

C'est avec beaucoup d'émotion que nous posons le livre de *Bereshit* et que l'on ouvre le livre de *Chemot* qui relate la naissance d'Israël.

Avec *Chemot*, nous entrons dans un cycle de six *parashiot* qui se termine avec *Mishpatim*. Cette période s'appelle les *Chovevim*. On y apprend comment nous nous sommes extraits de la servitude, de l'obscurité et de l'esclavage égyptien pour accéder à un monde de libertés. Vous le savez, la fête de *Pessah* n'est pas une commémoration mais un moment propice à notre libération propre. Des étincelles de liberté se trouvent dans cette période et nous permettent à notre tour de sortir de nos limitations.

### Qu'est-ce qu'un nom ?

Le nouveau livre de *Chemot* commence en ces termes :

"וְאֵלֶּה, שְׁמוֹת בְּנֵי יִשְׂרָאֵל, הַבָּאִים, מִצְרָיִם: אֵת יַעֲקֹב, אִישׁ וּבֵיתוֹ בָּאוּ"

Voici les noms de ceux qui sont descendus en Egypte. Pourquoi répéter ce que la *parasha* précédente précisait déjà ? Le livre des noms va en fait nous enseigner ce que signifie être un **ben Israël**. Pourquoi l'essence d'Israël apparaît-elle dans ce texte qui retrace nos souffrances d'exil ? Il faut savoir que l'exil sous Pharaon préfigure tous les exils que va rencontrer Israël. L'esclavage des hébreux en Égypte porte donc on lui les graines de l'exil. Cette *parasha* présente donc toutes les souffrances d'Israël mais plus important encore, ses forces. Nos ancêtres ont réussi à sortir d'Égypte, nous portons en nous cette force. Cette force de CHOISIR LA VIE.

Avec les éléments de cette *parasha*, nous apprenons à faire le choix de la vie.

Cette *parasha* s'appelle *Chemot*, les noms. Qu'est-ce qu'un nom ? En ce moment vous le savez, il est beaucoup question de commémorer les attentats de l'hypercacher. On parle donc beaucoup d'antisémitisme. Dans ce mot on entend sémite, c'est-à-dire, les descendants de *Chem*. Dans le livre de notre naissance, la question du nom est soulevée. *Chem* renvoie à *cham*, là-bas, l'endroit qu'on désigne du doigt.

En d'autres termes, **avoir un nom c'est avoir une destination vers laquelle cheminer**. Or c'est précisément parce que nous avons un nom, parce que nous savons où aller, que nous avons pu

survivre aux atrocités de l'histoire. Cette *parasha* qui décrit le possible effacement d'Israël, sa dilution dans l'Égypte antique s'appelle 'les NOMS' c'est-à-dire la **destination**. Le nom est ce qui nous protège de la dilution de notre être.

Dans le livre de *Bamidbar*, *Hashem* demande de compter les *bnei Israel*. A maintes reprises, le texte de la Torah emploie une terminologie étonnante pour parler du comptage des *bné Israel*.

"שָׂאוּ, אֶת-רֹאשׁ כָּל-עֵדוּת בְּנֵי-יִשְׂרָאֵל, לְמִשְׁפְּחֹתָם, לְבֵית אֲבוֹתָם" **בְּמִסְפַּר שְׁמוֹת**.

Cette expression est antinomique parce qu'elle renvoie à l'étendue du collectif tout en individualisant les membres. Le nombre renvoie au groupe et le nom à la singularité, à l'identité unique d'une personne. L'expression *שְׁמוֹת בְּמִסְפַּר* nous rappelle qu'il n'est pas question de gommer l'individu. La partie fait effectivement partie du collectif mais pas au prix de son identité propre.

