

La *parashat* Yitro, c'est tout un programme ! Tout ce que l'on a vécu ensemble jusque-là avec la sortie d'Égypte, l'ouverture de la mer, la manne, la *emouna* qui nous enveloppe, tout ça s'inscrit dans un projet précis. Il va falloir pénétrer et aller au bout du programme Yitro, du programme du don de la Torah. Les cieux, la mer, le monde entier est dans l'attente du grand jour, le fameux 6 *sivan* 2448 où nous sommes tous, des millions de personnes au pied du Sinaï. Le ciel et la terre s'unissent et à ce moment démarre le programme de l'humanité. Vous savez que quand on parle dans le *kiddoush* de *yom hashishi*, le sixième jour, on parle de ce jour-là. La totalité du cosmos est dans l'attente de ce fameux jour où le programme de D. commence à se mettre en place. Qu'est-ce qu'est c'est que ce programme ? Qu'est-ce que la Torah ? Est-ce qu'il s'agit d'un programme philosophique, d'une pensée, d'une réflexion, d'une façon d'être ?

Hakadosh barouh hou nous donne le mode d'emploi du monde qu'Il a créé. Le mode de vie attendu pour l'humanité entière est donné. Je dis bien pour l'humanité toute entière. Ce mode va être porté et incarné par le peuple d'Israël qui se trouve au pied du Sinaï. Mais l'objectif concerne l'ensemble de l'humanité comme c'est écrit *veatem tiyouli am segula* ou *or la goyim*, vous allez être un peuple unique pour moi et une lumière pour les nations. Ça veut dire que notre rôle est d'indiquer une route universelle. Non pas qu'il faille pratiquer la Torah de façon universelle : le monde entier a 7 lois noahides à pratiquer, nous en avons 613 mais à-travers ces 613, nous devons indiquer un chemin. C'était il y a 3300 ans que ce code civil, pénal, ce mode de vie, ce mode d'emploi qu'est la Torah nous est parvenu. On pourrait penser que c'est peut-être un peu poussiéreux, ce n'est peut-être pas très actuel avec les tendances d'aujourd'hui, mais non. La Torah n'a pas pris une ride. Elle a une force juvénile incroyable. Mais quand même, comment faire pour qu'un livre vieux de 3300 ans parle encore à l'heure actuelle à tout le monde et de tous les aspects de l'existence ? On a une *mitsvah* qui est de *veagita bo yomam va layla*, d'étudier tous les jours. Il n'y a pas un jour de ta vie où tu

ne dois pas te préoccuper du fait juif, de la culture juive, de faire partie de cette histoire plurimillénaire.

Dans ce fait juif donc, il y a 10 best-off qui arrivent le 6 *sivan* au Sinaï, ça fait les gros titres des journaux, mais en tout il y a 613 commandements. Je me souviens un jour d'un formateur très curieux du judaïsme qui me posait des questions sur la Torah, en deux mots, sur un pied, un peu comme ce converti qui interrogeait Hillel. Au moment où je lui ai dit qu'il y avait 613 commandements, il a presque fait un malaise et s'est assis. Pardon ? 613 lois ? Vous n'étouffez pas à un moment ? Réellement, comment faire avec autant de lois pour ne pas se sentir contraint et étouffé ? Et quoi, même quand tu sors des toilettes tu fais une bénédiction ? Détendez-vous ! Comment faire -et c'est l'objectif- pour que ce soit une Torah de vie ? Pour que ce soit quelque chose de bon, de doux, qu'on ait envie de transmettre à nos enfants ? Combien de fois on cherche le mode d'emploi en se disant mais si seulement je savais quoi faire, je suis à une croisée des chemins ! Pour comprendre que la Torah doit faire naturellement partie de notre existence sans être un poids, voyons comment commence l'histoire du don de la Torah.

Moshe ala aelokim, Moshe monte vers D., sur le Sinaï, *vayikra elav Hashem, Hashem* l'appelle à partir de cette montagne et lui dit ***ko tomar le beït Yaakov***, ainsi tu t'adresseras à la maison de Jacob et *vetaged le bnei Israïel*, tu diras aux *bnei Israïel*. C'est le verset qui introduit le don de la Torah. Vous avez sûrement déjà entendu ce verset symétrique qui introduit les Dix commandements et porte un double discours apparent. Quelle différence entre la maison de Jacob et les *bnei Israïel* ? Pourquoi à un moment tu t'adresses, *tomar*, et à un moment tu dis, *taged* ? Rachi interprète ce passage en disant que la maison renvoie à la gente féminine alors que *bnei Israïel* c'est les hommes. Ils étaient pourtant tous ensemble, par famille, au pied du Sinaï, les hommes, les femmes, les enfants, les vieux, tout le monde. Est-ce qu'on ne dit pas les mêmes choses à tout le monde ? Les Dix commandements et la totalité de la Torah sont pourtant délivrés à tout le monde. Pourquoi cette dichotomie dans le verset ? Rachi précise que la façon d'adresser le mode

La Paracha par Mariacha

Tout un programme

Paracha Ytro. Paris, vendredi 5 février 17:36 | 18:47



d'emploi de la vie est différente pour les femmes et pour les hommes. Aux femmes il est dit *ko tomar*, *tomar* c'est une façon de parler avec délicatesse, avec de l'affection sans une once de rigueur. *Taged* au contraire, c'est très péremptoire, radical. Dans *taged* dit Rachi il y a *gid*, le tendon, ce qui est dur. La façon de s'adresser aux hommes était rigide alors que quand il s'adresse aux femmes pour donner le même contenu, Moshe va dire les choses en toute simplicité.

