

UNWRA
ARI ZAL

TÉFILA
RAANANA

RIVLIN
MINHAG

MICHNA BROURA

SARAH HALIMI

LONG ISLAND
CACHEROUTE



Torah-Box

n°153 | 16 Juin 2021 | 6 Tamouz 5781 | 'Houkat

M A G A Z I N E



**Le nouveau
gouvernement
israélien
entre en
fonction**
> p.8



**Le mérite
du Tsitsit**
> p.19



**Mère au
foyer :**
le plus
beau
métier du
monde...?
> p.24

LA SEMAINE DU LIVRE

EST ARRIVÉE !

30%

DE RÉDUCTION

6 - 24 / 6 2021

NOUVELLE PRÉSENTATION

Plus conviviale,
plus facile d'utilisation
et au nouveau design !

MOTEUR DE RECHERCHE

A la vitesse
décaplée

LES COMMENTAIRES DU OTSAR (MÉFARCHÉ HAHOTSAR)

Des centaines de mises à jour –
Profitez-en sans plus tarder !



**OTSAR
HA'HOKHMA**

La plus grande bibliothèque juive au monde

**LES COMMENTAIRES
DU OTSAR**

by Otsar Hahokhma

Otsar Ha'hokhma -

Une bibliothèque virtuelle de 112.000
œuvres juives, scannées page par page. Un
moteur de recherche ultra-puissant qui
permet une recherche par mot-clé.

www.otzar.org
otzar@otzar.biz
Tel: +972-2-5866078
Fax: +972-2-5712713
POB 23609 Jerusalem



CALENDRIER DE LA SEMAINE

16 au 22 Juin 2021

Mercredi 16 Juin 6 Tamouz	Daf Hayomi Yoma 66 Michna Yomit Taharot 3-4 Limoud au féminin n°270
Jeudi 17 Juin 7 Tamouz	Daf Hayomi Yoma 67 Michna Yomit Taharot 3-6 Limoud au féminin n°271
Vendredi 18 Juin 8 Tamouz	Daf Hayomi Yoma 68 Michna Yomit Taharot 3-8 Limoud au féminin n°272
Samedi 19 Juin 9 Tamouz	 Parachat 'Houkat Daf Hayomi Yoma 69 Michna Yomit Taharot 4-2 Limoud au féminin n°273
Dimanche 20 Juin 10 Tamouz	Daf Hayomi Yoma 70 Michna Yomit Taharot 4-4 Limoud au féminin n°274
Lundi 21 Juin 11 Tamouz	Daf Hayomi Yoma 71 Michna Yomit Taharot 4-6 Limoud au féminin n°275
Mardi 22 Juin 12 Tamouz	Daf Hayomi Yoma 72 Michna Yomit Taharot 4-8 Limoud au féminin n°276



Vendredi 18 Juin

Rav Eliahou Manni



Samedi 19 Juin

Rav Yossef Chlomo Dayan
Rav Yekoutiel Yehouda Halberstam
(de Klausenbourg)



Lundi 21 Juin

Rav Tsvi Hirsch de Berditchev



Mardi 22 Juin

Rabbénu Ya'akov Ben Acher
Rav Eliahou Yossef Rivlin



Mazal Tov à
Arié Dray & Annaël Teboul
pour leur mariage
à Lyon cette semaine.

*Puissent-ils fonder un foyer Cachère
dans la Torah, Amen !*



Horaires du Chabbath

	Jéru.	Tel Aviv	Achdod	Natanya
Entrée	19:07	19:29	19:29	19:29
Sortie	20:30	20:33	20:32	20:33



