

תורת אביגדור

הגאון ר' אביגדור מיללער זצ"ל

NOUS REMERCIONS NOS AIMABLES SPONSORS DE NOUS AVOIR PERMIS
DE REPRENDRE LA TRADUCTION **AVEC DE NOUVEAUX TEXTES.**
OFFERT PAR UN DONATEUR ANONYME AFIN DE DIFFUSER LA LUMIÈRE
DE LA TORAH DU RAV MILLER DANS LE MONDE !

TORAT AVIGDOR

RAV AVIGDOR MILLER ZT"l

בְּרֵאשִׁית

Un monde de plaisir

LEILOUÏ NICHMAT RAV RON MOSHE BEN AVIVA

« POUR LA PROTECTION DU PEUPLE D'ISRAEL »
« POUR LA GUERISON COMPLETE ET RAPIDE DE YEHOUDA BEN HAI
ET RAV ISRAEL BEN RACHEL »

VOUS POUVEZ EN IMPRIMER QUELQUES EXEMPLAIRES ET LES DISPOSER DANS VOTRE CHOULE OU DANS
LES COMMERCE DE VOTRE QUARTIER, ETC. PENSEZ ÉGALEMENT À LES ENVOYER PAR E-MAIL À VOS AMIS,
EN SOULIGNANT COMBIEN CETTE LECTURE VOUS ENRICHIT.

MERCI BEAUCOUP ET CHABBATH CHALOM
FAITES PASSER LE MOT ET BONNE LECTURE !

POUR S'ABONNER ET LE RECEVOIR PAR EMAIL: FRANCAIS@TORASAVIGDOR.ORG
POUR LES SPONSORISATIONS OU TOUTES AUTRES DEMANDES D'INFORMATIONS:
TAEUROPE@TORASAVIGDOR.ORG

פְּרָשֶׁת בְּרָאשִׁית

AVEC

R' AVIGDOR MILLER ZT"l

D'APRÈS SES LIVRES ET CASSETTES ET LES ÉCRITS DE SES ÉLÈVES

Un monde de plaisir

Table des matières

Première partie : Un monde éminemment bien

Deuxième partie : Un bon Chabbath

Troisième partie : Une belle vie

Première partie : Un monde éminemment bien

Le yetser absent

Lorsque la Guémara dans Souca (52a) veut décrire les moyens par lesquels le yetser *hara* tente de faire échouer l'homme, elle indique, en s'appuyant sur des écrits sacrés, que le yetser *hara* porte sept noms différents. La Guémara les énumère un par un.

Cependant, une question s'impose ici. En effet, au tout début de la Torah, Hachem en personne donne au yetser *hara* un nom, qui n'est pas mentionné dans cette liste de sept.

Lorsque Hachem vit que Caïn était abattu que le *korban* de son jeune frère avait été mieux accueilli que le sien, Il lui dit : « Sois vigilant, maintenant, car לַפֶּתַח חַטָּאת רוֹבֵץ – le '*hatat*' est tapi à ta porte » (Berechit 4:7). Hachem parle ici du yetser *hara*. Il met en garde Caïn que le '*hatat*', le mauvais penchant, l'attend à chaque tournant.

C'est une question. Nous voyons que Hachem en personne a donné un nom au yetser. Pourquoi ce nom ne figure-t-il pas dans la liste de cette Guémara ? Il devrait être mentionné en premier.

Ce n'est pas une faute

Réponse : il faut comprendre le terme 'hatat ; nous le traduisons par « péché », mais ce n'est pas exact. C'est un péché, bien sûr, mais ce n'est pas tout. La racine formée par les lettres 'heth, tet et alef signifie « manquer, être absent. » Ainsi, dans Choftim, dans la description des sept cents lanceurs de pierres de la tribu de Binyamin, il est dit : קלע בָּאֶבֶן אֶל – ils visaient une cible, וְלֹא יִחָטֵא – sans jamais la manquer (Choftim 20:16). Ils lançaient une pierre sur une cible aussi fine qu'un cheveu et ne la manquaient pas. יִחָטֵא signifie : manquer.

Ainsi, le sens originel du terme 'het désigne le fait de manquer une occasion. Il ne s'agit pas tant de commettre une faute que de ne pas agir comme il se doit. C'est le sens du propos adressé par Hachem à Caïn : le 'hatat attend le moment propice pour bondir.