Ce Rachi a été galvaudé de nombreuses fois et interprété de façon très réductrice en le comprenant comme ah oui on parle gentiment aux femmes hein, comme si elles ne pouvaient supporter un autre discours, alors que c'est l'inverse. En réalité, Moshe doit s'adresser en toute simplicité aux femmes parce qu'elles vont le recevoir avec la même simplicité, avec une évidence absolue au quotidien. *Shabat*, *mikve*, génial, lait et viande, top, fastoche ! C'est naturel et ça ne nécessite pas de combat intérieur. La transmission aux hommes passe par des *oneshim*, les punitions, comme le précise Rashi. Chaque *mitsvah* est donnée en disant et si tu ne le fais pas, voilà ce qu'il se passe. Le rav Schlanger dans le Ohel Rahel explique que la nature masculine est compétitive, de conquête, de dépassement. En lui se trouve une forme de résistance qui fait que le fait de recevoir autant de lois contraignantes, allez met les tef, fais la prière, mange ça mais pas ça etc., il va y avoir une nécessité de lutte, de dépassement qui correspond bien à cette nature qui envisage la difficulté. Au niveau du féminin, la Torah s'insère différemment, harmonieusement. Une très belle *Guemara* dans *Brahot* page 17 nous dit la chose suivante : D. a fait une promesse aux femmes et cette promesse est bien plus grande que celle faite aux hommes. La promesse c'est *nashim shaananot komna*. Ça, c'est un verset du prophète Isaïe qui dit levez-vous femmes détendues, en mode yoga, zen attitude, et *shmana hakoli*, et écoutez ma voix, écoutez ce que j'ai à vous transmettre. Les jeunes filles sont qualifiées de *bothot*, proche du mot *bitahon*, tranquillité, certitude. Elles sont convaincues d'être à leur place. Vous aussi venez écouter des paroles de Torah. Les qualificatifs de sérénité, de tranquillité intérieure sont les qualificatifs naturels de la

femme dit la *Guemara*, au moment où elle entend des paroles de Torah. Ne se lève pas en elle la résistance que l'on observe dans la gente masculine parce qu'il existe une certitude intérieure que la parole qui vient d'en haut fait du bien, comme un massage. C'est sûr que c'est ce qu'il me faut, que je vais adhérer dans ma vie parce que ça correspond parfaitement à mon état et à mes besoins. Attention, on ne dit pas qu'on a un mérite particulier. Les hommes sont programmés au masculin, nous au féminin, le programme est différent. Dans la programmation féminine, quelque chose adhère. Sortons de nos préjugés qui consistent à se dire euh non je connais tellement de femmes qui repoussent, qui ne veulent pas de religion etc. Ça, c'est culturel. L'environnement a transformé. Mais la Torah nous parle d'un état naturel. Le féminin, de façon basique, adhère grâce à une prise de conscience naturelle qui vient d'en haut. Elle est '*Shaanana*', *détendue*, en harmonie avec elle-même quand elle apprend la Torah.

De là, je voudrais évoquer l'importance et la nécessité de ce que nous sommes en train de faire maintenant et qui est relativement nouveau. On se retrouve pour étudier la Torah. Nous ne sommes que des femmes et c'est une femme qui vous enseigne. Je précise que dans le texte biblique ce *ko tomar le beit Yakov* précède le *vetaged le bnei Israel*. Ça précède ce qui est transmis aux hommes. Le mouvement de départ quand la Torah est transmise, ce qui crée le sillon de départ, la première façon de recevoir la Torah va pouvoir indiquer quelque chose aux hommes, qui viennent après. C'est le même contenu, c'est la même Torah, mais l'adhésion est différente. La façon de la vivre, de l'étudier, de faire parler les textes est différente. C'est assez récent, ça fait peut-être quelques dizaines d'années qu'un mouvement initié par Sarah Schneirer a permis aux femmes d'avoir accès au texte biblique. Mais ça va se démocratiser encore plus, je vous le dis, je suis visionnaire. On voit un nouveau souffle, un vent nouveau de femmes qui veulent étudier la Torah. Il peut y avoir un mouvement féministe, que j'entends et que je comprends, qui dit j'ai le droit à. Mais sous forme de revendication, ça veut aussi dire, ça me revient, pareil que, en comparatif avec le monde masculin. Puisqu'eux font de la

