

ELOUL 1

Ce soir le mois de Eloul commence, de même qu'il est impossible de donner des médicaments à un malade avant d'avoir déterminé sa maladie, afin de lui donner les bons médicaments ; ainsi pour les maladies de l'âme on doit d'abord déterminer la maladie avant de trouver les médicaments.

Même si on se réveille au milieu du mois de Eloul, et même si on est dans les derniers jours de Eloul, on ne doit pas penser qu'il est trop tard pour faire Téchouva. Chaque jour du mois de Eloul est propice à la Téchouva et à l'aide divine sans limite pour y parvenir.

Mais tout de même, plus vite on se réveille et mieux c'est !

Il est difficile de porter un joug et de régler toute sa journée, chacun de ses actes selon le Choul'han Arou'h même pour celui qui est dans la Torah.

Partant de là, on se comporte pendant toute l'année selon les habitudes prises depuis l'enfance ou plus tard. Mais cela reste des habitudes avec tous les risques que cela comporte. On ne réfléchit pas si chacun de nos actes est juste. On agit... sans réfléchir. L'habitude !

Celui qui se comporte ainsi ne se rend pas compte des Avérot qu'il fait à longueur de journée. Il ne peut pas s'en rendre compte puisqu'il ne réfléchit pas, il n'analyse pas ses actions si elles sont justes ou non. Il ne se rend même pas compte de la petitesse de sa Avodat Hachem (service divin).

Cela est notre situation toute l'année, mais pendant Eloul le Chofar nous interpelle en disant : « Réveillez-vous, endormis de votre sommeil. Tout va mal ! Vous vivez une vie de fiction, une vie imaginaire. »

Cependant le problème est le suivant : Nous entendons bien l'appel du Chofar, nous croyons même sincèrement à son message, mais cela n'a pas d'impact sur notre comportement.

Pourquoi ?

Car **nous ne voulons pas** porter le joug. Nous avons peur, si nous réfléchissons trop sur notre situation, d'être obligés de changer nos habitudes.

Pour cela nous nous contentons d'une petite réflexion superficielle qui entraînera des changements superficiels, mais nous avons peur d'aborder une vraie introspection et de nous regarder nous-même, de voir le fond de notre sac.

Là est le paradoxe, nous connaissons le Emet, nous savons que nous devons changer mais nous ne voulons pas trop réfléchir et prendre le problème à bras le corps par peur de ce que nous allons découvrir et que le chantier ne soit trop important pour nous.

La vraie question de la Téchouva est donc : Comment commencer une réflexion sur la Téchouva si tout au fond de nous même il nous manque la volonté de Téchouva ?

Le meilleur moyen de se transformer est d'entrer dans ces quarante jours petit à petit, par paliers :

- a) En premier on doit se renforcer sur les choses dans lesquelles on est déjà un peu fort toute l'année. Même si ce sont des choses superficielles. Et on doit essayer de les renforcer et de les élever le plus haut possible (cela est plus facile puisqu'on fait déjà attention à ces choses là.)
- b) On doit se renforcer dans la Téfila et repositionner la Téfila dans notre vie à la place qui est la sienne. Comment cela ?
 - En faisant très attention aux horaires de la Téfila. (Ne pas faire Cha'harit à midi, ni attendre que la Chékia soit passée pour faire Min'ha)
 - En se concentrant davantage dans la Téfila afin d'augmenter sa ferveur.
 - Bien sûr en se concentrant sur la traduction de chaque mot de la Téfila et notamment dans le premier verset du Chéma (Chéma Israël Hachem Elokénou Hachem E'had) et dans la première Béra'ha de la Chmoné Esré. Mais aussi dans Achivénou, Séla'h Lanou...
 - De même on doit essayer de se concentrer plus, dans la première Béra'ha du Birkat Hamazone.

Nous avons commencé par le renforcement de ces deux sujets (les choses que l'on fait déjà et la Téfila) car leur accomplissement ne dépend que de nous-mêmes. Nous sommes aidés par notre entourage (tout le monde fait la Téfila et Birkat Hamazone). Nous n'avons pas besoin d'une grande préparation ou d'une grande énergie pour commencer à nous renforcer dessus (car nous le faisons de toutes manières).

Mais il existe aussi une autre raison : Se renforcer dans la Téfila et les Mitsvot ne peut que nous élever et nous donner de nouvelles forces dans lesquelles nous puiserons l'énergie de monter plus haut afin d'arranger en nous les autres choses qui ne vont pas.

On doit se fixer chaque jour d'étudier pendant une demi-heure dans les livres de Moussar.

Au début de Eloul on ne doit pas tout de suite faire l'inventaire de ses actes. Car on ne les trouvera pas très bons et on risque alors de tomber dans les filets du Yetser Hara et de sombrer dans le désespoir. Car on pensera : « Comment est-ce possible d'arranger autant de défauts ? » C'est pourquoi on doit attendre encore quelques jours, le temps de se renforcer plus dans la Téfila et les Mitsvot.

Après une dizaine de jours de Hizouk il est possible qu'on soit déjà prêt à faire son introspection pendant la demi-heure fixée pour le Moussar.

Comment faire ? Il faut réfléchir sur la composition de sa journée depuis le matin quand on se lève, jusqu'au soir quand on se couche, et se demander si on se conduit selon le Choul'han Arouh et selon ce qu'Hachem attend de nous par rapport à notre Madréga (niveau spirituel, le nôtre et pas celui d'un autre qui nous semble mieux que nous).

- ✓ Le matin quand on se lève, comment on se lève, et à quelle heure on se lève.
- ✓ Ce qu'on fait avant la Téfila et comment on fait la Téfila.
- ✓ On continuera ainsi son introspection sur toute sa journée.
- ✓ Ensuite il faut écrire les choses qui doivent être arrangées.
- ✓ Puis on doit réfléchir sur sa conduite avec les autres en général et avec sa famille et ses amis en particulier. Comment on leur parle, est-ce qu'on leur donne suffisamment de Kavod (respect).
- ✓ Ensuite est-ce qu'on est capable de faire un acte de Hessed (bonté).
- ✓ Enfin comment on se comporte dans la rue.

Pour l'instant cela suffit d'écrire les choses qui doivent être arrangées sans réfléchir comment les arranger et sans prendre sur soi de les arranger.

A suivre...