

• **Dimanche 30 juillet - 5 Av**

**Mitsva négative n°195**: Il nous est interdit de nous adonner à la glotonnerie et à la soûlerie durant notre jeunesse.

**Mitsva positive n°37**: Il s'agit de l'ordre qui nous a été ordonné que les prêtres doivent se rendre impurs pour ceux de leurs proches (décédés) qui sont énumérés dans la Torah.

• **Lundi 31 juillet - 6 Av**

**Mitsva négative n°168**: C'est l'interdiction faite au Grand Prêtre de se rendre impur pour n'importe quel mort, de quelque manière que ce soit, en le touchant ou en le portant.

• **Mardi 1<sup>er</sup> août - 7 Av**

**Mitsva négative n°167**: Il est interdit au Grand Prêtre de se trouver sous le même toit qu'un mort, même s'il s'agit d'un proche parent (pour lequel les autres doivent porter le deuil).

• **Mercredi 2 août - 8 Av**

**Mitsva négative n° 166** : C'est l'interdiction pour un simple prêtre de se rendre impur au contact d'autres morts que les proches parents mentionnés dans la Torah.

• **Jeudi 3 août - 9 Av**

**Même étude que le 8 Av**

• **Vendredi 4 août - 10 Av**

**Mitsva positive n° 173** : C'est le commandement nous incombant de nommer un roi choisi parmi Israël qui unifiera notre nation et nous gouvernera.

**Mitsva négative n° 362** : C'est l'interdiction qui nous a été faite de choisir comme roi un homme qui n'est pas juif de naissance, même s'il est prosélyte.

**Mitsva négative n° 364** : C'est l'interdiction qui a été faite au roi d'avoir beaucoup de femmes.

**Mitsva négative n° 363** : C'est l'interdiction qui a été faite au roi d'entretenir beaucoup de chevaux.

**Mitsva négative n° 365** : C'est l'interdiction qui a été faite au roi d'amasser des biens excessifs.

• **Samedi 5 août - 11 Av**

**Mitsva positive n° 187** : C'est le commandement nous incombant de détruire et de passer au fil de l'épée les sept peuples car ils furent les fondateurs de l'idolâtrie.

**Mitsva négative n° 49** : C'est l'interdiction qui nous a été faite de ne laisser vivre aucun homme des sept peuples afin que ces peuples ne corrompent pas les autres hommes et qu'ils ne les induisent pas à se livrer à l'idolâtrie.

**Mitsva positive n° 188** : C'est le commandement nous incombant d'exterminer la descendance d'Amalek, la seule parmi les descendants d'Essav, mâles et femelles, jeunes et vieux.

**Mitsva positive n° 189** : C'est le commandement nous incombant de nous rappeler ce qu'Amalek nous fit en nous attaquant sans provocation. Nous devons en parler en tout temps afin que ce fait ne soit pas oublié..

**Mitsva négative n° 59** : C'est l'interdiction qui nous est faite d'oublier ce que nous ont fait les descendants d'Amalek.

• **Dimanche 6 août - 12 Av**

**Mitsva négative n°46**: Il nous est interdit à jamais d'habiter en Egypte afin de pas être contaminé par l'hérésie des habitants de ce pays et ne pas imiter leurs coutumes que la Torah réproûve.

**Mitsva positive n°190**: C'est le commandement nous incombant concernant la guerre contre d'autres peuples, ce que l'on appelle guerre facultative. Nous avons le devoir, si nous les combattons, de conclure une alliance avec eux pour épargner leurs vies à condition qu'ils fassent la paix avec nous et nous cèdent leurs terres.

**Mitsva négative n°56**: Il nous est interdit à jamais d'offrir la paix aux peuples d'Amon et de Moab.

**Mitsva négative n°57**: Il nous est interdit de détruire les arbres fruitiers lors du siège d'une ville dans le but de démoraliser ses habitants et de les faire souffrir.

**Mitsva positive n°192**: C'est le commandement qui nous a été enjoit, lorsque nos troupes partent en guerre, de réserver un endroit extérieur au camp pour qu'elles aillent y faire leurs besoins.

**Mitsva positive n°193**: C'est le commandement nous incombant de prévoir dans l'équipement de chaque combattant, en plus de son armement, une bêche pour creuser la terre et couvrir ses excréments après avoir fait ses besoins à l'endroit assigné à cet effet.