Hachem lui disait : « Voici une occasion en or à ne pas manquer. Ton frère a triomphé de toi ; ton jeune frère a gagné et tu es abattu. C'est une occasion en or pour accomplir ! Si tu te fortifies, tu lui serres la main et lui dis : "Hével, je dois te l'accorder, tu as gagné, bravo !", ce sera ta réussite. »

Caïn aurait dépassé de cette façon Hével. Il aurait mis à profit cette occasion en or. Cependant, manquer cette occasion d'accomplir est le véritable 'het. Il passe à côté du but de l'existence.

Un camionneur oublieux

Prenons une parabole : vous envoyez votre employé à Los Angeles en mission pour transporter des marchandises. Il a conduit votre gros camion et entrepris le long périple. Il est enfin de retour à Brooklyn quelques semaines plus tard.

« Patron, je suis de retour. »

« Chalom ! ça fait plaisir de te voir. Comment ça s'est passé ? »

« Vous devez me féliciter, répondit-il. Mon voyage a été une réussite. Je n'ai pas eu une seule contravention ! Pas d'accidents ni de panne. Un voyage parfait. »

Vous répliquez : « Parfait ! Examinons la marchandise. »

« Oups ! J'ai oublié de la chercher... »

Chaque Juif est en mission

De la même façon, Hachem vous a envoyé dans ce monde et votre voyage est couronné de succès. Vous n'avez tué personne. Vous n'avez frappé personne. Vous n'avez même pas dit de médisance sur qui que ce soit.

« Ah non, dit Hachem, t'ai-Je simplement envoyé dans ce monde pour que tu évites de recevoir des contraventions, que tu ne subisses aucun accident, et que tu ne commettes aucune faute ? Je t'ai envoyé pour accomplir une mission : observer les commandements, étudier la Torah, acquérir de la sagesse et l'idéologie de la Torah, prendre conscience de Ma présence, étudier le *daat* et la *émouna*. Pour réaliser de bonnes actions dans ce monde. Dans le cas contraire, tu as raté le coche. »

Le premier 'het

La liste d'accomplissements qui nous attend dans ce monde est longue : la Torah, les mitsvot, les bonnes actions, c'est du travail. Mais l'un des accomplissements les plus négligés consiste à acquérir des attitudes de l'esprit.

On y consacre une vie entière, mais concentrons-nous sur l'une des attitudes les plus essentielles et les plus négligées. Elle est mentionnée dès le début de la Torah : וַיִּרְא אֱלֹקִים אֶת כָּל אֲשֶׁר עָשָׂה יְהוָה טוֹב מְאֹד – Et Hachem examina tout ce qu'Il avait fait et c'était éminemment bien (ibid. 1:31). De quoi est-il question ? Du Olam Haba ? Non ! Il s'agit du ciel, des nuages, du vent et de l'eau. Il est question du sol, des plantes, des animaux, des poissons, des oiseaux, des pommes, etc. Tout ceci est *tov méod*, très bien.

Pourquoi Hachem juge-t-Il nécessaire de le préciser ? S'il en est l'Auteur, il va de soi que c'est bien ! Hachem énonce ces paroles dans un but ; Il nous communique des informations que nous ne devons jamais oublier. Il l'a dit, car Il souhaite que nous énoncions les mêmes paroles. Toute notre vie, nous devons déclarer : *tov méod*. « Maître du monde, nous Te félicitons ! Tu as fait un excellent travail ! *Tov méod* ! »

Une épidémie de cécité

Nous remarquons que ce principe est répété à de multiples reprises. לְכֹל טוֹב ה' – Hachem est bon envers tout le monde (Téhilim 145:9). Cependant, il est regrettable que la majorité ne s'en rende pas compte.

C'est le 'Hovot Halévavot qui l'affirme. Il dit : « **טוב ה' לכל ירוּבֵם כְּעִירִים** » – « Hachem est bon avec tout le monde, mais la majorité des hommes sont incapables de s'en rendre compte. » Il ne visait pas des Juifs libéraux, mais les Juifs orthodoxes de son époque.

Et c'est absolument vrai de nos jours. C'est un verset : « Tout est éminemment bien. » C'est de cette manière que nous devons envisager le monde. Si nous y manquons, nous n'accomplissons pas le but de notre existence dans ce monde.

Le mendiant qui réclame une augmentation

Prenons un élève de yéchiva qui, en sortant du *beth hamidrach*, aperçoit un mendiant qui tient un verre et collecte de la tsédaka. Il place une pièce de 25 cents dans son verre chaque jour.

Au bout d'un temps – disons que vous lui avez donné des pièces chaque jour pendant une année – il commence à se plaindre : « Juste une pièce de 25 cents ? Pourquoi pas une augmentation ? »

Nous constatons que, bien que cet homme ait obtenu un bénéfice de votre part, comme il continue à obtenir le même bénéfice, il s'en lasse. Et il le juge insignifiant. Il ne consacre pas de temps à se féliciter de cette pièce, mais à vous critiquer, jugeant que vous ne lui donnez pas assez.

