



# *Limoud au féminin*

*l'étude quotidienne de la femme juive*

## **TOME 3**

*Berechit | Chemot | **Vayikra** | Bamidbar | Devarim*

*« Il est essentiel que chaque 'Bat Israël'  
fixe une étude dans cet honorable ouvrage »*

*Rav Shmouel Auerbach*



# LIMOUD AU FÉMININ

L'ÉTUDE QUOTIDIENNE DE LA FEMME JUIVE

TOME 3 : VAYIKRA



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

•  
**TRADUCTION**  
Rav Mordekhai BITTON

•  
**RELECTURE**  
Tamara ELMALEH  
Rav E. SHARF

•  
**COUVERTURE**  
Zelda LEOTARDI

•  
**DIRECTION**  
Binyamin BENHAMOU

Publié et distribué par les  
**EDITIONS TORAH-BOX**

France  
Tél.: 01.80.91.62.91  
Fax : 01.72.70.33.84  
Israël

Tél.: 077.466.03.32  
Email : [contact@torah-box.com](mailto:contact@torah-box.com)  
Site Web : [www.torah-box.com](http://www.torah-box.com)

© Copyright 2015 / Torah-Box

•  
Imprimé en Israël

*Ce livre comporte des textes saints, veuillez ne pas le jeter n'importe où, ni le transporter d'un domaine public à un domaine privé pendant Chabbath.*



## Note de l'éditeur

*C'est avec une joie immense que les Editions Torah-Box vous présentent le programme d'étude **Limoud au féminin** (Tome 3 - Vayikra). Unique en son genre, voici pour chaque jour de l'année, une étude adaptée au public féminin !*

*Cet ouvrage a été recommandé par l'un de nos plus grands maîtres, Rav Shmouel Auerbach.*

*Le programme quotidien ne nécessite pas plus de 10 minutes et convient à toutes : jeunes filles, femmes mariées, actives à la maison ou en dehors. Néanmoins, l'étude est variée car la femme juive est confrontée à de nombreuses halakhot et autres responsabilités au quotidien.*

*Chaque jour, vous trouverez les rubriques :*

- *Paracha* : bref enseignement tiré du 'Houmach
- *Santé* : conseils et remèdes pour tenir la forme
- *Education* : un principe éducatif à découvrir ou à réviser
- *Cacheroute* : un domaine où la femme est aux "avant-postes"
- *Lois quotidiennes* : Téfila, Chabbath, lois du langage,...
- *Histoire* : pour intérioriser un concept et renforcer sa Emouna

*Chaque étude porte un numéro, permettant d'établir un lien avec n'importe quelle autre lectrice.*

*Limoud au féminin vous permet de "rester connectée" spirituellement, pour consolider finalement la Emouna et la crainte du Ciel de tout votre entourage !*

*Qu'Hachem bénisse tous les participants à cet innovant projet dont Rav Mordekhaï Bitton pour la traduction, Mme Tamara Elmaleh pour la relecture, Mme Jocelyne Scemama pour ses conseils et Rav Sharf pour la supervision.*

להגדיל תורה ולהאדירה  
L'équipe Torah-Box

Que ce livre contribue à la réussite de la  
**Yéchiva « Vayizra' Itshak »**  
**Centre d'étude de Torah pour Francophones à Jerusalem**  
sous l'enseignement du rav Eliezer FALK

*à la mémoire de*  
**M. & Mme Jacques -Itshak- BENHAMOU**  
au Roch-Collel :  
**Rav Eliezer FALK**  
aux Rabbanim :  
**Rav Tséma'h ELBAZ**  
**Rav Tsvi BREISACHER**

et à leurs chers étudiants assidus et  
dévoués pour la Torah :

**Rabbi Yéhouda DRAY**  
**Rabbi Itshak ZAFRAN**  
**Rabbi Michaël KOURBANIAN**  
**Rabbi Michaël ELYASHIV**  
**Rabbi Nathan SABBAH**  
**Rabbi Ephraïm MELLOUL**  
**Rabbi Yaakov MELKI**  
**Rabbi Nethanel OUALID**  
**Rabbi Moché TOUATI**  
**Rabbi Lionel SELLEM**  
**Rabbi David BRAHAMI**  
**Rabbi Binyamin BENHAMOU**  
**Rabbi Moché AVIDAN**  
**Rabbi Anthony COOPMANS**  
**Rabbi Its'hak KOUHANA**  
**Rabbi Ouriel HAZAN**  
**Rabbi Mordékhai SETBOUN**  
**Rabbi Mordékhai ELHARRAR**  
**Rabbi Mikhael ALLOUCHE**  
**Rabbi Emmanuel ZAOUÏ**  
**Rabbi Michael ABITBOL**

*Qu'ils puissent grandir ensemble  
dans la Torah et la Crainte du Ciel.*

## **RABBI SHMOUEL AUERBACH**

Jérusalem, Eloul 5770

L'ouvrage « Limoud au féminin » qui m'a été présenté est digne de louanges. C'est un travail de grande valeur qui a réalisé, qui viendra en particulier satisfaire un noble besoin : celui de former et aider les mères juives dans leur rôle éducatif. Elles pourront ainsi affermir les bases des foyers juifs selon l'expression : « *la Torah de ta mère* » (Proverbes 1, 8)

Il est très important que chaque femme étudie cet ouvrage régulièrement en s'appliquant à intégrer et mettre en pratique les merveilleux enseignements qui y sont présentés de la manière la plus agréable qui soit.

Cette étude aura pour effet un renforcement puissant et augmentera l'honneur d'Hachem et la gloire du Peuple Juif. C'est par le mérite des femmes pieuses que nos ancêtres sont sortis d'Egypte ; que nous puissions hâter la Délivrance avec la venue du Machia'h et le dévoilement de la gloire divine rapidement et de nos jours, Amen !

En réaffirmant mon immense estime pour ce renforcement du Judaïsme.

**Shmouel Auerbach**

## Fonctionnement du programme d'étude

Chère lectrice,

Le programme *Limoud au féminin* propose une étude quotidienne (du dimanche au samedi) de 6 thèmes différents.

Chaque étude possède un numéro, et doit s'étudier un jour précis du calendrier :

- selon le calendrier Juif : il suffit de connaître le nom de la *Paracha* de la semaine puis de se rendre sur la page du jour de la semaine (Lundi, Mardi, etc.),

- selon le calendrier civil : vous trouverez à la fin de ce livre, un calendrier (jusqu'en 2019) qui vous permettra de savoir quel étude correspond à tel jour.

Grâce à ces mêmes enseignements étudiés chaque jour pour des centaines et milliers de femmes francophones, vous pourrez débattre des "sujets du jour" avec d'autres lectrices... physiquement avec vos amies et peut-être bientôt virtuellement sur le site **[www.torah-box.com/aufeminin](http://www.torah-box.com/aufeminin)**.

En général, l'étude de chacun des jours de la semaine est réglée sur la *Paracha* du Chabbath à venir, mais il existe au cours de l'année des exceptions comme par exemple, lorsqu'on lit 2 sections le même Chabbath ou que le Chabbath à venir tombe pendant un fête (Chabbath et *Yom Tov* ou Chabbath '*Hol Hamoéd*').

Bonne lecture à toutes !

## TABLE DES MATIÈRES

• <b>Vayikra</b>	<b>p. 11</b>
<i>Dimanche</i>	étude n°162 p. 13
<i>Lundi</i>	étude n°163 p. 15
<i>Mardi</i>	étude n°164 p. 17
<i>Mercredi</i>	étude n°165 p. 19
<i>Jeudi</i>	étude n°166 p. 21
<i>Vendredi</i>	étude n°167 p. 23
<i>Samedi</i>	étude n°168 p. 25
• <b>Tsav</b>	<b>p. 27</b>
<i>Dimanche</i>	étude n°169 p. 29
<i>Lundi</i>	étude n°170 p. 31
<i>Mardi</i>	étude n°171 p. 33
<i>Mercredi</i>	étude n°172 p. 35
<i>Jeudi</i>	étude n°173 p. 37
<i>Vendredi</i>	étude n°174 p. 39
<i>Samedi</i>	étude n°175 p. 41
• <b>Chémini</b>	<b>p. 43</b>
<i>Dimanche</i>	étude n°176 p. 45
<i>Lundi</i>	étude n°177 p. 47
<i>Mardi</i>	étude n°178 p. 49
<i>Mercredi</i>	étude n°179 p. 51
<i>Jeudi</i>	étude n°180 p. 53
<i>Vendredi</i>	étude n°181 p. 55
<i>Samedi</i>	étude n°182 p. 57
• <b>Tazria</b>	<b>p. 59</b>
<i>Dimanche</i>	étude n°183 p. 61
<i>Lundi</i>	étude n°184 p. 63
<i>Mardi</i>	étude n°185 p. 65
<i>Mercredi</i>	étude n°186 p. 67
<i>Jeudi</i>	étude n°187 p. 69
<i>Vendredi</i>	étude n°188 p. 71
<i>Samedi</i>	étude n°189 p. 73



• **Métsora'**

<i>Dimanche</i>	étude n°190
<i>Lundi</i>	étude n°191
<i>Mardi</i>	étude n°192
<i>Mercredi</i>	étude n°193
<i>Jeudi</i>	étude n°194
<i>Vendredi</i>	étude n°195
<i>Samedi</i>	étude n°196

**p. 75**

p. 77
p. 79
p. 81
p. 83
p. 85
p. 87
p. 89

• **A'haré Mot**

<i>Dimanche</i>	étude n°197
<i>Lundi</i>	étude n°198
<i>Mardi</i>	étude n°199
<i>Mercredi</i>	étude n°200
<i>Jeudi</i>	étude n°201
<i>Vendredi</i>	étude n°202
<i>Samedi</i>	étude n°203

**p. 91**

p. 93
p. 95
p. 97
p. 99
p. 101
p. 103
p. 105

• **Kédochim**

<i>Dimanche</i>	étude n°204
<i>Lundi</i>	étude n°205
<i>Mardi</i>	étude n°206
<i>Mercredi</i>	étude n°207
<i>Jeudi</i>	étude n°208
<i>Vendredi</i>	étude n°209
<i>Samedi</i>	étude n°210

**p. 107**

p. 109
p. 111
p. 113
p. 115
p. 117
p. 119
p. 121

• **Emor**

<i>Dimanche</i>	étude n°211
<i>Lundi</i>	étude n°212
<i>Mardi</i>	étude n°213
<i>Mercredi</i>	étude n°214
<i>Jeudi</i>	étude n°215
<i>Vendredi</i>	étude n°216
<i>Samedi</i>	étude n°217

**p. 123**

p. 125
p. 127
p. 129
p. 131
p. 133
p. 135
p. 137

• **Béhar**

<i>Dimanche</i>	étude n°218
<i>Lundi</i>	étude n°219
<i>Mardi</i>	étude n°220
<i>Mercredi</i>	étude n°221
<i>Jeudi</i>	étude n°222
<i>Vendredi</i>	étude n°223
<i>Samedi</i>	étude n°224