Zmanim du 19 Juin

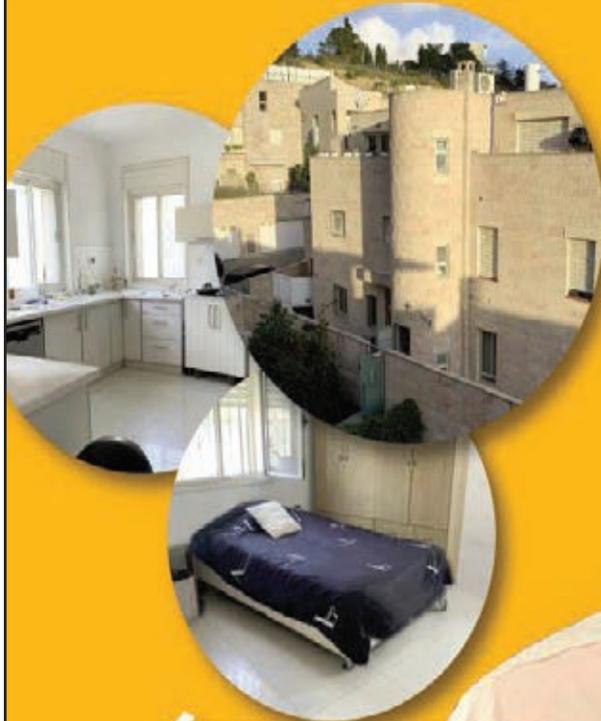
	Jéru.	Tel Aviv	Achdod	Natanya
Nets	05:34	05:35	05:36	05:34
Fin du Chéma (2)	09:07	09:08	09:09	09:07
'Hatsot	12:41	12:42	12:43	12:42
Chkia	19:47	19:49	19:49	19:50

Responsable Publication : David Choukroun - **Rédacteurs :** Rav Daniel Scemama, Elyssia Boukobza, Rabbanita Esther Jungreis, Jérôme Touboul, Myriam H., Rav Shimon Griffel, Rav Gabriel Dayan, Binyamin Benhamou, Rav Michaël Gabison, Rav Yona Ghertman, Rav Its'hak Zilberstein, SOS Cuisine - **Mise en page :** Dafna Uzan -

Secrétariat : 077.466.03.32 - **Publicité :** Daniel (daniel26mag@gmail.com / 054-24-34-306)

Distribution : diffusion@torah-box.com

- Les annonces publicitaires sont la responsabilité de leurs annonceurs
- Ce magazine contient des enseignements de Torah, ne pas le jeter dans une poubelle
 - Pour toute remarque ou conseil : support@torah-box.com



ÉTUDE ET TORAH

OHR YEDIDIA
AL CHEM MAURICE & ÉVA SULEM



LE CENTRE D'HEBERGEMENT
DES ÉTUDIANTS FRANCOPHONES

**À BAYIT VAGAN - JÉRUSALEM,
VIENS DÉCOUVRIR LE NOUVEL
HÉBERGEMENT ÉTUDIANT**

CHAMBRES ET ÉQUIPEMENTS NEUFS - AMBIANCE FAMILIALE
COURS DE TORAH DE QUALITÉ

CONTACT : MOSHÉ MONSONEGO AU 00972-58-324-1876
WHATSAPP : 00972-58-499-1922 - MAIL : OHR.YEDIDIA@GMAIL.COM



Un îlot de quiétude sur une baleine ?!



Yaïr Lapid, dirigeant du parti *Yech 'Atid*, a annoncé au président d'Israël, Rouvi Rivlin, qu'il est parvenu à obtenir la majorité nécessaire pour former un gouvernement. Si tout se passe comme prévu, il aura réalisé l'impossible, celui d'écarter Netanyahu, au pouvoir en Israël depuis plus de quinze ans.

Pour cela, il a réuni autour de lui beaucoup de petits partis qui a priori s'opposent radicalement dans leur programme politique : d'un côté Benett (*Yamina*), Sa'ar (*Tikva 'Hadacha*) et Lieberman (*Israël Béténou*) tous de droite, et d'un autre côté la gauche (*Avoda*), l'extrême-gauche (*Merets*) et Mansour Abbas (*Ra'am*) à la tête d'un parti arabe. Mais comment ce gouvernement va-t-il fonctionner avec de tels antagonismes ?

Essayons d'analyser tout d'abord comment Lapid est parvenu à les convaincre de siéger ensemble. Il y avait bien sûr cette volonté commune et obsessive de vouloir évincer Netanyahu à tout prix, mais cela n'est pas tout. En vérité, cela fait plusieurs années que le débat en Israël n'est plus "gauche ou droite". Depuis l'échec cuisant des accords d'Oslo, l'idéal de la gauche de vivre en paix avec les Palestiniens en créant deux souverainetés a été enterré faute de partenaire du côté palestinien. Aujourd'hui, l'enjeu tourne autour du maintien ou au contraire de l'annulation des valeurs juives fondamentales comme le Chabbath ou le mariage religieux, qui font partie jusqu'à maintenant des fondements de cet Etat.

