéresse mais pour être près de toi. Pareil pour le shopping ! (on a le droit de rêver 😊)) Le couple qui est vraiment construit fait les choses ensemble. Tout est prétexte à passer du temps cote à cote. Léa accède désormais à un tout autre niveau. Ce qu'il faut, comprend-elle, c'est arrêter d'espérer être vue ou entendue par lui, ce qu'il faut, c'est qu'il soit avec elle. C'est lors de la naissance suivante que Léa vit une véritable transformation.

C'est au moment de donner naissance à son quatrième fils qu'elle change de perspective. *Va tomer apaam*, elle dit cette fois-ci, *ode et Hashem*, merci *Hashem*. הַפַּעַם אֹדְתָה אֶת-ה'. Elle appelle ce fils Yehuda. Nous nous appelons tous des *yehudim* précisément parce qu'un *yehudi* est capable de faire preuve de reconnaissance. La souffrance de Léa ne subsiste que tant qu'elle s'y rattache et y croit. C'est lorsqu'elle met un terme à ses plaintes et exprime de la gratitude que sa souffrance cesse. Oui, tu aurais voulu qu'il te choisisse, oui, ce n'est pas tel que tu l'aurais souhaité, oui tu aurais voulu que ta belle-famille t'apprécie aussi... Ce n'est pas rose, ce n'est pas parfait, ce n'est pas mon rêve d'enfant mais je remercie pour ce que j'ai. Dès lors que Léa remercie, sa vie se transforme complètement. On a tous des croyances et des certitudes sur nous-mêmes. Il y a un livre de Mony Elkaim que j'aime beaucoup qui s'appelle « si tu m'aimes, ne m'aime pas ». Il parle des doubles contraintes réciproques, soit des croyances que l'on a au point de les produire et de les amener dans la réalité. Je vous en lis un petit passage introductif qui me fait sourire. Mony Elkaim présente une scène dans laquelle un mari rentre du travail avec des fleurs pour sa femme :

« - Pour qui sont ces fleurs ?
-Pour toi, voyons.
-Mais depuis quand tu m'offres des fleurs ? Tu veux te faire pardonner quelque chose ?
-Non, je suis passé devant le fleuriste, je t'ai pris des fleurs pour te faire plaisir.
-Tu ne vas pas m'avoir avec tes belles paroles. Ça cache quelque chose.
-Mais enfin, c'est juste un cadeau !
-Si tu étais sincère, tu n'aurais pas commandé une demi-douzaine de roses chez le premier fleuriste venu, tu te serais souvenu que j'adore les lilas. A moins que ce soit ta secrétaire qui ait fait cet achat ?
-Mais j'ai choisi ces fleurs moi-même !
-Alors pourquoi est-ce que tu n'as pas pris des lilas ?
-Désolé, j'ai oublié que tu les aimais.
-Ah, tu vois et tu prétends me faire plaisir alors que tu as oublié ce que j'aimais ! Je n'en veux pas de tes fleurs.

Le mari lance alors les fleurs dans un coin du salon, sort en claquant la porte tout en jurant à voix haute, ce à quoi l'épouse réplique :

-Tu vois que j'ai raison, tu continues encore à me torturer ! »

Puissant ! C'est bien sûr une caricature mais on peut s'y retrouver quelque part. Lorsque l'on se répète qu'on ne mérite pas quelque chose, on produit l'évènement contraire à celui que l'on voulait. A méditer.

En tous cas, Léa se met à remercier *Hashem*. Elle nomme les enfants qui suivent Gad, qui renvoie au *mazal* et Asher, le bonheur. Depuis qu'elle a dit merci, le *mazal* et le bonheur sont apparus dans sa vie. Elle retombe enceinte et nomme l'enfant *Issakhar* qui veut dire *Hashem* m'a donné une récompense. וְתֹאמַר לְאָהָ, בְּתֵן אֱלֹהִים שְׂכָרִי

Le dernier garçon qu'elle a est nommé Zevouloun. D. m'a donné un trésor et à partir de maintenant, je suis le trésor de mon mari. וְתֹאמַר לְאָהָ, זְבֻלוֹן אֱלֹהִים - Elle qui suppliait d'être aimée, elle qui se voyait comme détestée a désormais du *mazal*, du bonheur, du mérite et se conçoit comme étant le **trésor** de son mari.