**p. 139**

p. 141
p. 143
p. 145
p. 147
p. 149
p. 151
p. 153

• **Bé'houkotai** **p. 155**

<i>Dimanche</i>	étude n°225	p. 157
<i>Lundi</i>	étude n°226	p. 159
<i>Mardi</i>	étude n°227	p. 161
<i>Mercredi</i>	étude n°228	p. 163
<i>Jeudi</i>	étude n°229	p. 165
<i>Vendredi</i>	étude n°230	p. 167
<i>Samedi</i>	étude n°231	p. 169

• **Pessa'h** **p. 171**

<i>Dimanche</i>	étude n°401	p. 173
<i>Lundi</i>	étude n°402	p. 175
<i>Mardi</i>	étude n°403	p. 177
<i>Mercredi</i>	étude n°404	p. 179
<i>Jeudi</i>	étude n°405	p. 181
<i>Vendredi</i>	étude n°406	p. 183
<i>Samedi</i>	étude n°407	p. 185

<i>Dimanche</i>	étude n°408	p. 189
<i>Lundi</i>	étude n°409	p. 191
<i>Mardi</i>	étude n°410	p. 193
<i>Mercredi</i>	étude n°411	p. 195
<i>Jeudi</i>	étude n°412	p. 197
<i>Vendredi</i>	étude n°413	p. 199
<i>Samedi</i>	étude n°414	p. 201

• **Glossaire** **p. 205**

• **Calendriers** **p. 219**

<i>Année</i>	<b>2015</b>	p. 221
<i>Année</i>	<b>2016</b>	p. 222
<i>Année</i>	<b>2017</b>	p. 223
<i>Année</i>	<b>2018</b>	p. 224
<i>Année</i>	<b>2019</b>	p. 225



## ***Paracha Vayikra***



Études n° **162** à **168**







## Etude n°162 : Dimanche

15 Mars 2015

13 Mars 2016

26 Mars 2017

11 Mars 2018

10 Mars 2019

### Perle de *Paracha*

#### Les lois des sacrifices

Le Créateur de l'univers sait que l'être humain est pourvu de forces et de faiblesses ; il peut donc se laisser aller et finir par fauter. C'est la raison pour laquelle, avant d'avoir créé l'homme, Il a créé la *Téchouva*, la possibilité de la réparation.

Hachem nous a donc montré les voies de la *Téchouva* : abandonner ses voies, regretter ses actions, ses paroles et ses pensées ainsi que de prendre l'engagement de ne plus jamais recommencer.

Ainsi, ses fautes lui sont pardonnées, comme l'énonce le verset : « *Il fait Téchouva et il sera guéri* ». Cependant, la faute laisse son empreinte dans la conscience de l'homme. Elle laisse un germe de rébellion et de désertion. On ne peut donc se purifier par le seul mouvement des lèvres qui prient. Qui peut donc garantir à l'homme qu'il ne retournera pas à ses anciens errements ?

Dieu a prescrit à tout être humain qui fait *Téchouva* d'amener un sacrifice qui lui procurera une expiation totale et lui garantit de ne pas à nouveau trébucher. En effet, la vision de la bête dépecée, déchiquetée et vidée de ses entrailles était destinée à lui montrer ce qu'il aurait dû subir s'il avait dû se mesurer à la rigueur de la justice divine. (*Imré 'hen*)

### Santé selon la Torah

#### Le repas du matin

Il faut donner au corps le temps d'achever et de parfaire le processus de reconstitution des tissus et des cellules. Ce processus fonctionne principalement la nuit. Il faut également donner le temps au système digestif de se mettre en marche et de « commencer à réclamer son dû ». On veillera donc à ne prendre son petit déjeuner qu'à partir du moment où la faim se fait sentir. On aura soin de manger des aliments légers, énergisants, et surtout, faciles à digérer afin de ne pas s'alourdir dès le début de la journée.

### Éducation

#### En route pour le changement...

Des *Midot* intrinsèquement mauvaises, cela n'existe pas !

Rien de mauvais ne peut sortir de « la main » du Créateur. C'est un principe directeur dans l'éducation des enfants : l'âme de chaque enfant est pure ! Ce n'est que l'usage négatif de certaines forces qui endommage ou détruit ce qui aurait pu devenir positif et produire de la sainteté et de la force morale. Les tendances négatives doivent être orientées, guidées et dirigées vers des buts positifs ; il ne sert à rien de les réprimer ni de les étouffer !

## Cacheroute

### Le prélèvement en faveur des *Cohanim* - *La Térrouma Guédola*

« Les prémices de ton blé, de ton vin, de ton huile et de la toison de ton menu bétail, tu les lui donneras (au Cohen) ». (*Dévarim 18,4*) Les *Cohanim* étaient entièrement consacrés au service du *Beth Hamikdash*. Ils étaient au service du peuple.

Il était donc tout à fait naturel que leur subsistance soit à la charge de la communauté. Étant donné qu'un être humain se nourrit essentiellement de blé (le pain), et que le vin et l'huile sont des aliments de base, la Torah nous a ordonné de verser ces contributions aux *Cohanim*.

Du point de vue de la Torah, il était possible de s'acquitter de cette Mitsva avec un grain de blé, de raisin, une olive, ou bien encore une goutte d'huile. Cependant, nos Sages ont fixé un montant minimal afin que cette Mitsva ne soit pas méprisée.

## Lois quotidiennes

### Lois des jours de fête - '*Érouv Tavchilin* (1)

1- Il est interdit de cuire et de préparer des aliments pendant un jour de fête qui tombe la veille de Chabbath pour les besoins du Chabbath. Si l'on a préparé un '*Érouv Tavchilin* **depuis la veille du jour de fête**, conformément aux règles du *Choul'han 'Aroukh*, on peut préparer ce qui est nécessaire pour Chabbath pendant le jour de fête.

2- Les femmes sont tenues, dans les cas où cela est nécessaire, d'accomplir la Mitsva du '*Érouv Tavchilin*, bien qu'il s'agisse d'une Mitsva positive dont l'accomplissement est lié au déroulement du temps. Une célibataire, une divorcée ou une veuve devra donc faire un '*Érouv Tavchilin*.

3- Les enfants invités chez leurs parents ne sont pas tenus de préparer un '*Érouv Tavchilin*, ils pourront profiter de celui qui a été préparé par leurs parents.

## Récit du Jour

### Un vrai bouclier

Une femme raconte qu'elle prit un jour sur elle de porter en permanence un maillot de corps à manches longues. C'était, disait-elle, une mesure de protection d'une grande efficacité dans le cas où les boutons de son chemisier en viendraient à s'ouvrir, et de plus, cela augmentait l'opacité de ses vêtements.

Quelques jours après avoir pris cette décision, alors qu'elle était en train de cuisiner, elle sentit une forte odeur de brûlé. Se touchant le cors, elle réalisa que son chemisier était en train de prendre feu. Elle eut tout juste le temps de l'enlever et d'éviter ainsi de se brûler.

L'ayant ôté, elle put y voir un énorme trou, tandis que son maillot de corps était juste atteint d'une légère marque de brûlure. Si elle n'avait pas porté ce bouclier, sa peau aurait brûlé en plusieurs endroits...

## Etude n°163 : Lundi

16 Mars 2015

14 Mars 2016

27 Mars 2017

12 Mars 2018

11 Mars 2019

### Perle de *Paracha*

« *L'Éternel appela Moché* ». (Vayikra 1,1)

Nos Sages ont illustré l'enseignement caché dans cet appel.

Un roi ordonna à son serviteur de lui construire un palais qui accomplit son œuvre avec zèle. Il ajouta sa touche personnelle : il inscrivit le nom du roi sur chaque ustensile, sur chaque pierre, dalle, poutre et solive du palais. Lorsque son ouvrage fut achevé, le roi se rendit au palais. Il put constater que son nom était inscrit en tout endroit. Quelle que fut la direction dans laquelle il se tournait, il découvrait son nom gravé par son fidèle serviteur.

« Quel honneur et quelles marques de respect, pensa-t-il. Pourrais-je demeurer dans cet endroit sans inviter un serviteur aussi zélé à y entrer également ? » Il l'invita donc à pénétrer dans son palais, jusque dans ses recoins les plus secrets.

Moché a érigé le *Michkan*, le Tabernacle du désert. Lorsqu'il l'eut achevé, la Torah nous rapporte qu'il « *était emplie de la gloire d'Hachem* » et que « *Moché ne pouvait pénétrer dans la tente d'assignation* ». Il resta donc à l'extérieur, jusqu'au moment où Hachem l'invita à y entrer. D'ieu dit : « *Moché M'a donné tous ces honneurs et Je resterais à l'intérieur et lui, à l'extérieur ?* » Il l'appela donc immédiatement à pénétrer dans le *Michkan*. (*Vayikra Rabba*)

### Santé selon la Torah

Le « *pain du matin* »

Nos Sages, dans le Talmud, ont largement vanté les bienfaits de la consommation du « *pain du matin* ». Il ne s'agit pas, comme le croient beaucoup de gens, simplement du pain que l'on mange le matin. C'est avant tout un pain qui a été fabriqué dans le silence du petit matin, à l'heure où très peu de gens sont dans la rue, où peu de voitures circulent ; une matière qui n'est pas « *habitée* » par les bruits de la ville, mais par la sérénité des petites heures de la journée. Si l'on mange de ce pain le matin, on ingurgite une matière qui aide à la sérénité et au bien-être. Nos Sages ont dit que ce pain sauve de 83 maladies. De plus, il sauve des démons, des esprits malfaisants et de l'idiotie ; il permet de triompher à l'heure du jugement, d'étudier la Torah, et de mériter d'être entendu, écouté, etc.

### Éducation

Traiter les « *mauvaises* » *Midot*

Même les *Midot* comme la colère, la haine, l'orgueil, l'entêtement ou la paresse, que l'on considère comme des traits de caractère négatifs, peuvent être changées en forces positives et en vecteur de sainteté. Il faut, pour y parvenir, savoir les traiter dès qu'elles commencent à se manifester.

## Cacheroute

### Le prélèvement des *Léviim* - *Ma'asser Richon*

Il est écrit : « *Car de la dîme que les Bné Israël prélèveront pour D.ieu, J'ai donné une partie aux Léviim, en offrande...* ».

Nos Sages ont déduit de ce verset l'obligation d'effectuer des prélèvements en faveur des membres de la tribu de Lévi. En effet, cette tribu a été choisie pour servir le Créateur, dans le lieu le plus saint. De plus, il sied au serviteur du Roi des rois de ne s'occuper que des besoins du roi. Les *Léviim* ne peuvent donc pas s'occuper d'affaires profanes, ni même subvenir par eux-mêmes à leurs propres besoins ; ce sont les autres qui doivent les prendre en charge. L'obligation des prélèvements s'impose également aux *Léviim* et aux *Cohanim* (qui sont les descendants d'Aaron le Lévi et donc une branche des *Léviim*).