Ainsi, Hachem nous prodigue tous les bienfaits, mais nous ne le remarquons plus ! Nous sommes las de ces derniers. Nous recherchons des sources de plaisir et de divertissement. Et nous n'apprécions pas ce que nous possédons, nous en devenons las.

Hachem dit : « Vous passez à côté de quelque chose. »

Passer à côté de l'amour

Que manquons-nous ? Premièrement, vous manquez le plaisir dans la vie. Vous passez à côté d'un bonheur inouï ! Pourquoi la vie ressemblerait-elle à un bol de raisins acides, alors qu'elle pourrait être un grand bol de cerises ? Vous vous privez de bon temps !

De surcroît, vous passez à côté de votre service de Hachem. En effet, lorsque vous êtes heureux de votre vie, vous vous réjouissez de la présence de Hachem et vous L'aimez. Le sommet de l'échelle de l'amour est l'*ahavat Hachem*, l'amour de Hachem. Et lorsque vous voyez tout ce qu'Il vous offre pour votre plaisir, pour votre bonheur, pour votre joie,

alors votre amour n'a plus de limites. Si vous êtes capable et réfléchi, le bonheur dans ce monde est votre billet pour le Olam Haba.

Aussi, pour obtenir le bénéfice des présents de Hachem, vous devez comprendre leur valeur. Il vous incombe de les étudier et d'apprécier ainsi les plaisirs de ce monde.

Êtes-vous heureux de vos jambes ? Vos jambes sont une Cadillac, qui met à votre disposition un transport disponible vingt-quatre heures sur vingt-quatre. Et, une fois arrivé à destination, vous n'avez pas besoin de chercher une place pour vous garer. Vos jambes se replient facilement sous vous si vous désirez vous asseoir, et elles se positionnent de manière stable si vous désirez rester debout. Ainsi, si vos jambes ne vous rendent pas heureux, vous êtes aveuglé par l'habitude. Ainsi, ouvrons notre esprit et libérons-nous des entraves de l'habitude qui nous aveugle et nous empêche de voir la vérité : la majorité de notre vie se déroule dans le bonheur !

Perspective de Torah

Il nous appartient d'apprendre à porter des lunettes de Torah. Lorsque vous portez des lunettes sombres, vous apercevez un monde glauque toute votre vie. Cependant, si vous regardez le monde à travers des lunettes roses, vous voyez un monde rose, un monde magnifique. La vie que vous aurez dépendra de votre perspective sur le monde.

Et Hachem commence dès le tout début et Il vous offre une paire de lunettes dès le départ. Il dit : « וְהָיָה טוֹב מְאֹד – C'est un monde éminemment bien ! » En d'autres termes : « Je veux que vous vous activiez à rechercher la bonté dans ce monde et vous commencerez à comprendre le sens de l'expression *tov méod*. »

Deuxième partie : Un bon Chabbath

Guérir les aveugles

Comme ce sujet revêt une importance capitale pour chaque Juif et que c'est l'une des occasions que nous manquons le plus souvent, c'est pour cette raison que Hachem nous a donné le Chabbath. Une fois par semaine, nous vivons une occasion spéciale : לְהַסִּיר מִסֵּף הַסְּכָלוֹת – retirer le

voile de l'ignorance de nos yeux ('Hovot Halevavot Chaar Avodat Hachem 3:9). Après tout, quel est l'intérêt du Chabbath ?

Vous me répondez que le Chabbath célèbre l'idée que Hachem a créé le monde à partir du néant : **בְּרִיאַת עוֹלָם יֵשׁ מֵאֵין**. Absolument ! C'est le premier principe enseigné par le Chabbath. **בְּרִיאַת עוֹלָם יֵשׁ מֵאֵין** ! Si vous consacrez du temps le Chabbath à penser à cet enseignement, c'est déjà un accomplissement. Ceux qui prononcent ces termes **זָכַר לְמַעֲשֵׂהוּ** 'בְּרִיאַת עוֹלָם יֵשׁ מֵאֵין', sans y réfléchir, se privent d'une occasion.

Chabbath Berechit

Chabbath prochain, veillez à chaque repas, pendant que la famille bavarde, à penser : je dois remplir mon rôle du Chabbath **זָכַר לְמַעֲשֵׂהוּ בְּרִיאַת עוֹלָם יֵשׁ מֵאֵין**.

