

## Redécouvrir la gratitude dans un monde en quête de sens

Par le Rabbin Mikael Journo

Dans la paracha Ki Tavo, nous découvrons l'un des rituels les plus significatifs de la Torah : l'offrande des Bikourim. Ce moment où les premiers fruits de la terre d'Israël étaient apportés au Temple incarnait l'expression d'une gratitude profonde envers Hachem, une reconnaissance que tout ce que nous possédons provient de Sa bénédiction.

Selon Maïmonide (Hilkhhot Bikourim 4:17), le rituel des Bikourim devait être accompli avec joie et sincérité, car il symbolisait la dépendance de l'homme à l'égard de Hachem.

Cette notion de gratitude, pierre angulaire de notre relation avec le Divin, transcende les siècles et continue à résonner dans notre monde contemporain.

Aujourd'hui, dans notre société moderne, la gratitude semble souvent réduite à de simples expressions de politesse. Le rythme effréné de nos vies, la surconsommation et la quête incessante de réalisation personnelle nous poussent à vouloir toujours plus, à désirer ce que nous n'avons pas encore.

Nous en venons parfois à oublier les bénédictions que nous possédons déjà, qu'il s'agisse de notre capital santé, de notre richesse spirituelle ou de notre parnassa.

Le philosophe Alain soulignait cette dynamique lorsqu'il écrivait que "l'homme moderne est souvent pris dans une course sans fin vers un horizon qui recule". Cette course incessante nous éloigne de la simplicité et de la reconnaissance des bénédictions présentes dans nos vies.

Sommes-nous devenus insensibles aux bienfaits qui nous entourent ?

Le Talmud (Berakhot 35a) nous enseigne que l'exigence de reconnaissance ne doit pas seulement porter sur les grandes bénédictions, mais également sur les « petits » cadeaux de la vie. Nous vivons à une époque où tout semble accessible en un clic. La technologie nous promet de satisfaire nos besoins instantanément, mais à quel prix ? Cette recherche de satisfaction immédiate nous éloigne de l'appréciation sincère des bénédictions quotidiennes. Alors que la société valorise l'individualisme, l'autosuffisance et l'accumulation de biens, nous observons des phénomènes inquiétants : burn-out, anxiété généralisée, et une quête désespérée de sens.

La Torah, à travers le rituel des Bikourim, nous enseigne une leçon essentielle : la véritable richesse réside dans la reconnaissance. En offrant les prémices de leur récolte, nos ancêtres affirmaient que cette abondance n'était pas seulement le fruit de leurs efforts, mais un don divin. Cet acte d'humilité et de gratitude les ancrant dans une réalité plus vaste : leur dépendance envers Hachem et leur lien avec la communauté d'Israël.

Cette leçon se retrouve également dans le Pirké Avot (4:1), où Ben Zoma enseigne : "Qui est riche ? Celui qui est heureux de ce qu'il possède." La richesse ne réside pas dans l'accumulation, mais dans la reconnaissance de ce que l'on a.

Aujourd'hui, nous avons, nous aussi, besoin de cette ancre. Dans une société où tout va vite et où les relations humaines sont parfois réduites à des échanges virtuels, nous devons réapprendre à dire "merci". Il ne s'agit pas d'un "merci" formel ou superficiel, mais d'une reconnaissance authentique pour ce que nous avons déjà : notre santé, nos familles, nos amis, notre communauté. C'est dans cette gratitude sincère que réside la clé du véritable épanouissement spirituel.

Cela n'est pas un exercice simple. Comme l'écrivait Rav Simcha Zissel Ziv, la gratitude est une vertu qui nécessite une conscience continue et un travail constant pour éviter l'oubli. Elle commence par des gestes simples : remercier pour chaque petite chose, reconnaître les efforts des autres autour de nous, et surtout, prendre le temps d'apprécier ce que nous avons.

La gratitude est la réponse à un monde en quête de sens. Comme le rappelle Rav Eliahou Dessler dans son Mikhtav Mé'Eliahou, la reconnaissance est non seulement une réponse à ce que nous recevons, mais aussi un moyen d'élévation spirituelle. Elle nous permet de ralentir, de savourer la vie, et surtout de comprendre que nous faisons tous partie d'un tout bien plus vaste que nous.

Puissions-nous, à l'image de nos ancêtres, mettre en œuvre cette gratitude au quotidien et transformer notre regard sur le monde, afin que nos vies soient marquées par la reconnaissance plutôt que par le manque.