C'est pour cette raison qu'il est interdit de compter les individus. Pour recenser les membres du peuple d'Israël, chacun devait donner une pièce. Cela permettait de compter les pièces et non les personnes. D'ailleurs à l'entrée des camps de concentration les nazis attribuaient un numéro aux détenus. Quand on retire son nom à une personne, on lui arrache son identité. Un nom porte en lui des forces spirituelles, une direction et c'est ce qui fait l'importance des noms en hébreu. Pour ne pas risquer de dire un nombre, nous parlons du nombre de noms et rappelons ainsi l'importance de l'individu. A *Yad Vachem*, il y a une salle illuminée à la bougie dans laquelle les noms sont associés à des visages. Cela est très important pour rappeler la singularité des individus et ne pas risquer de parler du nombre total de victimes.

Dans le livre de *Chemot*, des noms importants vont apparaître tels que celui de Moshe et de sa sœur. Un nom essentiel qui nous permet d'échapper à toute forme d'emprisonnement intervient également, c'est celui de D.ieu. C'est la première fois dans la *Torah* qu'il est question du nom de D.ieu. Quand Dieu dit à Moshe de s'adresser aux *bnei Israel*, Moshe Lui demande Son nom.

Commençons avec notre nom à nous. Pourquoi le nom est-il si important ? A cet égard, j'aimerais vous citer un verset d'*Eshet Hayil*. Le *shabat*, lorsque monsieur rentre de la synagogue, il fait



sont soumis au temps et à l'espace. Nos questions perdurent donc et font que notre *emouna* est sincère. Qui sommes-nous pour répondre aux plus grandes questions de l'humanité ? La question de la présence de D.ieu dans les moments de souffrance revient très souvent notamment à l'occasion des soirées de questions-réponses en groupe.

La Kabbala nous enseigne que dans ces moments, D. prend sa droite et la met derrière Son dos. La droite renvoie à l'investissement de Dieu dans le monde. Cela reste donc encore incompréhensible pour nous.

Avec notre nom et celui d'*Hashem*, que nous découvrons dans cette parasha, nous sommes invités à vivre l'expérience du choix. C'est ainsi qu'on se maintient vivant et non pas victime. Choisir, c'est agir.

J'aimerais à ce sujet vous citer un passage du livre *Le choix* d'Edith Eger, (The choice) une psychologue sauvée des camps. Pendant longtemps, lorsque je parlais de résilience je citais Viktor Frankl. J'air récemment découvert Edith Eger qui est encore en vie et qui a écrit son ouvrage à 91 ans. Cette psychologue américaine a survécu à Auschwitz et à la marche de la mort.

Voyez les extraits suivants qui traitent de nos premiers choix à exercer :

« *Ma propre quête de liberté et mes années d'expérience en tant que psychologue clinicienne m'ont enseigné que la souffrance est universelle. Mais la posture victimaire, elle, est facultative et émane de l'intérieur. Personne ne peut faire de vous une victime, sauf vous. Nous devenons des victimes non pas à cause de ce qui nous est arrivé mais quand nous choisissons de nous accrocher à notre posture victimaire.* »

Dès le début de son livre, elle nous invite à choisir d'agir. Le *ani*, c'est effectivement la liberté de garder une *neshama* vibrante malgré la dictée du monde extérieur. si souvent, sans pitié !

Sans surprise, le libérateur d'Israël s'appelle Moshe. Ce nom a pourtant été donné par Batia, la fille de Pharaon qui le recueille, bébé. Elle l'appelle Moshe car il a été retiré des eaux.

"נתקרא אשמו, משה, נתאמר, כי מן-המים קושיטהו"

Celui qui nous a sorti de la servitude en Égypte et nous mène à la *Torah*, livre de la liberté, est porteur

de ce nom : **tiré des eaux**. Comme on l'a dit, le flux de l'eau dilue et peut effacer l'identité dans la masse. Moshe, c'est celui qui sort de cet état-là.

Moshé est celui qui va nous permettre d'être des individus uniques, singuliers, porteurs d'une *neshama* unique et qui pourront individuellement et collectivement survivre à tous les courants et toutes les tornades.

