

Limoud au féminin

L'étude quotidienne de la femme juive



Etude n°234 du Mardi 12 Mai 2026 (Bamidbar)

Perle de Paracha : « Heureux ceux dont la voie est intègre » (Téhilim 119, 1)

Dans le *Midrach Cho'her Tov*, on peut lire le commentaire suivant : "Heureux ceux dont la voie est intègre" - il s'agit de la génération du désert. 'Hizkia bar 'Hiya ajoute : Il vit qu'aucune autre génération ne serait aussi versée en Torah que celle-ci, et c'est pourquoi Il la leur tint en réserve, comme il est dit : "Il réserve la ressource aux hommes droits" (*Michlé 2, 7*)

Il commente ensuite le verset « *Du pacte qu'il a promulgué pour mille générations* » (*Téhilim 105, 8*) : « Sache qu'il y avait des gens droits qui, arrivés face à la mer, y descendirent dès lors que l'on les enjoint de le faire, le firent. De même, pour aller dans le désert, ils se sont exécutés. Ensuite, Il leur a demandé de recevoir la Torah, et c'est ce qu'ils firent, allant même plus loin, puisqu'ils l'acceptèrent en s'écriant : "Tout ce qu'Hachem nous dira, nous ferons puis nous comprendrons." Il leur interdit le nerf sciatique, le mélange de lait et de viande, engagements qu'ils prirent pour eux comme pour leurs descendants, sans qu'Il leur détaille la récompense des *Mitsvot*, ce qu'illustre le verset (*Psaumes 119; 1*) : "Heureux ceux dont la voie est intègre" ».

Santé selon la Torah : Les sources de vitamine A

La vitamine A se trouve dans les produits laitiers, l'huile, le foie, le beurre, ainsi que dans le chou, la carotte, les œufs et les poissons, dont les caroténoïdes se transforment en vitamine A.

Utilisation thérapeutique en cas de :

Infections, cécité nocturne, bronchites, baisse des défenses immunitaires, anémie ferriprive, inflammation de la rétine, lésions cutanées, diarrhée, gastrite, hypo ou hyperthyroïdisme, anémie, infection urinaire, vaginite, allergies, asthme, ulcères, champignons sur les plantes des pieds, cataracte, brûlures, chimiothérapie, varicelle, rhume, pellicules, diabète, sécheresse cutanée, etc.

Éducation : Causes des troubles d'apprentissage

On suppose que la base de ces troubles est d'ordre neurologique. Dans la plupart des cas, leur cause n'est pas clairement déterminée, mais on a tendance à les imputer à des facteurs génétiques ou à un stress prénatal, ou encore à un traumatisme de la naissance ou infantile.

En revanche, il ne semble pas y avoir de lien avec des facteurs environnementaux ou psychologiques, bien qu'ils puissent aggraver les difficultés.

Cacheroute : Une prise de conscience essentielle

Autre finalité de la *Chémita* : que nous réalisons qu'Hachem est le Maître du monde, et non l'homme, fût-il propriétaire d'innombrables champs et vignes. En outre, le but est que le riche, toujours serein et inconscient de la souffrance de l'autre, réalise l'ampleur de la souffrance constante du pauvre, qui se bat pour assurer son pain quotidien, les yeux constamment tournés vers le Ciel. C'est pourquoi Hachem a ordonné que l'on observe la *Chémita*, que le champ soit laissé en friche et à la disposition de tous. Ainsi, à l'instar du pauvre, le riche va être amené à se demander comment il assurera sa subsistance au cours de la huitième année, s'il ne sème ni ne moissonne, comme le souligne le verset : « *Que si vous dites : "Qu'aurons-nous à manger la septième année, puisque nous ne pouvons ni semer, ni rentrer nos récoltes ?"* » (*Vayikra 25, 20*)

Lois quotidiennes : Que faire pour un malade ?

Il ne faut pas transgresser le Chabbath en envoyant un « *Pidyone Néfech* » (don destiné à « se racheter » de ses fautes) ou en téléphonant à un *Tsadik* ou des élèves de *Yéchiva* afin qu'ils prient en faveur d'un malade en danger.



Limoud au féminin

L'étude quotidienne de la femme juive



La Mitsva consiste essentiellement à s'enquérir des besoins du malade, à voir ce que l'on peut faire pour l'aider, à l'encourager et à prier en sa faveur.

Quiconque à un malade chez lui ira chez le Rav de la ville, pour qu'il implore en sa faveur la Miséricorde d'Hachem et le bénisse. Il est rapporté dans le *Zohar* qu'on a l'habitude, à la synagogue, de réciter un « *Mi Chébérahk* » (texte de bénédiction récité au moment de la lecture de la Torah) pour les malades, au moment où l'on sort le *Séfer Torah*, moment propice à la *Ra'hamim*.

Récit du Jour : Un *Bitahone* absolu

Rabbi 'Hanina ben Dossa était tellement pauvre que sa femme, par honte, avait l'habitude d'allumer son four à vide chaque veille de Chabbath. En effet, ne disposant pas de farine pour confectionner les traditionnelles '*Hallot*, c'était le seul moyen qu'elle avait trouvé pour masquer sa pauvreté aux yeux de ses voisines.

Une voisine malintentionnée, ayant deviné la supercherie, lui lança : « Tu allumes ton four pour donner le change, mais tu n'as pas même de farine pour faire du pain ! » Pour l'humilier, elle entra vérifier par elle-même. La voyant, la femme du Sage courut se réfugier sur le toit. La voisine ouvrit le four, et que vit-elle ? Miracle ! De belles '*Hallot* bien dorées. « Apporte vite la pelle pour les sortir avant qu'elles ne brûlent ! » lui cria sa voisine.

« Je suis montée sur le toit la chercher ! » répondit l'épouse du *Tana*, comme si de rien n'était. Et la *Guémara* de conclure que telle était certainement sa véritable intention, tant elle était certaine que, du Ciel, on la ferait bénéficier d'un miracle. (*Ta'anit* 25a)