## Lois quotidiennes

### Lois des jours de fête - *'Érouv Tavchilin* (2)

1- Une femme qui ne sait pas comment procéder pour faire correctement son *'Érouv Tavchilin* est acquittée par celui que le Rav fait en faveur de tous les Juifs de la ville.

2- On peut faire le *'Érouv Tavchilin* pour une veuve qui ne connaît ni les règles, ni le texte de la bénédiction. On devra ensuite lui faire réciter la bénédiction, mot à mot, ainsi que le texte par lequel on stipule que les aliments que l'on a prélevés sont affectés au *'Érouv Tavchilin* (*Bédeïn 'irouva...*). Certains décisionnaires pensent que dans ce cas, on peut réciter la bénédiction à sa place puisqu'elle ne connaît pas le texte.

## Récit du Jour

### Tout est relatif

Un jour, une femme se rendit chez le *Gaon* Rav Guerschon Tan'houm, Rav de Minsk, et clama avec peine : « Rav, je ne peux plus supporter les malheurs que m'inflige mon mari, je ne sortirai pas d'ici avant que le Rav me fasse la promesse qu'il me préparera un *Guèt* ! Je veux divorcer ! »

« Je suis prêt à t'organiser les documents pour le *Guèt* », lui répondit le Rav d'un ton apaisant, « mais seulement si tu remplis une condition. Pendant un mois, je te demande d'aller chaque vendredi dans le quartier pauvre de notre ville et de distribuer aux habitants du pain et de la viande en l'honneur de Chabbath. Après un mois, je te donnerai ton *Guèt* ». La femme accepta le marché.

Mais après un mois, elle ne donna aucune nouvelle. Le Rav la fit appeler et demanda pourquoi elle n'était pas venue comme ils avaient convenu, ce à quoi la femme rétorqua : « Tous les vendredis, alors que je passais de maison en maison, j'ai compris quels étaient les véritables malheurs. J'ai réalisé qu'il existait des individus qui souffraient beaucoup plus que moi et j'ai décidé de ne pas divorcer. Grâce à mon maître, j'ai ouvert les yeux et j'ai pris la bonne décision ».

## Etude n°164 : Mardi

17 Mars 2015

15 Mars 2016

28 Mars 2017

13 Mars 2018

12 Mars 2019

### Perle de *Paracha*

#### Sacrifier notre bestialité

Question : pourquoi le Créateur a-t-il choisi, comme moyen de réparation morale pour le fauteur, le sacrifice d'un animal ? Si l'homme a péché, quelle est la faute de cette malheureuse bête que l'on abat et dépèce pour faire brûler ses restes sur l'autel des sacrifices ?

Réponse : lorsque l'être humain faute, un esprit de bêtise s'empare de lui. En fautant, il commet un acte animal. Cependant, lorsqu'il fait *Téchouva*, il remonte au niveau moral d'un être humain. Or, il est certain que l'on ne peut pas tuer un être humain en lieu et place d'un animal. On va donc égorger l'animal en la présence du fauteur, afin qu'il soit le spectateur de ce qui l'aurait attendu s'il n'avait pas fait *Téchouva*.

Le fait qu'il ait amené la bête jusqu'à la porte du Temple, supportant la honte de voir sa conduite exposée aux yeux de tous, les dépenses dues à l'achat de l'animal sacrifié, ajouté au spectacle du sacrifice et du dépeçage vont ancrer en lui la décision de ne plus jamais fauter.

C'est là l'objectif du sacrifice et du cérémonial qui l'accompagne.

### Santé selon la Torah

#### Un « petit » déjeuner ?

Dans la *Halakha*, il est clair que le petit déjeuner est effectivement un « petit » déjeuner, c'est-à-dire une collation légère, à la suite de laquelle viendra un repas plus copieux. Cependant, il faut prendre garde à ne pas le repousser à une heure trop avancée de la matinée.

### Éducation

#### Donner la bonne direction

Lorsque l'on prend le temps de regarder un bébé, on peut réfléchir au fait suivant : de nombreuses forces et de très nombreux penchants sont contenus virtuellement dans le cœur de ce tendre nourrisson. De nombreux projets, pensées et réflexions traverseront son cerveau. Pouvons-nous dire que l'une de ces forces, de ces pensées ou de ces volontés est « mauvaise » ? La réponse est bien sûr négative. Aucun de ses traits de caractère ne peut être mauvais ; chacun peut être orienté vers des buts positifs, ou au contraire, vers des horizons négatifs et destructeurs. Aux parents de savoir lui faire prendre la bonne direction !



## Cacheroute

### Le prélèvement des *Léviim* en faveur des *Cohanim* - La *Téroumat Ma'asser*

Il est écrit : « *Et parle aux Léviim et dis-leur : Lorsque vous prélèverez la dîme des Bné Israël, vous prélèverez (de cette dîme qui vous est destinée) un prélèvement pour le Seigneur, qui sera une dîme de la dîme. Et vous en donnerez à Aharon le Cohen* ».

Les *Léviim* sont donc tenus de reverser aux *Cohanim* 1/10ème de ce qu'ils reçoivent : la *Téroumat Ma'asser*. Les *Léviim* étaient en effet tenus de servir les *Cohanim* dans le Temple ; ces derniers ont un statut plus élevé, puisque ce sont eux qui font le service des sacrifices. Ils recevaient également les 24 présents tirés des bêtes sacrifiées qui leur étaient réservés.

## Lois quotidiennes

### Se réjouir durant la fête

1- L'homme est tenu d'être joyeux et de bonne disposition durant les jours de fête. Comment s'exprime cette joie ? Il est tenu d'acheter de beaux vêtements et des bijoux à son épouse, ainsi que de distribuer des bonbons et autres sucreries aux petits enfants. Il doit réjouir chacun des membres de sa famille, selon son âge et ses dispositions. Cette règle doit bien sûr s'entendre comme une obligation au regard de ses moyens financiers.

2- Les femmes sont également tenues de se réjouir durant cette période.

## Récit du Jour

### Un entêtement payant !

Une femme juive américaine avait pris sur elle de ne pas sortir de chez elle sans se couvrir la tête. Son appartement se situait au rez-de-chaussée. Elle sortit un jour sur sa terrasse. N'ayant pas prêté attention à la porte, celle-ci se referma, la laissant dehors, la tête découverte.

La voici donc devant chez elle, la tête découverte, avec un téléphone portable dans la poche et la possibilité de passer par la rue, revenir à l'entrée de son immeuble et appuyer sur le bouton salvateur qui lui ouvrirait la porte de son appartement.

Cependant, il lui fallait pour cela passer par la rue, la tête découverte. Elle téléphona à son mari. Sa réaction fut évidemment très vive : il ne voyait pas l'intérêt de son appel - elle n'avait qu'à faire le tour, et de toutes les façons, il était impensable qu'il perde des heures de travail pour une situation pareille, et puis pourquoi insister, etc.

L'épouse campa sur ses positions et... sur sa terrasse. Le mari, voyant sa détermination, n'eut pas le choix. Il quitta donc précipitamment son bureau pour aller « sauver » sa femme. Quelques minutes plus tard, l'étage où se trouvait son bureau était heurté de plein fouet par l'un des avions qui s'écrasèrent ce jour-là sur les tours jumelles ; notre homme avait été sauvé d'une mort certaine par « l'entêtement » de sa femme.

À la suite de cet épisode, ils se renforcèrent considérablement et la femme prit évidemment sur elle de se couvrir la tête en permanence...

## Etude n°165 : Mercredi

18 Mars 2015

16 Mars 2016

29 Mars 2017

14 Mars 2018

13 Mars 2019

### Perle de Paracha

L'Alef de Vayikra est réduit...

Rabbi Bounim de Pchiskha avait l'habitude de commenter la taille inhabituellement réduite de cette lettre par la modestie de Moché. En effet, il ne s'était ni enorgueilli, ni même ému de son niveau spirituel. Il se considérait, disait le Rav, comme un homme perché au sommet d'une tour. Il ne lui viendrait bien sûr pas à l'esprit de se croire plus grand que les autres créatures ; il ne doit sa hauteur qu'au fait de se trouver au sommet d'une tour... Moché savait qu'il devait tout à Hachem, aux cadeaux qu'Il lui avait donnés. C'est la raison pour laquelle il ne pénétra pas dans le Tabernacle avant d'y avoir été invité par Hachem. Et c'est également la raison pour laquelle la lettre *Alef* de *Vayikra* de l'appel de D.ieu, est de taille réduite. Hachem a voulu de cette manière nous montrer l'extraordinaire modestie de Moché.

Tout celui qui poursuit les hauts postes, ces derniers le fuient ; et tout celui qui les fuit, ce sont ces responsabilités qui le poursuivent....

### Santé selon la Torah

La première faim de la journée

On ne doit commencer à manger le petit déjeuner que lorsque la faim se réveille, c'est-à-dire trois heures environ après le lever. La sensation de faim est le meilleur indicateur quant à l'heure du petit déjeuner.

### Éducation

Se contenir

Malheureux est celui qui s'empporte ou se laisse aller à l'agacement et à la nervosité pour chaque vétille. Il l'est également s'il réagit en toute situation de la même manière, sans sourciller.

Malheureux est celui qui s'enorgueillit et qui ne pense qu'à son honneur, cela est doublement dommage s'il s'entête dans son orgueil lorsqu'il s'agit de choses élevées et importantes.

### Cacheroute

Le *Ma'asser Chéni*

« Tu prélèveras la dîme de ta semence... » (Dévarim 14,22)

Pendant la 1ère année, et pendant la 2ème, 4ème et 5ème année du cycle de la *Chémitta*, on prélève une dîme spéciale sur la quantité de récolte restante, après avoir prélevé la dîme destinée aux *Léviim*. Cette dîme s'appelle *Ma'asser Chéni* et devait être mangée à Jérusalem. Si l'on habitait trop loin de Jérusalem, on pouvait convertir la quantité de récolte concernée par ce *Ma'asser* en une somme d'argent correspondante à sa valeur avec laquelle

on achetait de la nourriture à Jérusalem. On devait effectuer cette opération pendant les fêtes de pèlerinage. De nos jours, on rachète ces fruits au moyen d'une pièce de monnaie que l'on jette à la mer.

## Lois quotidiennes

### Récitation du *Hallel* et allumage des bougies

1- Les femmes sont dispensées de la récitation du *Hallel* lors des jours de fête. Si elles souhaitent malgré tout le réciter, elles le feront sans réciter les bénédictions du *Hallel*. Cependant, le soir de *Pessa'h*, les femmes sont tenues de réciter le *Hallel* complet, avec les bénédictions, avant le *Kiddouch* de la fête ; elles ont effectivement les mêmes devoirs que les hommes concernant le *Hallel* durant cette soirée majeure.