Pendant qu'ils discutent, vous pensez qu'autrefois, le monde était un néant. Puis Hachem déclara : « Yehi » et tout prit forme. « Hachem a créé le monde à partir du néant ! **יֵשׁ מֵאֵין** » Ah ! Vous avez accompli l'un des grands objectifs du Chabbath !

Ce n'est pas encore la leçon complète. C'est encore *'hatat*, vous manquez encore la leçon. Il a créé le monde, certes, mais la question se pose : quel type de monde ? **וַיֵּרָא אֱלֹהִים אֶת כָּל אֲשֶׁר עָשָׂה וְהִנֵּה טוֹב מְאֹד**. C'est un monde éminemment bon !

En d'autres termes, le Chabbath nous rappelle non seulement le *ma'assé béréchit*, l'acte de la Création, mais aussi un second principe : toute la Création est un *olam 'hessed yibané*, le monde a été conçu dans le but d'apporter le bonheur.

L'Alter de Slabodka, que son souvenir soit une bénédiction, affirme que ce principe est encore plus essentiel que le premier. Il est plus significatif : non seulement Hachem a-t-Il créé le monde à partir du néant, mais Il l'a créé dans l'objectif du *'hessed*, de nous rendre heureux.

Un monde de bonheur

Vous ne vous souciez peut-être pas du bonheur dans ce monde. Mais cela importe à Hachem ! Il veut votre bonheur dans ce monde. C'est pourquoi le monde a été créé pour le plaisir !

Le Messilat Yécharim l'affirme au début de son ouvrage magistral. Il commence par expliquer qu'il est extrêmement important de connaître le but de la Création, le but de notre présence sur terre. Et sa réponse :

הָאָדָם לֹא נִבְרָא אֶלָּא לְהִתְעַנֵּג עַל ה' - l'homme a été créé uniquement pour trouver son bonheur en Hachem.

Il est question du Monde à Venir, mais il nous explique qu'afin d'accéder à ce bonheur, il faut d'abord passer par ce monde. À Slabodka, mon illustre Rav, que son souvenir soit béni, affirmait qu'il fallait mettre un point après le verbe *léhitaneig* : לֹא נִבְרָא אֶלָּא לְהִתְעַנֵּג, point. « L'homme n'a été créé que pour profiter du bonheur. »

En effet, Hachem est d'avis que nous pouvons réaliser le plus de progrès dans ce monde si nous menons une vie heureuse : le bonheur est le moyen le plus important de servir Hachem. Seulement, il ajoute : עַל ה' - trouver son bonheur dans Hachem, car c'est la plus grande forme de bonheur. Afin de tirer le meilleur profit du plaisir, cette dimension de עַל ה' est nécessaire : acquérir une connaissance de Hachem dérivée du plaisir et L'aimer.

Créé pour le Oneg

Ne commettez pas d'erreur à ce sujet, le monde a été créé pour le plaisir ! Nous avons été créés uniquement dans le but d'être heureux de la plus grande forme de bonheur que Hachem peut nous procurer.

Comme c'est un principe tellement essentiel du Chabbath, il est dit dans la paracha que וַיִּבְרָךְ אֱלֹקִים אֶת יוֹם הַשַּׁבָּת, Chabbath a été créé comme un jour de *brakha* par Hachem (Béréchit 2:3). De quelle *brakha* s'agit-il ? Quelle est la plus grande bénédiction ?

Le bonheur ! Tout le monde y aspire. Bien entendu, nous avons toujours à l'esprit le Olam Haba, nous nous préparons également à ce bonheur. Ils sont liés, mais c'est le bonheur ici et maintenant qui est visé par cette bénédiction. C'est le sens de la bénédiction du Chabbath par Hachem.

Ce sera notre sujet : utiliser le Chabbath comme Hachem l'a conçu, comme une *brakha*. Il doit nous apporter le bonheur dans ce monde. Car tel est l'objectif du Chabbath ! Remémorer que le monde a été créé pour le bonheur, pour le *taanoug* et le Chabbath est le jour particulier réservé à cet effet.

Le prophète Eliyahou retardé

Dans le traité Erouvin (43b), la Guémara fait une remarque sur le prophète Eliyahou. Tout le monde attend la venue d'Eliyahou Hanavi,

comme l'indique ce verset : הָנָה אֲנִי שׁוֹלַח לָכֶם אֵלֶיהָ הַנְּבִיא לְפָנַי בַּא יוֹם ה' הַגָּדוֹל : והנורא. Avant la Guéoula, Eliyahou Hanavi doit se présenter et, de ce fait, nous attendons sa venue.