### Encore plus de vie !

Le monde qui se dresse sous nos yeux dans la *parasha* est chaotique. Pharaon décide de tuer tous les bébés garçons et de noyer ainsi le peuple d'Israël. Les filles seront ainsi condamnées à épouser des égyptiens, ce qui permettrait de garder l'incroyable ADN hébreu -dont Yossef témoignait-tout en se débarrassant du peuple. Pourtant, durant toute cette période, il n'y eut pas une seule union mixte. De peur que la population des hébreux ne se multiplie *לִי וְלְבָנָי יִשְׂרָאֵל*, soyons plus rusés *לִי וְלְבָנָי יִשְׂרָאֵל*. A cela, les femmes hébreux répondent massivement: *כִּי יִשְׂרָאֵל וְכִי יִשְׂרָאֵל*. A travers ce jeu de mot dans lequel on reconnaît le fameux humour juif, les femmes assurent à Pharaon qu'il a de quoi s'inquiéter.

Vous vous souvenez qu'Amram, le père de Moshe avait décidé de se séparer de son épouse afin d'éviter une grossesse et le meurtre d'un bébé. Sa fille Myriam se révolte devant cette décision et accuse son père d'être pire que Pharaon : tu empêches même les filles de venir au monde, lui dit-elle. Si Pharaon décrète la mort, choisissons la vie, envers et contre tout.

Dans cette funeste *parasha* se joue alors un baby-boom. Il est question des sage-femmes, des bébés, de naissances à profusion. Le *Midrash* raconte que les femmes ont puisé cette force sur les rives du Nil. Elles allaient pour puiser de l'eau et à leur grand étonnement, elles trouvaient dans leur seau une multitude de poissons qui y grouillaient. Elles les cuisinaient avec soin. Elles se faisaient belles et accueilliaient ainsi leur époux. C'est ainsi que les naissances se sont multipliées.

Ces bébés, mis au monde dans ces conditions, étaient dans les bras de leur mère au moment de l'ouverture de la mer rouge. Ainsi, le texte nous décrit la capacité à choisir la vie dans des conditions extrêmement éprouvantes.

Edith nous explique comment continuer à opérer des choix dans la difficulté et la souffrance. Elle

raconte un épisode lors de cette semaine dans des wagons à bestiaux qui les déportaient de Hongrie. Les gens étaient entassés et vivaient au milieu de leurs excréments. Elle était avec sa maman et sa sœur. Une nuit, sa mère lui dit quelque chose qui l'accompagna tout au long de l'enfer : « *Dicuka, dit-elle dans le noir, écoute, nous ne savons pas où nous allons, nous ne savons pas ce qu'il se passe mais souviens-toi juste que personne ne peut t'enlever ce que tu t'es mis dans l'esprit.* » En d'autres termes, on pourra te dépouiller de tout sauf de ta liberté intérieure. Ton esprit est libre.

Regardez comment Edith emploie cet enseignement. Le premier jour de son arrivée à Auschwitz, on les rase, on leur amène des habits rayés. Ils sont affamés depuis des semaines déjà. Dans son baraquement arrive ce jour l'infâme docteur Mengele qui vient sélectionner des corps pour ses expériences. Il a appris qu'une danseuse étoile de l'équipe olympique se trouvait parmi les détenus. « - *Petite danseuse, danse pour moi, dit-il. La mélodie du beau Danube bleu, cette valse qui m'est si familière, filtre dans la salle close et sombre. Mengele me dévore des yeux, j'ai de la chance, je connais une interprétation du beau Danube bleu que je pourrais danser même dans mon sommeil. Mais j'ai les membres lourds, comme dans un cauchemar, quand vous êtes face au danger et incapable de fuir en courant. - Danse ! Ordonne-t-il. Je sens mon corps qui commence à bouger. Le grand battement, la pirouette, les tours, le grand écart, je me relève, j'enchaîne les pas. Pendant ce temps, il discute avec les officiers des prochaines jeunes filles qu'ils tueront parmi les centaines qui sont ici. Si je rate un pas, si je fais quoi que ce soit qui lui déplait, ce sera moi. Alors je danse, je danse en enfer. Je ne supporte pas la vision de ce bourreau occupé à décider de mon sort. Je ferme les yeux. J'entends les violons crescendo, mon cœur s'emballe et dans le secret de mon intériorité, j'entends les propos de ma mère me revenir comme si elle était là. Un murmure à moitié couvert. « Souviens-toi juste que personne ne peut t'enlever ce que tu t'es mis dans l'esprit ». (...) En dansant, je découvre un sage principe que je n'ai jamais oublié, je ne saurai jamais quel miracle de la grâce me prêta cette lucidité. Ce principe me sauvera la vie à maintes reprises. Je m'aperçois que le docteur Mengele, ce tueur aguerri, qui ce matin même a envoyé ma mère*