La Paracha par Mariacha

Tout un programme

Paracha Ytro. Paris, vendredi 5 février 17:36 | 18:47



Guemara, j'y ai aussi le droit. Mais ce qui est écrit ici c'est différent, ce n'est pas qu'on a le droit. Il y a écrit qu'on a le **devoir**. Ce n'est pas la même chose. Dire qu'on a le devoir revient à dire qu'un rôle nous est assigné. Puisque la réception de la Torah, la façon de la vivre, de l'insérer dans le quotidien, de la transmettre, de mettre des mots dessus se fait de façon *chaanan*, en détente, sans violente lutte intérieure, on a le devoir d'exprimer notre voix, cette voix féminine. Pourquoi ? Pour influencer vers une autre façon d'adhérer à la Torah. Seule une partie d'hommes peut se voir comme les soldats capables d'adhérer à la Torah masculine. Mais c'est tellement radical, extrême que rares sont ceux qui ont envie de leur ressembler. Ils sont là avec leurs habits noirs, la barbe, c'est compliqué, et le stress sur la prière ou autre, ça étouffe ! Ça ne donne pas envie. Alors qu'une Torah vécue avec une simplicité absolue, toi et moi c'est pareil, on se ressemble, ok ma jupe est peut-être un peu plus longue mais ça va c'est la mode quand même, cette Torah-là donne envie. Donc ce n'est pas un droit qu'on a, mais un **devoir** de venir et d'influencer. On doit être de grandes influenceuses générales, chacune d'entre nous peut montrer une autre Torah, une Torah féminine. C'est fondamental.

Pendant beaucoup de siècles, la Torah était l'apanage des hommes et peu de femmes avaient leur mot à dire. Seul un groupuscule orthodoxe s'en emparait avec beaucoup de fermeté. Il ne s'agit pas d'exprimer un message laxiste. Par contre cette façon de faire pouvait faire peur. Personnellement, je ne me reconnais pas dans un certain judaïsme orthodoxe en Israël. Il y a eu un enterrement massif récemment, j'ai juste vu quelques photos et j'ai eu très honte. A quoi on ressemble ? Le programme de la Torah nous est indiqué : *veatem tiyou li mamlehet cohanim vegoy kadoch*, que vous soyez pour Moi une assemblée de prêtres et un peuple saint. C'est un peu comme dans une classe, vous avez le meilleur élève auquel on dit de toi j'attends un comportement exemplaire. Quand nous sommes ici en France parmi les non juifs, on se doit d'avoir un comportement exemplaire. Ça s'appelle du *kidush Hashem* et l'inverse est du *'hilul Hashem*. Et encore plus au sein de l'état juif, le monde pratiquant se doit d'être exemplaire. Je vais être

un peu cassante mais je crois que c'est un fait d'homme ce côté conquérant, sûr de soi, concurrentiel qui dit moi je sais et j'embête tout le monde. Mais non. La Torah est d'abord une Torah de vie, elle doit donc venir dans ton existence comme quelque chose qui n'est que bien-être. Notre rôle donc quand on étudie la Torah est fabuleux. On passe un bon moment ensemble, c'est vrai, on se remplit de spiritualité, c'est vrai mais on est aussi porteur d'un message, porteur de cette Torah-là. Imaginez que vous êtes devant la plage, qu'il fait beau, que tout autour de vous n'est qu'harmonie eh bien c'est ça la Torah. Ce n'est pas quelque chose de violent qui vient vers moi, ce n'est pas une tempête qui s'abat mais c'est comme un bébé dans les bras de sa maman. Puisque ça nous vient d'*Hakadosh Barouh hou* et que c'est le mode d'emploi de notre existence, ça ne peut qu'être en faveur de notre bien-être.

Comment va-t-on faire pour influencer autour de nous ? Pour déployer ce message-là de bien-être ? La pensée, le cerveau, l'intellect est siège de la *neshama* comme vous le savez et ensuite cette pensée se contracte -puisque venant du haut elle est infinie- et se déploie en nous à travers la parole et l'action. Rav Shneur zalman de Liady parle de trois types d'habit de la *neshama*, pensée, parole, action. Évidemment, au début dans le Sinaï, on reçoit une Torah comme un mode de vie qui est une pensée. La pensée philosophique qui nous est transmise est d'une puissance infinie puisqu'elle vient de D., mais elle va venir se traduire au sein de la Torah dans une façon de parler et une façon d'agir. La pensée va venir s'habiller par des *mitsvots* concrètes, le *loulav*, la *matza*, le *shabat*, les bougies, le *mikvé*. Cette pensée crée un mode de vie. On est donc entre cette pensée fabuleuse qui nous arrive du Sinaï, les Dix commandements, et l'habit de cette pensée, la Torah entière à travers toutes les *mitsvots*. Encore une fois, l'objectif est ce bien-être absolu qu'elle doit nous apporter.

