

29/12/18

Volume XVII – Lettre 13

21 Tévéth 5779



Hil'hoth Bera'hoth par le Rav David Ostroff,
sous le contrôle du Gaon Harav Moché Sternbuch, chlita

Hil'hoth Bera'hoth: Bera'ha ha'harona (aliments divers).

Bera'ha ha'harona – Période de digestion.

Il est possible de réciter la *bera'ha ha'harona*, tant que la digestion des aliments n'est pas achevée. ¹

Comment déterminer si la digestion est achevée ?

Il y a trois façons de se sustenter : être rassasié, manger une petite quantité ou boire.

Il est impératif de se rappeler qu'il est souhaitable de réciter la *bera'ha ha'harona* immédiatement après le repas de peur de l'oublier ensuite.

Manger jusqu'à satiété.

Celui qui sort d'un repas rassasié a, *le'hat'hila* (a priori), 72 minutes pour réciter la *bera'ha ha'harona*, mais pourra en cas d'oubli se rattraper tant qu'il se sentira repu. ² Dès que cette sensation disparaît, il n'est plus possible de réciter la *bera'ha ha'harona*. Celui qui n'est pas bien sûr d'être encore rassasié devra, s'il a mangé du pain, réciter le *birkath hamazone* qui est une obligation *deoraitba* (de la Torah) alors que la *bera'ha ha'harona* qui suit la consommation des autres aliments n'est que *midéranbanan* (d'ordre rabbinique) et ne sera pas récitée en cas de doute. Selon le *Michna Beroura*, ³ il serait préférable dans les deux cas de se relaver les mains, consommer un *kazayith* et réciter la *bera'ha* appropriée.

Manger une petite quantité.

Selon différents *poskim*, ⁴ il est possible de réciter une *bera'ha ha'harona* dans la demi-heure qui suit la consommation d'une petite quantité de nourriture et dans l'heure qui suit si l'on a consommé du pain ou des *mezonoth* (pâtisseries). ⁵ *Bediavad*, il sera possible de réciter la *bera'ha ha'harona* dans les 72 minutes suivant la fin de la collation. ⁶ En conséquence, il est préférable de réciter la *bera'ha ha'harona* juste après la consommation d'une petite quantité, pour éviter tout problème.

Boissons.

Il est possible de réciter la *bera'ha ha'harona* après avoir bu un verre d'eau, aussi longtemps que la soif reste étanchée. ⁷ Comme il s'agit d'une sensation difficile à définir, il est, là aussi, préférable de la réciter immédiatement après avoir bu.

[1] *Siman* 184:5

[2] *Ibid.* Dans le séfer *ברכה* (page 49), il se demande si les 72 minutes sont *le'hat'hila* ou est-ce l'impression de satiété qui est *le'hat'hila*. Voir détails.

[3] *Michna Beroura siman* 184:15

[4] *Kaf Ha'hayim* 184:29, Rav Eliachiv, cité dans *Vetén Bera'ha*

[5] *Kaf Ha'hayim* 184:28

[6] Basé sur *Michna Beroura* 184:20

[7] *Siman* 184:5

Un mot sur la Paracha, par le Rav Ozer Alport

שמות

(I - 11)

ויבן ערי מסכנות לפרעה את פתם ואת רעמסס ... il bâtit pour Pharaon des villes d'approvisionnement, Pithom et Ramessès.

Dans le traité *Sotah* (11a), la *Guemara* explique que les noms des villes Pithom et Raamses font allusion au fait que la terre y était impropre à la construction et que tout ce que les esclaves juifs construiraient serait immédiatement englouti par le sol instable. Rav Avraham Yaacov Pam demande pourquoi Pharaon, qui disposait de toute une nation pour lui servir d'esclaves, n'avait pas choisi un endroit plus approprié pour les y faire travailler, un endroit où ils auraient pu lui construire de beaux palais et bâtiments qui apporteraient honneur et gloire à son royaume ?

