



## Paracha Berechit - 7 Divrei Torah

### Sommaire

- Résumé de la paracha Berechit
- Histoires sur Berechit - L'univers prouve qu'il a un Créateur !
- Berechit : 3 jolies perles sur la Paracha
- Beréchit - Notre civilisation fuit le message divin
- Béréchit : apprendre à prendre du recul (menou'ha)
- Berechit : la détermination, seul moyen de contrôle du Yetser Hara
- Pourquoi pleures-tu si facilement, Maman ?
- Paracha Béréchit : conseils pour obtenir un "Chalom Baït"

### Résumé de la paracha Berechit

D.ieu crée le monde en six jours. Le premier jour, Il crée l'obscurité et la lumière. Le deuxième jour, il forme les cieux, divisant les « eaux supérieures » des « eaux inférieures ». Le troisième jour, Il sépare la terre et la mer, et fait surgir les arbres et la verdure du sol. Le quatrième jour, Il fixe la position du soleil et de la lune, qui auront pour fonction de permettre la mesure du temps et d'éclairer la terre. Les poissons, les oiseaux et les reptiles sont créés le cinquième jour; les animaux de la terre, puis l'être humain, sont conçus le sixième jour. D.ieu cesse tout travail le septième jour, et le sanctifie comme jour du repos. C'est le Chabbath. D.ieu forme le corps humain à partir de la poussière de la terre et insuffle dans ses narines « une âme de vie. » À l'origine, l'homme est une créature bi-sexuée; mais décidant qu'« il n'est pas bon qu'il soit seul », D.ieu prend la "partie féminine" de l'homme, en façonne une "femme", et les unit. Adam et Eve sont placés dans le jardin d'Éden et reçoivent le commandement divin de ne pas manger de « l'arbre de la connaissance de bien et du mal ». Le serpent persuade Eve de passer outre l'interdit et elle pousse son mari à fauter. Suite à cette faute, D.ieu décrète que l'homme éprouvera la mort, retournant au sol duquel il a été formé. Tout gain ne viendra désormais que par la lutte et les difficultés et la femme enfantera dans la douleur. Le couple est chassé du jardin d'Éden. Eve donne naissance à deux fils, Caïn et Abel. Caïn se dispute avec Abel et le tue. D.ieu punit son crime en décrétant qu'il sera un vagabond sans racines pour le restant de ses jours. Un troisième fils naît d'Adam, Cheth, dont le descendant en dixième génération, Noé, est le seul homme juste dans un monde devenu totalement corrompu.



### Le Jour du Mariage : Boy Kalla (Guide en Or)

Guide en Or de préparation à la jeune mariée, au jour-même du mariage ! Comprendre l'impact spirituel de ce jour, savoir éviter le stress, concilier Tsniout et beauté, bien accueillir ses invités, danser avec chacun,... tout un programme.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



## Histoires sur Berechit - L'univers prouve qu'il a un Créateur !

Vendredi 9 Octobre 2015 - Rav David HADDAD - © Torah-Box

Il est écrit dans notre paracha de Béréchit (1, 1) : ?????????? ?????? ?????????? ??? ?????????????? ?????? ?????????? (Au commencement, D.ieu créa le ciel et la terre).

Rabbi Moché Leib de Sassov commentait ce verset de la façon suivante :

« Au commencement » – la toute première chose qu'un Juif doit savoir est que « D.ieu créa le ciel et la terre » – il existe un Créateur et Dirigeant derrière l'univers. C'est à cette prise de conscience qu'arriva Avraham en son temps, lorsqu'il exhorta ses contemporains à la découverte de l'existence de D.ieu en raisonnant ainsi : tout comme il ne peut y avoir de demeure sans propriétaire, le monde ne peut exister sans Force Suprême pour le diriger.

A ce propos, le Talmud raconte qu'un renégat demanda un jour à Rabbi Akiva :

« Ce monde-ci, qui l'a créé ?

– C'est le Saint béni soit-Il, répondit le maître.

– Donne-m'en une preuve concrète, demanda l'hérétique.

– Demain, reviens chez moi, lui dit Rabbi Akiva. »

Le lendemain, le renégat fut de retour. Rabbi Akiva l'interrogea :



### Pnine haTorah

Commentaires sur les 5 livres de la Torah. Chaque paracha éclairée par des histoires, paraboles et midrachim captivant, issues des enseignements de nos Maîtres.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



« Que portes-tu sur toi ?

– Un vêtement.

– Et qui l'a confectionné ?

– Le tailleur !

– Je ne te crois pas, prouve-le moi !