Un mot encore sur ces trois habits-là, pensée, parole, action qui habitent la parole d'*Hashem* : parmi les Dix commandements, cinq sont relatifs à mon lien à D., cinq, relatifs à mon lien aux autres. Le lien vertical d'un côté et le lien horizontal de l'autre. Une précision à garder en tête. Quand je regarde les cinq commandements

La Paracha par Mariacha

Tout un programme

Paracha Ytro. Paris, vendredi 5 février 17:36 | 18:47



relatifs à ma relation à *Hashem*, je réalise qu'ils sont relatifs à ma *émouna*. Le premier commandement c'est Je suis l'Éternel votre D., le second est que tu n'auras pas d'autre D. que moi. Ce sont des commandements liés à mon monde intérieur- la pensée-. Vient ensuite le commandement de ne pas dire le nom de D. en vain, il s'agit de la parole telle qu'elle est créatrice. Le respect de *shabat* qui vient ensuite est une action et le respect des parents qui suit l'est aussi. On retrouve donc pensée, parole, et action. La pensée intervient en premier car elle est à l'origine d'un raffinement au niveau de la parole et de l'action. Ces cinq premières paroles de D. permettent de se connecter à quelque chose qui me dépasse. A l'inverse, les cinq suivantes permettent de se connecter avec ceux qui sont autour de moi de la meilleure façon qui soit. Tu ne tueras pas, tu ne feras pas d'adultère, tu ne voleras ou kidnapperas pas. Ce sont trois commandements concernant l'action. Enfin, tu ne feras pas de faux témoignage. Au-delà de l'action, raffine-toi encore plus avec la parole. Enfin, vient le commandement le plus difficile des dix, *lo tahmod*, ne pas porter un regard envieux sur ce que les autres ont. Donc action en premier lieu puis parole puis pensée. Finalement à travers ces trois habits de l'âme, pensée, parole, action, on couvre la totalité de notre connexion avec ce qui est au-dessus de nous comme avec ce qui est à côté de nous. Par rapport à la connexion qui est au-dessus, l'importance absolue est de travailler à l'intérieur de soi et c'est ce qui va avoir des implications à l'extérieur. Dans ma connexion avec ceux autour de moi, travailler sur des actes qui sont des actes concrets à réaliser selon le mode d'emploi de la Torah a une implication sur la parole et peut-être même sur ton rapport aux autres qui s'assainit de tous parasites. Tout un programme comme je vous le disais!

Je me pose la question de comment réussir à faire ce lien harmonieux entre mon monde intérieur et mon monde extérieur. Quand j'écoute les messages adorables de femmes qui me disent ce cours m'a fait réfléchir, ça m'a bouleversé, je me dis ce qu'on fait ici est génial. Je kiffe vous kiffez, on se connecte à la Torah, c'est super. Mais la grande question de cette *parasha* c'est finalement comment faire pour passer à l'acte ? Combien on

a de juifs qu'on admire dans le monde intellectuel ou culturel? De BHL à Gad Elmaleh, je peux vous en citer pas mal. Dans le monde de la pensée ou de l'art, on a des gens incroyables. Mais on se demande finalement ce qui coince au niveau du passage à l'acte alors qu'il y a une identité juive très forte. Pourquoi c'est difficile d'arriver à une Torah détendue, de bien-être intérieur, qui correspond tellement bien à l'homme ? Pourquoi le passage à l'acte est si compliqué ? Et on peut poser la question dans l'autre sens : pourquoi il existe tellement de juifs pratiquants nés dans des familles pratiquantes pour lesquels a priori l'action est cachère valide alors qu'elle ne l'est pas. Il suffit de reparler de ce fameux enterrement massif. Certaines actions vont être faites de façon automatique, robotisée, tu as grandi dans tel milieu et donc tu fais comme tout le monde mais est-ce qu'à l'intérieur de toi ça vibre ? Est-ce que tu prends le *houmach* en te disant je suis amoureuse de ce *houmach* ? C'est bon, c'est génial d'avoir ce mode d'emploi, j'ai envie de l'intégrer encore plus ! Les deux questions sont graves et portent sur l'authenticité. Si tu es attaché à la culture juive pourquoi est-ce que tu n'arrives pas à faire en sorte que ça se déploie dans ta vie ? Et si ça s'est déployé dans ta vie, es-tu authentique par rapport à tes certitudes, à ta *émouna*, au fait d'être un *mensh* ?

Je vais vous raconter une petite histoire dont je me souviens. Vous savez que s'il y a une conduite que je m'impose de suivre, c'est de ne me mêler de la vie de personne, de ne juger personne bien sûr parce que quand tu enseignes la Torah tu sais que l'être est complexe, qu'il est multiple et qui suis-je pour connaître la vie d'untel, etc. Donc cette Torah féminine s'adresse à tout le monde, quel que soit le niveau de pratique, la culture, la vie intérieure, extérieure, peu importe. Je donnais des cours depuis cinq six ans au même groupe à, Bonneuil, à des jeunes filles assidues. C'était un vrai groupe motivé qui avançait et il y avait des filles super investies. J'organise un *shabat* plein étudiantes à la maison, *shabat* Ytro. Entre 30 et 40 jeunes filles sont à la maison, il y a une immense table -bah oui ce n'était pas le corona- et on se fait une belle ambiance Ytro, on parle du don de la Torah, on chante, bref on kiffe parce que *shabat* c'est kiffant. A un moment dans l'après-