Lapid voudrait séparer la religion de l'Etat comme l'ont fait la plupart des Nations occidentales, reconnaître les conversions des réformés, annuler le repos du Chabbath dans les institutions publiques et de façon générale, faire d'Israël un Etat totalement laïque. Pour réaliser son dessein, il a vite convaincu ceux qui partagent ses vues sur la laïcité (comme Lieberman et la gauche) de se joindre à lui, et pour les autres, il y est parvenu en leur proposant des cadeaux alléchants. C'est ainsi que Benett sera nommé chef d'Etat (à sa place !), malgré le peu de mandats que son parti a obtenu (1/20^{ème} du total des sièges !), oubliant la *Kippa* qui repose sur son crâne ainsi que l'idéologie sioniste qu'il est sensé représenter ; Abbas, lui,

recevra 50 milliards de Chékels pour les besoins de la population arabe.

Si dans les médias on se frotte les mains d'une telle prouesse, le peuple dans sa majorité est loin d'être rassuré par l'évincement d'un Netanyahu qui a fait ses preuves et qui est considéré comme l'un des chefs d'Etat les plus compétents du monde. N'oublions pas aussi que les habitants de *Tsion* sont pour la plupart proches de la Tradition et tiennent aux valeurs juives établies. Mais il y a encore une autre raison d'être soucieux :

Le Talmud (*Baba Batra 73b*) rapporte un récit incroyable : le Sage Raba Bar Bar 'Hanna raconte que lors d'un voyage en mer, les passagers aperçurent une île avec de la végétation. Ils y descendirent et commencèrent à allumer un feu afin de cuire un repas. C'est alors que ces hommes ressentirent un tremblement de terre inquiétant et ils retournèrent vite sur leur embarcation. La vision qui s'offrit à leurs yeux était ahurissante : en fait, cet îlot reposait sur le dos d'une énorme baleine et lorsque celle-ci ressentit la chaleur du feu, elle plongea dans les eaux pour se rafraîchir ; si ce n'était la proximité avec leur bateau, ils se seraient tous noyés.

Évidemment, ce texte n'est pas à comprendre au sens littéral, mais comme une allégorie. Les personnages sur l'embarcation représentent les Juifs en exil, après la destruction du second Temple. Cet exil est long et pénible, et la tentation d'y mettre fin et de connaître la tranquillité comme les autres Nations est très forte. Lorsqu'ils aperçoivent un îlot, les Juifs y débarquent et très vite cherchent à s'installer en imitant les mœurs locales. C'est alors que le sol se dérobe sous leurs pieds, car l'Eternel ne les laisse pas réaliser leurs désirs, et seule la proximité de leur embarcation que représentent Torah et Mitsvot leur permettra d'être sauvés.

Tel est notre destin, l'Histoire l'a confirmé, notre salut dépend uniquement de notre attache à notre patrimoine. Ceux qui recherchent une autre alternative risquent de voir leurs rêves balayés par un coup de queue brutal de la baleine sur laquelle ils se sont installés. Et même en terre sainte, ce désir de conformisme aux Nations peut s'exprimer.

Que D.ieu nous protège !

Rav Daniel Scemama

Le ministère israélien du Tourisme annonce l'ouverture des frontières dès le 1^{er} juillet

Bonne nouvelle : la précédente ministre israélienne du Tourisme Orit Farkach-Hakohen a annoncé que le pays s'apprêtait à ouvrir ses frontières dès le 1er juillet pour les personnes vaccinées. "Je suis heureuse que le travail acharné du personnel du ministère du Tourisme, du ministère de la Santé, des AE et de l'Intérieur nous ait conduits à déclarer que



les exigences pour les touristes vaccinés seront assouplies", a-t-elle tweeté. "Le moment est venu pour Israël de s'ouvrir au tourisme et de profiter de son statut de pays vacciné au profit de son économie", a-t-elle ajouté. Les frontières israéliennes ont été fermées presque hermétiquement aux ressortissants étrangers depuis plus d'un an.

D'importants incendies entraînent l'évacuation des résidents dans la région de Jérusalem, la piste terroriste privilégiée

D'importants incendies s'étant déclarés dans des zones boisées près de Jérusalem ont paralysé mercredi 9 juin la circulation routière, alors que 78 pompiers luttent contre les flammes, assistés par 10 avions et 2 hélicoptères. Les résidents de Yad Hachemona et de Ma'alé Ha'hamicha, deux localités

situées aux abords de la capitale, ont dû être évacués. Depuis deux semaines, de nombreux incendies se déclarent quotidiennement aux alentours de Jérusalem. L'origine des feux n'a pas encore été déterminée, mais la présence de plusieurs foyers de départ laissent penser qu'il s'agit d'actes terroristes.





