

## PARACHATE HAMANNE

Tout le texte avec le Yéhi Ratsone (la prière préliminaire)

**יְהִי רָצוֹן מִלִּפְנֵיךְ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ שֶׁתִּזְמִין פְּרֻנְסָה לְכָל עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל  
וּפְרֻנְסָתִי וּפְרֻנְסַת אָנְשֵׁי בֵּיתִי בְּכָל־לֵם. בְּנֹחַת וְלֹא בְּצַעַר בְּכָבוֹד וְלֹא בְּבִזּוּי בְּהִתֵּר וְלֹא  
בְּאִסּוּר כְּדִי שֶׁנוּכַל לַעֲבֹד עֲבוֹדָתְךָ וְלִלְמֹד תּוֹרָתְךָ כְּמוֹ שֶׁזֵּנֶת לְאֲבוֹתֵינוּ מִן בַּמִּדְבָּר  
בְּאֶרֶץ צִיָּה וְעֲרָבָה:**

Qu'il soit Ta volonté, Éternel notre D-ieu et D-ieu de nos pères, de pourvoir à la subsistance de tout Ton peuple, la maison d'Israël, ainsi qu'à ma subsistance et à celle des membres de ma maison. Dans la sérénité et non dans la souffrance, dans l'honneur et non dans l'humiliation, de manière permise et non interdite, afin que nous puissions Te servir et étudier Ta Torah, comme Tu as nourri nos pères de la manne dans le désert, en terre aride et désolée.

---

**וַיֹּאמֶר יְהוָה אֶל מֹשֶׁה הִנְנִי מַמְטִיר לָכֶם לֶחֶם מִן הַשָּׁמַיִם וַיֵּצֵא הָעָם וּלְקָטוּ  
דְּבַר יוֹם בְּיוֹמוֹ לִמְעַן אֲנֹסְנוּ הִילֵךְ בְּתוֹרַתִּי אִם לֹא:**

L'Éternel dit à Moïse : Voici, Je vais faire pleuvoir pour vous du pain du ciel ; le peuple sortira et en ramassera chaque jour sa ration quotidienne, afin que Je l'éprouve et voie s'il marche selon Ma Torah ou non.

---

**וְהָיָה בַּיּוֹם הַשֵּׁשִׁי וְהִכִּינוּ אֶת אֲשֶׁר יָבִיאוּ וְהָיָה מִשְׁנֶה עַל אֲשֶׁר יִלְקְטוּ יוֹם יוֹם:**

Et le sixième jour, ils prépareront ce qu'ils auront apporté, et il y en aura le double de ce qu'ils ramassent chaque jour.

---

**וַיֹּאמֶר מֹשֶׁה וְאַהֲרֹן אֶל כָּל בְּנֵי יִשְׂרָאֵל עֲרַב וִידַעְתֶּם כִּי יְהוָה הוֹצִיא אֶתְכֶם  
מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם:**

**וּבִקֵּר וּרְאִיתֶם אֶת כְּבוֹד יְהוָה בְּשִׁמְעוֹ אֶת תְּלַנְתִּיכֶם עַל יְהוָה וְנַחֲנוּ מֶה כִּי  
תִּלְיִנוּ עָלֵינוּ:**

Moïse et Aaron dirent à tous les enfants d'Israël : Ce soir, vous saurez que c'est l'Éternel qui vous a fait sortir du pays d'Égypte.

Et au matin, vous verrez la gloire de l'Éternel, lorsqu'Il entendra vos plaintes contre l'Éternel ; car que sommes-nous pour que vous murmuriez contre nous ?

---

**וַיֹּאמֶר מֹשֶׁה בְּתַת יְהוָה לָכֶם בְּעֶרְבַּ בָּשָׂר לֶאֱכֹל וּלְחֶם בִּבְקָר לְשִׁבְעַ בַּשָּׁמַיִם  
יְהוָה אֶת תַּלְנִיתְכֶם אֲשֶׁר אַתֶּם מְלִינִם עָלָיו וְנִחְנוּ מֶה לֹא עָלִינוּ תַלְנִיתְכֶם כִּי  
עַל יְהוָה:**

Moïse dit : Lorsque l'Éternel vous donnera le soir de la viande à manger et le matin du pain à satiété, parce que l'Éternel a entendu vos plaintes que vous avez proférées contre Lui, que sommes-nous ? Ce n'est pas contre nous que vont vos plaintes, mais contre l'Éternel.

