
POURQUOI MANGER CACHER

Le mot cachère est utilisé universellement pour définir ce qui est convenable et répond aux critères et standards établis dans le judaïsme ; en revanche, ce terme est appliqué spécifiquement à l'alimentation, aux rouleaux de la Tora, Tefilines et Mezouzot. Il peut aussi être employé dans le contexte de la validité d'un témoin. Aujourd'hui, l'utilisation la plus courante de ce terme concerne l'alimentation. Cela constituera d'ailleurs le sujet de ce cours.

Voici les questions qui seront traitées:

- ~ Pourquoi est-ce tellement important de manger cachère ?
- ~ Comment applique-t-on les lois de la cacherout?
- ~ Quelles sont les explications de certaines lois de cacherout d'un point de vue kabbalistique?

Plan du cours

- Section I : La définition du cachère
- Partie A : Les mammifères
 - Partie B : Les oiseaux
 - Partie C : Les animaux et oiseaux cachères requièrent la she'hita
 - Partie D : Le guid hanashé
 - Partie E : Les graisses et le sang
 - Partie F : Ne pas mélanger les produits carnés avec les produits lactés
 - Partie G : Les poissons
 - Partie H : Les insectes
 - Partie I : Certaines interdictions d'ordre rabbinique
- Section II : La cacherout d'un point de vue philosophique
- Partie A : La cacherout lie les juifs à D.
 - Partie B : La santé spirituelle
 - Partie C : Le dommage causé par la nourriture non cachère
 - Partie D : La cacherout donne la vie
 - Partie E : La cacherout peut améliorer le caractère d'une personne
- Section III : Quelques explications kabbalistiques sur la cacherout

SECTION I : LA DÉFINITION DU CACHÈRE

Quelques principes fondamentaux des lois de *cachérou* permettant de différencier les aliments permis des aliments interdits sont résumés ci-dessous.

PARTIE A : LES MAMMIFÈRES CACHÈRES

La *Tora* établit que les mammifères *cachères* sont ceux qui ruminent et ont les sabots fendus. Voici une partie des espèces considérées comme *cachères* : les antilopes, les bisons, les vaches, les cerfs, les gazelles, les chèvres, les boucs et les moutons. Les mammifères et les volailles nécessitent cependant une préparation spécifique comme nous le verrons dans la Partie E.

1. *Vayikra 11:2-3*

« Parlez ainsi aux enfants d'Israël : voici les animaux que vous pouvez manger, entre tous les quadrupèdes qui vivent sur la terre : tout ce qui a le pied corné et divisé en deux ongles, parmi les animaux ruminants, vous pouvez le manger. »

דְּבָרוּ אֶל-בְּנֵי יִשְׂרָאֵל, לֵאמֹר: זֹאת הַחַיָּה אֲשֶׁר תֹּאכְלוּ, מִכָּל-הַבְּהֵמָה אֲשֶׁר עַל-הָאָרֶץ. כָּל מַפְרָסֶת פְּרָסָה, וְשִׁסְעַת שִׁסְעַת פְּרָסֶת, מֵעֵלֶת גֶּרֶה, בְּבִהְמָה--אֹתָהּ, תֹּאכְלוּ.

2. *Sifra Shemini, parashat Yayin Veshékhhar, parasha 2*

« Voici les animaux que vous pouvez manger » : cela nous enseigne que Moïse a tenu chacun des animaux et l'a montré à Israël en disant : « Vous pouvez consommer cette espèce » et « Vous ne pouvez pas consommer cette espèce. »

זֹאת הַחַיָּה, מִלְּמֹד שֶׁהִיָּה מוֹשֶׁה אוֹחוֹז הַחַיָּה וּמֵרָאֵה לָהֶם לְיִשְׂרָאֵל, וְאוֹמֵר לָהֶם זֶה תֹּאכְלוּ, וְזֶה לֹא תֹאכְלוּ...

PARTIE B : LES OISEAUX

La *Tora* ne cite pas de caractéristiques spécifiques permettant de différencier les oiseaux permis des oiseaux interdits, comme c'est le cas pour les mammifères. À la place, la *Tora* dresse une liste de 24 espèces de volatiles inaptes à la consommation, et tous les autres oiseaux sont considérés comme étant *cachères*. Néanmoins, dans la pratique, nous ne consommons que les volatiles dont nous savons de par la tradition qu'ils sont *cachères*, comme par exemple le poulet, la dinde, le canard et l'oie.

1. *Vayikra 11:13*

Et voici, parmi les oiseaux, ceux que vous repousserez ; on ne les mangera point, ils sont abominables : l'aigle, l'orfraie, la valérie ;

וְאֵת-אֵלֶּה תִּשְׁקָצוּ מִן-הָעוֹף, לֹא יֹאכְלוּ שְׂקִיץ הֵם: אֵת-הַנֶּשֶׁר, וְאֵת-הַפֶּרֶס, וְאֵת, הָעֹזְנִיָּה.

