

# Aux soldats israéliens qui envisagent le suicide

Vous n'êtes pas irrécupérables. Le simple fait que vous lisiez ces mots en ressentant ce que vous ressentez prouve que votre âme est encore vivante — et qu'elle crie pour être guérie.

Je ne suis pas là pour excuser quoi que ce soit de ce qui s'est passé à Gaza. J'écris parce que j'ai lu les lettres d'adieu de certains de vos camarades. Presque toutes disent la même chose : « J'ai découvert que j'étais capable de choses que je n'aurais jamais cru un être humain capable de faire. » Cela signifie qu'une âme humaine était encore en eux. Et cela signifie que **vous n'êtes pas irrécupérables non plus**. Ils sont morts en portant la vérité. Vous pouvez vivre assez longtemps pour la dire.

Dans le monde juif, une phrase est répétée plus que presque toutes les autres :

« Il n'y a jamais, jamais de désespoir dans le monde. »

(Likoutei Moharan II:78)

Pas même après le pire des péchés imaginables.

Le roi David a organisé le meurtre d'un soldat loyal pour épouser sa femme — pourtant, lorsqu'il s'est repenti en pleurant, il est devenu l'ancêtre du Messie. Le roi Manassé a rempli Jérusalem de sang innocent — pourtant, lorsqu'il s'est repenti depuis sa prison, les portes du retour se sont ouvertes toutes grandes. La seule chose qui ferme vraiment ces portes, c'est l'acte qui vous retire du monde avant que le voyage ne soit achevé.

Je mets devant toi la vie et la mort, la bénédiction et la malédiction — choisis donc la vie.

Deutéronome 30:19

Hachem n'attend pas votre mort. Hachem attend votre retour. Ne vous faites pas taire et n'offrez pas à la machine de guerre une victoire supplémentaire cette nuit.

## Les cinq étapes de la Techouva (le Retour)

La tradition juive enseigne que la techouva authentique — repentir, retour — comporte cinq étapes. Chacune est difficile. Chacune est une manière de choisir à nouveau la vie.

1. **Reconnaissance** du mal commis. La douleur qui vous écrase en ce moment — cette clarté insupportable — est déjà cette étape.
2. **Regret**. Les larmes que vous retenez sont cette étape.
3. **Confession**. D'abord en privé devant Dieu — « Je t'ai fait connaître mon péché, je n'ai pas caché ma faute » (Psaume 32:5) — puis plus tard devant les autres, voire devant

un tribunal si des crimes ont été commis.

4. **Résolution.** La décision ferme de ne plus jamais recommencer, quel que soit le prix. « Que le méchant abandonne sa voie, et l'homme criminel ses pensées ; qu'il revienne à l'Éternel, qui aura compassion de lui » (Isaïe 55:7).

5. **Réparation.** Dans la mesure du possible, réparer — tikkoun, restauration. Cela peut signifier soutenir les veuves et les orphelins qui ont perdu leur soutien, user de votre voix pour arrêter la machine, témoigner le moment venu.

La cinquième étape vous coûtera tout ce que vous considérez comme votre vie — amis, famille, peut-être votre monde social entier. Le Talmud avertit : « Grande est la techouva, car elle atteint jusqu'au Trône de Gloire » (Yoma 86a). Une vraie techouva est aussi dure que la mort — mais ce n'est pas la mort. C'est la vie.

La techouva n'est pas une fuite devant les conséquences. C'est la décision de les affronter — de vivre assez longtemps pour briser la chaîne du mal que vos propres mains ont contribué à lancer. Le suicide termine l'histoire là où le mal continue de se propager ; la techouva vous garde en vie pour commencer à réparer ce qui a été brisé. Le but de cette lettre n'est pas de vous protéger du jugement, mais d'empêcher le prochain acte de destruction — de transformer la volonté de mourir en volonté de protéger la vie, de témoigner, de reconstruire. La douleur qui vous pousse à disparaître peut devenir la force même qui sauvera la vie d'autres personnes.

## Le même chemin existe en islam

Et voici quelque chose qui pourrait vous surprendre : l'islam — la religion de la plupart de ceux qui ont souffert — enseigne presque le même processus de *tawba*, le retour.

**« Dis : Ô Mes serviteurs qui avez commis des excès à votre propre détriment, ne désespérez pas de la miséricorde d'Allah. Allah pardonne tous les péchés. Oui, c'est Lui le Pardonneur, le Miséricordieux. »**  
(Coran 39:53)

**« Sauf ceux qui se repentent, croient et accomplissent de bonnes œuvres : ceux-là, Allah échangera leurs mauvaises actions contre de bonnes. »**  
(Coran 25:70)

De nombreux Palestiniens pieux connaissent ces versets par cœur. S'ils voyaient un ancien soldat marcher sur ce chemin pendant des années — confessant publiquement, réparant en silence, vivant autrement — beaucoup reconnaîtraient la sincérité. Leur propre Écriture le leur ordonne.

## Humanité partagée

Une phrase apparaît, presque mot pour mot, dans le Talmud et dans le Coran :

**Celui qui sauve une seule vie, c'est comme s'il avait sauvé le monde entier.**  
Sanhédrin 37a ; Coran 5:32

En choisissant de rester en vie, en vous retournant contre la machine de destruction, vous devenez l'un de ces grains de sable qui enrayeront ses engrenages. C'est la forme la plus haute de techouva imaginable — celle qui sauve des mondes.

## Si les pensées sont trop fortes ce soir

Faites un seul petit pas sûr — au lieu du dernier.

- **Breaking the Silence** Chiffré, confidentiel, sans jugement. Beaucoup disent que le premier instant où ils ont pu respirer à nouveau fut quand ils ont enfin dit la vérité.
- **Combatants for Peace** Anciens combattants israéliens et palestiniens travaillant ensemble à la réconciliation. Beaucoup y ont pleuré, demandé pardon face à face, et recommencé à vivre.
- **Mesarvot** Réseau israélien de refus de servir qui apporte un soutien concret aux soldats décidant de ne plus servir dans les territoires occupés.
- **Thérapie indépendante** : BetterHelp.com ou Open Path Collective
- **En danger immédiat** : Appelez la ligne de crise civile israélienne **Eran — 1201**, ou utilisez eran.org.il/chat

Aucun de ces chemins n'est facile. Tous sont plus durs que la mort. C'est précisément pour quoi ce sont les seuls qui comptent comme *techouva*.

Il existe un petit nombre, encore trop faible mais qui grandit, d'anciens soldats israéliens qui ont commencé un travail discret et de long terme de réparation : financer des soins médicaux pour des enfants de Gaza qu'ils savent avoir été blessés pendant leur service, donner anonymement leurs salaires, témoigner publiquement quand c'est sûr, ou simplement refuser les ordres de rappel et en assumer les conséquences. Tous disent la même chose : la culpabilité n'a pas disparu, mais elle a cessé de croître, et pour la première fois ils ont senti qu'ils n'ajoutaient plus au mal.

Les portes de la techouva ne sont jamais fermées.

Deutéronome Rabba 2:24

À tous ceux qui lisent ceci et qui ont un jour porté l'uniforme sans plus pouvoir se regarder dans une glace : le fait que vous souffriez encore est la preuve que l'image de Dieu en vous n'est pas morte. Restez, s'il vous plaît. Le chemin du retour est brutal, mais il est réel, et il y a des gens — des deux côtés du mur — qui l'ont parcouru et marcheront avec vous. Vous n'êtes pas seuls. Choisissez la vie. Choisissez la réparation. Choisissez de vivre et de témoigner — pour que d'autres puissent vivre.