– Qu'y a-t-il à prouver ? rétorqua le renégat. Ne sais-tu pas que c'est le tailleur qui l'a confectionné ? »

Et Rabbi Akiva de riposter : « Quant à toi, ne sais-tu pas que c'est le Saint béni soit-Il qui a créé le monde ! »

Quand l'hérétique fut parti, les disciples de Rabbi Akiva exprimèrent leur étonnement : « Quelle est donc cette preuve que tu lui as donnée ? » Le maître leur répondit : « Mes enfants, tout comme la maison prouve l'existence d'un maçon, le vêtement celle du tailleur, la porte celle du menuisier, de même l'univers prouve que c'est le Saint béni soit-Il qui l'a créé » (*Midrach Temoura*).

D'autre part... on raconte que dans le voisinage de Rabbi Yéhouda Halévy, le prodigieux poète d'Israël en Espagne, vivait un non-Juif, *léhavdil*, lui-aussi poète, qui prétendait dans sa grande érudition que le monde s'était créé tout seul. De nombreux débats sur le sujet eurent lieu entre Rabbi Yéhouda Halévy et cet homme, mais le sage ne parvint pas à le convaincre de modifier sa vision des choses. Un jour, le poète non-Juif composa un chant et, arrivé aux strophes finales, il ne parvint pas à trouver de conclusion adaptée. En quête d'inspiration, il sortit se promener dans son verger, espérant que le grand air profiterait à sa muse. A ce moment précis, Rabbi Yéhouda Halévy passa près de la demeure du poète et, à travers la fenêtre, aperçut le chant inachevé posé sur la table. Ni une ni deux, il ajouta en marge du parchemin une strophe finale à la composition particulièrement soignée.

Quand le gentil rentra chez lui, il eut la surprise de trouver son chant achevé mais ignorait bien évidemment le nom du mystérieux compositeur du couplet final. Au comble de l'émotion, le poète se précipita chez son voisin Rabbi Yéhouda et lui fit part de ce mystère. Mais ce dernier fut loin de partager sa surprise :

« Pourquoi cet étonnement ? demanda le sage. Le couplet a dû s'écrire tout seul.

– Mais c'est impossible, objecta le non-juif. Un chant ne peut pas s'écrire tout seul ! » Et Rabbi Yéhouda Halévy de riposter d'une voix triomphale : « Tu prétends qu'un simple chant ne peut s'écrire tout seul, mais que le monde entier a pu se créer tout seul ? » Mortifié, le non-Juif n'eut d'autre choix que de reconnaître son erreur (*Torat Haparacha*).



## Pnine haTorah

Commentaires sur les 5 livres de la Torah. Chaque paracha éclairée par des histoires, paraboles et midrachim captivant, issues des enseignements de nos Maîtres.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



## **Berechit : 3 jolies perles sur la Paracha**

Vendredi 9 Octobre 2015 - Rav Mordékhai STEBOUN - © Torah-Box

Elève du [Collel Vayizra' Itshak](#), Rav Mordékhai Steboun vous offre 3 jolies perles d'enseignements sur la Paracha de la semaine, afin d'agrémenter spirituellement votre table du Chabbath !

L'homme et le moustique

« Faisons l'homme... » (Béréchit 1, 26)

Nos Sages enseignent dans un Midrach (Gour Arié 12, 2) : Pourquoi l'homme a-t-il été créé en dernier dans l'œuvre de la création ? Pour nous dire que s'il est méritant, on lui dira que tout a été créé pour lui. Dans le cas contraire, on lui dira que le moustique l'a devancé dans la création.

A ce sujet, le Rav Chalom Vlar Chlita nous apporte une très belle parabole :

Il existe deux sortes de cochers : l'un pour lequel Hachem désire lui procurer sa Parnassa, Il lui envoie donc un cheval et une charrette ; et l'autre pour lequel Hachem désire simplement que le cheval soit nourri, Il envoie donc à ce dernier un cocher qui se souciera de le nourrir...

Les deux cochers décrits ci-dessus subviennent à leur besoin de la même manière, mais il existe une différence fondamentale entre les deux : le cheval travaille pour le premier cocher, tandis que le second travaille pour le cheval.

Le Midrach vient ainsi nous enseigner que si l'homme n'est pas méritant, on lui dira que le moustique a été créé avant lui dans la création, et ceci afin que l'homme le nourrisse de son sang...



## **Les Clés de la Parnassa**

Les mécanismes de la réussite matérielle et financière dans ce monde : histoires, explications de nos maîtres, prières, ségoulot. Ce livre répond à chacune de nos questions au sujet de la Parnassa.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



## La faute d'Adam Harichone

«... puis elle donna aussi du fruit à son époux, et il mangea... » (Béréchit 3, 6)

Il existe un Midrach particulièrement intrigant qui demande : pourquoi Adam Harichone fut-il ? Parce qu'il ne regarda que deux choses et non trois... Qu'est-ce que cela signifie ?