2- Il est interdit de réchauffer de la cire pour coller le fond de la bougie au bougeoir, en vertu de l'interdit d'étaler. La femme doit particulièrement prêter attention à cet interdit pendant les jours de fête, dans le cas où elle allume les bougies après le début de la fête (le 1er jour) et le soir du 2ème jour.

3- De même qu'à l'entrée du Chabbath, la femme est tenue d'allumer des bougies à l'entrée du jour de fête. Elle récitera la bénédiction qui s'achève par : *Léhadlik ner chel Yom Tov*. Si le jour de fête tombe un Chabbath, elle récitera : *Léhadlik ner chel Chabbath véchel Yom Tov*.

## Récit du Jour

### Et la réponse ?

Le Rav Ayzil 'Harif se rendit un jour à la *Yéchiva* de Volozhin pour y chercher un parti pour sa fille. Il posa une question talmudique extrêmement ardue au *Beth Hamidrach* et annonça que l'étudiant qui parviendrait à y répondre deviendrait son gendre.

Durant les jours qui suivirent cette annonce, la *Yéchiva* fut en proie à une agitation peu commune... Plongés dans leurs *Guémarot*, les étudiants réfléchissaient nuit et jour pour tenter de résoudre cette difficulté, car qui ne souhaitait pas devenir le gendre du *Gaon* de la génération ?

De longues files d'attentes se formèrent devant la chambre du Rav Ayzil. Les étudiants les plus brillants soumièrent leurs réponses mais aucun ne parvint à trouver la bonne. Au bout de quelques jours d'attente infructueuse, le Rav Ayzil prit le chemin du retour.

Alors que la calèche s'éloignait de la ville, le cocher entendit soudain une voix l'appeler par derrière : « Arrêtez-vous, arrêtez-vous ! » Puis l'un des élèves de la *Yéchiva*, Rav Yossef Shloufer, s'approcha de la calèche, haletant et pantelant. « Rabbi ! s'écria-t-il d'une voix essoufflée. La réponse...

— As-tu trouvé la réponse à ma question ? demanda Rav Ayzil, surpris.

— Non, répondit le jeune homme. Mais je dois absolument la connaître »...

A ces mots, le visage de Rav Ayzil 'Harif s'éclaira : « C'est toi que je désire comme gendre ! déclara-t-il. Ce n'est ni l'honneur ni le prestige qui t'ont incité à chercher la réponse, mais ton amour désintéressé pour la Torah. C'est toi que je choisis comme gendre ! »

## Etude n°166 : Jeudi

19 Mars 2015

17 Mars 2016

30 Mars 2017

15 Mars 2018

14 Mars 2019

### Perle de *Paracha*

#### Les différents types de sacrifices

On amène un *Korban Ola* (l'holocauste) pour 3 raisons :

- N'avoir pas accompli une Mitsva positive de la Torah : *Soucca*, *Téfiline*, *Tsitsit*, etc.
- Avoir transgressé un interdit réparable par l'observance d'une Mitsva positive qui répare les effets de la transgression : par exemple, transgresser l'interdit de laisser de la viande des sacrifices sur l'autel une fois passée l'heure où l'on a le droit d'en manger. On peut réparer cette transgression en observant la Mitsva positive de brûler les restes avant le matin.
- Avoir eu des pensées impures invitant à l'idolâtrie.

*Korban 'Hatat*, ou sacrifice expiatoire :

On amène ce type de sacrifice lorsque l'on a transgressé par inadvertance un interdit, qui, s'il avait été transgressé intentionnellement, aurait entraîné la peine de *Karet* (retranchement).

### Santé selon la Torah

#### Prendre le temps de « faire le plein »

Beaucoup de jeunes adolescents et d'enfants sautent le petit déjeuner par manque de temps ; c'est bien dommage, car dès l'adolescence, l'individu entame une croissance rapide en taille et en poids. C'est donc un âge où le corps a besoin de « combustible » en calories ; il lui faudra des albumines, des lipides, des protéides, des glucides, etc.

### Éducation

#### Chaque *Mida* peut être positive

Une frontière étanche sépare la joie, des débordements qui mènent à la débauche et au dévergondage. Il faut d'une part s'éloigner du dévergondage, et d'autre part savoir se joindre aux occasions de joie authentique, empreintes de respect et de dignité.

Il faut opposer une solidité de roc au mensonge, mais en même temps, suffisamment souple pour se rendre apte à recevoir du *Moussar*.

### Cacheroute

#### Le *Ma'asser 'Ani*

Il est écrit : « *Au terme de trois années, tu prélèveras la dîme de ta récolte... Et le Lévi, l'étranger, l'orphelin et la veuve mangeront et se rassasieront* ». Cette dîme est prélevée la 3ème et la 6ème année, en lieu et place du *Ma'asser*

*Chéni*. Cette Mitsva nous a été donnée afin de nous familiariser avec les actes de *'Hessed*. Hachem peut nourrir les pauvres sans l'intervention de l'homme ; lorsqu'Il ordonne le *'Hessed*, c'est aussi pour éduquer, construire et sauver celui qui donne.

## Lois quotidiennes

### Lois sur les repas et *Kiddouch* de *Yom Tov*

1- Du fait de l'honneur et du respect qui sont dus aux jours de fête, on doit s'abstenir de consommer un repas trop copieux dans les dernières heures de la journée qui les précèdent ; seule une légère collation est autorisée.

2- De la même manière que les femmes sont tenues de faire le *Kiddouch* de Chabbath, elles sont tenues de faire celui de *Yom Tov*.

3- Il est interdit de manger et de boire, y compris de l'eau, à partir du moment où l'on a accueilli le Chabbath ou le jour de fête. S'il est nécessaire de boire ou manger, il faut réciter le *Kiddouch* au préalable.

## Récit du Jour

### Votre pudeur nous « nourrit » dans l'au-delà

Voici une histoire authentique qui s'est déroulée dans la nuit du *Chabbath Parachat Nasso*, en 2004. Une femme fit un rêve qui commença par la vision d'une lumière intense. Elle vit son oncle, Rabbi Yéchaya, assis dans un coin illuminé. Elle s'approcha de lui pour prendre de ses nouvelles, puis demanda ce qu'il était advenu de son père. Le visage de son oncle s'assombrit et il lui montra une niche poussiéreuse et sombre. En s'approchant de l'endroit, elle découvrit le visage de son père, marqué par les souffrances, assombri et souffrant mille maux. « Papa, ai-je crié, dit-elle en racontant son rêve, que fais-tu là ? ! »

Son père lui jeta un regard triste : « Je suis au *Guéhinam* et j'ai faim. J'aimerais tant manger... ». « Pourquoi veux-tu manger ; dans le monde futur, il n'y a rien à manger ! » Lui dit-elle. « Certes, reprit le père, la nourriture dont je parle, ma fille, c'est le mérite du au respect de la pudeur ! Dans le monde futur, votre pudeur, c'est notre nourriture ! ».

« Je me suis réveillée, raconta la fille, avec un grand sentiment de honte et de tristesse ; j'ai beaucoup pleuré durant ce Chabbath. J'étais complètement perturbée, j'avais beau lire des *Téhilim*, rien ne pouvait me calmer. À la sortie du Chabbath, j'ai téléphoné à l'une de mes sœurs, qui a commencé à me raconter son rêve en pleurant. C'était exactement le même que le mien. Nous sommes six sœurs. Ce soir-là, nous nous sommes toutes concertées et nous avons découvert que nous avions toutes fait le même rêve, la même nuit.

Dimanche, nous sommes allées voir *Rav Haïm Kanievisky*. Il nous a dit : « Le jugement des *Réchaïm*, des impies, dans le *Guéhinam*, dure 12 mois. D.ieu merci, votre père est arrivé au dernier stade de la purification de son âme ; il vient d'arriver au *Guéhinam* ! Vous êtes tenues de vous renforcer dans l'observance des règles de pudeur, pour le bien et l'ascension de l'âme de votre père ».

Nous avons tout de suite pris sur nous de nous renforcer d'une manière générale, en mettant l'accent sur les prières et la pudeur. Que ce soit la volonté de D.ieu que nos mérites profitent à notre père qui nous est si cher ! »

## Etude n°167 : Vendredi

20 Mars 2015

18 Mars 2016

31 Mars 2017

16 Mars 2018

15 Mars 2019

### Perle de *Paracha*

#### Les différents types de sacrifices (suite)

Le *Korban Acham* (offrande délictive)

On amène un *Korban Acham* dans six cas :

- *Acham guézélot, acham mé'ilot* : Concernent un Juif qui n'est pas *Cohen*, et qui tire profit des biens réservés au service du Temple.

- *Acham metsora* : Une personne atteinte de *Tsara 'at* doit amener ce sacrifice au 8ème jour, après 7 jours de purification et d'isolement.

- *Acham nazir* : Au terme de sa période de *Nézirout*, le *Nazir* doit amener un *Korban acham*.

- *Acham chif'ha 'haroufa* : Un Juif qui a eu un commerce charnel avec une servante cananéenne ayant le double statut d'une servante et d'une affranchie, comme c'est le cas pour une servante cananéenne appartenant à deux associés, doit amener un *Acham chif'ha 'haroufa*.

- *Acham talouï* : On amène ce type de sacrifice en cas de doute. Lorsqu'un homme avait devant lui deux morceaux de viande, l'un '*Hélèv* (interdit à la consommation, sanctionné par un *Karet*), et l'autre prélevé sur la partie grasse de l'animal, qu'il mangeait l'un des deux et perdait le morceau restant, il se retrouvait en situation de doute. Avait-il mangé le morceau interdit ou bien le morceau permis ? Or, il n'avait pas la possibilité de le vérifier, puisque le morceau restant avait été égaré. Dans ce cas, il devait amener un *Korban acham talouï*, qui suspendait l'application de son *Din*. S'il s'avérait qu'il avait mangé du '*Hélèv*, il devait amener un *Korban 'Hatat* (sacrifice expiatoire).

*Korban chlamim* (offrande rémunératoire) : On amène ce sacrifice en remerciement d'une bonté prodiguée par le Ciel, ou pour remercier d'avoir été sauvé d'un malheur

*Korban toda* (offrande de remerciement) : On l'offre lorsque l'on a bénéficié d'un sauvetage miraculeux, mené à bien par des êtres humains.

*Korban min'ha/mena'hot* (oblation) : On amène ce sacrifice lorsque l'on veut obtenir l'expiation de fautes commises du fait de notre mauvais caractère. Cela dit, les pauvres sont les premiers concernés par ce sacrifice, puisqu'ils n'ont pas les moyens d'amener du petit ou du gros bétail, ou même un oiseau.