Devenir une femme aimée

Comment a-t-elle réussi à vivre une telle transformation ?

Entre les quatre premiers et les deux derniers, il s'est passé la chose suivante : *vatetse Lea likrato*,

וַתֵּצֵא לְאָהָ לְקִרְאָתוֹ וַתֵּאמֶר אֵלָיו תְּבוּאָה - Léa sort un jour de chez elle, va au-devant de Yaakov qui revient des champs et l'invite à la rejoindre. C'est la première fois que Léa est active et qu'elle enclenche un mouvement vers Yaakov. Ce qui a sorti Léa de son tourment, c'est donc d'abord de remercier *Hashem* et ensuite de réussir à se mettre en action. Elle cesse ici d'être passive et d'attendre qu'enfin la vie lui sourit. Elle suscite activement le changement. C'est toute sa posture qui est différente. C'est précisément de cette union issue du changement d'attitude de Léa que va naître Issakhar, qui représente l'engagement absolu dans l'étude de la Torah.

Pour reprendre le thème du célibat, beaucoup de femmes me demandent comment se confronter à la difficulté d'engagement des hommes. Est-ce que c'est vraiment le rôle de la femme d'aller, de pousser, de demander, de relancer ? De plus en plus je réponds que oui. A un moment, il faut savoir prendre son destin en main, sortir de la passivité et de la facilité. On sort de ses croyances, de ses certitudes pour susciter un mouvement. Tout à coup, le mécanisme d'inertie est révolu.

Mais est-ce que c'est à nous de toujours tout prendre en charge ? d'initier les mouvements ?

Qui fera le premier pas ?

Je rencontre si souvent dans ma pratique de thérapeute la question élémentaire du 'qui fait le premier pas ?' Quoi, c'est encore à moi de m'écraser ? Les jeunes couples se déchirent beaucoup en début de parcours à ce sujet. *Rosh Hashana* c'est ici, le soir du *seder* c'est chez ma mère, non mais... Combien de disputes pour savoir qui lâchera, qui fera le premier pas. Vous me connaissez, je ne dis pas que c'est aux femmes de s'écraser. Il s'agit avant tout d'un problème de *midot* de part et d'autre.

Toutefois, je voudrais profiter de ce cours sur les mouvements de proximité à élaborer pour évoquer une situation dont on me parle extrêmement souvent et qui est, à mon sens, massivement destructrice pour le couple. Je rencontre de plus en plus de femmes qui me disent aller au *mikve* au moment indiqué et puis derrière, il ne se passe rien, parfois pendant longtemps, voire très longtemps. Elles vont au *mikve* parce que c'est leur *mitsvah* disent elles ! Mais , le mot *mikve* vient de *mekave*,

espérer. Avec ça, on espère améliorer, recréer une complicité, accéder à de la proximité.

Les femmes m'expliquent que si émotionnellement ça ne va pas, si elles ont des attentes ou frustrations vis-à-vis de leur époux, elles ne peuvent pas écouter le diktat du corps. Nous les femmes sommes en effet, plus spirituelles et émotionnelles. Le lien doit être de nature émotionnelle pour nous. Mais si physiquement rien ne se passe, le souci, le fossé, l'éloignement se creuse. On l'a dit auparavant, il y a une *techouka*, une soif de lien en nous.

On s'empêche d'y accéder parce qu'on se dit que notre besoin n'a pas été entendu. C'est vrai, ta demande doit être entendue. Cela dit, il faut rester un couple. Sans ça, on ne sait même plus d'où vient l'éloignement. Nous sommes faits d'un corps et d'une *neshama*, il faut nourrir les deux. Le couple se fait avec ces doubles mouvements. Le temps d'éloignement doit nous permettre de nous renforcer émotionnellement. C'est le moment de former son couple au niveau spirituel et profond. Après, il doit y avoir un temps pour le *mikve*. Ces situations me brisent le cœur parce qu'elles sont fondées sur une volonté authentique de créer. Il écrit dans la *Torah* : *veayou lébassar ehad*, ils deviendront une seule chair. Cela alimente *vedavak beishto*, ils seront **attachés**. La proximité physique est aussi ce qui permet de se lier. A travers les lois de la *tahara*, la *Torah* nous enjoint de recréer en permanence ce double mouvement de l'un vers l'autre. Ne passons pas à côté ! Mesdames, allez au *mikvé* mais je vous en prie restez des *mékavot* ! Je tenais vraiment à faire cette parenthèse.