PARTIE C : LES ANIMAUX ET LES OISEAUX CACHÈRES REQUIÈRENT LA SHE'HITA

Les animaux et les oiseaux doivent être abattus rituellement pour devenir *cachères*. Un animal qui meurt de toute autre manière n'est pas *cachère*.

1. **Devarim 12:21**

« Et tu pourras tuer de la manière que je t'ai prescrite de ton gros et menu bétail, que l'Éternel t'aura donné et en manger dans tes villes tout comme il te plaira. »

וזבחת מבקרך ומצאנך אשר נתן יקוק לך כאשר צויתך
ואכלת בשעריך בכל אות נפשך:

2. **Vayikra 22:8. Concernant l'interdiction de consommer un animal déjà mort ou n'ayant pas été abattu rituellement**

« Tu ne mangeras pas de la viande provenant d'un cadavre ou d'une charogne afin de ne pas te rendre impur ; Je suis D. »

נבלה וטרפה לא יאכל לטמאה בה אני ה':

PARTIE D : LE GUID HANASHÉ (LE NERF SCIATIQUE)

Le nerf sciatique de chacune des pattes arrière de la bête, ainsi que la graisse qui l'entoure, doivent être enlevés.

1. **Bereshit 32:33**

« C'est pour cela que les enfants d'Israël ne pourront pas manger le *guid hanaché* qui se situe au niveau de la cavité articulaire de la hanche jusqu'à aujourd'hui, car [l'ange d'Esau] a frappé la hanche de Yaacov (Jacob) à l'emplacement du *guid hanashé*. »

על כן לא יאכלו בני ישראל את גיד הנשה אשר על כף הירך עד היום הזה כי נגע בכף ירך יעקב בגיד הנשה:

PARTIE E : LES GRAISSES ET LE SANG

Certaines graisses, connues sous le nom de «*khélèv*» ne pourront pas être consommées. Concernant le sang, on veillera à en extraire le plus possible de la viande, soit par trempage, salage et rinçage, soit en la grillant sur le feu.

1. **Vayikra 3:17**

« Loi perpétuelle pour vos générations, dans toutes vos demeures : toute graisse et tout sang, vous vous abstenrez d'en manger. »

חקת עולם לדורותיכם בכל מושבותיכם כל חלב וכל דם לא תאכלו

2. **Devarim 12:23**

« Mais évite avec soin d'en manger le sang ; car le sang c'est la vie, et tu ne dois pas absorber la vie avec la chair. »

רק חזק לבלתי אכל הדם כי הדם הוא הנפש ולא תאכל הנפש עם הבשר:

PARTIE F : NE PAS MÉLANGER LES PRODUITS CARNÉS AVEC LES PRODUITS LACTÉS

Le lait issu des animaux *cachères* est aussi *cachère*. Cependant, les produits carnés et les produits lactés ne pourront pas être mélangés. L'importance de cette interdiction nous est clairement indiquée par le fait que la *Tora* la mentionne à trois reprises.

1. *Shemot* (Exode) 23:19, 34:26. *Devarim* (Deutéronome) 14:21. Les trois endroits où la *Tora* rappelle cette interdiction

« Tu ne feras point cuire un chevreau dans le lait de sa mère. »

לא תבשל גדי בחלב אמו

2. *Rashi*, *Shemot* 23:19. Quels enseignements supplémentaires la *Tora* veut-elle nous apprendre par la répétition de cette interdiction?

La *Tora* nous enseigne cette interdiction à trois reprises afin de nous apprendre que 1) le mélange [du lait et de la viande] est interdit à la consommation, 2) il est interdit d'en tirer un quelconque profit, 3) il est interdit de cuire ce mélange.

ובשלושה מקומות נכתב בתורה אחד לאיסור אכילה, ואחד לאיסור הנאה, ואחד לאיסור בישול:

3. *Rabbi Yaakov Luban*, laboratoires *cachères* d'O.U.

Aux interdictions déjà enseignées par la *Tora*, les Sages ont ajouté celle de consommer les viandes et laitages dans un même repas ainsi que de les préparer dans les mêmes ustensiles. De plus, après un repas composé de viandes, il sera interdit de manger des laitages pendant un certain moment. Notons qu'il existe plusieurs coutumes concernant le laps de temps qui doit s'écouler entre la consommation de la viande et celle du lait, mais la plus répandue est d'attendre six heures. Par contre, il sera permis de consommer de la viande de suite après des laitages, la seule exception à cette règle sera les fromages durs, à savoir les fromages ayant subi un processus de vieillissement de six mois ou plus. Dans ce cas, il sera nécessaire d'attendre six heures comme pour la consommation de laitages après la viande.