Rav Pam suggère que, nonobstant la difficulté de la tâche demandée à une personne, celle-ci peut malgré tout se sentir bien, dans la mesure où elle estime que ses efforts ont un but et une finalité qu'elle en soit bénéficiaire ou non. Si Pharaon avait utilisé la main d'œuvre juive à la construction de magnifiques édifices, nonobstant qu'ils ne soient jamais autorisés à y pénétrer, ils auraient quand même eu l'impression que leurs souffrances avaient un sens et auraient été fiers du fruit de leur travail. Le diabolique pharaon préférerait renoncer à tous les avantages potentiels, pour lui-même et son royaume, de les exploiter dans des conditions plus propices afin de les affliger d'une dureté écrasante. Rav C. eut un fils souffrant très tôt d'une grave insuffisance pondérale. Les médecins et les infirmières de l'hôpital allèrent bien au-delà de leur devoir en déployant des efforts considérables durant plus de deux mois jusqu'à ce que le bébé soit enfin en bonne santé et suffisamment fort pour rentrer chez lui. Rav C. chercha désespérément un cadeau approprié démontrant sa gratitude envers le personnel médical, mais ne trouva rien.

Frustré, il se tourna vers son Rabbi, le Rav Elya Svei, qui suggéra que les médecins n'ayant nul besoin de stylo-plume ni de presse-papiers, le mieux serait d'amener son fils à l'hôpital à chacun de ses anniversaires, pour montrer aux médecins et aux infirmières le fruit de leurs efforts. Les personnels de santé déploient souvent une énergie incroyable, se livrent à une bataille difficile, pour ensuite se sentir abattus quand le plus souvent, ils perdent. Le meilleur cadeau de gratitude qu'ils puissent attendre serait de les renforcer en leur rappelant que leurs efforts ont fait une différence et qu'ils bénéficient d'une gratitude éternelle.

Si la plupart d'entre nous n'avons heureusement pas eu de contact aussi étroit avec le personnel hospitalier, nous avons par contre tous profité du temps infini et de l'énergie investis par nos parents et nos enseignants dans notre éducation et il nous incombe de les gratifier de la satisfaction et de l'accomplissement qu'ils méritent en leur faisant savoir quelle différence ils ont faite dans nos vies et à quel point ils sont appréciés.

Voici la voie de la Torah: « du pain et du sel tu mangeras, de l'eau modérément tu boiras, sur le sol tu dormiras, une vie de souffrance tu mèneras et dans la Torah tu peineras. Si tu agis ainsi, "C'est un bonheur et un bien pour toi" (Psaumes 128: 2). "C'est un bonheur pour toi" dans ce monde "et un bien pour toi" dans le monde à venir. »

La *Michna* de cette semaine, bien que très connue, présente des difficultés évidentes. Comme nous le savons, le judaïsme ne préconise ni la pauvreté ni l'auto-flagellation. Nous avons vu maintes fois que la *Torah* nous enjoint de mener une vie «normale», faite d'épanouissement matériel et physique ainsi que spirituel: marier, gagner sa vie, se reposer le jour du *Chabbath* (selon Rav Berel Wein, même s'il nous arrive de magnifier la pauvreté de nos ancêtres d'Europe de l'Est en nous persuadant qu'un Juif «vraiment pieux» est très pauvre, pour le *Talmud*, un peu moins sentimental, un homme pauvre est considéré comme mort (*Nedarim* 64b)). On nous enseigne plutôt que l'homme est là pour apprécier et profiter du monde, dans toute sa splendeur et son éclat; que sa beauté naturelle, donnée par D-ieu, témoigne de sa valeur intrinsèque et de sa valeur aux yeux de D-ieu. Les Sages nous disent: "Un jour, un homme devra rendre compte pour tout ce que ses yeux ont vu et dont, bien que permis, il n'a pas profité" (*Talmud de Jérusalem*, Kiddouchin 4:12). "Je vous ai accordé ce beau monde et vous l'avez ignoré !" dit D-ieu. Le monde de D-ieu n'est pas là pour que nous l'ignorions ou que nous lui résistions. Si nous n'en profitons pas de manière adéquate, même contre notre propre nature, le monde sera un peu moins accompli. Par contre, si nous vivons dans le monde et l'utilisons comme D-ieu le demande, à savoir que l'homme puisse en profiter et apprécier D-ieu par la même occasion, nous conduirons l'univers entier à son ultime accomplissement.