La Paracha par Mariacha

Tout un programme

Paracha Ytro. Paris, vendredi 5 février 17:36 | 18:47



midi, une fille demande à une autre si ça fait longtemps qu'elle vient au cours, alors oui oui ça fait six ans que je viens aux cours, je suis tune, bref une fille sympathique. Et là, je ne sais pas comment c'est possible, j'ai dit quelque chose qui ne me ressemble tellement pas mais c'était spontané, on était proches, elle venait faire du baby-sitting à la maison par exemple. Je lui tapote sur l'épaule et je lui dis mais alors pourquoi est-ce que tu n'es pas encore *chomeret shabat* ? Et elle se met à pleurer. J'ai eu honte mais honte ! Son amour de la Torah était tellement évident, elle était tellement assidue que c'est sortie comme ça. Immédiatement je lui demande pardon, pardon, pardon, je ne sais pas pourquoi j'ai dit ça, je te promets que ce n'est pas un jugement, c'est juste que j'ai tellement l'impression que... Et là elle me dit mais ne me demande pas pardon : c'est la phrase qu'il fallait que j'entende. A partir de maintenant, je suis *chomeret shabat*. Ça fait dix ans cette histoire et elle est *chomeret* depuis. La leçon est double pour moi. Je ne sais pas pourquoi j'ai ouvert ma bouche, je n'aurais pas dû, mais d'un autre côté, c'est comme si elle avait eu besoin d'entendre ça. Une forme d'inertie, de difficulté face au passage à l'acte a été évacuée par ce mot-là. Cette histoire reste un mystère parce que dans ce cas-là c'est happy end mais en fait c'était intrusif et je ne me suis plus jamais exprimée de cette façon. Je transmets le mystère parce que j'ai observé ce passage à l'acte qui m'a intrigué.

Ce passage à l'acte est compliqué parce que déjà on vit dans un certain milieu social et le fait d'assumer quoi que ce soit qui relève du domaine du visible c'est difficile. Dès que je ne te réponds pas au téléphone *shabat* alors quoi, je dois te rendre des comptes ? Avant-hier, une jeune fille m'a dit mon père est tellement anti, anti, anti que le samedi matin il l'appelle toutes les cinq minutes jusqu'à ce qu'elle réponde et elle ne répond pas. Après il lui dit t'exagères de pas avoir répondu ! Elle lui explique que c'est parce qu'elle est *chomeret shabat* mais il s'énerve. Ce n'est pas facile pour elle parce que ça signifie que son entourage la prend pour une folle. Je suis consciente que c'est difficile.

Ce qu'on voit dans la *parasha* de cette semaine, c'est le fameux *naase venishma*. *Hashem* nous

donne le best-off de la Torah, les Dix commandements et nous on dit *naase venishma*. Le *naassé*, l'action a précédé la compréhension ce qui est fou. Si je veux vous vendre quelque chose, vous allez d'abord l'analyser, évaluer si ça vous convient, négocier le prix et ensuite seulement vous direz ok j'achète. C'est quand même la négoce la plus incroyable du peuple juif. Pour nous qui sommes a priori de bons négociateurs, on s'engage sans rien savoir et on engage avec soi les futures générations. Être le prêtre des nations, le meilleur élève de la classe, ce n'est pas évident, faut tenir et on a décidé d'accepter sans même regarder ce qui est dedans. Je voudrais parler de l'articulation entre ce que je fais et ce que je comprends. Il y a un *naassé*, c'est-à-dire qu'il y a une action qui prévaut. Ce que ça veut dire, j'ai un mode d'emploi, je te donne un waze pour ta vie, suis-le, AGIS. C'est D. qui te l'écrit, ça ne peut être que bon. Et *nishma*, n'oublie pas d'essayer de comprendre. N'oublie pas de donner du sens à ton action sinon tu vas devenir un robot. Sinon tu vas aller à un enterrement où il y a des milliers de personnes, tu vas passer le virus et faire du *hilul Hashem*. N'oublie pas d'essayer de comprendre, d'utiliser ta tête et de comprendre le monde des obligations, de la vie. *Naassé*, oui agis, *venishma*, ça doit te mener à une compréhension.

Mes fers de lance les plus importants c'est de donner du sens aux *mitsvots* notamment la *mitsvah* du *mikve* qui est celle que j'affectionne le plus. J'ai démarré il y a quelques années le séminaire *Bohi Kala* qui a grâce à D. beaucoup de succès et dans lequel je fais une chose, c'est donner du sens à la *mitsvah* du *mikve* qui peut être compliquée à vivre et évoquer des choses difficiles si on n'a pas compris que ça signifie une renaissance intérieure. J'ai vraiment un cycle énorme sur la compréhension du *mikve* et d'ailleurs le fait d'avoir beaucoup travaillé ce sujet m'aide dans d'autres domaines. La semaine dernière, la veille du cours ici, j'ai reçu un appel d'urgence comme un pompier pour éteindre un incendie dans une école juive dans laquelle il se passe en classe de seconde des choses innommables entre les filles et les garçons. Culturellement, on a enseigné à nos filles à ne pas répondre à des appels insistants. Maintenant c'est différent : l'appel insistant vient du côté féminin.