• **Lundi 7 août - 13 Av**

**Mitsva positive n° 191** : C'est le commandement qui nous a été enjoit de nommer un prêtre pour haranguer le peuple avant le combat et renvoyer chez lui tout homme inapte au combat.

**Mitsva positive n° 214** : C'est le commandement qui a été enjoit au jeune marié de se consacrer à sa femme pendant une année entière, de ne pas faire de voyage durant cette période, de ne pas combattre à l'étranger et de ne s'engager dans aucune activité de ce genre mais de se réjouir avec elle pendant une année entière depuis le jour où il l'a épousée.

**Mitsva négative n° 311** : C'est l'interdiction qui nous a été faite d'astreindre un jeune marié durant une année à une corvée quelconque susceptible de l'éloigner du domicile conjugal, que ce soit dans le domaine militaire ou civil.

**Mitsva négative n° 58** : C'est l'interdiction qui nous a été faite de craindre les incroyants en temps de guerre ou de trembler devant eux.

**Mitsva positive n° 221** : C'est le commandement qui nous a été enjoit au sujet de la belle femme captive.

**Mitsva négative n° 263** : C'est l'interdiction qui nous a été faite de vendre une femme de belle figure (faite prisonnière durant la guerre) après avoir eu une relation intime avec elle au moment de la conquête de la ville.

**Mitsva négative n° 264** : C'est l'interdiction qui nous a été faite de traiter comme servante une femme de belle figure (faite prisonnière durant la guerre) après avoir eu une relation intime avec elle.

• **Mardi 8 août - 14 Av**

Etudier l'introduction du Rambam à son livre des commandements (Séfer Hamitsvot). Se reporter au livre.

• **Mercredi 9 août - 15 Av**

L'étude porte sur les 14 principes (Chorachim) qui ont conduit le Rambam dans l'énumération des commandements (613 Mitsvot)

**Principe N° 1** : Il ne faut pas inclure dans cette liste des commandements d'origine rabbinique.

**Principe N° 2** : Nous ne devons pas inclure dans cette énumération des lois déduites grâce à l'une des treize règles d'exégèse selon lesquelles la Torah est expliquée ou par le principe de l'exclusion (basé sur la présence dans un verset d'un mot, d'une particule ou d'une lettre supplémentaire).

**Principe N° 3** : Il ne faut pas inclure à cette énumération les commandements qui ne sont pas applicables à toutes les générations.

**Principe N° 4** : Il ne faut pas inclure (parmi les 613 Mitsvot) des prescriptions se rapportant à l'ensemble des commandements de la Torah (par exemple: "Et vous respecterez Mes lois).

**Principe N° 5** : Il ne faut pas compter le motif donné pour un commandement comme un commandement séparé.

**Principe N° 6** : Lorsqu'un commandement contient à la fois une Mitsva positive et une Mitsva négative, ces deux Mitsvot sont comptées séparément, l'une positive et l'autre négative.

**Principe N° 7** : Les règles de détail d'un commandement ne sont pas comptées parmi les 613 commandements.

**Principe N° 8** : Une interdiction excluant un cas particulier d'application d'un commandement n'est pas comptée parmi les commandements négatifs.

**Principe N° 9** : Il ne faut pas baser le décompte des commandements sur le nombre de fois qu'un commandement, positif ou négatif, est répété dans la Torah. Mais il faut plutôt le fonder sur la nature d'une action interdite ou permise.

**Principe N° 10** : Les actions prescrites en tant que préliminaires à l'observance des commandements ne doivent pas être comptées séparément.

**Principe N° 11** : Les divers éléments formant ensemble un commandement ne doivent pas être comptées séparément.

**Principe N° 12** : Il n'y a pas lieu de compter séparément les étapes successives pour l'accomplissement d'un commandement.

**Principe N° 13** : Le nombre des commandements n'augmente pas selon le nombre de jours pendant lesquels il faut les accomplir.

**Principe N° 14** : Il convient de compter les différentes sortes de punitions comme des commandements positifs.

• **Jeudi 10 août - 16 Av**

Même étude que le 15 Av

• **Vendredi 11 août - 17 Av**

Même étude que le 15 Av

• **Samedi 12 août - 18 Av**

**Mitsva positive n° 1** : C'est le commandement qui nous incombe de croire en D.ieu, c'est-à-dire que nous devons croire qu'Il est à la fois l'origine et la cause de toute chose, Celui qui fait exister toute créature.