Le Gaon de Vilna explique que cela fait référence à une Michna dans les Pirké Avot (3, 1) : « Akavya ben Mahalalel dit : Regarde trois choses et tu ne fauteras pas : Sache d'où tu viens, où tu vas, et devant qui tu es appelé à rendre des comptes.

Saches d'où tu viens : d'une goutte de moisissure.

Où tu vas : vers un endroit de terre, de poussière et de vers.

Et devant qui tu es appelé à rendre des comptes : devant Hakadoch Baroukh Hou, le Roi des rois ».

Or, Adam Harichone n'est pas issu d'une goutte moisissure, il est l'œuvre de la création d'Hachem ! Ainsi, il ne regarda que deux choses et non trois, c'est la raison pour laquelle il fut.

## Adam Harichone et le Kiddouch

«... puis elle donna aussi du fruit à son époux, et il mangea... » (Béréchit 3, 6)

Il existe un autre Midrach (au nom du Sifté Cohen) qui explique que la faute d'Adam Harichone était d'avoir pressé des raisins et d'en avoir bu le jus sans réciter le Kiddouch. Cela dit, il est connu que la Mitsva du Kiddouch a été instituée comme un témoignage de la création du monde.

Ainsi, nous pouvons donner une autre explication à cette Mitsva d'après le Sifté Cohen :

De nombreuses Mitsvot ont été instituées pour réparer la faute d'Adam Harichone, comme par exemple le prélèvement de la 'Halla ou l'allumage des Nérot de Chabbath. Nous pouvons donc expliquer que la Mitsva du Kiddouch est venue afin de réparer la faute d'Adam Harichone qui a bu sans réciter le Kiddouch.

Or, puisque le jour du Chabbath, il a aussi bu du jus de raisin sans réciter le Kiddouch, nous le récitons une nouvelle fois le Chabbath matin.

Chabbath Chalom



## Les Clés de la Parnassa

Les mécanismes de la réussite matérielle et financière dans ce monde : histoires, explications de nos maîtres, prières, ségoulot. Ce livre répond à chacune de nos questions au sujet de la Parnassa.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



## Béréchit - Notre civilisation fuit le message divin

Mercredi 7 Octobre 2015 - Rav Yehonathan GEFEN - © Torah-Box

Dans la paratchat *Béréchit*, après le meurtre perpétré par Caïn, Hachem décréta qu'il errerait sur terre, qu'il n'aurait jamais de résidence fixe.

Hachem ne punit jamais arbitrairement, le but de la sanction est de corriger. Cette instabilité était censée expier la faute de Caïn. Mais il refusa de se soumettre à ce décret et tenta d'y fuir. La Thora nous informe, juste après le récit du meurtre, que « Caïn était un bâtisseur ». Le Ramban note que les mots employés par la Thora indiquent que Caïn construisait continuellement des villes, mais elles s'effondraient immédiatement à cause de la malédiction énoncée. Pourtant, au lieu de comprendre la leçon et d'accepter son statut de nomade, Caïn bâtit de nouvelles villes, durant toute sa vie. Ce comportement semble avoir déteint sur ses descendants qui esquivent également les amendements soumis à l'humanité pour réparer la faute d'Adam. Ce dernier devait travailler la terre et gagner sa vie à la sueur de son front. Or, les descendants de Caïn préférèrent éviter ceci et se tournèrent vers d'autres moyens de subsistance. « Et Ada enfanta Yaval ; ancêtre de ceux qui habitent sous les tentes et conduisent les troupeaux. Le nom de son frère était Youval, celui-ci fut la souche de ceux qui manient la harpe et la lyre. Tsila aussi – elle enfanta Touval-Caïn qui façonna toute sorte d'instruments de cuivre et de fer... »

Rachi explique que ces versets « anodins » sont très importants, parce qu'ils montrent un aspect fondamental de la civilisation moderne. Abel choisit d'être berger, échappant ainsi à l'obligation de travailler la terre. L'« habitation sous les tentes » fait également allusion au monde des affaires, qui ne concorde pas non plus avec la rectification qu'Hachem imposa à l'humanité. Youval fut le premier à cultiver l'art de la musique. Et Touval-Caïn fabriqua les premières armes pour permettre à l'homme de survivre en dominant et en accablant les autres ; autre manière de contourner la malédiction.

### Fuir la volonté d'Hachem

Voici comment les hommes évitèrent le dur travail de la terre (qui devait rectifier la faute d'Adam HaRichon) en vaquant à d'autres activités et divertissements. Ainsi, l'humanité se développa en ignorant la volonté d'Hachem et ceci la conduisit à la décadence morale puis à sa destruction lors du Déluge.