La Paracha par Mariacha

Tout un programme

Paracha Ytro. Paris, vendredi 5 février 17:36 | 18:47



C'est là que notre discours à nous doit s'adapter et qu'on doit pouvoir leur expliquer quoi, pourquoi, comment. Qu'est-ce que change en moi l'idée que plus tard je serais capable de créer avec un conjoint ? Là aussi, ce qui m'a aidé c'est de donner le sens des choses plutôt que de dire c'est permis, c'est interdit. Permis, interdit, c'est la Torah masculine. La Torah de *ko tomar le beit Yakov* c'est une Torah dans laquelle tu ne peux que dire ah mais oui, je ne savais pas mais c'est bien, ça va m'aider à me protéger et à aller de l'avant. C'est l'importance du sens : je fais mais je comprends. Encore une petite anecdote qui me vient : je donnais des cours à la fac de droit pour les étudiants de Créteil et toutes les semaines à midi on se retrouvait dans un restaurant (comme c'était bien avant le corona !). Un jour, une étudiante vient avec sa copine en me disant elle n'est pas juive mais elle crève d'envie d'écouter depuis longtemps déjà. Ça ne me dérangeait pas sauf que la semaine d'après il y a en avait trois, puis cinq et à la fin j'avais plus de non juives que de juives. J'ai appelé mon rav et je lui ai demandé qu'est-ce que je fais ? Le rav m'a répondu que sûrement, je donnais trop le sens et qu'il fallait ramener le sens à une action et donc aux *mitsvots*. Je l'ai fait une fois. Le cours d'après c'était terminé, elles n'étaient plus là. C'est une vraie histoire. En faisant un cours plus masculin, plus rigide, elles n'ont plus eu envie de revenir. Vous comprenez qu'on est en permanence sur le fil du rasoir entre ce monde merveilleux de la compréhension des *mitsvots* et la nécessité d'aller de pair avec *naassé*, l'action. Regardez cette *mishna* magnifique dans *Avot*, troisième chapitre, neuvième *mishna* : Rabbi Hanina ben dossa disait que tout celui dont les actions sont plus importantes que son intelligence -ce monde intellectuel délicieux où on est ravi d'apprendre des choses merveilleuses sur la Torah- *hokhmato mitkayemet*, il a une intelligence solide. Mais celui qui à l'inverse a une plus grande intelligence mais qui n'y est pas au niveau du passage à l'acte, des actions, son intelligence ne va pas perdurer, ne va pas être solide. Rabbi Hanina ben dossa dit étudier fait du bien, c'est un massage cérébral kiffant et on voit comme la Torah est bonne mais si tu as du mal dans le passage à l'acte, sache que tout ce que tu as appris va être oublié. Ta *hokhma*

ne va pas tenir parce qu'elle ne s'inscrit pas dans un monde d'action. Rabbi Hanina ben dossa avait une fille qui arrive un jour en pleurant chez lui et qui dit papa c'est la cata parce que dans mes bougies de *shabat* j'ai mis du vinaigre au lieu de l'huile ce qui veut dire -puisque symboliquement les bougies de *shabat* renvoient au *shalom bait*- que mon couple tourne au vinaigre. Donc qu'est-ce que je fais ? Comment je ravive la flamme si ça tourne au vinaigre ? Son père lui répond ma fille chérie, quel est le problème ? Va et allume ton vinaigre. Celui qui a dit à l'huile de brûler dira au vinaigre de brûler. Ce qu'il dit là c'est agis, va, bouge-toi ! Si t'es là à te lamenter, c'est sûr que ça ne va pas aller bien. Mais oui nous dit le rav, on peut réparer les choses, même du vinaigre. Un peu plus loin, la *Michna* continue et toujours au sujet de l'articulation entre mondes de la pensée et de l'action nous dit : celui qui a une intelligence plus importante que ses actions -c'est-à-dire qu'il adore réfléchir mais que quand il s'agit de faire c'est compliqué- *le ma hou domé* ? A quoi ressemble-t-il ? A quoi je ressemble quand je kiffe les cours de Torah et qu'il n'y a rien derrière ? Il ressemble à *ilan*, un arbre. On reste dans le thème de *Tou bishvat*. Il ressemble à un arbre qui a pleins de branches mais de toutes petites racines. *Vearouh ba*, un vent va venir et clac, va déraciner cet arbre. Comme toutes ces branches sont lourdes à porter et que les racines ne sont pas solides, il va tomber. Un autre courant intellectuel va venir, un autre courant de pensée va m'envahir et l'arbre va être déraciné. Mais, celui dont les actions sont plus grandes que la sagesse, il ressemble aussi à un arbre qui n'a pas beaucoup de branches mais qui a de grosses racines. Les racines sont si bien ancrées dans la terre, *che afilou kol harouhot baolam*, que tous les vents du monde, toutes les spiritualités du monde, tous les -ismes du monde qui sont rentrés dans le peuple d'Israël, ne vont pas déraciner l'arbre. Il ne bougera pas de sa place. Nos actions c'est les racines, c'est la solidité de la personne. Qu'est-ce qui fait que je continue ? Plus je réussis à faire des actes, plus je m'inscris profondément dans la terre pour perdurer et rester authentique.