*dans la chambre à gaz, est plus misérable que moi. Moi, j'ai l'esprit libre, ce qui ne sera jamais son cas. Il sera toujours obligé de vivre avec le souvenir de ses actes. Il est plus prisonnier que moi. Je prie pour qu'il n'éprouve pas le besoin de me tuer »*

Regardez la force de l'esprit. Elle est libre, elle continue de choisir et d'être qui elle est.

Cette force, cette persévérance nous provient de ces femmes Hébreux en Egypte. Ces femmes sont appelées dans le texte des *ivriot*, des mots *ever ya*, des femmes tournées vers *Hashem*.

Il nous est demandé chaque année d'utiliser les énergies présentes dans nos textes pour nous extraire de tous nos enfermements. Nous sommes éprouvées, mais pas de la même façon, grâce à D. Avec nos épreuves, nous devons nous aussi sortir d'Égypte chaque année. J'aimerais que les femmes en Égypte nous guident.

### Sur les pas de Shifra et Pouah

Deux sage-femmes que nous connaissons comme étant Yoheved et Myriam, s'opposent au génocide ordonné par Pharaon. La *Torah* les appelle pourtant *Shifra* et *Pouah* dans ce passage. Leur *chem*, leur nom et destination nous donnent des informations. Comment reste-t-on libre malgré tout ? *Shifra*, nous enseigne *Rachi* est appelée ainsi parce que le mot *leshaper* signifie embellir. Concrètement, lorsqu'un enfant naît, il n'est pas très beau... *Shifra*, elle, embellit le nouveau-né. Mettre un enfant au monde dans les conditions de cette terrible période n'est pas simple. Pour faciliter la tâche, *Shifra* nettoie et habille les bébés pour que les mamans s'y attachent plus rapidement. Elle fait émerger ce qu'ils contiennent de plus beau !

*Pouah*, qui signifie communiquer, est celle qui calme, parle et apaise les bébés. Deux outils nous sont donnés à travers *Shifra* et *Pouah*, pour nous permettre de recouvrer notre humanité.

Embellir, améliorer le contact visuel, d'une part, engager un lien oral d'autre part. D'ailleurs, quand il y a brisure relationnelle entre deux personnes, on ne se regarde pas dans les yeux et on ne se parle pas. *Shifra* et *Pouah* manifestent l'importance du regard et de la parole. On retrouve ces aspects dans l'ouvrage d'Edith au moment où sa sœur et elles sont rasées à leur arrivée. Elles sont nues et amaigries. Sa sœur ne parvient pas à lâcher les

touffes de cheveux qu'elle tient encore dans sa main. Sa sœur lui demande de quoi elle a l'air. Dis-moi la vérité, demande-t-elle. « *La vérité, elle a l'air d'un chien galeux, d'une étrangère toute nue. Mais je ne peux lui répondre ça bien sûr. N'importe quel mensonge lui ferait trop mal, je dois donc puiser en moi une réponse impossible, une réponse qui ne blesse pas. Je scrute son regard bleu. Je comprends qu'elle me demande de l'aide à se trouver, à se faire face et je lui réponds donc la seule vérité qu'il m'incombe de dire : tes yeux, dis-je à ma sœur, ils sont si beaux. Je ne les avais jamais remarqués quand ils étaient cachés par tes cheveux. C'est la première fois que je m'aperçois que nous avons le choix : prêter attention à ce que nous avons perdu ou prêter attention à ce que nous avons encore.* » Le choix qu'elle opère, c'est de porter le regard sur ce qui est beau. En une phrase, Edith se fait Shifra et Pouah, elle embellit et communique. La Torah nous enseigne que **rester dans un état de liberté, c'est être capable de voir le beau chez l'autre, de le faire émerger et de le dire.**

Nous retrouvons ces qualités avec Moshe et Aaron, artisans de la *geoula*.