## En chemin vers Hachem (histoires vraies de Téchouva)

Le premier ouvrage de Léa Nabet. Compilation d'histoires personnelles exceptionnelles de "Baalei Téchouva", ces gens qui reviennent à la pratique du Judaïsme, par milliers !

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



Seule une personne essaya d'agir selon les directives d'Hachem : Lémekh. « Lémekh... engendra un fils. Il l'appela Noa'h, en disant : "Celui-ci nous soulagera de notre travail, du labeur de nos mains, causé par la terre qu'Hachem a maudite." »

Rachi nous informe que Noa'h inventa les outils agricoles, ce qui facilita le travail de la terre. Noa'h fut le premier à ne pas essayer d'éluder la malédiction d'Adam HaRichon, mais à l'affronter. Cela explique pourquoi il fut le seul à être sauvé du Déluge. Contrairement aux autres, sa vie fut dédiée à l'exécution de la volonté d'Hachem, il ne fut donc pas exposé à la dégénération morale qui frappa l'humanité.

On peut tirer deux leçons fondamentales de ce voyage dans l'histoire antique. Tout d'abord, nous avons vu comment le développement de la civilisation est caractérisé par un désir de fuir la volonté d'Hachem. La société actuelle est également mise à l'épreuve dans ce domaine. Les avancées technologiques et les découvertes ne cessent pas – elles peuvent grandement bénéficier à l'homme, au niveau spirituel, si les intentions sont bonnes, mais ce n'est pas toujours le cas.

Prioritaire ou accessoire ?

Les téléphones portables, par exemple, sont d'une grande utilité, mais les dommages qu'ils causent l'emportent trop souvent sur les avantages qu'ils présentent. Un manque de respect envers Hachem et à l'égard d'autrui en a été l'une des conséquences. On s'est malheureusement habitué à la sonnerie d'un portable au milieu de la prière, d'un mariage, d'un discours... Rav Issakhar Frand raconte qu'il est même arrivé qu'un portable sonne lors d'un enterrement. Non seulement son propriétaire n'avait pas pris soin de l'éteindre, mais il ne s'empêcha même pas d'y répondre et de bavarder en plein milieu des obsèques !

Cela ne veut pas dire qu'il ne faut pas exploiter le grand potentiel que présente la technologie moderne, mais il faut rester vigilant et s'assurer que nous l'utilisons pour exaucer la volonté Divine et non pour la négliger.

Deuxièmement, Hachem nous place souvent dans une situation de laquelle Il souhaite que nous grandissions, mais nous avons tendance à éviter de saisir cette opportunité.

Hachem communique avec nous à travers les épreuves – qui ne sont forcément les pires tragédies ; même les petites difficultés que nous rencontrons tous au cours de notre vie sont là pour transmettre un message. Prenons l'exemple du mariage et de la relation entre conjoints. En relevant les principaux sujets de débats et de controverse, on peut savoir dans quel domaine et sur quels traits de caractère travailler pour améliorer sa relation de couple.

Parfois, en voulant progresser dans un domaine, on se focalise sur des choses qui sont plus simples et naturelles ; on va peut-être consacrer une grande partie de son temps à aider les autres, mais négliger par là ses obligations vis-à-vis de son conjoint et de ses enfants.

La paracha de cette semaine, Béréchit, est bien plus qu'une description historique des générations antérieures. Elle montre comment Hachem communiqua avec l'homme, comment ce dernier devait rectifier ses erreurs et comment la grande majorité de l'humanité refusa d'obtempérer. Nous devons corriger cette faille, comprendre les messages de la Providence Divine et tenter d'exaucer Sa volonté.



## En chemin vers Hachem (histoires vraies de Téchouva)

Le premier ouvrage de Léa Nabet. Compilation d'histoires personnelles exceptionnelles de "Baalei Téchouva", ces gens qui reviennent à la pratique du Judaïsme, par milliers !

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



## Béréchit : apprendre à prendre du recul (menou'ha)

Lundi 13 Octobre 2014 - Rav Yehonathan GEFEN

Dans la première paracha (Beréchit, 2:2) de la Torah, il est écrit : « D. termina, le septième jour, à l'œuvre faite par Lui ; et Il se reposa, le septième jour de toute l'œuvre qu'Il avait faite. »

La Thora nous informe que D. acheva Sa création le septième jour, le Chabbat. Les commentateurs posent la question suivante. Hachem n'a vraisemblablement rien créé pendant Chabbat, alors pourquoi l'œuvre fut achevée le septième jour ? Il aurait fallu dire qu'Il termina Sa création le sixième jour ?