Je me prends des claques avec ce cours. C'est bien plus facile pour moi en faisant cours de vous montrer la *hokhma*, la sagesse infinie, qu'on se

La Paracha par Mariacha

Tout un programme

Paracha Ytro. Paris, vendredi 5 février 17:36 | 18:47



régale ensemble et derrière ça implique que chacun fait ce qu'il veut. En réalité, depuis ces quelques mois que j'étudie le Tanya avec mon mari et un rav qui nous fait la *havrouta*. Lui est *chabad* et dans ce monde-là ils ont vraiment intégré la nécessité de l'action parce que l'action transforme, crée, transcende. J'ai sans arrêt des sollicitations de tout ordre auxquelles je ne sais pas forcément comment répondre alors je lui pose des questions. Je suis surprise par sa réponse. En moyenne en ce moment, j'ai chaque semaine un nouveau cas d'une fille qui sort depuis x années avec un musulman. A chaque fois, ce rav me dit il faut qu'elle fasse un acte. Moi j'essaie plutôt d'échanger, de parler, mais lui conseille d'allumer les bougies à l'entrée de *shabat*. Je me suis mise à adhérer à cette réflexion un petit peu. Une élève que j'aime beaucoup avec qui j'ai organisé des *shabats* pleins me dit ça y est j'en peux plus, je m'entends vraiment mal avec mes parents, ça fait deux ans que je kiffe ce copain, je t'appelle et je suis à deux doigts de craquer parce qu'il est trop sympa. On allume les bougies chez toi ? Non ça n'existe pas. Je l'ai alors appelé à l'heure de l'allumage en lui disant c'est maintenant, j'allume les bougies, fais-le avec moi. Je lui ai proposé de faire une prière aussi, que ses racines soient bien plantées, que *beezrat hachem* elle y arrive.

Pour moi vous le voyez, c'est un sujet qui m'habite en permanence. L'étude de la Torah est si douce, si bonne mais doit aller de pair avec le monde de l'action, avec la solidité qu'apporte l'action. Les *Tehilim*, les Psaumes de David, nous donne aussi une indication sur cette articulation. Le livre s'ouvre comme ça avec le premier verset : *ashré ahish asher lo alah beatsat reshaim*. C'est traduit par heureux l'homme mais le vrai sens d'*ashré* est solide. Heureux l'homme qui n'a pas et n'a pas et n'a pas. Ne pas se lier dans la voie des pêcheurs, ne pas s'asseoir avec des moqueurs etc, prescrit le texte. L'éducation de nos enfants doit prendre en considération qu'on n'est pas une époque où on peut dire tu dois tu dois tu dois. Met les tef, lève toi, non j'ai pas les nerfs, je suis mort, j'ai la flemme. Mais qu'est-ce que tu ne dois pas faire ? C'est plus facile de créer le cadre, avec en évitant au moins tout ça. Ce que dit David *hamelekh* c'est qu'il faut déjà éloigner les parasites, les dangers avérés et après c'est *ki im*

betorah Hashem hevtso, car pour être solide, il faut être attiré par la Torah et son étude. Dans ce cas-là, cette solidité est comparée à un arbre planté sur un cours d'eau *véaya keets chatoul al palgé maim acher pirio iten béito* qui donne ses fruits et dont les branches ne fanent pas, tout ce qu'il fait il le réussit *vehol acher yaassé yatsliah*.

Pourquoi l'insistance sur la comparaison à l'arbre ? Ça ne vous ferait pas penser à quelqu'un qui devait être solide et n'a pas été si solide ? Ça fait maintenant des milliers d'années qu'on essaie de réparer. Dans la dialectique entre soi et soi-même entre soi et soi, entre soi et les autres on retrouve aussi ce fameux arbre. Au *gan Eden*, il y avait pleins d'arbres dont deux très célèbres : *etz ahaim*, l'arbre de la vie dont il a tout à fait le droit de manger et l'autre, celui dont il ne fallait pas manger, l'arbre de la connaissance, *ets hadaat tov vara*, du bien et du mal. Ce qui est *tov*, bien, avec cet arbre c'est d'avoir la connaissance, la sagesse. Le *ra*, le mal de cet arbre c'est de n'avoir **que** de la sagesse, donc pas une sagesse qui mène à un mode de vie, à une transformation intérieure. Les sages disent que la Torah a été donnée pour raffiner les êtres humains, rendre meilleur avec ceux qui m'entourent, avec soi-même, mieux s'accomplir, mieux se réaliser, être dans l'authenticité. Parmi les deux arbres qu'on voit ici on a le *etz Haim* dont parle David *hamelekh*, où il y a un cours d'eau et tout ce que fait l'arbre réussit. L'arbre de la vie, l'arbre vivant c'est celui qui est en action, en mouvement, c'est ce qui laisse une trace, une pensée, une parole, une action. *Ets adaat*, avoir la connaissance, c'est *tov* mais ça peut aussi être *ra*, attention. Si cette sagesse est déconnectée du monde qui découle de cette sagesse, c'est risqué.