Cependant, même si nous espérons et attendons la Délivrance, la Guémara affirme que, la veille du Chabbath, nous devons l'oublier. N'espérez pas, il ne viendra pas. כָּבֵר מוֹבְטָח לָהֶם לְיִשְׂרָאֵל – Il est promis à Israël, שְׂאִין אֵלֶיהוּ בָּא לֹא בְעֶרְבֵי שַׁבָּתוֹת, qu'Eliyahou Hanavi ne viendra pas la veille du Chabbath. Ne l'attendez pas ce jour-là, il ne viendra pas.

Pourquoi ? La Guémara précise : מִפְּנֵי הַטּוֹרַח – car il nous dérangerait s'il venait. Il nous faut du temps pour préparer des délices pour Chabbath et cela interférera avec nos préparations si nous l'accueillons.

Un meilleur tchoulent en attente

Cette explication nous laisse stupéfaits. Les préparatifs en vue du Chabbath ont-ils plus de valeur que le Machia'h ?

Il n'est pas question de respecter le Chabbath – nous le respecterons dans tous les cas. Et nous aurons de quoi manger. Mais, pour éviter de nous détourner du plaisir du Chabbath, de tous les délices que nous ajoutons par une préparation adéquate, le prophète Eliyahou ne pourra pas venir ce jour-là pour entraver nos efforts.

C'est une déclaration remarquable qu'il vaut la peine de méditer. Nos Sages nous enseignent que le *oneg Chabbath* est un tel idéal qu'on ne peut y renoncer, pas même pour Eliyahou Hanavi. Il nous incombe donc de comprendre le sens du *oneg Chabbath*.

La terrible faute

Prenons un homme qui est tellement imprégné de l'idée que ce monde est insignifiant qu'en mangeant son *tchoulent*, il se dit : « Ce n'est rien. Ce monde est un néant. »

« Ah, dit Hachem, c'est koulo 'hatat. Tu passes à côté de quelque chose. » Car, la bénédiction de וַיְבָרֶךְ אֱלֹהִים אֶת יוֹם הַשְּׁבִיעִי, renferme l'idée qu'Il a béni le septième jour en en faisant un jour de *oneg* et nous devons acquérir l'attitude que c'est un monde de bien. Un monde éminemment bien !

« Je vous accorde un jour de bénédiction, dit Hachem, et vous devez le mettre à profit en mettant des lunettes qui vous donnent la perspective que ce monde est éminemment bien. Tout changera dans votre vie. Non

seulement votre Chabbath sera différent, mais aussi votre dimanche et votre lundi seront différents. Toute la semaine sera transformée !»

Et si vous ne mettez pas le Chabbath à profit, c'est **לִפְתָּח הַטָּאָת רֹבֵץ** – à l'entrée d'une nouvelle semaine, vous manquez une occasion de la plus haute importance. Car un Chabbath heureux est la clé d'une semaine heureuse !

La pratique

Cependant, il faut vous entraîner en ce sens. Assis à votre table du Chabbath pour un repas, mettez-vous au travail. Sur la table se trouvent la 'hala, le poisson et toutes sortes de plats délicieux : c'est le travail qui vous incombe le Chabbath. Tentez de percevoir combien tout ceci est bon.

Commencez par un morceau de 'hala. Vous vous dites : « Un morceau de 'hala, c'est si bon, si sucré. » Le pain contient de l'amidon et votre salive contient une enzyme, la ptyaline qui transforme l'amidon en sucre. Aussi, plus vous mâchez le pain, plus il devient sucré. Et plus il devient doux dans votre esprit. Le Juif du Chabbath, lorsqu'il mange son morceau de 'hala, en profite infiniment.

Travail du Chabbath

Quel est le meilleur moment à cet effet ? Le mieux, c'est de le mettre en pratique toute la semaine, mais le Chabbath est le moment où c'est attendu de notre part ! C'est pourquoi on consomme un meilleur pain le Chabbath, pour mettre en valeur le plaisir : la 'hala !

Et le poisson est également un *taanoug*. C'est pourquoi les Juifs en consomment le Chabbath. Cela fait partie du bonheur du Chabbath qui dévoile le 'hessed de Hachem. De ce fait, il est très important, pendant que vous consommez le poisson le Chabbath, de penser : « *Olam 'hessed yibané* ! Comme j'en profite ! Le poisson est délicieux. »

Le même principe s'applique au poulet ou à la viande. Vous en profitez et vous pensez au *olam 'hessed yibané*. Ce principe se répète aussi au dessert.