PARTIE G : LE POISSON

Pour être *cachère*, un poisson doit avoir des écailles et des nageoires. Contrairement à la viande et à la volaille, aucune préparation spécifique ne sera nécessaire.

1. *Vayikra* 11:9

« Voici ce que vous pouvez manger des divers animaux aquatiques : tout ce qui, dans les eaux, mers ou rivières, est pourvu de nageoires et d'écailles, vous pouvez en manger. »

את-זֶה, תֹּאכְלוּ, מִכָּל, אֲשֶׁר בַּמַּיִם: כָּל אֲשֶׁר-לוֹ סַנְפִּיר וְקַשְׂקֻשֵׁת בַּמַּיִם, בַּיַּמִּים וּבַנְּחָלִים--אֹתָם תֹּאכְלוּ.

PARTIE H : LES INSECTES

Il existe cinq interdits relatifs à la consommation d'insectes dans la *Tora*. Celle-ci mentionne aussi que seulement certaines espèces de *hagavim* (sauterelles) sont *cachères*. Cependant, comme nous l'avons mentionné à propos des oiseaux, seule la tradition nous permettra d'établir l'identité des espèces *cachères*.

1. **Vayikra 11:20-21**

« Tout insecte ailé qui marche sur quatre pattes vous sera une abomination. Toutefois, vous pourrez manger, parmi les insectes ailés marchant sur quatre pattes, celui qui a au-dessus de ses pattes des articulations au moyen desquelles il saute sur la terre. »

כל שרץ העוף, ההלך על-ארבע--שקץ הוא, לכם אך את-זה, תאכלו, מכל שרץ העוף, ההלך על-ארבע: אשר-לא (לו) כרעים כמפעל להגליו, לנתר בהן על-הארץ.

PARTIE I : CERTAINES INTERDICTIONS D'ORDRE RABBINIQUE

1. **Est-ce cachère ? Rabbi E. Eidlitz, p. 66**

Des aliments cuisinés par un *akoum* (non-juif) nous sont interdits, car il risque de nous servir des aliments non *cachères* ; c'est aussi une précaution contre l'assimilation. Du vin préparé par un *akoum* est interdit comme précaution contre l'assimilation.

בישול עכו"ם – שמא יאכילנו דבר טמא או משום חתנות
סתם יין עכו"ם -- משום חתנות

SECTION II : LA CACHEROUT D'UN POINT DE VUE PHILOSOPHIQUE

PARTIE A : LA CACHEROUT LIE LES JUIFS À D.

1. **Shemot (Exode) 22:31**

« Vous serez des hommes saints pour Moi : vous ne mangerez donc point la chair d'un animal déchiré dans les champs, vous l'abandonnez aux chiens. »

ואנשי-קדש תהיון לי ובשר בשדה טרפה לא תאכלו
לקלב תשליכו אתו:

2. **Rashi Ibid.**

« Vous serez des hommes saints pour Moi » : si vous êtes saints et que vous vous tenez à l'écart de l'abomination des bêtes mortes et des bêtes déchirées, vous serez à Moi. Sinon, vous ne serez pas à Moi.

ואנשי קודש תהיון לי. אם אתם קדושים ופרושים משקוצי נבלות וטרפות הרי אתם שלי ואם לאו אינכם שלי:

3. **Sforno, Devarim 14:4**

Avant le don de la *Tora*, la différence entre les animaux purs et impurs était déjà connue, comme nous le voyons avec Noé (lorsqu'il les a séparés dans l'arche). Cependant, un non-juif

קודם מתן תורה נודע הבדל הטמא והטהור, כמבואר בנח, מכל מקום לא אסר לנח אכילתם, ואתה בהיותך קדוש, אין ראוי לך להיות ניזון מהאסור

pouvait les consommer. Mais toi [le peuple juif], tu es un peuple saint et c'est pourquoi tu ne pourras te nourrir que d'aliments qui préserveront ta sainteté.

4. **Harekanti. Vayikra, Tazria p. 60. La cacherout aide la personne à exploiter au maximum son potentiel et à se rapprocher de D.**

Selon le sens simple, la raison pour laquelle il est interdit de consommer des animaux impurs est que ces aliments décomposent l'âme et la rendent malade. Ils empêchent la personne d'atteindre la perfection et la proximité de D.