---

**וַיֹּאמֶר מֹשֶׁה אֶל אַהֲרֹן אָמַר אֶל כָּל עֵדֶת בְּנֵי יִשְׂרָאֵל קִרְבוּ לִפְנֵי יְהוָה כִּי שָׁמַע  
אֶת תַּלְנִיתְכֶם:  
וַיְהִי כַּדְּבַר אַהֲרֹן אֶל כָּל עֵדֶת בְּנֵי יִשְ�רָאֵל וַיִּפְּנוּ אֶל הַמִּדְבָּר וְהָיָה כְּבוֹד יְהוָה  
נִרְאָה בְּעֵינָיו:**

Moïse dit à Aaron : Dis à toute l'assemblée des enfants d'Israël : Approchez-vous devant l'Éternel, car Il a entendu vos plaintes. Et tandis qu'Aaron parlait à toute l'assemblée des enfants d'Israël, ils se tournèrent vers le désert, et voici que la gloire de l'Éternel apparut dans la nuée.

---

**וַיְדַבֵּר יְהוָה אֶל מֹשֶׁה לֵּאמֹר:  
שָׁמַעְתִּי אֶת תַּלְנֹת בְּנֵי יִשְׂרָאֵל דְּבַר אֱלֹהִים לֵאמֹר בֵּין הָעֶרְבִים תֹּאכְלוּ בָשָׂר  
וּבִבְקָר תִּשְׁבְּעוּ לֶחֶם וַיִּדְעֻתֶם כִּי אֲנִי יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם:**

L'Éternel parla à Moïse en disant :

J'ai entendu les plaintes des enfants d'Israël. Dis-leur : Entre les deux soirs, vous mangerez de la viande, et au matin vous serez rassasiés de pain, et vous saurez que Je suis l'Éternel votre Dieu.

---

**וַיְהִי בְּעֶרְבַּ וַתַּעַל הַשָּׁלֹ וַתִּכַּס אֶת הַמַּחֲנֶה וּבִבְקָר הָיְתָה שְׁכַבַּת הַטָּל סָבִיב  
לַמַּחֲנֶה:**

**וַתַּעַל שְׁכַבַּת הַטָּל וְהָיָה עַל פְּנֵי הַמִּדְבָּר דֶּק מִחֹסֶפֶס דֶּק כִּכְפֹּר עַל הָאָרֶץ:**

Le soir, les caillles montèrent et couvrirent le camp, et au matin il y eut une couche de rosée autour du camp.

Lorsque la couche de rosée se dissipa, voici qu'à la surface du désert apparaissait une substance fine, granuleuse, fine comme le givre sur la terre.

**וַיֵּרְאוּ בְנֵי יִשְׂרָאֵל וַיֹּאמְרוּ אִישׁ אֶל אָחִיו מִן הוּא כִּי לֹא יָדְעוּ מֶה הוּא וַיֹּאמֶר  
מֹשֶׁה אֱלֹהִים הוּא הַלֶּחֶם אֲשֶׁר נָתַן יְהוָה לָכֶם לֶאֱכֹלָה:**

## זֶה הַדְּבָר אֲשֶׁר צִוָּה יְהוָה לִקְטוּ מִמֶּנּוּ אִישׁ לְפִי אֲכָלוּ עֹמֶר לַגִּלְגָּלִת מִסֹּפֶר נַפְשֵׁיכֶם אִישׁ לְאִשֶּׁר בְּאֹהֶלוֹ תִקְחוּ:

Les enfants d'Israël virent et se dirent l'un à l'autre : « Man hou », car ils ne savaient pas ce que c'était.  
Moïse leur dit : C'est le pain que l'Éternel vous a donné à manger.  
Voici ce que l'Éternel a ordonné : que chacun en recueille selon ce qu'il mange, un omer par  
personne, selon le nombre de vos âmes ; chacun en prendra pour ceux qui sont dans sa tente.