En vérité, nous entendons parler de juifs éminents et pieux qui s'éloignent des plaisirs de ce monde et les penseurs juifs voient dans cette attitude un tremplin pour s'affranchir des chaînes des plaisirs physiques afin de se consacrer entièrement à D-ieu. Les plaisirs qu'ils tirent malgré tout de ce monde ne constituent pas un abandon servile à leurs passions pour les éloigner de D-ieu, mais un acte de service divin renforçant leur amour et leur admiration pour le Seigneur qui leur a tant accordé.

Ainsi, notre *Michna* semble au premier abord difficile à comprendre. Elle paraît promouvoir l'idéal de la pauvreté extrême et du déni, allant même jusqu'à promettre la jouissance dans ce monde aux défavorisés. Et de plus, outre le fait que cela va à l'encontre de pratiquement tout ce que le judaïsme enseigne sur ce monde, que veulent dire les Sages par «C'est un bonheur pour toi dans ce monde ?». Peut-être que l'attachement à la *Torah* vaut bien un petit (ou un grand) sacrifice du confort. Mais comment les Sages peuvent-ils aller jusqu'à prétendre que ceci permet d'accéder au bonheur dans ce monde et le recommander comme «voie de la *Torah*»?

Éloignons nous légèrement du sujet et examinons une autre occasion où l'on nous demande de nous priver des plaisirs de ce monde: *Yom Kippour*. En ce jour au moins, l'état «idéal» est la mortification : vivre dans la faim et l'abstinence.

Nous avons tendance à considérer *Yom Kippour* en termes de pénitence. Au cours de l'année, nous avons péché, nous avons fait beaucoup de choses pour lesquelles nous avons besoin de pardon. Et nous effectuons cette expiation par le jeûne et l'affliction: nous nous faisons volontairement du mal, avant que D-ieu ne décide de le faire lui-même. Ainsi, quelle que soit l'attitude relativement optimiste du judaïsme envers le monde physique le reste de l'année, nous reconnaissons à *Yom Kippour* que, pour la plupart des choses, nous allons trop loin et en ce jour de réparation, nous le compensons.

à suivre

Un mot sur la Tefila

Par Rabbi A Leib Scheinbaum (Pirké chochanim)

ומבעל דין קשה

(Et sauve nous) d'un adversaire impitoyable (texte suivant les bénédictions dans l'office du matin).

Un plaignant peut avoir une réclamation légitime contre son prochain, mais s'il le poursuit de manière forte et sans pitié, il s'agira d'un **בעל דין קשה**, un adversaire impitoyable. Un propriétaire peut avoir une réclamation légitime contre son locataire, sans que cela ne lui donne le droit de l'expulser par temps froid. Même lorsque quelqu'un prouve la justification de sa plainte contre autrui, il doit agir avec souplesse et en recherchant le compromis, sans quoi l'animosité et la haine injustifiée domineront les débats.

A la mémoire de Méïr ben Yehouda GEISMAR (18 Téveth 5776)

& de Binyamin ben Moché ALLOUCHE (25 Téveth 5743)

Vous pouvez recevoir et diffuser cette lettre en contactant:

Association Déborah-Guitel: 4, rue des Archives 94000 – CRETEIL 09.54.46.12.76

E-mail: associationdeborahguitel@gmail.com Site: www.deborah-guitel.com

Vous pouvez **dédier** une de nos lettres à la **mémoire** ou à l'**attention** ou en l' d'un de vos proches

Note: Le but de ces publications est de clarifier les sujets traités et non pas de rendre des décisions halakhiques. Nous attirons l'attention de chacun sur les questions pratiques importantes que peuvent soulever ces sujets. On devra consulter une autorité compétente pour recevoir une décision appropriée.

Important : Ne pas transporter **Chabbath** et ne pas jeter, mais déposer dans une **Gueniza**