הטעם לאסור הבהמות הטמאות, לפי הפשט כי הם מולידים עפוש רע וחולי בנפשות ומעכבין שלימות האדם מלהדבק בשם יתברך

PARTIE B : LA SANTÉ SPIRITUELLE

1. **Vayikra 11:1-2**

« L'Éternel parla à Moïse et à Aaron, en leur disant : Parlez ainsi aux enfants d'Israël : Voici les animaux que vous pouvez manger, entre tous les quadrupèdes qui vivent sur la terre. »

וידבר ה' אל משה ואל אהרן לאמר אלהם: דברו אל בני ישראל לאמר זאת החיה אשר תאכלו מכל הבהמה אשר על הארץ:

2. **Kli Yakar ibid.**

Cela nous enseigne que les lois de *cacherout* n'ont pas été établies pour des raisons de santé, comme l'explique le *Ramban*. Nous voyons bien que les non-juifs consomment des aliments non *cachères* et demeurent en bonne santé. En réalité, leur raison (des lois de *cacherout*) est le bien-être de l'âme. Les nourritures non *cachères* retirent l'esprit de pureté et de sainteté, créent un blocage dans l'intelligence et mènent à la cruauté. Néanmoins, le fait de s'en abstenir n'aide « qu'eux », le peuple d'Israël, car ils vivront dans le monde à venir ; mais pour les non-juifs, il n'y aurait aucun intérêt à leur prescrire ce commandement.

מלמד שאין ענין המאכלות האסורות לבריאות הגוף כברמב"ן, שהאי האומות אוכלים ובריאים, אלא כונתם לרפואת הנשמה, כי מגרשים רוח טהרה וקדושה, ומולידים אטימות השכל ואכזריות, וזה דוקא מואיל "אליהם" לישראל, שהם לחיי העולם הבא, אבל לאומות העולם אין תועלת במצוה זה.

3. **Midrash Tan'houma, Shemini 7. La cacherout amène la personne à se perfectionner.**

D. a dit aux juifs : « Veillez à ne pas vous rendre répugnants par des animaux ou des créatures non *cachères*. » Le roi David a déclaré : « Les voies divines sont parfaites. La parole de D. a été rendue parfaite » (Psaumes 18,31). Dans le but de parfaire Ses créatures. Rebbi (Rabbi Yehouda Hanassi) a dit : « Quelle différence pour D.

אמר הקב"ה לישראל, הזהרו עצמכם שלא לשקץ את עצמכם בבהמה טמאה ובשרץ טמא, אמר דוד הא-ל תמים דרכו, אמרת ה' צרופה (תהלים י"ח), בשביל לצרף בריותיו. אמר לו רבי משה אכפת לה להקב"ה שיאכלו ישראל בלא שחיטה שיהא ישראל נוחר ואוכל, ושוחט מן הצואר מן הירך, תדע שלא נצטווה

si les juifs mangent sans un abattage convenable, s'ils coupent son cou et le mangent, ou s'ils l'abattent par la nuque ? Sache que le seul but du commandement de l'abattage est de parfaire le peuple juif. »

השחיטה הזוהי אלא כדי לצרף את ישראל

4. Talmud Babli Yoma 39a

Il a été enseigné par l'école de Rabbi Yishmaël : « Le péché obstrue le cœur d'une personne », comme il est écrit : « Vous ne vous rendrez pas impurs par eux, de peur que vous ne deveniez impurs à cause d'eux » (*Vayikra* 11:43). Ne lisez pas : « impurs », mais plutôt : « obstrués ».

תנא דבי רבי ישמעאל: עבירה מטמטמת לבו של אדם, שנאמר (ויקרא יא: מג) ולא תטמאו בהם ונטמתם במ אל תקרי ונטמתם אלא ונטמטם.

5. Rashi ibid. La cacherout affecte la sagesse de la personne

« Obstrue » : l'obstrue et la bouche de toute sagesse.

מטמטמת - אוטמת וסותמת מכל חכמה.

6. Ramban, Devarim 14:3. Quelques mots forts pour insister sur la protection de l'âme

« Ne mangez pas quelque chose de répugnant » : la *Tora* a voulu ajouter une explication aux nourritures interdites. C'est pourquoi il est dit : « Ne mangez pas quelque chose de répugnant », pour nous enseigner que chaque aliment interdit est répugnant pour une âme pure.

לא תאכל כל תועבה - הנה רצה להוסיף ביאור במאכלים האסורים, ולכך אמר "לא תאכל כל תועבה" להגיד כי כל הנאסרים נתעבים לנפש הטהורה.

PARTIE C : LES DÉGÂTS CAUSÉS PAR LES ALIMENTS NON CACHÈRES

Les autorités rabbiniques s'entendent pour dire que l'alimentation *cachère* a un effet bénéfique sur l'âme, à l'inverse des aliments non *cachères*. Cependant, elles sont en désaccord quant à la capacité de ces aliments à endommager le corps. L'opinion du *Kli Yakar* cité plus haut diverge de celles des autorités citées ci-dessous.