## וַיַּעֲשׂוּ כֵן בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וַיִּלְקְטוּ הַמְרֵבָה וְהַמִּמְעִיט: וַיִּמְדוּ בְּעֹמֶר וְלֹא הָעֲדִיף הַמְרֵבָה וְהַמִּמְעִיט לֹא הִחְסִיר אִישׁ לְפִי אֲכָלוּ לִקְטוּ: וַיֹּאמֶר מֹשֶׁה אֲלֵהֶם אִישׁ אֵל יוֹתֵר מִמֶּנּוּ עַד בֶּקֶר:

Les enfants d'Israël firent ainsi : ils en ramassèrent, les uns beaucoup, les autres peu.  
Ils mesurèrent à l'omer : celui qui avait beaucoup n'eut pas de surplus, et celui qui avait peu ne  
manqua de rien ; chacun avait ramassé selon ce qu'il mangeait.  
Moïse leur dit : Que nul n'en laisse jusqu'au matin.

## וְלֹא שָׁמְעוּ אֶל מֹשֶׁה וַיּוֹתֵרוּ אֲנָשִׁים מִמֶּנּוּ עַד בֶּקֶר וַיֵּרָם תּוֹלְעִים וַיִּבָּאֵשׁ וַיִּקְצֹף עֲלֵהֶם מֹשֶׁה:

Ils n'écoutèrent pas Moïse, et certains en laissèrent jusqu'au matin ; il s'y forma des vers et cela  
devint fétide, et Moïse s'irrita contre eux.

## וַיִּלְקְטוּ אֹתוֹ בַּבֶּקֶר בַּבֶּקֶר אִישׁ כְּפִי אֲכָלוּ וְחֶם הַשֶּׁמֶשׁ וְנָמַס:

Ils le ramassaient chaque matin, chacun selon ce qu'il mangeait ; lorsque le soleil chauffait, il  
fondait.

## וַיְהִי בַּיּוֹם הַשְּׁשִׁי לִקְטוּ לֶחֶם מִשְׁנֵה שְׁנֵי הָעֹמֶר לְאֶחָד וַיִּבְּאוּ כָּל נְשֵׁי־אֵי הָעֵדָה וַיִּגִּדּוּ לְמֹשֶׁה:

Le sixième jour, ils ramassèrent une double portion de pain, deux omers par personne ; tous les chefs  
de la communauté vinrent et l'annoncèrent à Moïse.

## וַיֹּאמֶר אֲלֵהֶם הוּא אֲשֶׁר דִּבֶּר יְהוָה שְׁבֶתוֹן שַׁבָּת קֹדֶשׁ לַיהוָה מָחָר אֵת אֲשֶׁר תֹּאכְלוּ אַפּוּ וְאֵת אֲשֶׁר תִּבְשְׁלוּ בִשְׁלוּ וְאֵת כָּל הָעֵדֶף הַנִּיחוּ לָכֶם לְמִשְׁמֶרֶת עַד בֶּקֶר:

Il leur dit : C'est ce que l'Éternel a déclaré : demain est un repos solennel, un Chabbat consacré à l'Éternel. Faites cuire ce que vous devez cuire, faites bouillir ce que vous devez bouillir, et tout le surplus, mettez-le de côté pour être conservé jusqu'au matin.

---

**וַיִּנְיְחוּ אֹתוֹ עַד בֹּקֶר כְּאֲשֶׁר צִוָּה מֹשֶׁה וְלֹא הִבָּאִישׁ וְרִמָּה לֹא הָיְתָה בּוֹ:**

Ils le laissèrent jusqu'au matin, comme Moïse l'avait ordonné, et il ne devint pas fétide et il n'y eut pas de vers.

---

**וַיֹּאמֶר מֹשֶׁה אֲכָלְהוּ הַיּוֹם כִּי שַׁבַּת הַיּוֹם לַיהוָה הַיּוֹם לֹא תִמְצְאוּהוּ בַשָּׂדֶה:  
שֵׁשֶׁת יָמִים תִּלְקְטוּהוּ וּבַיּוֹם הַשְּׁבִיעִי שַׁבַּת לֹא יִהְיֶה בּוֹ:**

Moïse dit : Mangez-le aujourd'hui, car aujourd'hui est Chabbat pour l'Éternel ; aujourd'hui vous n'en trouverez pas dans les champs.

Pendant six jours vous le ramasserez, mais le septième jour est Chabbat : il n'y en aura pas.