Rachi aborde le problème de deux manières. Dans la seconde, il écrit : « Que manquait-il dans le monde – la *ménou'ha* – Chabbat arriva et la *ménou'ha* arriva, [c'est alors que] le travail fut terminé. » [1]

Rachi estime qu'Hachem a bel et bien créé quelque chose pendant Chabbat, le concept de *ménou'ha*. Ceci nous apprend une leçon importante — on aurait pu penser que le repos est un comportement passif, et non une entité qui doit être créée. Or, nous déduisons d'ici que la *ménou'ha*, selon la Thora, est une activité créatrice d'Hachem — celle de n'entreprendre aucune *melakha*. [2] Ainsi, la *ménou'ha* d'Hachem ne fut pas seulement cessation de travail, mais elle impliqua un arrêt d'activité qui « permet » à Hachem, pour ainsi dire, de réfléchir et d'apprécier les fruits de l'incroyable œuvre des six précédents jours.

Comme nous le savons, en nous « reposant » durant Chabbat, nous émuloons le « repos » original d'Hachem. Nous apprenons de Rachi que la *ménou'ha* qu'il nous faut entreprendre ne signifie seulement de ne faire aucune *melakha*, mais elle demande un effort actif. Quel est-il ?

De la même manière qu'Hachem « prit du recul » pour réfléchir sur toute Son œuvre effectuée pendant les six précédentes journées, nous devons aussi analyser nos actions accomplies en semaine et apprécier ce que nous



## Pirké Avot : les Actions des Pères

Livre-référence de 485 pages sur les "Maximes des pères", l'ouvrage dédié à la morale et l'éthique juive. Texte en hébreu, traduction en français, commentaires et biographies de chacun des auteurs de ces perles de sagesse.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)





avons fait. La *avoda* de Chabbat est donc grandement axée sur l'introspection, qui doit nous permettre d'entamer la semaine suivante en sachant comment nous améliorer dans divers domaines.

[1] Rachi, Beréchet, 2:2, s.v. *Vayékhal*.

[2] Par opposition à l'autre terme de la Thora employé pour parler de repos : « *chevita* », qui fait référence à une abstention passive de *melakha*.



## Pirké Avot : les Actions des Pères

Livre-référence de 485 pages sur les "Maximes des pères", l'ouvrage dédié à la morale et l'éthique juive. Texte en hébreu, traduction en français, commentaires et biographies de chacun des auteurs de ces perles de sagesse.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



## Berechit : la détermination, seul moyen de contrôle du Yetser Hara

Vendredi 27 Septembre 2013 - Rav Yehonathan GEFEN - © Torah-Box

Lors de la fameuse histoire de Caïn et Abel, la Thora nous prodigue la toute première leçon sur le *yétser hara* (le mauvais penchant) ; quand Hachem ignore l'offrande de Caïn et qu'il accepta celle d'Abel, Caïn eut une réaction négative. « Caïn était très en colère, son visage fut abattu. » Suite à cela, Hachem prévint Caïn des conséquences probables de sa réaction. « Hachem dit à Caïn : « Pourquoi es-tu fâché, pourquoi ton visage est-il abattu ? N'est-ce pas que si tu agis correctement, tu seras pardonné ? Mais sinon, la faute est tapie à la porte, elle t'attend ; malgré tout, tu la domineras. »

Le Kli Yakar explique ce verset énigmatique grâce à une *guemara* dans Berakhot ; le Talmud compare le *yétser hara* à une mouche. Il précise que la mouche n'a pas assez de force pour écorcher la peau d'une personne si cette dernière n'est pas blessée, mais lorsqu'elle trouve un accès, elle a suffisamment de force pour élargir une plaie et l'envenimer. De même, le *yétser hara* n'est pas assez puissant pour mettre à nu la faiblesse de quelqu'un qui n'a pas trébuché dans sa *avodat Hachem* (son service de D.).

Par contre, quand l'individu s'affaiblit, il crée une brèche par laquelle le *yétser hara* peut entrer et inciter la personne à commettre d'autres fautes. C'est ainsi que l'on peut expliquer la *guemara* dans Chabbat qui affirme : « Celui qui vient fauter, cela lui est ouvert (permis) ». Le Kli Yakar explique que l'ouverture évoquée est celle que l'homme a faite pour laisser le *yétser hara* entrer et agrandir la brèche jusqu'à ce que la blessure devienne incatrisable.