Qu'a fait Moshé pour être choisi comme libérateur d'Israel ? Moshe, qui a pourtant grandi au palais, sort et regarde la misère de ses frères.

La qualité de Moshé :

**וַיִּרְא, בְּסִבְלָתָם** Rashi précise, **וַיִּרְא עֵינָיו**, il a vu et a voulu apaiser la souffrance. Quand on regarde quelqu'un dans les yeux, on contemple sa *neshama*. Moshé cherche à savoir, à connaître leur sort et propose son aide. Il va aller jusqu'à mettre sa vie en danger en prenant la défense d'un de ses frères battu par un Egyptien. L'empathie, transformé en acte concret est la première des qualités.

La qualité d'Aaron :

Lors de l'épisode du buisson ardent, Moshé refuse d'abord sa mission, puis enfin il exprime ce qui le gêne dans cette mission. IL demande à Hashem d'envoyer son frère à sa place, lui qui est sur place, connaît le peuple et en panse leur blessures depuis bien longtemps. Aaron est plus à même d'être le libérateur. Il est bien plus légitime que Moshé qui s'est enfuit à Midian.

Hashem répond : **וַיִּרְאָךָ וַיִּשְׂמַח בְּלִבּוֹ**, il va te voir et se réjouir. Aaron n'aura pas de mal à accepter le rôle de son frère.

Bien plus difficile que l'empathie, la qualité dont fait preuve Aharon nécessite une construction du *ani* totale ! Il s'agit de la capacité à se réjouir pour l'autre quand il lui arrive quelque chose de formidable. Il faut être capable de porter la peine de quelqu'un mais aussi sa joie. Même si nous attendons également de pouvoir bénéficier de ce qu'a reçu notre ami ! Mon amie est sous la *houpa*, je suis dans le public et je suis profondément heureuse pour elle bien que je n'y sois pas encore... Ce qu'elle a reçu n'a pas été pris sur mon compte et ce dont j'ai besoin ne se trouve pas chez l'autre ! Cette qualité d'Aaron lui permettra plus tard de porter le *hoshen* du grand prêtre sur son cœur. Cette joie est ce qui va faire intervenir la *geoula* !

Cette qualité a un nom en hébreu : le *firgoun* ! C'est une des qualités les plus fragiles mais les plus essentielles pour créer des relations harmonieuses. Sachons faire des choix intègres et personnels tout au long de notre vie, comprenons que notre esprit nous appartient et ayons l'intelligence de se regarder, de se parler, de porter les peines mais aussi et surtout les joies les uns des autres !

**Chabat Chalom !**

Mariacha Draï

SCANNEZ MOI !



Pour l'élévation de l'âme de:

- Josette Gnouna bat Lucie Simha
- Eric Arie ben Khamous
- Rahel bat Simha
- Joseph ben Mordekhai Halevy
- Louisa bat Léa
- Moché ben Mricha
- Anaelle Mazal bat Nelly Aviva
- Bertoune Messaouda bat Simha

# La Paracha par Mariacha

*Choisir la vie !*

Chémot, Paris, Vendredi 13 Janvier 2023 17h00 – 18h13

essentielle

## *Pour la réussite de:*

- Chalom ben Perla
- 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

## *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
- Eythan Refael ben Léa rahel
- Levana bat Malka
- Haim ben Yossef
- Carly Sarah bat Haya Simha
- Esther bat Cohava
- Shalom ben Cohava
- Habib ben Esther
- Keren Déborah bat Rivka Salma

## *Zivoug – l'âme soeur de:*

- Myriam bat Hava
- Ilana bat Hava
- Carla Esther bat Rivka
- Alexandre Shimon Arie ben Kohava
- Shirel Danielle bat Nathalie Rahel
- Ilan ben Golda