**Mitsva négative n° 1** : C'est le commandement qui nous interdit de croire en une autre divinité que l'Eternel.

**Mitsva positive n° 2** : C'est l'ordre qui nous a été enjoit de croire en l'unicité de D.ieu.

• **Dimanche 13 août - 19 Av**

**Mitsva positive n° 3** : C'est le commandement qui nous a été enjoit d'aimer D.ieu, qu'Il en soit glorifié.

**Mitsva positive n° 4** : C'est le commandement qui nous a été ordonné de croire en D.ieu, loué soit-Il, en Le craignant et en Le révérant.

**Mitsva positive n° 9** : C'est le commandement qui nous a été enjoit de sanctifier le Nom de D.ieu.

• **Lundi 14 août - 20 Av**

**Mitsva négative n° 63** : C'est l'interdiction qui nous a été faite de profaner le Nom de D.ieu.

**Mitsva négative n° 65** : C'est l'interdiction qui nous a été faite de détériorer les lieux consacrés au service divin, de détruire les livres sacrés, d'effacer le Saint Nom ou d'accomplir tout acte similaire.

**Mitsva positive n° 172** : C'est le commandement qui nous a été enjoit d'obéir à chaque prophète et de faire tout ce qu'il ordonne.

• **Mardi 15 août - 21 Av**

**Mitsva négative n° 64** : C'est l'interdiction qui a été faite de mettre en doute les promesses et les menaces de sanction de l'Eternel, rapportées par Ses prophètes, en les mettant en doute alors que nous avons la preuve que ces derniers sont de vrais prophètes.

**Mitsva positive n° 8** : C'est l'ordre qui nous a été donné de ressembler à D.ieu autant que nous le pouvons.

**Mitsva positive n° 6** : C'est le commandement qui nous a été enjoit de rechercher la compagnie des Sages instruits dans la Torah, de se lier à eux afin de les imiter et d'adhérer à leur profession de foi.

**Mitsva positive n° 206** : C'est le commandement qui nous a été enjoit de nous aimer les uns les autres comme nous nous aimons nous-mêmes.

• **Mercredi 16 août - 22 Av**

**Mitsva positive n° 207** : Il s'agit du commandement nous incombant d'aimer les étrangers.

**Mitsva négative n° 302** : Il nous est interdit de nous haïr les uns les autres.

**Mitsva positive n° 205** : Il s'agit du commandement nous incombant de réprimander son prochain qui commet une faute ou qui se prépare à le faire.

**Mitsva négative n° 303** : C'est l'interdiction qui nous a été faite de nous humilier les uns les autres.

• **Jeudi 17 août - 23 Av**

**Mitsva négative n° 256** : C'est l'interdiction qui nous a été faite de .nous montrer dur envers les veuves et les orphelins.

**Mitsva négative n° 301** : C'est l'interdiction qui a été faite de colporter le mal.

**Mitsva négative n° 304** : Il nous est interdit de nous venger les uns des autres.

**Mitsva négative n° 305** : Il nous est interdit de garder rancune.

• **Vendredi 18 août - 24 Av**

**Mitsva positive n° 11** : Il s'agit du commandement d'étudier la Torah et de l'enseigner.

• **Samedi 19 août - 25 Av**

**Mitsva positive n° 209** : Il s'agit du commandement nous enjoignant de respecter les Maîtres et de nous lever devant eux afin de leur rendre hommage.



# ETUDE DU SÉFER HAMITSVOT DU RAMBAM (MAÏMONIDE)

POUR LE MOIS DE

## MENAHÉM AV 5766

DU MERCREDI 26 JUILLET AU JEUDI 24 AOUT 2006

*Une étude instaurée par le Rabbi de Loubavitch  
pour l'unité du peuple juif*



### • Mercredi 26 juillet - 1 Av

**Mitsva négative n° 285 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de déposer un faux témoignage.

### • Jeudi 27 juillet - 2 Av

**Mitsva positive n° 180 :** Il s'agit du commandement nous enjoignant de punir les témoins qui ont fait un faux témoignage en les condamnant au même châtiment qu'ils avaient l'intention d'infliger (à l'accusé) par leur témoignage.

### • Vendredi 28 juillet - 3 Av

**Mitsva positive n° 174 :** Il s'agit du commandement nous incombant d'obéir au Grand Sanhédrin et d'agir conformément aux ordres de ses juges, en ce qui concerne les actes interdits et les actes permis.

**Mitsva négative n° 312 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de nous opposer aux maîtres de la Tradition, paix soit sur eux, et de nous écarter en quoi que ce soit de ce qu'ils ont ordonné en interprétant la Torah.