Le *yétser hara* se tient à l'entrée, il attend que la personne chancelle, or si cette dernière ne trébuché pas, elle pourra dominer le *yétser hara*, parce qu'il n'aura pas la force de l'inciter à fauter si elle reste ferme dans sa *avodat Hachem*. Par contre, si elle faute, même de façon minime, le *yétser hara* peut entrer par l'ouverture et il sera alors beaucoup plus difficile de surmonter ses tentations. Hachem prévint Caïn qu'il était sur le point de tomber dans le piège du *yétser hara* en lui ouvrant la porte. Caïn ne tint pas compte de l'avertissement d'Hachem et préféra affronter Abel, ce qui permit au *yétser hara* de prendre le pouvoir et de l'inciter à commettre ce terrible meurtre.



### Coffret "Lumières sur la Paracha"

Coffret exceptionnel : 5 livres couvrant toutes les parachiot de la Torah. Un éclairage de haut niveau, nouveau et accessible, fruit du travail du Rav Emmanuel Bensimon.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



Ainsi, le Kli Yakar recommande à toute personne prévoyante de ne laisser au *yétser hara* aucun accès par lequel il risquerait d'entrer et d'être préjudiciable. Nous en déduisons l'importance de la détermination dans notre *avodat Hachem*. Il est connu que lorsque l'on s'autodiscipline – en entreprenant par exemple un régime alimentaire, ou en supprimant une accoutumance – il est essentiel de s'efforcer à ne jamais trébucher. Ceci, à cause du principe énoncé par le Kli Yakar — une fois que la personne montre un signe de faiblesse, elle déclenche un processus de détérioration qu'il est très difficile de stopper.

Les gens qui ont essayé de mettre fin à quelque chose et qui échouèrent, ne prirent apparemment pas de décision ferme d'abandonner leurs mauvaises habitudes. Plus exactement, ils eurent un moment de faiblesse durant lequel ils firent une exception aux règles qu'ils s'étaient fixées, et c'est cet instant qui entraîna leur rechute dans les pièges de l'accoutumance.

Très souvent, les personnes qui commettent de très graves fautes commencèrent par une transgression très légère. Un *rav* estima que c'était le cas lors des incidents tragiques où des bouchers « pratiquants » en arrivèrent à vendre de la viande non-cacher. Comment peut-on tomber si bas et entraîner tant de monde à fauter ? Il expliqua qu'ils commencèrent probablement par un petit « écart » qui leur fit économiser un peu d'argent, puis avec le temps cela prit de l'ampleur au point que le *yétser hara* les domina complètement.

Ce n'est pas forcément tout le monde qui en arrivera là en trébuchant, mais il faut essayer de rester ferme dans son comportement et éviter tant que possible de révéler une faille, même minime. Cela s'applique dans tous les domaines de la *avodat Hachem*. Dans le respect des *mitsvot*, les petits écarts peuvent devenir de grosses fautes. Cela concerne également les relations avec autrui ; souvent, une relation se détériore à cause d'un commentaire irréfléchi et une fois que le mal est fait, la situation est bien plus difficile à rectifier.

Cela est particulièrement applicable en ce qui concerne l'étude ; 'Hazal insistent sur le fait qu'une personne doit fixer des horaires pour étudier, qu'il ne doit jamais manquer. En étudiant invariablement aux heures fixées, l'individu peut surmonter les tentatives du *yétser hara* qui souhaite le détacher de son étude. En revanche, si l'on ne respecte pas l'emploi du temps, le *yétser hara* a bien plus de facilité à extirper régulièrement l'homme de son étude.

L'histoire de Caïn nous enseigne l'importance de la détermination dans la *avodat Hachem* qui est la manière principale de surmonter le *yétser hara* ainsi que les terribles conséquences qui surviennent si l'on n'a pas cette résolution. Puisseons-nous mériter de vaincre le *yétser hara* et d'exploiter pleinement notre potentiel.



## Coffret "Lumières sur la Paracha"

Coffret exceptionnel : 5 livres couvrant toutes les parachiot de la Torah. Un éclairage de haut niveau, nouveau et accessible, fruit du travail du Rav Emmanuel Bensimon.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



## Pourquoi pleures-tu si facilement, Maman ?

Vendredi 12 Octobre 2012 - © Torah-Box

A l'occasion de la paracha de cette semaine, Béréchit, dans laquelle Hachem créa le premier être humain, découvrons une histoire touchante sur les particularités de l'être féminin, qui nous donnera à réfléchir... :

Elie, un petit garçon, demande à sa mère :

- "*Pourquoi pleures-tu si facilement ?*"
- "*Parce que je suis une femme*" lui répondit-elle.
- "*Je ne comprends pas*" dit-il.

Sa mère l'étreint et lui dit :

- "*Et jamais tu ne réussiras à comprendre...*"

Plus tard le petit garçon demanda à son père:

- "*Pourquoi maman pleure-t-elle ?*"
- "*Toutes les femmes pleurent sans raison*" fut tout ce que son père put lui dire.