יור'בינסקי יעקב
יועץ מס מוסמך

CONSEILLER FISCAL CERTIFIÉ

COMPTABILITÉ, CONSEIL & PLANIFICATION FISCALE

- Comptabilité
- Formation à l'établissement et à la gestion d'entreprises

- Consultations et planifications fiscales
- Prêts garantis par l'état

VOTRE CONTACT - ESTHER : ☎ 073-22-455-46 ✉ asterrv@maazanit.co.il

ASHDOD
85 rue Haatsmaout. City
✉ ashdod@maazanit.co.il

JERUSALEM
3 rue Am Veolamo. Guivat Chaoul
✉ office@h-mis.co.il

BNEI BRAK
7 rue Metsada
✉ office@maazanit.co.il

Une école de Ra'anana envoie ses élèves... se prosterner dans une mosquée !

Incroyable mais vrai : les parents d'élèves de l'école publique "Hadar" de Ra'anana se sont insurgés la semaine dernière contre la direction de l'établissement après avoir appris que leurs enfants s'étaient agenouillés dans une mosquée dans le cadre d'une sortie organisée par l'école. Selon des informations relayées par le site *Bhol*, l'établissement organise chaque année une "journée de découverte des religions". Lors de la visite de la mosquée, l'imam a proposé aux élèves de se prosterner pour simuler une prière islamique. Face à la réaction indignée de plusieurs parents d'élèves, la directrice de l'école a présenté ses excuses, arguant que l'objectif de la sortie était de "promouvoir la tolérance et l'acceptation de l'autre".

Rivlin demande au Prince Charles d'intervenir pour sauver la petite Alte Fixler

Le président israélien R. Rivlin a envoyé mercredi dernier une lettre au Prince Charles d'Angleterre pour lui demander d'intervenir dans l'affaire Alte Fixler, une petite fille ayant la double nationalité israélienne et anglaise, actuellement hospitalisée dans le pays dans un état végétatif. La Haute-Cour britannique a statué qu'il convenait de débrancher les appareils permettant son maintien en vie, démarche à laquelle les parents sont évidemment opposés. Ils demandent, sans succès pour l'heure, aux autorités de permettre le transfert médical de leur fille en Israël. "Ce serait une tragédie si les souhaits de ces parents ne pouvaient être satisfaits d'une manière qui respecte à la fois la loi et leurs croyances religieuses", a notamment écrit Rivlin.

TRAITEUR DE BUFFETS SUCRÉS SALÉS, PETITS DÉJEUNERS, BRUNCH
Formule *All inclusive* avec jardin mis à disposition

Livraison sur tout le Sharon

Sous la stricte surveillance Laméhadrine du Rav Harrar

Simcake

Commandes et inscriptions au
053 96 38 223

places limitées **KEYTANA ÉTÉ À KFAR SABA**
Sim's Cakes vous ouvre les portes de son atelier

Les Semaines du **4 au 8 juillet** et du **11 au 15 juillet**

Le tout dans un esprit ludique créatif et Gourmand !

Inscription à la semaine obligatoire **480 sh / enfant**
Matériel et ingrédients fournis

Enfants de **8 à 12 ans**
De 9h à 13h

Photos d'un tunnel du ' Hamas sous une école de l'UNWRA à Gaza

Des photos de l'ouverture d'un tunnel du ' Hamas creusé sous une école de Gaza gérée par l'UNRWA ont été publiées par une chaîne de télévision israélienne. Le tunnel a été découvert après qu'une roquette lancée par le ' Hamas ait frappé la cour de l'école Zeitoun dans le quartier Rimal à Gaza, ce qui a créé un énorme trou dans le sol. Les écoles

de l'UNRWA à Gaza ont été utilisées dans le passé pour stocker et lancer des roquettes sur Israël.

Cependant, comme les écoles de Gaza ont régulièrement été utilisées comme centres de réfugiés en période de conflit, la politique officielle de Tsahal est d'éviter au maximum de les frapper.

Le nouveau gouvernement entre en fonction, le public et les partis religieux expriment leurs vives préoccupations

Le nouveau gouvernement de gauche dirigé par Naftali Benett (*Yamina*) a pris ses fonctions dès lundi après le vote de confiance qui s'est tenu dimanche à la Knesset à Jérusalem. Cette coalition éclectique composée de 8 partis a été formée après des semaines de tractations, d'incertitudes et de désistements de dernière minute. Le public et les partis religieux de la Knesset ont exprimé leur très vive inquiétude à la découverte des accords de coalition, dont de nombreux articles visent

à saper le status quo qui permet de gérer le délicat équilibre entre religion et Etat dans le pays, s'en prenant entre autres au Chabbath, aux conversions, aux unions, etc.