N'ayez pas honte ! Ne dites pas : « Les plaisirs de ce monde ne m'intéressent pas. » Non ! Cela fait partie de l'*avodat Hachem* si vous en profitez correctement – avec réflexion. « Je Te remercie, Hachem, pour tout le 'hessed que Tu prodigues au monde. Et j'en goûte un peu

maintenant pour pouvoir apprécier davantage Ton 'hessed. » Plus vous y goûtez et plus vous y pensez, plus vous l'apprécierez.

Le Chabbath exceptionnel

Et ce principe ne se limite pas uniquement à ces exemples. En effet, lorsque vous acquérez un esprit de Chabbath, un esprit de bonheur, vous l'emportez avec vous toute la semaine. Lorsque quelqu'un utilise le Chabbath avec un peu de réflexion, il commence à percevoir que le monde est un lieu de bonheur. Il profite de sa famille. Il profite de la nourriture. Il apprécie de porter de beaux vêtements fraîchement lavés. Il apprécie une petite sieste. Il apprécie la météo. Il s'entraîne grâce à des années de *oneg Chabbath* à voir que Hachem lui octroie un monde de bonheur.

Je ne dis pas que si quelqu'un n'a pas ces réflexions à l'esprit, il ne remplit pas son devoir de Juif. Même un ignorant, s'il mange sans réfléchir, quelque pensée s'infiltrerait dans son subconscient. Ce n'est pas gâché. De plus, c'est une mitsva et une mitsva sans comprendre l'objectif de cette dernière a une valeur. Cependant, c'est sans comparaison avec un homme qui réfléchit quelque peu et comprend pourquoi il profite du Chabbath.

En conséquence, dans une large mesure, c'est un échec. En effet, lorsque vous utilisez le Chabbath pour tenter d'adopter cette attitude de Torah de *וַיֵּרָא אֱלֹקִים אֶת כָּל אֲשֶׁר עָשָׂה יְהוָה טוֹב מְאֹד*, vous vous transformez. Une semaine après l'autre, chaque Chabbath, vous devenez de plus en plus exceptionnel. Et Hachem attend un peuple qui sera exceptionnel.

Troisième partie : Une belle vie

La faute des taanougim

À partir du moment où l'homme commence à observer le Chabbath afin de cultiver l'idée que ce monde est merveilleux, il cesse progressivement de vouloir poursuivre les plaisirs matériels ; il n'aura plus besoin de se régaler de friandises, de voir des films ou de s'adonner à d'autres distractions. Lorsqu'il aura la pratique par le biais d'un *oneg Chabbath* réfléchi, il apprendra que tout est un *taanoug*. Il n'aura pas besoin de glace pour être heureux.

Si un homme se dit que le monde est pour le plaisir, il se dit : allons jusqu'au bout !

Mais s'il est bon de manger une délicieuse tranche de 'hala et de profiter du 'hessed de Hachem, qu'en est-il si on mange trois 'halot entières ? C'est un suicide, surtout spirituel, car lorsque quelqu'un se laisse aller, il devient esclave. Et devenir esclave des taanouguim, ce n'est plus une vie.

Le but de la vie consiste à être un homme libre, à choisir entre le bien et le mal. Si vous devenez esclave, vous passez à côté de la vie ; c'est aussi une occasion manquée. De ce fait, même si le Chabbath nous enseigne à profiter du monde, nous apprenons à en profiter correctement.

Le bonheur de la simplicité

C'est le sens de פת במלח תאכל – Tu peux te nourrir de pain et de sel, ועל הארץ – et tu n'as pas tellement d'eau, juste un verre, ותנור אתה עמל – et tu te donnes de la peine dans l'étude de la Torah, אשריך וטוב לך אשריך בעולם – et tu goûteras au bonheur dans ce monde et à la satisfaction dans le Monde à venir (Avot 6:4).

הָאָהָה אשריך בעולם! Vous serez heureux dans ce monde ! De quoi il en retourne ? S'il est question du Monde à venir, הָאָהָה אשריך בעולם, je comprends ; mais אשריך בעולם?

Lorsque vous aurez appris le secret du Chabbath, le secret du bonheur, ce sera : הָאָהָה אשריך בעולם! Vous serez heureux avec tous les plaisirs simples de la vie. L'homme savoure son pain et s'en réjouit, car il s'entraîne le Chabbath avec la 'hala. Il la trempe dans du sel et est encore plus heureux.

La prochaine fois que vous consommez du sel, pour vous acquitter – après tout, une table juive ressemble à un mizbéa'h, un autel, et lorsqu'un Juif mange, cela s'apparente à un korban à Hachem, une offrande. Il le trempe dans du sel et pense faire une faveur à Hachem.