Un double mouvement de proximité

Revenons à cette question de premier pas. J'ai lu un texte de *rav* Pinhas Friedman fabuleux qui dit que la question du premier pas dans la recherche de proximité se trouve dans la grande métaphore qu'est le *Shir hashirim*, le Cantique des cantiques et qui traite de D. et son peuple. Je t'aime, où es-tu ? *Hakadosh barouh Hou* aime son peuple et nous L'aimons. On est là, on se maintient, on veut évoluer malgré les souffrances, les difficultés, les pogrom, la Shoah, l'inquisition. La *galout*, l'exil est profond mais on continue de tendre vers D. Comment fait-on pour se mettre en mouvement ? Voyez ces deux versets qui semblent se contredire. Avant tout, ayez à l'esprit que le lien de D. et son

peuple est souvent décrit comme étant le lien qui attache un mari et sa femme. Israël est la mariée, *Hashem* est le marié. Chacun recherche la proximité. Un premier texte issu de *malakhi 3* rapporte : revenez à Moi, *shouvou elay, veashouva elekhem*, *שובו אלי ואשובה אליכם* - et Je reviendrai à vous. Le peuple juif est appelé à faire le premier pas, à initier le retour vers H' suite à quoi H' nous fera ressentir Sa proximité. Le texte des lamentations, de *Ekha* semble dire autre chose : *ashivenou Hashem elekha*, ramène-nous vers toi, *Hashem*, demande le peuple juif, *venashouva*, et nous viendrons à toi. *השיבנו ה' אליך ונשובה* - Donne-moi ma *parnassa*, mon *mazal* et je me mettrai à faire *shabat* comme il se doit. J'entends souvent des choses comme ça.

On demande à D. de venir à nous. On recherche Sa présence avant de démarrer un processus d'évolution personnelle. Une élève m'a dit un jour quelque chose qui m'a beaucoup touché. Elle était pendant deux ans avec un non-juif lorsque tout à coup, elle a postulé pour un poste. On lui a proposé un salaire bien plus élevé que ce qu'elle demandait. Elle s'est alors dit, mince ! Je ne donne rien à D. et Lui me donne tellement. Cela l'a bouleversée et elle s'est interrogée sur ce qu'elle « faisait » au niveau spirituel c'est une vraie question que de savoir qui fait le premier pas. Il n'existe pas de réponse tranchée à cette question. Je crois qu'il faut envisager un double mouvement, comme l'explique le Ben Ish Hai. Il observe ce mouvement dans le rapport des patriarches à leur épouse. Avraham est allé chercher une femme. Isaac a attendu qu'elle vienne à lui. Une fois c'est l'homme qui va vers la femme, une fois c'est la femme qui vient à l'homme.

Yaakov a eu deux femmes : l'une est venue à lui, Léa, et lui est allé chercher Rahel. La métaphore qui associe D. et son peuple à un couple nous enseigne donc que dans le couple comme dans le rapport à D., c'est parfois à l'un de faire le premier pas, parfois à l'autre. A l'image de Léa, on doit parfois se mettre en mouvement. Tu n'es pas *chomer shabat* ? Allume quand même tes bougies à l'heure, fais un pas. Il ne s'agit pas de tout faire mais bien de faire une chose qui paraît accessible. On peut dès lors être assurée qu'une pluie de bénédictions nous sera envoyée. Lorsque c'est dur, on peut rappeler à *Hashem* que l'on fait telle chose

La Paracha par Mariacha

Les souffrances féminines

Vayétsé, Paris, Vendredi 12 Novembre 16h55 – 18h04

essentiE

pour Lui. Emplis-moi de bénédictions ! Cela vaut vis-à-vis de D. mais aussi au sein du couple. Je suis dure, j'attends qu'il fasse plus d'efforts et ça ne marche pas. Eh bien dans ce cas, fais ta part, fais ce que tu as à faire. Ce ne sera jamais tant pis, uniquement tant mieux. Ne sortons pas les caleuettes, ne commençons pas à tenir les comptes de nos efforts. Lorsque l'on fait un effort en faveur de l'autre, soyons fiers, soyons reconnaissants. Sois *yehudi*, dis merci !