Le Premier ministre sortant Netanyahu a vivement critiqué le nouveau gouvernement qu'il a qualifié de "dangereux" et de "faible", dont son chef sera selon lui 'incapable de tenir tête aux Etats-Unis', notamment sur les dossiers iranien et palestinien.



ELI HADDAD
LAW OFFICE & NOTARY



DROIT IMMOBILIER ISRAELIEN

Transactions Immobilières | Gestion Locative | Successions

Rédaction et signature
investissement locatif
Mise en ligne de la situation comptable
Assurances
Service clientèle francophone
Suivi du dossier à distance
sélection de locataires

ELI HADDAD AVOCAT ET NOTAIRE • YAÏL BEN SHABBAT NESSIM AVOCAT ET NOTAIRE • AVIVIT ZEHAVI AVOCAT ET NOTAIRE • SHLOMI ABUATZIRA AVOCAT ET NOTAIRE • DORIT ANTEBE AVOCAT ET NOTAIRE • SHAY ABUATZIRA AVOCAT ET NOTAIRE • LURAZ ATTIAS BEN SHABBAT AVOCAT ET NOTAIRE • SAGET KEINAN AVOCAT • ARIE BRENING AVOCAT • MA'RYAN ZAGURI AVOCAT • SHANI ELMALLAH AVOCAT • MYRIAM LASCAR AVOCAT • AVINATAN DOUIB JURE

www.elihaddad.com 87/30 Rue Atsmaut, Ashdod ISRAEL | Tel: +972 (8) 8679910 | Contact: avocats@elihaddad.com

Le ' Hamas avertit d'une escalade des violences si la Marche des drapeaux est maintenue

Le ' Hamas a menacé Israël lundi de représailles si la Marche des drapeaux prévue ce mardi était maintenue, a rapporté le journal libanais *Al-Akhbar*. Le groupe terroriste aurait informé les médiateurs égyptiens et onusiens que le défilé qui doit traverser la Vieille ville de Jérusalem, entraînera une réponse "semblable à celle du mois dernier" et exige que l'évènement soit annulé, ou que le parcours qui inclut un passage par le quartier musulman soit modifié. Le gouvernement israélien précédent avait autorisé la tenue d'une marche dans la Vieille ville de la capitale, initialement prévue jeudi dernier à l'appel de plusieurs figures de la droite nationaliste israélienne.

Des dizaines de soldats entonnent un chant à la mémoire du petit 'Ido, tué par une roquette

Des dizaines de soldats de Tsahal se sont réunis la semaine dernière sous le domicile de la famille Avigayil dans la ville de Sdérot, dont le fils de 5 ans 'Ido a été tué par une roquette meurtrière du ' Hamas lors de l'opération "Gardien des murailles" il y a un mois.

Accolés les uns aux autres en uniforme militaire, ils ont entonné le chant "*Véafilou Béhastara*" plein d'émotion pendant de longues minutes.

'Ido et sa famille s'étaient réfugiés dans la pièce blindée de leur appartement lorsqu'une roquette a frappé la fenêtre de plein fouet. Celle-ci n'a pas résisté à l'impact, tuant 'Ido et blessant grièvement sa maman et sa sœur.

Elyssia Boukobza

OXYGEN° RESPIREZ L'ESPRIT TRANQUILLE
CONFORT - ÉCONOMIE & SANTÉ
INSTALLATION - DÉBRAYAGE - MAINTENANCE

3 GARANTIE 3 ans
Meilleur prix GARANTI

CLIMATISATION CHAUFFAGE

oxygene.groups@gmail.com
Yohan : 050-710-1803 / 02-674-5869
Déplacement dans tout Israël

FORFAIT ENTRETIEN CLIMATISATION
À PARTIR DE 39[€] / MOIS

DAIKIN TADIRAN

DESTINATION RETRAITE

Stratégie, Engagement, Qualité

Il faut savoir battre en retraite, quand le boulot vous travaille.

Vous résidez en Israël et vous avez exercé une activité salariée, ou autre, en France?

Nous sommes là pour vous conseiller et vous aider dans vos démarches

Nos services dédiés aux français

Bilan retraite | Liquidation retraite
| Pension de réversion...

Appelez vite!