Je voudrais finir en vous disant qu'à la fin de *matan Torah*, quand on a tout entendu, tout reçu, il est écrit *atem reitem*, vous avez vu dit D., *ki min hashaim dibarti imahem*, aujourd'hui Je vous ai parlé depuis le ciel. Sur place, Rachi dit je ne comprends pas. Il nous a parlé du ciel donc il est resté dans les mondes supérieurs et nous dans les mondes inférieurs. Mais ailleurs, il est écrit dans la Torah qu'*Hashem* est descendu sur la montagne, qu'il a quitté les lieux célestes pour venir à nous. Rachi dit qu'un troisième verset départage et indique si D. est descendu ou si nous

La Paracha par Mariacha

Tout un programme

Paracha Ytro. Paris, vendredi 5 février 17:36 | 18:47



sommes montés à Lui en disant ‘*depuis le ciel Il t’a fait entendre Sa voix pour t’instruire et depuis la terre Il t’a fait voir son feu*’. Il y aurait donc deux niveaux, l’un en haut inatteignable et l’autre où Il a fait un pas vers nous ce qui a permis de créer ce lien. Autre explication : les cieux sont descendus comme des étendues célestes qui ressembleraient à des draps qu’on dépose, nous dit Rachi. Le monde abstrait, le monde intellectuel, le monde infini de notre pensée est descendu **sur terre**. C’est-à-dire que quand je suis avec vous et que je me régale de Torah, je me hisse. Inversement quand je décide de faire une action en allant visiter un malade, en aidant une personne dans le besoin, c’est alors le ciel qui vient à moi. Ce monde physique matériel d’actions, je le transforme en réceptacle de quelque chose de transcendant. On fait ce double mouvement en permanence. C’est pour ça que Rachi parle de ces deux mouvements lors du *matan Torah*. Il y a moi qui monte, et le ciel qui vient à moi, la transformation par mon action du monde du bas pour le connecter au Haut. Quand je suis avec vous en train d’étudier, c’est écrit textuellement, *velo yasaf*, il y a le son du Shofar sur le Sinaï et il ne s’arrête pas. Mais quoi, ça s’est arrêté il y a 3300 ans, non ? A chaque fois qu’on étudie ensemble la Torah, on a comme un re-don de la Torah. R’ Pinhas Friedman dit que D. lui-même est assis avec nous et dit les mêmes mots que nous. C’est écrit dans nos textes. A chaque fois que nous étudions, Il s’installe avec nous, corona ou pas. On est dans le Haut qui vient vers nous et nous qui allons vers le Haut en même temps. J’ai vraiment ressenti ça jeudi dernier quand je suis allée visiter un élève qui m’a dit qu’il était en hôpital psychiatrique pour dépression grave. Il ne savait pas que c’était *Tou bishvat*. Je suis vite vite allée lui apporter des fruits et on a fait chaque *braha* pour la *seuda*. Une *braha*, c’est l’articulation du haut et du bas. Amen, émouna, c’est ça, c’est une articulation du haut et du bas. Chaque *braha* qu’il faisait, je voyais physiquement comme il prenait de la hauteur. Il s’est mis à sourire. A la fin des *brahot* il dit les nuages sont partis et le soleil est revenu. Je l’ai vécu comme un petit don de la Torah. Voyez ce monde d’actions ! Ce n’est rien d’aller visiter une personne. A part le PV que je me suis pris, c’est

zéro effort. En allant là-bas tu vois que l’action connecte le bas et le haut et que le haut descende vers le bas.

Qu’on ait *beezrat Hashem* un arbre solide avec des racines solides et aussi pleins de branches et fruits, que l’on puisse toutes ensemble continuer à étudier pour faire et que nos actions puissent fertiliser nos réflexions !

Si vous souhaitez dédicacer la Paracha pour la guérison, l’élévation de l’âme, la réussite d’un proche, un mazal tov... veuillez contacter le 06 18 86 46 53.

Leiloui nishmat – Élévation de l’âme de :

- Fredj ben Benini
- Paul René Saadani ben Yossef et Florette GUEZ

Réfoua chéléma – Guérison de :

- Hava Bat Turquia
- Nathan Moché Haï ben Myriam
- Moche Nethanel Ben Rahel Mina
- Danielle Bat Elise ElishevaRegine
- Sultana Bat Lisette Aziza
- Fanny Gilda bat Esther Germaine
- Avraham ben Thérèse Esther
- Tinok ben Simha Haya
- Simha Haya bat Rahel
- Refael Ben Alison AZRAN
- Clara Dana Bat Joelle Zohra