**Mitsva négative n° 313 :** Il nous est interdit d'ajouter aux commandements de la Loi Ecrite ou Orale.

**Mitsva négative n° 314 :** Il nous est interdit de retrancher des commandements de la Loi Ecrite ou Orale.

### • Samedi 29 juillet - 4 Av

**Mitsva négative n° 318 :** Il nous est interdit de maudire nos parents.

**Mitsva négative n° 319 :** Il nous est interdit de frapper nos parents.

**Mitsva positive n° 210 :** Il s'agit du commandement d'honorer nos parents.

**Mitsva positive n° 211 :** Il s'agit du commandement de craindre nos parents.

### • Dimanche 20 août - 26 Av

**Mitsva négative n° 10 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de nous intéresser à l'idolâtrie et d'étudier ses pratiques.

**Mitsva négative n° 47 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de laisser libre cours à nos pensées au point d'admettre des opinions contraires à celles enseignées par la Torah.

**Mitsva négative n° 60 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de blasphémer le Grand Nom de l'Eternel.

**Mitsva négative n° 6 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de servir les idoles.

**Mitsva négative n° 5 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de nous prosterner devant une idole.

**Mitsva négative n° 2 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de fabriquer des idoles pour les servir.

**Mitsva négative n° 3 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de fabriquer des idoles destinées à être servies, même pour d'autres personnes et même si celui qui nous l'a demandé est un non-juif.

**Mitsva négative n° 4 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de fabriquer des formes humaines en métal, pierre, bois et autres matières similaires, même si ce n'est pas dans le but de les adorer.

**Mitsva négative n° 15 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite d'entraîner (collectivement) d'autres personnes à pratiquer l'idolâtrie.

**Mitsva positive n° 186 :** Il s'agit du commandement qui nous a été enjoint d'exterminer tous les hommes d'une ville passée à l'idolâtrie et de brûler la ville avec tout ce qui s'y trouve.

**Mitsva négative n° 23 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de reconstruire une ville mise au ban.

**Mitsva négative n° 24 :** C'est l'interdiction qui a été faite de profiter de tout objet d'une ville mise au ban.

### • Lundi 21 août - 27 Av

**Mitsva négative n° 16 :** Il nous est interdit de séduire, c'est-à-dire, d'inciter un Juif à pratiquer l'idolâtrie.

**Mitsva négative n° 17 :** Il est interdit à la personne induite en erreur d'aimer le séducteur et de consentir à ses paroles, même s'il n'a pas agi en conséquence.

**Mitsva négative n° 18 :** C'est l'interdiction qui a été faite à la personne séduite de faiblir dans son aversion envers le séducteur.

**Mitsva négative n° 19 :** C'est l'interdiction pour la personne égarée d'assister le séducteur s'il se trouve dans une situation périlleuse.

**Mitsva négative n° 20 :** C'est l'interdiction qui a été faite à la personne égarée de plaider en faveur du séducteur, même s'il connaît un argument en sa faveur.

**Mitsva négative n° 21 :** C'est l'interdiction qui a été faite à la personne égarée de taire toute charge à retenir contre le séducteur qu'elle connaît et qui pourrait contribuer à le punir.

**Mitsva négative n° 26 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de prophétiser au nom d'une idole.

**Mitsva négative n° 28 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite d'écouter la prophétie d'un prophète parlant au nom d'une idole.

**Mitsva négative n° 27 :** C'est l'interdiction selon laquelle il nous est défendu de faire une fausse prophétie

**Mitsva négative n° 29 :** Il nous est interdit d'avoir pitié du faux prophète, ni d'hésiter à le mettre à mort s'il prophétise au Nom de l'Eternel.

**Mitsva négative n° 14 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de prêter serment en invoquant le nom d'une idole même dans nos relations avec des idolâtres.

**Mitsva négative n° 8 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de nous livrer aux pratiques des détenteurs de l'esprit d'Ov (par lequel on évoquait les morts).

**Mitsva négative n° 9 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de nous livrer aux pratiques du Yide'oni qui constitue également une sorte de culte idolâtre. Voici en quoi il consiste: on prend l'os d'un oiseau dont le nom est "Yido'a", on le met dans la bouche, on brûle des aromates, on fait des invocations et certains rites jusqu'à ce qu'on se trouve dans une sorte de léthargie et tombe en transes et qu'on prédise alors l'avenir.