Nathalie +972 58-783-5753

www.destinationretraite.com

Ma réponse à cette célibataire qui "fait tout bien" mais qui ne se marie pas

La prière et les Mitsvot sont nos armes les plus puissantes. Ne jetez pas l'éponge. Votre Bashert vous attend peut-être au coin de la rue !



La semaine dernière, j'ai reçu une lettre d'une célibataire de 38 ans avec les doléances suivantes : en dépit de sa *Téchouva*, de ses visites chez des rabbins-kabbalistes et d'avoir accompli des *Ségoulot*, elle n'a toujours pas trouvé son *Bashert* - son âme sœur. Elle s'interrogeait sur le sens de ses sacrifices ; elle était pleine de colère contre D.ieu et considérait tous ses efforts comme vains. Voici ma réponse.

Attachés à D.ieu

"Ma chère amie,

Cette semaine, nous lirons la *Parachat 'Houkat*. J'ai découvert que celle-ci offre des idées intéressantes sur des défis auxquels nous sommes confrontés.

Vous nourrissez du ressentiment ; vous avez l'impression d'avoir été traitée injustement, que votre engagement envers la Torah et les Mitsvot a été vain, et dans votre désillusion, vous êtes en colère contre D.ieu et prête à renoncer à tout.

Examinez la *Paracha*. Myriam, Aharon et Moché lui-même, les géants de notre peuple, ont vu leurs espoirs et leurs aspirations brisés. Leur rêve d'entrer en Terre Promise n'a jamais été réalisé. Ils auraient pu dire : 'C'est pour cela

que nous nous sommes sacrifiés ? Le peuple a le privilège d'entrer en *Erets Israël* et nous non ? Où est la justice ?'

Au lieu de cela, ils ont gardé le silence et ont accepté la Volonté de D.ieu avec sérénité et amour. Durant nos longs siècles d'Histoire, peu importe où la vie nous a conduits, nous nous sommes attachés courageusement à notre D.ieu. Certes, certains ont flanché dans leur foi, mais nous, le peuple juif, avons triomphé, et notre *Chéma' Israël* continue à résonner dans le monde."

L'unique requête de mon père

"Je n'oublierai jamais le visage empreint de sainteté et la voix de mon révérend père, le Rav Avraham Halévi Jungreis lorsqu'il reçut la nouvelle funeste et catastrophique qu'il était le seul fils survivant de la glorieuse dynastie rabbinique de mon grand-père. D'une voix tremblante, les yeux emplis de larmes, mon père s'est écrié : '*Riboino chel 'oilam, ich beyt nor ein zach...* Maître du monde, je ne demande qu'une chose... que tous mes descendants restent attachés à la Torah...'

Pensez-y et intégrez-le bien. N'aurait-il pas été justifié que mon père dise : 'J'en ai assez ! Si telle est la récompense de remarquables *Tsadikim*, si c'est la manière dont Tu protèges



Tes bien-aimés, il n'y a pas de raison que je reste ici pour me sacrifier. Je démissionne !'

N'aurait-ce pas été la réaction d'un grand nombre de personnes dans notre génération qui reconnaissent les droits et les privilèges, mais jamais les devoirs et les responsabilités ?

Mais mon père bien-aimé, comme des millions d'autres, n'avait qu'une seule requête : que la lumière de la Torah brille pour toujours dans le cœur de ses descendants..."

La vie est un test

"J'ai eu le mérite de fonder *Hinéni*, l'un des tout premiers mouvements de *Téchouva* dans le monde il y a plus de 40 ans, j'ai été impliquée dans le rapprochement des Juifs au judaïsme depuis ma tendre enfance. Mon saint père était un visionnaire, bien en avance sur son époque. Au grand dam de ses contemporains, il s'installa à Szeged, une ville cosmopolite, la deuxième plus grande ville de Hongrie, et aussi la plus assimilée. Mon père y créa une communauté orthodoxe et raviva la flamme de la Torah dans le cœur de notre peuple.

Au fil des ans, j'ai appris qu'il est très dangereux de dire à un laïc que si seulement il revenait à la Torah, les Cieux s'ouvriraient pour lui et tous ses rêves deviendraient réalité. Notre mode de vie conforme à la Torah n'est pas un magasin de bonbons... il n'y a pas de garantie de couler des jours heureux. La vie est un test. C'est même le titre de l'un de mes livres..."

Votre Bashert ? Peut-être au coin de la rue...