### Santé selon la Torah

#### Pourquoi prendre un petit déjeuner léger ?

De 4h du matin jusqu'à 12h, le système d'évacuation des déchets est à l'œuvre. Il s'agit d'un système complexe, fondamental pour la survie des créatures. Afin de ne pas gêner son fonctionnement, nous avons recommandé un petit déjeuner léger qui ne ralentit pas ce travail en pompant des énergies qui font leur effet durant la digestion.

## Éducation

### Le « juste milieu »

Ce que l'on nomme le « juste milieu » se rapporte à l'exigence suivante : on doit contrôler la réalisation de ses désirs lorsqu'il s'agit de plaisirs. Cependant, malheur à celui qui fait vœu de s'en priver complètement, y compris de ce qui lui est permis.

## Cacheroute

### Mettre D.ieu à l'épreuve pour le *Ma'asser* ?!

Nos Sages nous ont enseigné que l'observance des prélèvements (*Ma'asser* divers) constitue une barrière protectrice autour de la richesse. Par ailleurs, ils nous disent également qu'il est interdit de mettre D.ieu à l'épreuve en exigeant de Lui le salaire des *Mitsvot* que nous accomplissons, comme le dit la Torah (*Dévarim* 6,16) : « *Ne tentez point l'Eternel votre D.ieu comme vous l'avez fait à Massa.* » Cependant, nos Sages nous enseignent que cette règle ne s'applique pas pour le *Ma'asser*, comme nous l'enseigne ce verset (*Malakhi* 3,10) : « *Apportez toutes les dîmes dans le lieu du dépôt, pour qu'il y ait des provisions dans Ma maison, et attendez-Moi à cette épreuve, dit l'Eternel-Tsévaot ; [vous verrez] si Je n'ouvre pas en votre faveur les cataractes du ciel, si Je ne répands pas sur vous la bénédiction au-delà de toute mesure.* ».

## Lois quotidiennes

### Allumer et éteindre un feu pendant un jour de fête

1- On n'allume pas un feu à partir d'une allumette ou d'un briquet pendant un jour de fête. On ne peut allumer une flamme qu'à partir d'une autre flamme.

2- Il est interdit d'éteindre un feu pendant un jour de fête, y compris en fermant le robinet de gaz.

3- Il est permis de chauffer de l'eau de telle manière qu'en débordant de la casserole, elle éteigne le feu. Cependant, on ne pourra le faire que si l'on se sert de l'eau pour boire ou pour se laver.

## Récit du Jour

### Il faut savoir aller jusqu'au bout de ses décisions !

Une femme avait pris sur elle de sortir avec une veste et de ne jamais se contenter d'un chemisier, y compris si celui-ci était parfaitement conforme aux règles de pudeur. Par un beau jour d'été, alors que régnait une grande chaleur, elle se dit : « J'ai pris sur moi une mesure de rigueur trop difficile à supporter. Aujourd'hui, je sortirai sans veste. Mon chemisier est parfaitement pudique ; il me suffit de fermer correctement les boutons et de veiller à la fermeture du col ! » Ayant fini de repasser sa veste, elle s'apprêtait à la ranger dans son placard, quand la fermeture éclair de sa jupe se déchira, exigeant une réparation sérieuse. Il lui fallait maintenant porter sa veste afin de masquer la déchirure, qu'elle devait, avant de la réparer dans la soirée, traîner avec elle toute la journée. Elle ferma donc sa fermeture éclair avec des épingles et sortit avec sa veste, un cache-misère qu'elle était bien obligée de mettre....

## Etude n°168 : Samedi

21 Mars 2015

19 Mars 2016

1 Avril 2017

17 Mars 2018

16 Mars 2019

### Lois quotidiennes

#### Lois relatives à l'interdit de trier pendant Chabbath (1)

1- Trier est l'un des 39 travaux interdits durant le Chabbath. On doit amener un sacrifice expiatoire (si l'on a transgressé par inadvertance cet interdit), et l'on est passible de retranchement (*Karet*) si on le transgresse intentionnellement. On ne transgresse l'interdit de trier, du point de vue de la Torah, que dans les 3 cas suivants :

-On prend des morceaux dont on ne veut pas (*Psolet*), même à la main, et même si l'on a l'intention de les manger tout de suite.

-On trie avec un ustensile spécialement conçu à cet effet, ce qui est interdit par la Torah. Par contre, si l'on utilise un ustensile qui n'est pas affecté au triage, on transgresse un interdit des Sages.

-On prélève de la nourriture d'un mélange en ayant l'intention de la manger bien après le repas

Nous apprenons donc qu'il n'est permis de trier qu'en observant ces 3 conditions en même temps :

-On prélève de la nourriture dans un mélange contenant différentes sortes d'éléments.

-On peut prélever cette nourriture à la main ou avec un ustensile.

-On ne prend ce que l'on souhaite manger que pour le manger immédiatement.

### Récit du Jour

#### La sagesse du *Dayan*

On raconte au sujet de Rabbi 'Haïm Mordékhaï Léveton, l'un des plus grands *Rabbanim* d'Alep, que deux plaignants, l'un Juif et l'autre non, se présentèrent un jour à son tribunal rabbinique. Le non-juif prétendait avoir prêté une certaine somme d'argent à son opposant, sans toutefois avoir dressé un acte de prêt. Quant à l'autre, il niait l'affaire du tout au tout. Le Rav, qui pressentait que le Juif mentait, exigea du non-juif qu'il quitte la salle sur-le-champ et lorsque celui-ci fut dehors, il s'adressa à son coreligionnaire en ces termes : « Il va me falloir à présent enquêter sur l'affaire. Je vous conseille donc de tout nier en bloc ! » Le Juif, certain d'avoir acquis le juge à sa cause, se confia : « Evidemment, maître, je sais bien que c'est ainsi qu'il faut agir avec les non-juifs : tout nier et ne jamais rien concéder, même lorsqu'ils disent la vérité. C'est d'ailleurs ce que j'ai fait aujourd'hui avec mon opposant... » Dès que le Juif admit avoir menti, le Rav trancha qu'il était redevable de toute la somme exigée et le contraignit à la rembourser !





## ***Paracha Tsav***

Études n° **169** à **175**



## Etude n°169 : Dimanche

22 Mars 2015

20 Mars 2016

2 Avril 2017

18 Mars 2018

17 Mars 2019

### Perle de *Paracha*

#### Aharon est réhabilité

Le *Midrach* pose une question : pourquoi le nom d'*Aharon HaCohen* n'est-il pas mentionné dans la *Parachat Vayikra* ?

Réponse :

Parce qu'à ce moment, D.ieu l'avait repoussé. Moché intercédait en sa faveur : « Est-il possible qu'un puits soit méprisé et ses eaux appréciées ? Les enfants d'Aharon sont chers aux yeux de D.ieu ; leurs noms sont mentionnés tout au long des différents services effectués dans le Tabernacle ! Pourquoi ne pas faire honneur à Aharon mon frère, par la grâce de ses enfants ? » D.ieu répondit immédiatement à Moché en lui faisant savoir qu'Il lui ferait honneur. De plus, Il mentionnerait son nom avant celui de ses enfants. Il lui dit donc immédiatement : « *Ordonne à Aharon et à ses fils...* ».

### Santé selon la Torah

#### Les bienfaits de l'eau le matin

C'est une excellente chose que de boire un verre d'eau le matin, une demi-heure avant de prendre son petit déjeuner, le ventre vide. En effet, cela a pour effet de « brûler » les graisses accumulées lors des repas de la veille.

### Éducation

#### Méthode pour (se) changer

Lorsque l'on désire se travailler et changer, ou plus simplement, corriger un défaut de caractère, on peut adopter la démarche proposée par *Rabbi Moché 'Haïm Luzzato* (le *Ram'hal*) : commencer par examiner notre manière de réfléchir et d'aborder les différents défis de notre existence. En effet, si nous sommes capables d'envisager la phase théorique de notre travail avec pertinence, sa phase pratique sera facilitée ; nous réussirons plus facilement à mettre en pratique nos décisions. C'est en vertu de cette même démarche que Maïmonide a appelé le chapitre consacré au travail sur soi et à l'amélioration de son caractère : *Hilkhot déot* - Lois régissant les conceptions. Il faut en effet commencer par considérer ce qui touche à notre comportement du point de vue intellectuel, puis mettre en pratique nos décisions.

### Cacheroute

#### Des prélèvements « rat-és » !

Les habitants de la ville où résidait Rabbi Pin'has ben Yaïr vinrent se plaindre auprès de lui. Ils lui racontèrent que leurs récoltes étaient régulièrement « visitées » par les rats qui en détruisaient une grande partie. Rabbi Pin'has ben Yaïr convoqua les rats et leur demanda de se rassembler en un seul endroit. Réunis, ils commencèrent à siffloter.

« Savez-vous ce que disent les rats ? leur demanda-t-il.

- Non, répondirent-ils.

- Ils disent que vous ne faites pas convenablement les prélèvements sur les récoltes.

- À compter de ce jour, lui répondirent-ils, tu seras notre surveillant. »

Les rats cessèrent alors de manger les récoltes des habitants de la ville.

## Lois quotidiennes

### Lois relatives à la cuisson pendant un jour de fête

1- Bien qu'il soit permis de griller de la viande pendant un jour de fête, il est mieux de s'abstenir de le faire sur des braises (à cause du risque de les éteindre). De plus, il est interdit, si l'on grille tout de même de la viande sur des braises, de déplacer les braises et les ustensiles ayant servi à la grillade.

2- Pendant les jours de fête, il est interdit d'éteindre ou de baisser le niveau de chaleur des plaques électriques, y compris dans le but de cuire un plat. En effet, ce geste revient à éteindre une source de chaleur.

3- Lorsque l'on a épuisé les réserves d'une bouteille de gaz, il est permis d'ouvrir le robinet d'une autre bouteille afin de cuire un plat consommé pendant la fête.

## Récit du Jour

### Ne pas perdre espoir

On rencontrait, et on rencontre encore toutes sortes de personnages fascinants à Jérusalem. L'un d'entre eux était un couturier, craignant D.ieu et très érudit. Il s'appelait Moché Lévy. Sa vie ne connaissait qu'une peine : il était marié depuis 20 ans et aucune naissance n'était venue éclairer sa maison. Il prit la décision de divorcer et de se remarier avec une femme qui lui donnerait des enfants. Il se rendit au tribunal rabbinique de Jérusalem où il rencontra Rav Hadaya qui était à la fois l'un des grands décisionnaires de son temps en même temps qu'un kabbaliste réputé. Celui-ci refusa à deux reprises de préparer un acte de divorce. À la troisième demande de Moché Lévy, il finit par accepter et convoqua les époux. Ceux-ci se rendirent au tribunal à la date convenue. Ils pleuraient amèrement, tous les deux, avec la même émotion et le même sentiment de déchirement. Le Rav prit la parole dès le début de la séance et leur annonça qu'il repoussait la remise du *Guèt* (l'acte de divorce) : « Je prierai pour vous chaque jour, durant six mois, afin que vous méritiez d'avoir une descendance ! »

Les époux acceptèrent et s'en retournèrent chez eux comme ils étaient venus, ou plutôt en meilleur état que lorsqu'ils étaient rentrés dans la salle du tribunal ; ils avaient à présent de l'espoir. Un Juste, un érudit allait prier pour eux chaque jour.