«Ah, mais pourquoi ne pas en profiter et Me remercier pour le sel ?» demande Hachem. Le 'Hovot Halévavot répond : רובם בעוירים – ils sont aveugles. C'est une occasion manquée ! Vous ne vivez pas avec un objectif ! Pourquoi t'ai-Je donné du sel ? Simplement pour l'avalier, sans y penser ? C'est dans le but d'apprécier ce que Je te donne. »

Le plaisir de l'eau

Quel plaisir de boire un verre d'eau ! L'eau est le summum du bonheur !

Lorsque j'arrivais à Slabodka, l'eau n'était pas potable et il fallait la bouillir. Les gens y renonçaient et ne prenaient pas la peine de boire. Il n'y avait pas d'eau potable à la yéchiva. Nous avions juste un tonneau d'eau pour nous laver les mains, mais l'eau était dangereuse à boire.

À mon retour en Amérique, j'appris à l'apprécier : ouvrez le robinet et : *mayim 'hayim* ! Quelle bénédiction ! Et on pouvait la boire sans la faire bouillir ! Un homme qui s'est perdu dans le désert du Sahara cherche un peu d'eau, au risque de tomber raide mort. Vous lui présentez une bouteille d'eau et il vous demande son prix. Vous pouvez lui demander mille dollars et il vous les donnera volontiers ! Ainsi, chaque fois que nous buvons de l'eau, nous échappons à l'extinction ! Hachem nous sauve la vie. C'est un vrai bonheur pour un homme qui réfléchit.

L'homme heureux

Ainsi, cet homme qui fait partie des *prouchim* consomme une tranche de pain et remercie Hachem, comme s'il mangeait le plat le plus délicieux. Il mange avec appréciation, en se disant : quel grand bonheur ! Puis il boit un verre d'eau et se dit : c'est tellement bon. Du pain, de l'eau et un peu de sel et on est heureux !

C'est le moyen de travailler sur le bonheur. Il est impossible de dire à un homme : « Sois heureux. » Ça n'a aucun effet. Le bonheur requiert de l'entraînement. C'est une science. En bref, le bonheur de la vie n'est pas un seul élément, mais la combinaison de nombreux détails de bonheur.

Des cocktails

Prenons un exemple, la respiration. Vous inspirez l'air profondément dans vos poumons et vous apprenez à l'apprécier. L'air est un cocktail particulier. S'il n'était composé que d'oxygène, vous seriez intoxiqué. S'il était uniquement composé d'azote, vous ne pourriez pas vivre plus d'une minute. L'air est composé de 20% d'oxygène et de 80% d'azote. C'est exactement la bonne proportion pour vous donner du bonheur.

La respiration est un plaisir ! Cependant, quelqu'un qui a respiré toute sa vie n'a jamais marqué de pause pour en profiter. Nous prenons tant d'inspirations qu'elles deviennent sans importance pour nous. Nous sommes gâtés en raison de l'habitude et de l'ingratitude, et nous devenons aveugles au plaisir de respirer.

Vous objectez : « Tout le monde est aveugle, donc je vais le rester également. » Non. Vous apprenez ici que Hachem ne veut pas que vous soyez aveugle. Il veut que vous vous entraîniez le Chabbath – jour réservé à cet effet – et emportiez cette leçon avec vous pendant la semaine. Le Chabbath, vous ouvrez les yeux et obtenez une paire de lunettes de Chabbath, à travers lesquelles vous observez le monde et découvrez la vérité de la Création divine. וַיְבָרֶךְ אֱלֹקִים אֶת יוֹם הַשַּׁבָּת – Il a béni le Chabbath afin que vous vous rendiez compte du bonheur de l'air ! Respirez profondément. Emplissez bien vos poumons et respirez profondément.

Le même principe s'applique à la réflexion : la majorité des hommes réfléchissent superficiellement. Le bas du cerveau n'est jamais utilisé. Alors, réfléchissez profondément ! Vous commencerez alors à éprouver le bonheur de ce monde. Vous n'avez pas besoin de crème glacée ou d'aller au cinéma. Où que vous soyez, inspirez profondément et remerciez Hachem pour ce cocktail ! Baroukh Hachem, il est éminemment bien.

Du pain aux barrières

Si le pain et l'eau vous rendent heureux, ces deux éléments vous apportent le bonheur. Si le sel et la respiration vous rendent heureux, nous en sommes à quatre. Si vous vous réjouissez d'une brise fraîche et de la lumière du soleil, c'est déjà six. Et vos yeux ! Ah, c'est un plaisir d'utiliser ces deux appareils-photo, qui prennent des photos en couleur en permanence. Posséder des yeux est une très grande joie, un délice.