---

**וַיְהִי בַיּוֹם הַשְּׁבִיעִי יֵצְאוּ מִן הָעֵם לִלְקֹט וְלֹא מָצְאוּ:**

Le septième jour, certains du peuple sortirent pour en ramasser, mais ils n'en trouvèrent pas.

---

**וַיֹּאמֶר יְהוָה אֶל מֹשֶׁה עַד אָנָּה מֵאַנְתֶּם לִשְׁמֹר מִצְוֹתַי וְתוֹרֹתַי:  
רְאוּ כִי יְהוָה נָתַן לָכֶם הַשַּׁבָּת עַל כֵּן הוּא נָתַן לָכֶם בַּיּוֹם הַשְּׁשִׁי לֶחֶם יּוֹמִים  
שָׁבוּ אִישׁ תַּחְתּוֹ אֶל יְצֵא אִישׁ מִמְּקוֹמוֹ בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי:**

L'Éternel dit à Moïse : Jusqu'à quand refuserez-vous de garder Mes commandements et Mes lois ? Voyez que l'Éternel vous a donné le Chabbat ; c'est pourquoi Il vous donne le sixième jour du pain pour deux jours. Que chacun reste à sa place ; que nul ne sorte de son endroit le septième jour.

---

**וַיִּשְׁבְּתוּ הָעָם בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי:**

Et le peuple se reposa le septième jour.

---

**וַיִּקְרְאוּ בֵּית יִשְׂרָאֵל אֶת שְׁמוֹ מִן וְהוּא כְזֶרַע גֹּד לָבֵן וְטַעְמוֹ כְּצִפְיָחִית בְּדָבָשׁ:**

La maison d'Israël appela son nom « Manne » ; elle était comme une graine de coriandre, blanche, et son goût était comme une galette au miel.

---

**וַיֹּאמֶר מֹשֶׁה זֶה הַדְּבָר אֲשֶׁר צִוָּה יְהוָה מְלֵא הָעֹמֶר מִמֶּנּוּ לְמִשְׁמֶרֶת לְדֹרֹתֵיכֶם  
לְמַעַן יֵרְאוּ אֶת הַלֶּחֶם אֲשֶׁר הָאֲכַלְתִּי אֶתְכֶם בַּמִּדְבָּר בְּהוֹצִיאִי אֶתְכֶם מֵאֶרֶץ  
מִצְרַיִם:**

Moïse dit : Voici ce que l'Éternel a ordonné : Qu'un omer plein en soit conservé pour vos générations, afin qu'ils voient le pain dont Je vous ai nourris dans le désert lorsque Je vous ai fait sortir du pays d'Égypte.

---

**וַיֹּאמֶר מֹשֶׁה אֶל אַהֲרֹן קַח צִנְצָנֶת אַחַת וְתֵן שָׁמָּה מְלֵא הָעֹמֶר מִן וְהִנֵּחַ אֹתוֹ  
לִפְנֵי יְהוָה לְמִשְׁמֶרֶת לְדֹרֹתֵיכֶם:  
כְּאֲשֶׁר צִוָּה יְהוָה אֶל מֹשֶׁה וַיִּנִּיחֵהוּ אַהֲרֹן לִפְנֵי הָעֵדוּת לְמִשְׁמֶרֶת:**

Moïse dit à Aaron : Prends une jarre et mets-y un omer plein de manne, et dépose-le devant l'Éternel en conservation pour vos générations.

Comme l'Éternel l'avait ordonné à Moïse, Aaron le déposa devant le Témoignage pour être conservé.

---

**וּבְנֵי יִשְׂרָאֵל אָכְלוּ אֶת הַמֶּן אַרְבָּעִים שָׁנָה עַד בָּאָם אֶל אֶרֶץ נוֹשָׁבֵת אֶת הַמֶּן  
אָכְלוּ עַד בָּאָם אֶל קְצֵה אֶרֶץ כְּנָעַן:  
וְהָעֹמֶר עֲשָׂרִית הָאִיפָה הוּא:**

Les enfants d'Israël mangèrent la manne pendant quarante ans, jusqu'à leur arrivée dans un pays habité ; ils mangèrent la manne jusqu'à leur arrivée aux confins du pays de Canaan.

L'omer est le dixième de l'épha.