1. Ram'hal (Rabbi Moshé 'Haïm Luzzatto), *Messilat Yescharim*, (Le Chemin des Justes), ch. 11. Les aliments imprègnent le corps et l'âme

Les lois concernant les aliments interdits comportent de nombreux détails exposés dans les ouvrages des décisionnaires. Opter pour la légèreté lorsque la rigueur s'impose, c'est détériorer son âme... Car le péché s'introduit dans le cœur de l'homme au point que la véritable connaissance et l'esprit de sagesse que le Saint béni soit-Il a donné aux Justes les quittent (comme il est dit dans le verset [Proverbes 2,6] : « C'est D. qui procure la sagesse »). Et finalement, l'homme demeure au niveau

ופרטיהם רבים ככל דיניהם הידועים והמבוארים בספרי הפוסקים, והמקיל בהם במקום שאמרו להחמיר אינו אלא משחית לנפשו... שהעבירה מטמטמת לבו של אדם, כי מסלקת ממנו הדעה האמתית ורוח השכל שהקדוש ברוך הוא נותן לחסידים, כמו שאמר הכתוב (שם ב'): "כי ה' יתן חכמה", והנה הואנשאר בהמי וחמרי משוקע בגסות העולם הזה. והמאכלות האסורות יתירות בזה על כל האסורין, כיון שהם נכנסים בגופו של האדם ממש ונעשים בשר מבשרו...

animal et matériel, enfoncé dans la grossièreté de ce monde. À cet égard, la consommation de nourritures interdites est plus grave que les autres interdits, car elles s'assimilent directement dans l'organisme humain et deviennent partie intégrante de sa chair...

Tout homme doté de raison considérera les mets interdits comme du poison ou des aliments empoisonnés. Qui se permettrait de goûter à de tels aliments ? Même s'il ne subsistait qu'un soupçon de doute, l'homme s'abstiendrait d'en manger ; et s'il en mangeait, il serait considéré comme un véritable fou. Or, les mets défendus, comme nous l'avons expliqué, constituent un véritable poison pour le cœur et l'âme. Quel homme intelligent pourrait-il donc se laisser aller à consommer un aliment qui soulève le moindre soupçon d'interdiction ?

והנה כל בר ישראל שיש לו מוח בקדקדו יחשב אסורי המאכל כמאכלים הארסיים או כמאכל שנתערב בו איזה דבר ארסי, כי הנה אם דבר זה יארע היקל אדם על עצמו לאכול ממונו? אם ישאר לו בו איזה בית מיחוש אפילו חששא קטנה, ודאי שלא יקל לא יהיה נחשב אלא לשוטה גמור, אף איסור המאכל כבר בארנו שהוא ארס ממש ללב ונפש הישראלי, אם כן מי אפוא יהיה המקל במקום חששא של אסור, אם בעל שכל הוא?

2. Ramban (Na'hmanide), *Torat Hashem Temima* (p. 166 dans le Tome 1 de l'édition Chavel Kitvé Ramban). Les aliments non cachères endommagent le corps et l'âme

La *Tora* nous éclaire également en nous enseignant le secret de la cause et l'effet. Elle nous a interdit la consommation de certains animaux, oiseaux et poissons. Ceci est en relation avec le reste des lois de la *Tora*, qui sont bénéfiques autant pour le corps que pour l'âme. Car tous ces aliments interdits sont réputés mauvais pour la santé. De plus, ils abîment l'âme. C'est pourquoi la *Tora* écrit : « Ils vous rendent obstrués (”נטמאתם”) », sans la lettre *aleph* (”נטמאתם”) ayant le sens de « vous deviendrez impurs », pour nous enseigner qu'ils bouchent le cœur. La liste des animaux non *cachères* illustre bien ce point. À part deux d'entre eux, ce sont tous des oiseaux de proie et ils représentent toutes les catégories d'oiseaux de proie existantes. Ils sont tous cruels. À travers la consommation de leur chair et leur sang, l'âme s'imprègne de leur cruauté. C'est pourquoi il convient que ces espèces soient défendues au peuple juif, qui a reçu l'ordre d'être miséricordieux et d'aimer son prochain.

ועוד התורה מאירה עינים בסוד התולדה, שאסרה לנו מקצת בהמות וחיות ומקצת עופות ומקצת דגים, וגם זה הולך בשאר דרכי התורה שכל דברים טובים לגוף כנוהג שבעולם, וטובים לנפש, מצד היצירה ומצד המצות, כי הדברים האלה ידוע שאינן מאכלים טובים לרפואה ולבריאות, ומלבד זה יש להם נזק בנפש מצד התולדות, וזהו ונטמאתם חסר א' לומר שהן מטמטמות הלב, כאשר ידענו כי העופות האסורין כולן דורסין חוץ מפרס ועזניה ואין בעולם עוף אחר דורס אלא הם והם בעלי אכזריות, ודמם ובשרם מוליד אכזריות בנפש, וישראל, שנצטוו להיות רחמנים ואוהבים זה לזה, ראוי הוא להאסר להם.

3. Séfer Ha'hinoukh, mitsva 73. Les aliments non cachères peuvent endommager le corps, qui est le récipient de l'âme

es raisons de la *mitsva* (de *catcherout*) : le corps est un outil pour l'âme, et à travers le corps, l'âme accomplit ses tâches. Sans le corps, l'âme ne pourrait pas exécuter sa mission...