Même lorsque vous descendez les escaliers et tenez la rampe, vous vous dites : « Quelle chance de posséder cette rampe. » Imaginez un homme heureux d'une rampe ! Il est fou de joie.

Si vous étudiez cinquante phénomènes, ces cinquante-là vous rendront heureux. Et pareil si vous en étudiez mille. Plus vous analysez de sujets, de phénomènes, plus vous en retirez de bonheur. C'est la recette du bonheur dans ce monde, car vivre avec joie, c'est vivre avec la

somme totale de dizaines de milliers de phénomènes. Il faut étudier chaque phénomène distinctement et profiter à chaque fois que vous en faites l'expérience.

Un Chabbath sérieux

Ces propos sont sérieux et nous serons jugés à ce sujet. Hachem dit : « C'est *'hatat* ! Vous passez à côté de choses dans la vie ! » Le but de la vie est de percevoir la bonté de Hachem sur terre. **עוֹלָם הַסֵּד יִבְנֶה** Il a créé l'ensemble de la Création dans un but unique : **מְכַלְכֵּל חַיִּים בְּחֶסֶד**.

C'est pourquoi il est de la plus haute importance de comprendre que Chabbath est un terrain fertile sur lequel une vie heureuse se développe. Chabbath est le jour de la *brakha* dans ce but, afin de le mettre à profit pour apprendre à être heureux dans ce monde. Et, lorsque vous êtes heureux dans le monde, vous accédez au niveau remarquable d'amour de Hachem, le niveau qui vous prépare au mieux au Monde à venir.

Le bonheur éternel

C'est le sens de ces propos de la Guémara : **כָּל הַמַּעֲנֵג אֶת הַשִּׁבָּת** – Si vous occasionnez du plaisir pendant Chabbath, **וְנֹתֵנָן לוֹ נַחֲלָה בְּלִי מִצָּרִים** – on vous octroiera dans le Monde à venir un héritage sans limites. Il est question ici du plaisir physique le Chabbath – la nourriture, la boisson, le repos, etc. – et, à ce titre, vous recevrez une récompense sans limite.

Je ne peux pas vous décrire exactement de quoi il s'agit, mais c'est immense. Par exemple, vous serez assis dans votre avion stratosphérique et vous voyagerez dans les cieux et visiterez des centaines de mondes immenses, que Hachem vous a offerts en cadeau. Ils font désormais partie de votre héritage.

C'est une parabole, mais elle vise à nous indiquer un phénomène grandiose, au-delà de notre entendement. Et cela est réservé à un individu qui profite de la nourriture le Chabbath ou se repose le Chabbath. C'est la première bénédiction du Chabbath : c'est le jour qui est censé vous enseigner une leçon du grand bonheur qui vous attend dans cette vie ! Et si vous l'étudiez correctement et avez toujours à l'esprit Hachem qui vous a conféré ce bonheur, vous méritez une vie heureuse, pas uniquement dans ce monde, mais vous accédez aussi au bonheur immense et infini du Olam Haba.

EN PRATIQUE

Accomplir le Chabbath

Nous ne sommes pas venus au monde simplement pour vivre au jour le jour et éviter la faute, nous sommes venus pour accomplir. Hachem a créé le monde pour le 'hessed et Il nous a créés pour profiter de ce 'hessed et l'apprécier. Ce Chabbath, pendant que je consomme la délicieuse nourriture du Chabbath, je prendrai, *bli néder*, quelque temps pour profiter du plaisir de la nourriture et pour éprouver de la gratitude pour Hachem pour tout ce qu'Il m'octroie. Chabbath constitue un entraînement pour le reste de la semaine afin que, chaque jour, au moins deux fois par jour, j'éprouve du plaisir du monde de Hachem et ressente de la gratitude à Son égard.

VOUS VOUS SENTEZ INSPIRÉ ET STIMULÉ?

**CONTRIBUEZ À DIFFUSER CE
SENTIMENT AUX JUIFS DU
MONDE ENTIER.**



[HTTPS://TORAHBOX.COM/8VB3](https://TORAHBOX.COM/8VB3)

Torat Avigdor s'efforce de diffuser la Torah et la hachkafa de Rabbi Avigdor Miller librement dans le monde entier, avec le soutien d'idéalistes comme VOUS, qui cherchent à rapprocher les Juifs de Hachem.

Rejoignez ce mouvement dès maintenant !