Devenu adulte, Elie s'adresse au Créateur du monde :

- "*Hachem, pourquoi les femmes pleurent-elles aussi facilement ?*"

Puis, Elie entendit la réponse suivante : "*Quand j'ai créé la Femme, elle devait être spéciale. J'ai fait ses épaules assez fortes pour porter le poids du monde et assez douces pour reconforter ses proches. Je lui ai donné la force de donner la Vie. Je lui ai donné la force de continuer quand les autres abandonnent, d'éclairer lorsque le monde s'obscurcit, et Je lui ai donné la force de guider les pas de l'autre quand tout le monde est perdu... Mais aussi, la force de prendre soin de sa famille en dépit de la maladie et de la fatigue. Je lui ai donné la Prière pour se confier à*



## Le Choul'han Aroukh des Femmes

Ouvrage unique en son genre qui compile l'ensemble des Mitsvot et coutumes juives liées aux femmes et jeunes filles, Séfarades comme Achkénazes, expliquées dans un langage simple et adapté à toutes.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



*Moi. Je lui ai donné une puissance infinie afin de transmettre avec passion et amour la Torah au sein de son propre « Saint des Saints » : son foyer. Je lui ai donné la sensibilité pour aimer ses enfants d'un amour inconditionnel même quand ces derniers la blesseront. Et finalement, Je lui ai donné des larmes à verser quand elle en ressent le besoin. Tu vois mon fils, la beauté d'une Femme n'est pas dans son statut social, sa tenue et ni dans la façon de se coiffer ou dans son travail. La beauté d'une femme réside dans ses yeux. C'est la porte d'entrée de son cœur, la place où l'amour réside. Et c'est souvent par ses larmes que tu vois briller son cœur..." »*



## Le Choul'han Aroukh des Femmes

Ouvrage unique en son genre qui compile l'ensemble des Mitsvot et coutumes juives liées aux femmes et jeunes filles, Séfarades comme Achkénazes, expliquées dans un langage simple et adapté à toutes.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



## Paracha Béréchit : conseils pour obtenir un "Chalom Baït"

Mercredi 10 Octobre 2012 - Rav Emmanuel MIMRAN - © Torah-Box

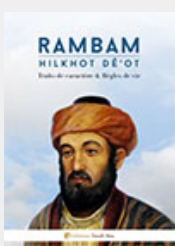
Dans la paracha Béréchit, la thora nous parle de la création du premier couple, celui de Adam et 'Hava. Cet épisode nous offre l'occasion de parler de l'un des sujets les plus délicats dans la vie matrimoniale : le *chalom baït* (l'harmonie dans le couple).

La triste réalité montre que de nombreux couples ne s'entendent pas, et ne vivent pas dans l'entente idéale que devrait caractériser la vie matrimoniale. Essayons de voir quelques conseils qui pourraient améliorer et affermir la bonne entente au cœur du foyer. Notons que ce cours est également destiné aux célibataires, puisqu'il les aidera dans leur comportement au sein de la collectivité et permettra aussi un apprentissage des conduites générales à adopter.

Voici quelques conseils "techniques" reçus de mes maîtres, mais il faut savoir que c'est l'accomplissement des mitsvot qui constitue avant tout la base du chalom baït. Ainsi, bien que les recommandations qui suivent sont adressées à tous les foyers, si l'on veut que l'impact dure longtemps et sérieusement, il est absolument nécessaire d'avoir une maison de thora, c'est-à-dire de respecter sérieusement la thora et les mitsvot. Le manque de thora constitue la principale raison des discordes dans le couple et les recommandations qui suivent ne seront sérieusement applicables si le couple ne respecte pas la thora.

[Le talmud rapporte qu'en Hébreu, l'homme est appelé "*Ich*" et la femme "*Icha*". Ces deux mots sont composés du mot "*éché*" (le feu) ainsi que de la lettre "*youd*" chez l'homme et de la lettre "*hé*" chez la femme. En plus du mot "*éché*" (le feu), le couple comporte les lettres "*youd*" et "*hé*" qui forme l'un des noms de D'. Ainsi, conclue le talmud, tant qu'Hachem est présent dans le foyer, tout va bien. Mais lorsque la thora n'est pas observée dans la maison, Hachem s'en va et il ne reste plus que "*éché*", le feu, qui consume la maison.]