משרשי מצוה זו, לפי שהגוף כלי לנפש ובו תעשה פעולתה, וזולתו לא תשלם מלאכתה לעולם...

L Si le corps connaît la moindre déficience, l'âme sera limitée dans son travail en fonction de cette déficience. La *Tora* nous enjoint donc de nous abstenir de consommer tout aliment susceptible de causer un dommage. Tel est le sens simple des aliments qui ont été interdits par la *Tora*. Si certaines de ces nourritures dangereuses sont connues de nous et non des médecins, n'en soyez pas surpris, parce que le fidèle Médecin qui nous a informés à ce sujet est de loin plus sage que nous ou les docteurs. Combien stupide serait celui qui considérerait, en fonction de ses connaissances, que ces nourritures ne comportent pas de dangers !

Il faut également savoir que c'est pour notre bien que la *Tora* n'explique pas les raisons (de l'interdiction de certains aliments) ou le dommage qu'ils causent : en effet, des gens pourraient se prétendre très sages, et nous raconter que les dangers auxquels la *Tora* fait référence concernant une certaine nourriture n'existent pas ou qu'ils existent seulement dans un certain endroit ou pour certaines personnes. Pour ne pas risquer d'être influencés par leurs paroles et de suivre les imbéciles, la *Tora* ne nous a pas révélé les raisons (de l'interdiction), afin de nous épargner cet obstacle qui pourrait nous faire trébucher.

בהיות בגוף שום הפסד מאי זה ענין שיהיה תתבטל פעולת השכל כפי אותו הפסד, ועל כן הרחיקתנו תורתנו השלמה מכל דבר הגורם בו הפסד. וכמו כן ועל הדרך הזה לפי הפשט נאמר שבא לנו האיסור בתורה בכל מאכלות האסורות, ואם יש מהם שאין נודע לנו ולא לחכמי הרפואה נזקן, אל תתמה עליהן, כי הרופא הנאמן שהזהירנו בהן חכם יותר ממוך ומהם, וכמה נסכל ונבהל מי שחשב שאין לדברים נזק או תועלת אלא במה שהשיג הוא, ויש לך לדעת כי לתועלתנו לא נתגלה סיבתן ונזקן, פן יקומו אנשים מחזיקים עצמן כחכמים גדולים ויתחכמו לומר נזק פלוני שאמרה התורה שיש בדבר פלוני איננו כי אם במקום פלוני שטבעו כן או באיש פלוני שטבעו כן וכן, ופן יתפתה לדבריהם אחד מן הפתאים. על כן לא נתגלה טעמן להועיל לנו מן המכשול הזה.

4. *Rashbam, Vayikra 11:3*

D'après le sens simple du verset et pour répondre aux hérétiques, tous les animaux domestiques et sauvages, les oiseaux, les poissons et les sauterelles que D. a interdits au peuple juif de consommer, sont destructeurs et nuisibles au corps. C'est pourquoi, ils sont considérés comme impurs. Le Talmud affirme qu'un non-Juif qui consomme des reptiles endommage son corps.

לפי פשוטו של מקרא ותשובת המינים כל הבהמות והחיות והעופות והדגים ומיני ארבה ושרצים שאסר הקב"ה לישראל מאוסים הם ומקולקלים ומחממים את הגוף, ולפיכך נקראו טמאים, ואף בתלמוד, עכו"ם שאוכלים שקצים ורמשים חבול גיפיהו.

PARTIE D : LA CACHEROUT DONNE LA VIE

1. *Ramban, Shemot 22:31*

« Vous serez des hommes saints pour Moi » : la raison de ce verset est que jusqu'à présent, D. avait mentionné les lois et mis en garde contre des choses répugnantes. Maintenant qu'Il en arrive à discuter des nourritures interdites, Il commence par dire : « Vous serez un peuple saint pour Moi. » Il convient que l'homme consomme des aliments qui lui donneront la vie.

ואנשי קדש תהיון לי - טעם הכתוב הזה, כי עד הנה הזכיר המשפטים והזהיר בדברים המכוערים. ועתה כשבא להתחיל באיסור המאכל פתח ואמר ואנשי קדש תהיון לי, שראוי הוא שיאכל האדם כל מה שיחיה בו,

L'interdiction concernant certains aliments a pour but d'assurer la pureté de l'âme. D. déclare donc : « Vous serez un peuple saint pour Moi : Je veux que vous soyez un peuple saint afin d'être dignes de vous rapprocher de Moi, qui suis saint. Ne rendez donc pas vos âmes répugnantes en consommant des nourritures grossières. » De même, le verset dit : « Ne rendez pas vos âmes répugnantes par tous les reptiles et ne vous rendez pas impurs à travers eux, car vous deviendrez impurs. Je suis le Seigneur, votre D., vous deviendrez saints et serez saints, car Je suis saint » (Lévitique 11:43-44). Les reptiles rendent l'âme répugnante. Un animal non *cachère* n'est pas répugnant ; cependant, le fait de s'en abstenir amène la pureté.