Deux mois plus tard, la femme fut enceinte. Elle mit au monde un garçon qui devint un grand érudit et un décisionnaire de premier plan : Rav 'Haïm David Lévy, le Rav de Tel Aviv.

## Etude n°170 : Lundi

23 Mars 2015

21 Mars 2016

3 Avril 2017

19 Mars 2018

18 Mars 2019

### Perle de *Paracha*

« *Le surplus de l'oblation (la Min'ha) sera pour Aharon et ses fils... ».*  
(Lévitique 2,3)

Un Rabbi 'hassidique passa quelques jours chez Rav Ya'acov Gézunreïth. Le Rabbi s'étendit en louanges sur les '*Hassidim* qui lui apportaient régulièrement des « *Pidyonot* ». Il s'agissait de présents que les '*Hassidim* laissaient à la disposition de leur Rav afin qu'ils servent d'expiation pour leurs fautes éventuelles. Rav Ya'acov fit remarquer au Rabbi en souriant qu'il « vivait » vraisemblablement des fautes de ses '*Hassidim*. Ceux-ci pensaient, en toute naïveté, que leurs cadeaux expiaient leurs fautes ainsi que celles de leurs épouses et de leurs enfants. Le Rabbi, quant à lui, mangeait « les fautes de ses '*Hassidim* ».

Le Rabbi s'étonna de la remarque de Rav Ya'acov, car d'après lui, cette pratique n'était pas une nouveauté dans l'histoire du Peuple Juif. Les *Cohanim* qui servaient dans le Temple recevaient eux aussi des cadeaux provenant des offrandes offertes en sacrifice. Or, celles-ci venaient pour la plupart expier les fautes de ceux qui les offraient. Les *Cohanim* se nourrissaient donc eux aussi des « fautes du peuple », comme le dit le verset : « *Le surplus de l'oblation (la Min'ha) sera pour Aharon et ses fils... ».* (Lévitique 2,3)

Il n'y avait donc rien de choquant à « vivre » des offrandes des '*Hassidim* !

### Santé selon la Torah

#### A quelle heure prendre son petit-déjeuner ?

A l'époque du Talmud, les individus commençaient tôt leur journée de travail et ne prenaient pas toujours de petit-déjeuner. Les Sages avaient alors préconisé de prendre un repas consistant en fin de matinée, chacun en fonction de son activité. Le début de la 4ème heure du jour est le moment propice pour prendre ce repas. Cette règle s'applique à la majorité des gens. Les ouvriers devront, quant à eux, attendre la 5ème heure, tandis que l'érudit, occupé à son étude, attendra la 6ème heure. Il n'a pas à attendre plus longtemps, de peur que les carences dues à ce demi-jeûne ne soient jamais comblées.

Les heures dont il est ici question correspondent au calcul suivant : on découpe le jour et la nuit en 12 parties, s'étalant, selon les avis, de l'aurore à la nuit, ou du lever du soleil à son coucher.

### Éducation

#### Les bienfaits d'une éducation selon la Torah

L'éducation dispensée à la maison doit être fondée sur la Torah ; il sera ainsi plus facile à l'enfant de recevoir ce qu'on lui transmet. Il est en effet certain que les parents ne cachent pas derrière leur « travail éducatif » des motivations et des objectifs personnels.

## Cacheroute

### Lois diverses relatives aux prélèvements (1)

1- Il est permis de manger des figues d'un figuier planté dans la cour de la maison sans faire aucun prélèvement. On mangera figue par figue. Toutefois, si l'on en mange deux par deux, il faudra effectuer les prélèvements.

2- Voici comment l'on peut procéder si l'on désire cueillir les fruits d'un arbre et en manger immédiatement sans effectuer les prélèvements : s'il s'agit de raisin, on en mangera grain par grain. S'il s'agit de grenades, on l'ouvrira et on mangera également grain par grain. Pour les autres fruits (pommes, oranges, prunes, etc.), on en coupera un morceau, puis on le mangera.

## Lois quotidiennes

### Lois diverses relatives aux jours de fête

1- Il est permis de régler la montre d'une minuterie de gaz de telle manière qu'il s'éteigne à l'heure désirée. Si le système est électrique, il faut poser la question à un Rav, car il en existe plusieurs types.

2- Il est permis d'utiliser un couteau ou un économe pour éplucher des pommes de terre pendant un jour de fête.

3- Il est interdit de tamiser de la farine pendant un jour de fête en utilisant un tamis, y compris si l'on accomplit cette tâche de manière inhabituelle. Cependant, si l'on a tamisé de la farine avant la fête et qu'il est nécessaire de le refaire pendant la fête, il est permis de la tamiser à nouveau sans changer sa manière d'agir.

## Récit du Jour

### La meilleure des marchandises

Le *Midrach* raconte qu'un érudit en Torah voyagea un jour en bateau en compagnie de nombreux commerçants. Durant toute la traversée, ces derniers firent l'éloge de la marchandise qu'ils transportaient ; qui des tissus précieux, qui des perles et pierres précieuses...

Remarquant l'érudit assis en retrait, ils le questionnèrent : « Où est ta marchandise ? » L'homme répondit : « Ma marchandise est plus précieuse que la vôtre. » Intrigués, les commerçants fouillèrent le navire de fond en comble mais n'ayant rien trouvé, ils se mirent à le ridiculiser. Quelques temps plus tard, des pirates de mer les attaquèrent et s'emparèrent de toutes leurs possessions. Les passagers accostèrent dans un pays voisin mais n'avaient plus ni provisions ni vêtements. Que fit l'érudit ? Il entra dans une maison d'étude, s'assit et discourt devant l'assemblée. Constatant son érudition en Torah, les habitants le couvrirent d'honneurs, le nommèrent Rav et assurèrent sa subsistance. Voyant cela, les commerçants vinrent le trouver et s'excusèrent de l'avoir ainsi tourné en ridicule. « Je t'en prie, puisque tu nous connais, parle en notre faveur aux habitants de la ville afin que nous ne mourions pas de faim ! » Et l'érudit de rétorquer : « Je vous avais bien dit que ma marchandise était plus précieuse que la vôtre. La preuve, votre marchandise a disparu tandis que la mienne est toujours entre mes mains ! »

## Etude n°171 : Mardi

24 Mars 2015

22 Mars 2016

4 Avril 2017

20 Mars 2018

19 Mars 2019

### Perle de *Paracha*

#### La Torah « qui monte »

« Ordonne à Aharon et à ses fils ce qui suit : « ceci est la règle de l'holocauste (Ola). C'est le sacrifice qui se consume sur le brasier de l'autel ». (Vayikra 6,2)

Rabbi Israël Ba'al Chem Tov arriva un jour dans une ville. Il se rendit à la synagogue, mais une fois parvenu jusqu'à l'entrée, il s'arrêta brusquement. « Il est impossible de rentrer dans cet endroit ! S'écria-t-il. Cet endroit est rempli de Torah, impossible d'y pénétrer ! » Que voulait dire le Rav ? Quel message voulait-il délivrer à ses élèves ? Ces derniers attendaient des explications. Le Rav, sentant leur perplexité, se tourna vers eux et leur dit :

Chers élèves ! Il est écrit *Zot Torat Haola* (ceci est la règle de l'holocauste. Cependant les mots du verset font allusion à la *Torat Haola* - littéralement : la *Torah* qui monte). Quelle est « la Torah qui monte » ? demanda le maître en insistant sur le sens allusif du verset. La suite du verset répond à la question : *C'est le sacrifice qui se consume sur le brasier de l'autel...* une Torah qui est étudiée sans enthousiasme ne peut pas monter, elle reste en bas, sur terre ; c'est ce que je voulais dire lorsque j'ai dit que cette synagogue « était pleine de Torah ». Ceux qui étudient dans cet endroit le font froidement. Cette salle était donc remplie de leur Torah, il n'y a pas de place pour y pénétrer.

### Santé selon la Torah

#### Les vertus des légumes

Les légumes apportent les vitamines et les minéraux nécessaires à l'équilibre de l'organisme. Chaque année produit sa moisson de découvertes sur les vertus des légumes.

### Éducation

#### Les dégâts d'une rigueur excessive

De nos jours, une trop grande rigueur fait beaucoup de dégâts ; elle casse les élèves et elle ne construit rien. Seules les institutions scolaires qui ont saisi l'état d'esprit de notre génération produisent de « beaux fruits ».

### Cacheroute

#### Les fruits non soumis aux prélèvements

Les fruits et légumes *Héfer* (sans propriétaire) ne sont pas soumis aux prélèvements avant d'être consommés. C'est la raison pour laquelle les fruits et légumes qui poussent durant la 7ème année, l'année de *Chémitta*, sont dispensés de tout prélèvement. Les fruits et légumes produits en dehors d'*Érets Israël* sont dispensés de prélèvements lorsqu'ils arrivent en *Erets Israël* déjà consommables. Les fruits produits en *Érets Israël*, mais destinés à l'exportation, sont également dispensés de prélèvement.



## Lois quotidiennes

### Presser des fruits, bénédiction sur le pain et 3ème repas de *Yom Tov*

1- Il est interdit de presser des olives ou des raisins pendant un jour de fête. Cette action est considérée comme un dérivé de la *Mélakha* de *Dach* (cette action fait partie des 39 actions interdites pendant *Chabbath*). Il est également interdit de presser des fraises et des grenades ou tout autre fruit acheté pour être pressé.

2- Il est permis de presser un fruit en le tenant à la verticale d'un aliment solide, de telle manière que la majorité du jus tombe sur l'aliment. En effet, un liquide adjoint à un aliment solide est lui-même considéré comme un élément solide.

3- Durant les jours de fête, on est tenu de réciter la bénédiction sur le pain avec deux '*Hallot*, de la même manière que pendant *Chabbath*. On ne fait pas de 3ème repas (*Séouda Chlichit*) pendant un jour de fête. Cependant, on a l'usage de manger des fruits durant l'après-midi. Si un jour de fête tombe durant le *Chabbath*, on fera un 3ème repas.

