Limoud au féminin
L'étude quotidienne de la femme juive



Etude n°45 du Mardi 17 Novembre 2026 (Vayétsé)

Perle de Paracha : « *Du pain à manger et des vêtements pour me vêtir* »

Dans cette Paracha, on comprend pourquoi **Yaakov** était le Patriarche préféré. Il était humble et se satisfaisait du strict minimum, comme il est dit : « *Il me donnera du pain à manger et des vêtements pour me vêtir* ». Toutefois, à propos de ce verset, il y a une question qui revient souvent : avait-on vraiment besoin de préciser « *du pain à manger* » ? C'est évident que la finalité du pain est de le consommer ! De même un vêtement, ne sert-il pas à se vêtir ?

La parabole suivante nous aidera à mieux comprendre : il y avait un homme très riche qui malgré toute sa fortune, n'était pas heureux. Il ne se suffisait pas de ce qu'il possédait déjà. Il n'était préoccupé que par une seule idée : s'enrichir encore et courir après le luxe. On peut se demander alors : qu'appelle-t-on être riche ?

Nos Sages nous enseignent : « Qui est riche ? Celui qui est heureux de son sort ! » Quelques fois des personnes âgées accumulent dans leur maison toute sortes de biens, seulement elles ne peuvent pas en profiter à cause des problèmes de santé : il leur est interdit de manger ceci ou cela… L'homme a donc besoin de demander des subsistances dont il puisse jouir, comme **Yaakov** le formula : du pain à manger, des vêtements à porter.

Voici un autre exemple à l'image de **Yaakov** : il s'agit de Rabbi 'Akiva et de sa femme, Ra'hel. Ils se contentaient de peu et dormaient sur de la paille. On raconte même qu'une fois, Rabbi 'Akiva retirait la paille de la tête de sa femme et il lui dit avec regret : « Si j'avais les moyens, je t'aurais offert en cadeau diadème qui s'appelle : le Jérusalem en or ! » Eliahou Hanavi prit alors l'apparence d'un indigent et leur demanda : « S'il vous plait, donnez nous un peu de paille. Ma femme vient d'accoucher et je n'ai pas sur quoi l'allonger ! » Prenant conscience de sa chance, Rabbi 'Akiva dit à sa femme : « Tu vois cet homme ? Même de la paille, il n'en n'a pas ! »

Santé selon la Torah : Pas le temps de manger ?

Prendre soin de sa santé, c'est difficile. Le problème est surtout lié à un manque de temps : on se contente souvent de manger dans des fast-foods une nourriture qui n'est ni nourrissante ni saine pour notre corps. Du coup, on ne respecte pas ce qu'on s'était promis à nous-mêmes : faire attention à notre régime alimentaire !

Éducation : La punition - seulement un moyen

Notre objectif est d'éduquer l'enfant dans les voies de la Torah et de forger sa personnalité.

Pour atteindre cet objectif, on dispose d'un outil pour nous aider : la punition. Toutefois, le but n'est pas d'arriver à la sanction. Il s'agit plutôt de se servir de la punition comme moyen pour guider l'enfant : il faut lui expliquer pourquoi on en est arrivé à la réprimande et quelle est dorénavant la bonne voie à suivre. Il n'y a aucun intérêt à donner des punitions systématiquement. Toutefois, on s'entretiendra tous les jours avec l'enfant pour lui enseigner les bonnes mœurs et il devra alors prendre conscience que s'il adopte un comportement qui ne respecte pas les règles, il sera par conséquence puni.

Cacheroute : La *'Halla* dans les boulangeries

1- Il n'est pas permis de manger une pâte dont on n'a pas prélevé la *'Halla*. Il faut donc s'abstenir de manger dans les boulangeries qui ne prélèvent pas, que ce soit à la fois pour une consommation occasionnelle ou courante.

2- Le prélèvement de la *'Halla* d'après la Torah s'applique en terre d'Israël c'est-à-dire lorsque la pâte est pétrie en terre d'Israël, même si la farine vient de l'étranger.

Lois quotidiennes : Se couvrir les cheveux

1- Une femme se montrera vigilante en respectant les lois de *Tsniout* chez elle, même si elle est toute seule. A plus forte



raison, elle devra faire très attention à ne pas se découvrir devant ses enfants.

2- Bien que certains permettent à la femme de rester sans couvre-chef chez elle ou devant son mari, il est préférable que la femme ne l'enlève pas et qu'elle le garde même pour dormir.

3- Une femme divorcée ou veuve devra se comporter comme une femme mariée et se couvrir la tête soit avec un foulard, un chapeau ou encore une perruque cachère.

Récit du Jour : La chemise du *Gaon*

Le *Gaon* de Vilna était tellement pauvre qu'il n'avait plus de quoi nourrir ses jeunes enfants. Après quelques temps, les notables de la ville menèrent l'enquête et se rendirent compte que le trésorier de la caisse de bienfaisance de la ville de Vilna détournait l'argent destiné à la famille du *Gaon* pour ses propres besoins. Cela dura ainsi quelques années sans que ce dernier se plaigne de cette injustice.

Lorsque la belle-famille du *Gaon* de Vilna réalisa dans quelle pauvreté la femme du *Gaon* se trouvait, ils essayèrent de la persuader de divorcer : elle pouvait, selon eux, se séparer de son mari puisqu'il n'apportait aucune subsistance !

C'est alors qu'elle apporta devant eux deux chemises appartenant à son mari : une qu'il n'avait pas encore portée et une autre qu'il avait mis pendant la semaine. Elle leur demanda : « Etes-vous capable de distinguer entre les deux chemises laquelle a déjà été portée ? » Ils ne voyaient aucune différence entre les deux...

Elle leur rétorqua alors : « Voudriez-vous que je divorce d'un homme aussi *Kaddoch* ? » (La sueur, bien que naturelle et salutaire, est rapprochée par la dimension mystique, de l'impureté)