ואין האסורין במאכלים רק טהרה בנפש, שתאכל דברים נקיים שלא יולידו עובי וגסות בנפש, על כן אמר ואנשי קודש תהיון לי, כלומר אני חפץ שתהיו אנשי קדש בעבור שתהיו ראויים לי לדבקה בי שאני קדוש, לפיכך לא תגאלו נפשותיכם באכילת הדברים המתועבים, וכך אמר (ויקרא יא מג - מד): אל תשקצו את נפשותיכם בכל השרץ השורץ ולא תטמאו בהם ונטמתם בם, כי אני ה' אלהיכם והתקדשתם והייתם קדושים כי קדוש אני. והנה השרצים משקצין הנפש, והטרפה אין בה שקוץ, אבל יש בשמירה ממנה קדושה.

PARTIE E : LA CACHEROUT PEUT AMÉLIORER LE CARACTÈRE D'UNE PERSONNE

1. *Ramban, Devarim 14:21 –La cacherout freine la cruauté*

La raison pour laquelle il est écrit : « Car vous êtes une nation sainte pour l'Éternel, votre D. », en relation avec le commandement « ne cuisez pas un chevreau dans le lait de sa mère », n'est pas parce que c'est une nourriture répugnante. Cependant, cela est interdit afin que nous nous comportions avec sainteté en ce qui concerne notre alimentation, et non pas en tant que nation cruelle et sans pitié, qui trait le lait de la mère afin d'y cuire son chevreau.

Toute viande et tout laitage sont inclus dans cette interdiction (même si l'on ne cuit pas la viande dans le lait de la mère), car n'importe quelle mère nourricière est appelée 'mère' et n'importe quel nourrisson est appelé 'chevreau', et les cuire ensemble est un acte cruel dans tous les cas.

וטעם כי עם קדוש אתה לה' אלוהיך - דבק עם לא תבשל גדי בחלב אמו - כי איננו מאכל נתעב, אבל יאסור אותו להיותנו קדושים במאכלים, או להיותנו קדושים שלא נהיה עם אכזרי לא ירחמו שנחלוב את האם ונוציא ממנה החלב שנבשל בו הבן.

ואף על פי שכל בשר בחלב יכנס בלאו הזה, כי כל מינקת תקרא אם וכל יונק יקרא גדי, והוא דרך הבישול, והנה בכלם אכזריות.

SECTION III : QUELQUES EXPLICATIONS KABBALISTIQUES SUR LA CACHEROUT

1. *Rabbeinou Ba'hyé, Vayikra 11:43. L'impact sur notre relation avec D.*

« Vous deviendrez bouchés par eux » : ce terme provient du mot *timtoun* (« bouché »). Si l'homme mange de la nourriture non *cachère*,

ונטמתם בם - מלשון טמטום, שהלב מיטמטם באכילתם ואין רוח הקודש שורה בו, ויתכן שהאל"ף

son cœur devient bouché et l'Esprit saint ne peut plus reposer sur lui. Il est possible que la lettre *aleph* manque parce qu'elle fait allusion à l'Unité absolue, qui quitte alors la personne. De même, le terme *het* (péché) est parfois écrit sans *aleph*, pour témoigner qu'à travers le péché, D. s'écarte de la personne.

חסרה בו, כי היא מורה על היחוד והקדמות, ומזה השכינה מסתלק, וכן כתב מחטו לי בחסרון אל"ף, שעל ידי החטא מסתלקת גם כן.

2. Rav Tsadok Hacoheh, Pri Tsadik, Tazria 3. L'effort investi dans la consommation d'aliments cachères entraîne l'observance de toutes les mitsvot

L'observance des lois de la *catcherout* englobe toutes les autres lois de la *Tora*. Dans le Jardin d'Eden, le serpent a été capable de les inciter à pécher, uniquement en créant un désir pour la nourriture interdite. Celui qui veille à consommer exclusivement des aliments *cachères* et à les imprégner de sainteté, respecte donc tous les commandements de la *Tora*, parce que le seul moyen qu'a le mauvais penchant de dominer une personne réside dans la nourriture et la boisson, tel qu'il est écrit dans le verset : « Vous mangerez et boirez... Soyez prudents, de peur que votre cœur ne vous détourne. » (Deutéronome 11:15-16).

Il est écrit dans le *Zohar* : « L'arbre duquel *Adam Harishon* a mangé était du blé ; d'autres soutiennent que c'étaient des raisins, et d'autres qu'il s'agissait d'un figuier. Ces opinions ne sont pas en désaccord, chacune d'elles est vraie. » Comment peuvent-elles être toutes vraies, alors qu'elles présentent des faits contradictoires ?