## Récit du Jour

« *Et jamais, elle ne mange le pain de l'oisiveté.* » (Proverbes 31, 27)

Rabbi Na'houm Kalfa était l'un des notables les plus riches de la ville de Tripoli, en Lybie. Sa femme, vaillante et courageuse, ne restait pas enfermée dans son palais. Elle amassait des sommes considérables pour les pauvres de Jérusalem, elle se souciait également des pauvres de la ville ainsi que du bien-être de ses Sages et de ses érudits. Elle achetait régulièrement des pelotes de laine qu'elle formait en fils. Puis, elle tressait elle-même des fils de *Tsitsit* qu'elle distribuait gratuitement. Le vendredi, du matin jusqu'à la dernière heure avant l'entrée du *Chabbath*, elle passait de synagogue en synagogue ; elle y brossait les fauteuils, balayait et lavait le sol. Elle vidait également les bougeoirs, les nettoyait soigneusement et les apprêtait pour l'allumage.

Un jeudi, un clou se planta dans sa chaussure, transperça la semelle et lui occasionna une blessure profonde. Son pied se mit à gonfler et elle souffrit considérablement. Cependant, sa douleur était peu de chose en comparaison de sa peine. Elle ne pourrait pas se rendre dans les synagogues, les préparer pour *Chabbath*, ni en apprêter les bougies.

Alors qu'elle était absorbée par ces pensées, un homme majestueux, vêtu de blanc, apparut.

« Qu'as-tu à te tourmenter, toi qui figures parmi les femmes les plus respectables de la ville ?

- Mon pied me fait souffrir. J'ai du mal à me déplacer et je ne pourrai me rendre dans les synagogues comme j'ai l'habitude de le faire tous les vendredis.

- Ne crains rien, lui répondit l'homme, je suis *Eliyahou Hanavi* et j'ai été envoyé pour te guérir ! »

Puis, tandis qu'il disparaissait, ses douleurs s'évanouirent instantanément et son pied reprit sa forme initiale, comme si rien ne s'était passé. Le lendemain, comme à l'accoutumée, elle reprit le chemin des synagogues.

## Etude n°172 : Mercredi

25 Mars 2015

23 Mars 2016

5 Avril 2017

21 Mars 2018

20 Mars 2019

### Perle de Paracha

*« Voici le sacrifice qu’Aharon et ses fils présenteront...un dixième d’épha de fleur de farine, comme oblation, régulièrement... ». (Lévitique 6,12)*

Rabbi Yéhochooua dit : *« Viens et vois combien D.ieu est vigilant vis-à-vis de l’argent des Béné Israël »* (en acceptant des offrandes à coût réduit) :

Il écrit : *« Celui qui est tenu d’apporter un sacrifice, comme celui qui désire amener une offrande volontaire, peuvent tous les deux sacrifier du gros bétail, comme le dit le verset : « Si son sacrifice est Ola, ce sera du gros bétail ». S’il n’a pas les moyens de sacrifier du gros bétail, il pourra amener un mouton, comme le dit le verset : « Et si c’est un mouton qu’il sacrifie.... ». S’il n’a pas trouvé de mouton, il pourra amener une chèvre, comme le mentionne le verset : « Et si c’est une chèvre qu’il sacrifie.... ». S’il n’a pas trouvé de chèvre, il pourra amener un oiseau, comme le mentionne le verset : « Et si c’est un volatile qu’il sacrifie.... ». S’il n’a pas trouvé de volatile, il pourra amener de la fleur de farine, comme le mentionne le verset : « un dixième d’épha de fleur de farine, comme oblation, régulièrement ».*

### Santé selon la Torah

#### Manger des légumes

L’équilibre de l’alimentation vient surtout des légumes. En effet, leur valeur nutritive est fondamentale. De plus leur présence colorée enrichit le menu quotidien de la famille.

### Éducation

#### L’exemple donné par les parents

Les parents doivent comprendre que l’exemple qu’ils offrent à leurs enfants est l’un des composants les plus essentiels de leur personnalité en cours de formation. Toute réaction trop précipitée ou trop agressive, pour cause d’impuissance, peut profondément blesser, abîmer, voire détruire leur enfant.

### Cacheroute

#### Précisions importantes sur les prélèvements

Les commandements ordonnant les différents prélèvements que nous devons effectuer avant de manger des fruits et légumes ne s’appliquent qu’en *Érets Israël*, pour les fruits qui y sont produits. De nos jours, et tant que la totalité des Juifs ne sont pas revenus en *Érets Israël*, leur observance est d’ordre rabbinique, comme dit le verset : *« Quand vous serez entrés dans le pays que Je vous donne » (Lévitique 25,2)*. Tant que l’on n’a pas fait les prélèvements requis, les fruits et légumes sont considérés comme *« Tével »* et il est interdit de les consommer.

## Lois quotidiennes

### S'habiller avec élégance et transporter pendant *Yom Tov*

1- Les vêtements des jours de fête doivent être plus beaux que ceux de Chabbath. Si le Chabbath est immédiatement suivi d'un jour de fête, on ne pourra pas changer de vêtements pendant Chabbath dans l'intention d'être déjà apprêté pour le jour de fête, car on donnerait ainsi l'impression de se préparer pendant Chabbath au jour de fête. On pourra cependant s'en revêtir pendant Chabbath, dans l'intention d'honorer le Chabbath.

2- Pendant un jour de fête, on peut transporter un objet d'un domaine à l'autre ou d'une maison à l'autre en passant par un domaine public, ou bien encore dans la rue sur une distance supérieure à 4 coudées (un peu moins de deux mètres), à condition que cet objet soit d'une utilité quelconque durant le jour de fête.

## Récit du Jour

### Tout mon amour pour Hachem

On raconte que lorsque le fils du 'Hafets 'Haïm décéda, ce dernier se trouvait en déplacement à Varsovie à l'occasion de la parution de l'un de ses livres. Le vendredi soir précédant cette nouvelle tragique, il rêva qu'un *Séfer Torah* lui tombait des mains.

A la sortie du Chabbath, le 'Hafets 'Haïm reçut un télégramme le sommant de rentrer à Radin immédiatement. Aussitôt, il se mit en route et lorsqu'il descendit de sa charrette en arrivant le lendemain, il distingua la foule attristée qui revenait du cimetière local.

Sans mot dire, le 'Hafets 'Haïm rentra dignement chez lui où il s'assit pour les *Chiva*. Aucune larme ne coula sur son visage et aucun soupir ne s'échappa de ses lèvres. Aux visiteurs venus lui présenter leurs condoléances, il déclara : « Un grand homme nous a quittés. Agé de seulement seize ans, il avait déjà rédigé des *'Hidouché Torah* dignes des Grands de notre génération. » Et d'une voix forte, il conclut : « *D.ieu a donné et D.ieu a repris. Béni soit le nom de D.ieu dès maintenant et à jamais !* » Ensuite, il raconta l'histoire suivante :

A l'époque de l'Inquisition, en 5252, des impies assoiffés de sang assassinèrent deux enfants innocents sous les yeux de leur mère. Mue par une foi indéfectible en D.ieu, la femme valeureuse leva les yeux au ciel et rassemblant le peu de force qui lui restait, elle s'écria : « Maître du monde ! Je t'ai toujours voué un grand amour. Toutefois, tant que mes chers enfants étaient vivants, mon cœur était partagé en deux car il abritait également une place pour eux. A présent qu'ils ne sont plus, mon cœur brûle entièrement d'amour pour Toi ! Désormais, je peux véritablement accomplir le commandement « *Tu aimeras ton Eternel de tout ton cœur et de toute ton âme* » ...

« Maître du monde, s'écria le 'Hafets 'Haïm à son tour. Tout l'amour que je vouais jusqu'à présent à mon fils, je te le dédie désormais à Toi ! »

## Etude n°173 : Jeudi

26 Mars 2015

24 Mars 2016

6 Avril 2017

22 Mars 2018

21 Mars 2019

### Perle de *Paracha*

#### La « poche » protectrice

Le mot *Tsav* - « ordonne », n'est employé que lorsque D.ieu veut presser les hommes d'accomplir Sa volonté. Rabbi Chimon a enseigné qu'il faut particulièrement stimuler les hommes lorsqu'il s'agit d'un commandement entraînant une perte financière qui se dit en hébreu : *'Hesrone Kisse* que l'on peut traduire par : « poche trouée » (*Rachi*).

Chaque membre du corps est entouré d'une « poche » protectrice qui l'empêche de transgresser un commandement de la Torah. La bouche a des lèvres qui peuvent se refermer afin de l'empêcher d'introduire des aliments interdits dans le corps ou de pratiquer la médianité. Les oreilles ont un lobe qui permet, lorsqu'on le retourne, de ne pas écouter les propos interdits, etc.

En revanche, la pensée est une fonction qui n'est retenue par aucune « poche » protectrice. À toute heure du jour ou de la nuit, elle peut exercer son influence sur les humeurs, les envies, ou bien encore les énergies de l'être humain. Le sacrifice mentionné dans notre verset est le *Korban Ola*, dont la fonction est d'expier les mauvaises pensées. Par ailleurs, il impliquait pour les *Cohanim* une « perte » puisqu'ils ne recevaient aucune partie de l'animal sacrifié. Leur « poche » subissait donc une « perte ». Il était donc tout à fait logique que la Torah presse les *Cohanim* d'accomplir correctement ce sacrifice qui expiait les fautes liées à une fonction qui n'a pas de poche protectrice, et qui impliquait une perte pour la poche des *Cohanim* ! (*Si'hot Tsadikim*)

### Santé selon la Torah

#### Le petit-déjeuner, c'est sacré !

Notre époque est caractérisée par la faiblesse physique et il ne convient pas de priver le corps de ses besoins vitaux. Après le (demi-) jeûne qui s'étend du diner au premier repas de la journée, il convient de veiller aux apports alimentaires dans des délais raisonnables. Voici une petite anecdote qui illustre avec quel sérieux les *Guédolim* considéraient ce repas :

Le Rav Eïzik Rabinovitz rapporte l'anecdote suivante : « Il m'est arrivé de rendre visite au 'Hafets 'Haïm après la prière du matin. Avant que je n'aie pu lui expliquer la raison de ma visite, il me dit qu'il allait passer à table pour prendre son petit déjeuner. Il me demanda de revenir 20 minutes plus tard ».

### Éducation

#### Instaurer des limites

Il est clair que pour être un bon parent, il faut exprimer et inspirer la stabilité, le sens des limites à ne jamais dépasser, ainsi que des règles claires. Cela ne contredit en rien l'exigence d'abnégation et d'amour pour nos enfants.

## Cacheroute

### Lois diverses relatives aux prélèvements (2)

1- Du point de vue du *Din*, on est tenu d'effectuer les prélèvements en prenant les plus beaux fruits. De nos jours, la *Térouma* doit être détruite puisqu'on ne la met pas à la disposition du *Cohen* (car il est interdit de la consommer). On ne prendra donc pas les meilleurs fruits pour effectuer ce prélèvement.