Voici donc deux principes qui pourront, avec l'aide du Ciel, restaurer ou améliorer le *chalom baït* :



### Rambam - Hilkhot Dé'ot (Traits de caractère)

Un véritable guide de vie écrit par le génial Maïmonide (Rambam), qui enseigne les comportements que l'homme doit adopter, dans son hygiène de vie comme dans l'amélioration des traits de caractère ou de sa relation avec autrui.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



## La compréhension de l'autre

L'incompréhension est à la base de nombreux problèmes. En effet, chaque personne a ses propres perceptions et pense que tout le monde vit avec les mêmes sentiments. Ainsi, il arrive qu'un sujet soit capital pour l'un des conjoints, tandis qu'il paraît banal pour l'autre. Cela mènera à une incompréhension qui risquerait d'être interprétée comme un mépris.

On peut imaginer qu'une femme soit angoissée de voir son petit enfant se tenir debout près d'un cours d'eau et que le mari n'est pas du tout inquiet de cette situation. L'épouse s'adresse donc à son mari et lui fait part de son anxiété, en attendant qu'il éloigne l'enfant du danger.

Mais voici que de son côté, le mari ne voit aucun risque et ne s'empresse pas du tout de "s'exécuter". Au contraire, il se moque presque de cette peur qu'il qualifie d'idiote... La femme interprète alors ce manque d'attention comme un mépris volontaire et on s'imagine déjà la suite de cette affaire si banale...

Si le mari avait compris que chacun réfléchit différemment, il aurait pris en considération les sentiments de son épouse et cette discorde aurait pu être évitée. Du côté de la femme aussi, elle s'est sentie agressée, du fait qu'elle pensait que son mari comprenait la même chose qu'elle. Elle a donc pris l'indifférence de son mari comme un mépris envers elle.

Cette configuration se retrouve sous différentes formes, comme par exemple : l'un des conjoints est triste et l'autre heureux, l'un se sent en pleine forme et l'autre se sent mal etc., chacune de ces situations pouvant causer des incompréhensions et des discordes ! Il est donc indispensable de s'habituer à ne pas juger l'autre comme nous réfléchissons nous-mêmes, mais de le savoir différent. (Les sensations d'autrui ne sont pas toujours absurdes, même si elles peuvent le paraître à nos yeux. Et même lorsqu'elles sont vraiment absurdes, qui dit que nous n'avons pas nous aussi des absurdités ?)

## La modestie, s'annuler devant l'autre

La modestie est l'un des principes capitaux dans notre service divin, mais elle est aussi indispensable pour faire résider l'harmonie et la joie dans un couple. En effet, la majeure partie des disputes commence par des sujets tellement banaux. Une petite discussion peut se transformer en une "grande guerre" vu qu'aucun des deux conjoints n'a voulu admettre son erreur.

Lorsque la modestie est présente dans le couple, de nombreuses querelles sont évitées. Attention, ce n'est pas juste à celui ou à celle qui a fait l'erreur d'utiliser ce remède pour préserver (ou restaurer) le *chalom*. Même celui qui est sûr d'avoir raison doit être prêt à s'annuler pour préserver la paix au sein du couple. Dans les *Yéchivotes*, on prépare le *hatane* (le fiancé) au mariage. On lui apprend que s'il y a eu une dispute, il faut qu'il aille offrir un bouquet de fleur ou une petite attention à son épouse en acceptant qu'il a fait une erreur (même si c'est la femme qui a fait l'erreur).

Certains ne comprennent pas ce message et prétendent qu'il ne faut pas s'annuler si c'est l'autre qui est en tort. Il faut juste savoir que nous ne sommes jamais perdants d'annuler notre volonté devant les autres (et qu'il vaut sûrement mieux abandonner nos beaux principes que d'abandonner le *chalom baït* !).

Il existe encore de nombreux conseils et précautions à avoir dans la vie familiale, mais je n'en ai pas parlé afin de ne pas charger de trop le lecteur. En associant les prières pour mériter de l'harmonie et en accomplissant les mitsvot, le couple retrouvera *béézrate Hachem* l'entente tant espérée !



## Rambam - Hilkhot Dé'ot (Traits de caractère)

Un véritable guide de vie écrit par le génial Maïmonide (Rambam), qui enseigne les comportements que l'homme doit adopter, dans son hygiène de vie comme dans l'amélioration des traits de caractère ou de sa relation avec autrui.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)



**Torah-Box.com**  
diffusion du judaïsme aux francophones

Prions pour que tout notre peuple vive en paix et dans la joie, amen ! Qu'Hachem nous donne la volonté de Le servir constamment et que nous puissions voir prochainement la venue du machia'h, amen !



## Rambam - Hilkhot Dé'ot (Traits de caractère)

Un véritable guide de vie écrit par le génial Maïmonide (Rambam), qui enseigne les comportements que l'homme doit adopter, dans son hygiène de vie comme dans l'amélioration des traits de caractère ou de sa relation avec autrui.

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)