"La vie est faite de hauts et de bas, de beaucoup d'obscurité, mais aussi de joie. L'obscurité

semble toujours éclipser la lumière du soleil. En un instant, le ciel s'assombrit de nuages menaçants mais notre foi demeure intacte. L'héritage de nos ancêtres, l'Alliance du Sinaï sont pour toujours gravés dans notre cœur et notre âme. Nous comprenons qu'il est de notre devoir, de notre responsabilité de maintenir cette alliance, de nous y attacher et de la conserver précieusement. Nous le faisons car sommes engagés envers notre D.ieu et n'attendons pas de récompense pour notre loyauté.

De même que les citoyens d'un pays savent qu'ils sont tenus de payer les impôts, nous réalisons aussi que vivre dans le monde de D.ieu est un privilège, et nous devons aussi remplir nos obligations par notre adhésion à la Torah et aux Mitsvot.

La prière et les *Mitsvot* sont nos armes les plus puissantes. Ne jetez pas l'éponge. Votre *Bashert* vous attend peut-être au coin de la rue, et vous pouvez encore être bénie d'enfants et de petits-enfants. J'ai assisté à des histoires merveilleuses, même avec des femmes bien plus âgées que vous. Alors ne perdez pas la foi. Suivez plutôt les instructions du Roi David : '*Kavé el Hachem...* placez votre confiance et votre espoir en D.ieu... '*Hazak* - renforcez votre cœur et continuez à prier' (Psaume 27).

Enfin, puis-je vous suggérer d'être proactive. Ne renoncez pas, ayez à l'esprit que même dans l'obscurité la plus dense, l'aube arrive. Pendant ce temps, recevez mes bénédictions pour que vous puissiez fonder un foyer juif et une vie de famille authentique !"

Rabbanite Esther Jungreis

Dépression - Conflits parentaux - Solitude - Négligence - Harcèlement - Violence - Dépendance etc...



La Ligne d'Écoute

Une équipe de Thérapeutes & Coachs à votre écoute du matin au soir de manière confidentielle et anonyme.



01.80.20.5000 (gratuit)



02.37.41.515 (gratuit)

www.torah-box.com/ecoute





Supplément spécial Chabbath

Pour en profiter, veuillez le détacher avant Chabbath...

Petite approche des grandes vertus – 'Houkat

Selon Maïmonide, l'homme doit se prémunir de tous les excès dans son tempérament. Seules deux vertus font exception à ce principe : l'orgueil et la colère, que l'homme doit essayer de combattre de toutes ses forces...



La *Paracha* de cette semaine nous offre la possibilité de nous pencher sur les dangers de la colère.

En effet, notre tradition nous enseigne que la raison pour laquelle Moché n'a pas pu entrer en terre d'Israël réside dans la colère qu'il a ressentie face à l'ingratitude du peuple. Suite à la mort de Myriam, le puits qui abreuvaient les enfants d'Israël avait disparu, et ces derniers souffraient de la soif. Aussi, le peuple va rapidement se retourner contre ses dirigeants, Moché et Aharon.

Cette énième révolte du peuple, en dépit de tous les miracles, a exaspéré Moché qui s'adresse à eux dans des termes rudes : "Assez ! Rebelles..." Cet emportement va conduire notre Maître à oublier l'ordre que D.ieu lui avait transmis et qui consistait à parler au rocher pour que de

l'eau en sorte. Mais au lieu de parler, Moché va frapper le rocher. Cette erreur vaudra à Moché l'interdiction d'entrer en terre d'Israël.

Précisons que nous ne pouvons pas comprendre la grandeur de Moché, son extrême humilité, son infinie patience et son amour incommensurable du peuple. Nous devons garder en tête que Moché était jugé selon un référentiel qui lui était propre.

Toujours est-il que cet épisode a notamment vocation de nous inviter à nous éloigner de la colère.

La colère, un vilain défaut

Maïmonide a consacré de longs développements (Traité des 8 chapitres) aux vertus que l'homme doit développer et il en vient à prôner la règle d'or, le "juste milieu". L'homme doit se prémunir

de tous les excès dans son tempérament. Seules deux vertus font exception à ce principe : l'orgueil et la colère. Concernant ces deux points, l'homme doit essayer de les combattre de toutes ses forces, et ne pas en conserver une once dans son cœur.

La colère est difficilement maîtrisable. Telle une boîte de pandore, à peine a-t-on ouvert son couvercle qu'elle devient rapidement hors de contrôle. Elle couvre la voix de la raison qui souhaiterait nous apaiser. Elle court-circuite toutes les inhibitions, les équilibres que nous souhaitons préserver et elle nous conduit parfois à tenir des propos ou accomplir des actes que nous pouvons regretter bien longtemps.