2- Il arrive que l'on ait devant soi deux paquets de fruits ; l'un contenant des fruits sur lesquels il est certain que l'on a rien prélevé, et un autre pour lequel on doute d'avoir prélevé. Dans ce cas, chaque paquet doit faire l'objet d'un prélèvement spécifique ; on ne pourra pas effectuer les prélèvements dans un paquet, en pensant acquitter les fruits de l'autre paquet.

### Lois quotidiennes

#### Fabriquer de l'eau gazeuse et étaler

1- On peut fabriquer de l'eau gazeuse pendant un jour de fête. On pourra utiliser un anneau de vissage pour visser les bouteilles de gaz et fabriquer ainsi l'eau gazeuse.

2- Il est permis d'étaler du beurre ou du chocolat sur une tartine pendant un jour de fête, comme pendant Chabbath. L'interdit d'enduire et d'étaler une pâte ne s'applique pas à la nourriture.

### Récit du Jour

« *Un feu perpétuel sera entretenu sur l'autel, il ne s'éteindra point.* »  
(*Vayikra* 6, 6)

Notre sainte Torah est comparée à un feu perpétuel que ceux qui s'y adonnent avec assiduité entretiennent afin que jamais il ne s'éteigne... De nombreux récits circulent à propos de l'exceptionnelle diligence dans l'étude de la Torah dont faisaient preuve les Grands d'Israël. A titre d'exemple, on raconte que dès sa plus tendre jeunesse, le Rav Yits'hak El'hanan Spector, Rav de Kovno, se plongeait dans son étude sans interruption aucune. Et quand il devait quitter la maison d'étude pour vaquer à une quelconque occupation, il marchait avec le Séfer ouvert qu'il étudiait jusqu'à la table la plus proche de la porte de sortie. Là-bas, il le posait toujours ouvert afin de pouvoir s'y replonger dès son retour dans la maison d'étude. Lorsqu'il arrivait avec un peu d'avance dans la maison de ses beaux-parents pour y prendre son déjeuner, mais que celui-ci n'était pas encore prêt, il ne perdait pas une minute. Il se lavait les mains et avalait une tranche de pain sec qu'il trouvait sur la table. Et avant même que les membres de la maisonnée n'aient eu le temps de le prier d'attendre le début du repas, il était déjà en route vers la maison d'étude... A la sortie de Kippour, il quittait la Synagogue en courant et arrivé chez lui, il récitait sans attendre la *Havdala*, grignotait un quelconque aliment puis se dirigeait comme une flèche vers la maison d'étude alors que les derniers fidèles n'en étaient pas encore sortis...

## Etude n°174 : Vendredi

27 Mars 2015

25 Mars 2016

7 Avril 2017

23 Mars 2018

22 Mars 2019

### Perle de *Paracha*

« *Voici l'offrande qu'Aaron et ses fils présenteront...* ». (Lévitique 6,13)

Pour quelle raison le *Cohen Gadol* devait-il présenter son offrande quotidiennement ?

Le Peuple Juif tout entier attendait sa prière afin d'obtenir l'expiation de ses fautes. Il fallait donc qu'il soit lui-même nettoyé des siennes avant d'intercéder en faveur des autres ; il devait donc offrir un sacrifice quotidien. Comme l'écrit le roi Chlomo dans *Kohélèt* (7,20) : « *Il n'est pas d'homme juste sur Terre qui fasse le bien sans jamais faillir* ». Son sacrifice assurait donc une expiation pour toute faute qu'il aurait pu faire, y compris par inadvertance. Plus encore, de part l'intérêt et l'attention qu'il suscitait chez l'ensemble du peuple, il obligeait chacun à scruter ses actes ; il avait donc la vertu de pousser le peuple à s'améliorer en permanence. (*Abravanel*)

### Santé selon la Torah

#### Manger 5 légumes par jour

Une enquête publiée en 1997 a montré que la consommation quotidienne de 5 portions de légumes réduit de 20% les risques de cancer. Plus on en mange, plus on a des chances de s'immuniser.

### Éducation

#### Des « dépôts » précieux

Les parents sont souvent emportés par leurs émotions dans la gestion des tâches familiales. Ils ont donc tendance à s'emporter contre leurs enfants ou à agir sans prendre le temps de réfléchir aux conséquences de leur attitude à court, moyen et long terme. Quel est le moyen de contrer, ou à tout le moins d'atténuer ces effets négatifs ?

Chaque parent doit savoir que ses enfants sont des âmes pures laissées en dépôt entre ses mains ; le Ciel leur a confié une mission sacrée. S'il échoue dans la gestion de leur éducation, s'il n'agit pas correctement, il abîme, ou pire encore, il détruit. Il « profane » ; il est comparable à un *Cohen* qui ferait mauvais usage des biens que l'on a remis entre ses mains et qui sont destinés au service du Temple. Il doit avoir qu'il sera appelé à rendre des comptes, lorsqu'il se présentera au Ciel après avoir quitté ce monde. Il faut en avoir clairement conscience !

### Cacheroute

#### Prélèvements pendant Chabbath

1- On n'effectue pas les prélèvements pendant Chabbath. Si les fruits ont, malgré l'interdiction, fait l'objet d'un prélèvement intentionnel, il sera interdit de les consommer jusqu'à la fin de Chabbath.

2- La veille de Chabbath, pendant *Ben Hachémachot*, il est interdit d'effectuer des prélèvements sur des fruits qui n'ont fait l'objet d'aucun prélèvement.

## Lois quotidiennes

### Porter des bijoux et sortir au-delà du *T'houlm*

1- Les femmes peuvent porter des bijoux pendant les jours de fête en raison de l'honneur dû à ces journées et de la joie qui les accompagne. (et on ne dit pas qu'il s'agit d'objets superflus dont on n'a pas à se parer, transgressant ainsi l'interdit de porter d'un domaine à l'autre)

2- Il est interdit de sortir du *T'houlm* (au-delà de 2000 *Amot*, environ 960 mètres, après la dernière maison de la ville) pendant les jours de fête, y compris pour une raison liée aux repas de la fête.

## Récit du Jour

### Une offrande sans remords

Un berger oublia d'emporter sa gamelle et tenaillé par la faim, il abandonna son troupeau et s'offrit un copieux déjeuner dans une auberge avoisinante. De retour dans les champs, il constata que son troupeau avait disparu et interrogea les paysans locaux à son propos. Ces derniers lui apprirent que les bêtes s'étaient échappées de leur enclos et avaient fait irruption dans la magnifique roseraie du ministre de la ville qu'ils avaient entièrement saccagée. En apprenant cela, le ministre avait ordonné de les confisquer.

Le cœur plein de remords, le berger s'assit sur la grande place et enfouit son visage entre ses mains. Voyant son désarroi, un ancien de la ville s'approcha de lui et lui apprit qu'un cas semblable s'était présenté quelques années auparavant et que le berger, un homme sage, avait offert au ministre un magnifique gâteau tout en lui présentant ses excuses les plus sincères à la suite de quoi ce dernier lui avait restitué son troupeau.

L'idée trouva grâce aux yeux de notre berger qui décida d'imiter la stratégie de son prédécesseur. Il acheta un gâteau fort appétissant et se dirigea vers la demeure du prince. Par malchance, il ne le trouva pas chez lui et apprit qu'il se trouvait actuellement en déplacement. Sans se démonter, l'homme posa son présent sur la table du ministre, pénétra par effraction dans son étable et récupéra son troupeau.

Quelques jours plus tard, il fut convoqué chez le ministre :

« Comment as-tu pu te permettre de reprendre ton troupeau ? lui demanda ce dernier.

- Votre honneur, répondit le berger. Mais je vous ai laissé un gâteau comme ce berger l'avait fait dans un cas semblable.

- Sot que tu es ! s'exclama le ministre. Penses-tu que je manque d'argent pour m'offrir un gâteau ? Ce berger dont tu parles s'était mis à genoux devant moi et j'ai accepté ses excuses. Le gâteau n'était qu'une preuve concrète de sa soumission ! Quant à toi, tu t'es contenté d'un présent, mais tu n'as pas exprimé tes regrets ! Voilà pourquoi tu ne mérites pas de récupérer ton troupeau. »

## Etude n°175 : Samedi

28 Mars 2015

26 Mars 2016

8 Avril 2017

24 Mars 2018

23 Mars 2019

### Lois quotidiennes

#### Lois relatives à l'interdit de trier pendant Chabbath (2)

1- L'interdit de trier s'applique également lorsque ce sont deux sortes de poissons qui sont mélangés dans une assiette. Dans ce cas, on devra immédiatement manger le morceau que l'on saisit. L'interdit de trier s'applique même si les morceaux sont reconnaissables. Il s'applique également lorsque les morceaux d'un même poisson ont été grillés pour les uns, et cuits pour les autres. En effet, le mode de cuisson en fait deux sortes d'aliments distincts, et les règles relatives à l'interdiction de trier s'appliqueront aussi dans ce cas-là.

2- Des morceaux de viande cuite mélangés avec des morceaux de viande grillée ou frite sont considérés comme des aliments distincts. Il en va de même pour différentes sortes de volailles mélangées, ou de fruits préparés de manière différente (fruits cuits et confits par exemple).

Si des fruits presque complètement pourris et des fruits frais sont mélangés dans un même récipient, ils seront considérés comme deux sortes d'aliments mélangés ; les règles relatives à l'interdit de trier s'appliqueront à ces fruits, y compris si les fruits pourris sont tout de même encore mangeables.

### Récit du Jour

#### Enseigner la Torah aux enfants

Rabbi Maslia'h Mazouz raconta un jour à son élève Rabbi Acher Hadad, que l'un des membres de sa communauté était décédé à un jeune âge. Il laissa derrière lui une femme et un petit garçon. À la grande douleur des familles, il n'était pas pratiquant. Quelques jours après son décès, le Rav fit un rêve effrayant : l'homme lui apparut sous la forme d'un taureau qui le poursuivait. Le Rav tentait de s'enfuir, mais le taureau se rapprochait de lui ; il allait l'encorner, le blesser ou pire encore, le tuer. Puis soudain, il s'arrêta près de lui.

« Que veux-tu ? lui demanda le Rav.

- Je veux que tu ailles parler à ma femme et que tu lui demandes d'éduquer notre fils dans la voie de la Torah et des *Mitsvot*. C'est ma seule manière d'échapper au *Guéhinam*.

- Pourquoi n'y vas-tu pas toi-même ? lui répondit le Rav.

- Parce qu'elle n'accordera aucune importance à ce rêve. Mais toi, tu sais que ce rêve est vrai et que tu dois le prendre au sérieux ! lui répondit l'homme. »

Ce récit nous montre l'importance de la conduite des enfants pour élever l'âme de leur parent défunt !



# **A SAVOIR**

***Si demain, la date civile se trouve être  
une de celles-ci :***

***29 mars 2015***

***9 avril 2017***

***25 avril 2018***

***prenez directement  
à l'étude n°401, page 173***