La vérité est que lorsque la *Tora* a écrit « l'arbre de la vie se trouvait au milieu du jardin... », cela signifie que la spiritualité profonde de chaque arbre du jardin découlait de l'arbre de la vie et de l'arbre de la connaissance du bien et du mal. Si Adam avait goûté d'abord de l'arbre de la vie, il aurait apprécié dans chaque autre aliment qu'il aurait mangé le goût de la *Tora* qui représente la vie. Mais en mangeant de l'arbre de la connaissance du bien et du mal, il a fait que chaque autre nourriture contienne en elle le goût de cet arbre, ce qui est la source de tout péché. Quand une personne corrige ce péché en mangeant en toute sainteté, elle observe toutes les *mitsvot* et se trouve protégée des défis présentés par le mauvais penchant.

קדושת המאכלים כולל כל התורה, ושורש הסתת הנחש היה להכניס תאוה באכילה, ומי שהוא מוגדר באילה שמאכלו בקדושה ממילא שומר כל המצוות שבתורה, שאין יצר הרע שולט אלא מתוך אכילה ושתיה כמו שנאמר ואכלת ושבעת... השמרו לכם.

ובזהר הקדוש ... אילן שאכל אדם הראשון חטה היה ואחרנין אמרין גפן הוה כו' תאנה היתה. ולא הוה כולקין במילוליהן דכלא קשוט וכו' ואיך יצויר כלא קשוט כשחולקין במציאות,

ואמרנו שבאמת כתיב ועץ החיים בתוך הגן, והיינו שפנימיות כל עצי הגן היו עץ הדעת טוב ורע. ואם היה אדם הראשון טועם באכילה הראשונה מעץ החיים היה מרגיש כבל האכילות טעם עץ החיים שהוא תורה... וכשאכל מכל המינים עץ הדעת טוב ורע וזה שורש הקלקול.

3. **Shlah, Sha'ar Ha'otiyot, ot Kouf ; Kedoushat Ha'okhlin. Les aliments non cachères empêchent toute liaison spirituelle**

La *Tora* nous a prévenus au sujet des nourritures interdites et permises : « Vous vous sanctifierez et vous serez saints, et vous ne rendrez pas vos âmes répugnantes. » Le *Zohar* explique que les nourritures interdites contre lesquelles la *Tora* nous met en garde, ont une essence extérieure impure ; celui qui les consomme rend son âme impure et prouve qu'il n'a aucune part dans la pureté ou dans le D. d'Israël. L'aliment impur devient une partie de son corps physique et de l'âme qui en est vêtue. Il souille et rend impure son âme, qui est recouverte du corps, et un esprit impur repose sur elle.

התורה הזהירה במאכלות אסורות ומותרות, והתקדשתם והייתם קדושים ולא תשקצו את נפשותיכם, ופירש בזה ענין הזה, כי המאכלות המטמאים שהזהירה לנו התורה מהם, שורה עליהם רוח חיצוני ומטמא, ולכן האוכל מאותן הדברים מטמא את נפשו, ומראה על עצמו שאין לו חלק בקדושה ולא האלקי ישראל, כי הדבר המטמא נעשה חלק אבר בעצם האדם והנפש מתלבשת שם, נמצא שהוא מטמא נפשו ומטמא הנפש המתלבשת בגוף, ורוח הטומאה שורה עליו.

4. **Rav Tsadok Hacoheh, Pri Tsadik, Vaet'hanan 19. Les aliments biologiques représentent le plaisir égoïste, la manne était de la nourriture pour l'âme uniquement**

Il est bien connu que la racine du préjudice du serpent est qu'il a introduit le désir dans la nourriture ; c'est à cause de cela que la nourriture comporte des déchets. Par contre, la *Tora* décrit la manne comme « *lé'hem èvarim* », ce que le Talmud explique en disant qu'elle était totalement absorbée par les 248 organes (*èvarim*). Avant le péché, aucune parcelle de nourriture n'était rejetée. Quand Adam mangeait dans le Jardin d'Éden, sa nourriture était semblable à la manne. C'est seulement à travers le péché du serpent qu'est survenu le désir pour la nourriture et celui de jouir d'un plaisir égoïste, et c'est cela qui a engendré les déchets.

והוא דידוע ששורש קלקול הנחש היה להכניס תאוה באכילה ועל ידי זה נעשה פסולת ומותרות מהמאכלים דבמן כתיב לחם אברים ואמרו (יומא עה:) שנבלע ברמ"ח אברים וקודם הקלקול לא היה פסולת מהאכילה שכהיה אדם הראשון בגן עדן כמו המן. רק על ידי הנחש שהכניס כח התאוה והנאת עצמו נעשו המותרות ופסולת.