**Mitsva négative n° 7 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de livrer une partie de nos enfants à l'idole connue comme à l'époque du don de la Torah sous le nom de Molo'h.

### • Mardi 22 août - 28 Av

**Mitsva négative n° 11 :** Il nous est interdit de fabriquer une stèle auprès de laquelle on se rassemble pour l'honorer, même si on l'érige dans le but de servir l'Eternel.

**Mitsva négative n° 12 :** Il nous est interdit de faire des pierres taillées pour nous y prosterner même si cette prosternation est destinée à l'Eternel.

**Mitsva négative n° 13 :** Il nous est interdit de planter des arbres dans le Temple ou vers l'Autel pour le décorer ou l'embellir, même si c'est dans l'intention de servir D.ieu car c'est de cette manière que les idolâtres adoraient leurs dieux.

**Mitsva positive n° 185 :** Il s'agit du commandement nous enjoignant de détruire tout culte et temple païen.

**Mitsva négative n° 25 :** Il nous est interdit d'augmenter notre fortune avec quelque objet en rapport avec le culte païen.

**Mitsva négative n° 22 :** Il nous est interdit de tirer profit des ornements dont sont parées les idoles.

**Mitsva négative n° 48 :** Il nous est interdit de conclure une alliance avec les hérétiques et de les laisser pratiquer tranquillement leur hérésie. Il s'agit des sept peuples.

**Mitsva négative n° 50 :** Il nous est interdit d'accorder grâce aux idolâtres et de louer toute chose qui leur soit propre.

**Mitsva négative n° 51 :** Il nous est interdit de permettre à des idolâtres de venir habiter dans notre pays pour que nous ne soyons pas habités par leur hérésie.

**Mitsva négative n° 30 :** Il nous est interdit d'imiter les coutumes des incroyants et de nous comporter selon leurs habitudes, même pour l'habillement et les réunions sociales.

**Mitsva négative n° 33 :** Il nous est interdit de nous livrer à la divination.

**Mitsva négative n° 31 :** Il nous est interdit de pratiquer des enchantements.

**Mitsva négative n° 32 :** Il nous est interdit d'adapter notre comportement aux périodes fixées en fonction des astres en disant par exemple, "aujourd'hui, c'est un jour propice à tel acte et nous l'accomplirons".

### • Mercredi 23 août - 29 Av

**Mitsva négative n° 35 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite d'employer des charmes, c'est-à-dire de prononcer des paroles en faisant croire qu'elles ont des effets bienfaisants ou nuisibles.

**Mitsva négative n° 38 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de demander des informations aux morts.

**Mitsva négative n° 36 :** Il est interdit d'aller interroger un nécromancien et de lui demander conseil.

**Mitsva négative n° 37 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite d'interroger un Yide'oni et de lui demander un renseignement.

**Mitsva négative n° 34 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de pratiquer la magie.

**Mitsva négative n° 43 :** Il est interdit de se raser les tempes, ainsi qu'il est dit: "Ne taillez pas en rond les extrémités de votre chevelure".

**Mitsva négative n° 44 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de nous raser la barbe, laquelle se compose de cinq parties: la mâchoire supérieure droite, la mâchoire supérieure gauche, la mâchoire inférieure droite, la mâchoire inférieure gauche et le menton.

**Mitsva négative n° 40 :** C'est l'interdiction qui a été faite aux hommes de revêtir des parures féminines.

**Mitsva négative n° 39 :** C'est l'interdiction qui a été faite aux femmes de porter des habits d'hommes et de se parer de leurs bijoux.

**Mitsva négative n° 41 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite d'imprimer sur notre corps une marque quelconque, qu'elle soit bleue, rouge ou de n'importe quelle couleur, à la manière des idolâtres.

**Mitsva négative n° 45 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de nous taillader le corps, comme le font les idolâtres.

**Mitsva négative n° 171 :** C'est l'interdiction qui nous a été faite de tondre les cheveux de la tête, en l'honneur d'un mort, comme le font les idiots.

### • Jeudi 24 août - 30 Av

**Mitsva positive n° 73 :** Il s'agit du commandement qui nous a été enjoint d'avouer à voix haute les fautes que nous avons commises envers D.ieu après nous en être repenti. C'est ce que l'on nomme la confession.

Retrouvez l'étude du Séfer Hamitsvot  
et d'un chapitre par jour du Michné Torah du Rambam  
sur [www.loubavitch.fr](http://www.loubavitch.fr)