MERCI, BRAVO et PARDON

La *Guemara* dans *Brahot* dit : *depuis que l'Eternel a créé le monde, personne n'a su l'en remercier jusqu'à Léa*. Elle est la première à avoir dit *toda*, merci, à travers son fils Yehuda. Pourtant on voit bien que Adam a dit *mizmor* le *toda*, Noah a remercié d'être sauvé du déluge, *Avraham* ... tous ont dit merci. Cela dit, ils ont remercié *Hashem* lorsque quelque chose d'incroyable se produisait. Léa remercie le ciel au quatrième bébé alors même qu'elle s'était habituée à être mère. Pourtant, ça n'est toujours pas un acquis. Elle s'arrête et contemple ce qu'elle a entre les mains. Cela correspond au travail du *shabat*. Au cours de la semaine, nous transformons notre vie. A *shabat*, on regarde sa vie et on l'apprécie telle qu'elle est. *Toda*, *leodot* signifie remercier mais aussi louer, valoriser et reconnaître une erreur, demander pardon. Voilà le trio gagnant d'une vie harmonieuse. Si tu parviens à dire pardon, merci et bravo, tu as les outils pour être heureux dans l'existence.

Je termine avec un dernier élément, une dernière petite souffrance féminine que j'ai perçue à la fin de la *parasha*. Alors que la famille est rassemblée et au complet, Lavan continue à faire preuve d'escroquerie et à se moquer de Yaakov. Celui-ci se tourne vers ses épouses et leur propose de partir pour Israël. Ses femmes lui répondent : avons-nous encore une part dans l'héritage et la maison de notre père ? Elles sous-entendent ici qu'il n'y a pas de conflit de loyauté. A travers cette parole, on introduit l'ultime souffrance familiale. Lorsque mes parents n'apprécient pas mon conjoint ou le contraire, comment faire ? On cesse d'espérer, d'être divisée, de tenter... On fait un choix douloureux, le choix du couple à l'image de Rahel et Léa, on oublie le fantasme de perfection, on accepte, on dit bravo, merci et pardon.

Grâce à ces matriarches exceptionnelles, j'espère que vous avez désormais entre les mains les outils pour créer la meilleure version de votre couple existant ou à venir, *beezrat Hashem*.

Shabat Shalom!

Mariacha Drai

Pour l'élévation de l'âme de:

- Haya Yéhoudith bat Sarah
- Joseph Ben Mordekhai Halevy
- Nelly Elisee bat Suzanne Rahel
- Josette Gnouna bat Lucie Simha
- Eric Arie ben Khamous Cardoso
- Rahel bat Simha

*Réfoua chéléma –
Guérison de :*

- Hava bat Turquia
- Moche Nethanel ben Rachel
- Eden ben Hava
- Dvora bat Sarah
- Carlie Sarah bat Haya Simha
- Romy Rahel Hana bat Stéphanie Liat
- Claudio Shalom ben Giulia
- Nathalie Emilie Esther bat Salma
- Martine Yacot bat Selma Batchiba
Jeannette
- Déborah bat Hanna Myriam
- Tinok ben Déborah
- Routh Minette bat Esther

Zivoug – l'âme soeur de:

- Myriam bat Hava
- Hannah bat Sarah
- Hanna Esther bat Rahel Myriam
- Ella Sarah Zamila bat Rahel Myriam

La Paracha par Mariacha

Les souffrances féminines

Vayétsé, Paris, Vendredi 12 Novembre 16h55 – 18h04

essentiE

Pour la réussite de :

- Michael Isaac ben Bella
- Julia Lisa bat Sonia
- Joshua David ben Julia Lisa
- Noah Abraham ben Julia Lisa
- Chalom ben Perla
- Eden bat Hava
- Yonathan Mordechai ben Zamila
- Hanna Esther bat Rahel Myriam
- Ella Sarah Zamila bat Rahel Myriam
- Avraham ben Rahel



Nouveau !!! téléchargez l'application
essentielle en scannant ce code ou sur
www.essentielle.app