La colère est un poison que l'homme peut sécréter en lui s'il n'est pas suffisamment vigilant aux mécanismes qui s'activent dans son for intérieur. Elle avance masquée, feignant de défendre notre honneur, de combattre l'injustice ou de vouloir éduquer notre prochain, alors qu'elle nous éloigne du résultat escompté ou elle nous permet certes de l'atteindre, mais à quel prix ?

Voilà pourquoi nos Sages ont porté sur la colère un jugement si sévère. "La vie d'une personne colérique n'en est pas une" nous disent-ils (*Pessa'him* 113b), ou encore "Lorsqu'une personne se met en colère, si elle est sage, sa sagesse la quitte, et s'il s'agit d'un prophète, l'esprit prophétique le quitte" (*Pessa'him* 66b).

De même la colère contribue à isoler l'homme socialement. En effet, sa colère ne lui permet pas de développer les qualités nécessaires à la vie en société : la patience, l'empathie ou la clémence. Aussi, ses congénères s'éloignent de lui, comme l'explique le *Or'hot Tsadikim* (Les chemins des Justes, rapporté par le Rav. J. Sacks).

Face à face avec le monde

En réalité, la colère survient lorsque l'homme se perçoit dans un face à face avec le monde ou avec les hommes. Si la réalité n'est pas conforme

à mes attentes, la colère peut survenir afin de témoigner de ma grande déception, de mon incapacité à obtenir l'attitude que j'escomptais.

Mais dans ce face à face, la personne qui se met en colère semble faire l'économie de la présence de D.ieu qui veille aux destinées individuelles et permet précisément à l'homme d'échapper au règne du hasard et de l'absurde. Je ne suis jamais seul face à autrui ou face au monde, la présence de D.ieu m'accompagne à chaque instant et est susceptible de m'aider à obtenir ce que je désire.

La colère est grave car elle tend à masquer cette présence de D.ieu à mes côtés, comme si mon salut, et ma réussite dépendaient de la réaction d'autrui, de ma capacité à le convaincre.

Et la Providence dans tout cela ?

Les écarts de compréhension entre les hommes sont probablement un appel lancé à l'homme pour qu'il renforce sa relation avec l'Eternel et s'efforce de méditer sur le poids de la Providence divine. Il pourra alors percevoir, au-delà de l'arbitraire apparent, que c'est la main divine qui guide les hommes et leur permet d'atteindre leurs objectifs.

Il constatera alors l'absurdité de se mettre en colère car nul ne peut lui porter préjudice. Seul D.ieu dirige le monde et les destinées humaines.

La colère naît de l'impatience de l'homme qui s'attache au moment présent et échoue à percevoir sa vie dans un équilibre de long terme.

Voilà pourquoi, comme le conseille le Rav Sacks, le meilleur remède contre la colère est de veiller à ne pas réagir immédiatement, mais différer ses réactions. L'esprit a alors la faculté de s'apaiser et de relativiser.

Puisse l'Eternel nous permettre de réussir dans cet objectif ambitieux et parvenir à éloigner les sentiments de colère de notre cœur.

Jérôme Touboul

Programme AVOT OUBANIM

Parachat 'Houkat



Le moment hebdomadaire de partage, d'élévation et de joie des parents avec leurs enfants

 1 HEURE

1 heure d'étude Parents -
Enfants pédagogique et ludique

? 1 QUIZZ

1 Quizz hebdomadaire
où les gagnants sont publiés

 1 SOIREE

Une soirée organisée chaque mois dans une
communauté avec des cadeaux à gagner

 1 TIRAGE AU SORT

1 tirage au sort par mois pour
gagner des super cadeaux

Pour faciliter la lecture

- ? précède la question
- La réponse est sur fond de couleur
-  les indices précédés d'une bulle
-  Les remarques et commentaires sont en retrait

Ainsi, le parent pourra directement visualiser les questions, les points essentiels à traiter, et les parties qu'il souhaitera développer avec l'enfant.

Chapitre 20 versets 14 à 21

PARACHA

Ce Chabbath, nous allons commenter un passage qui est de nouveau relaté dans la Haftara. La Torah nous raconte que lors de leur progression dans le désert, les Bné Israël sont arrivés à Kadèch, une région qui se trouvait au sud du territoire de Edom. Moché a envoyé un message au roi de Edom, pour lui dire : "Ainsi parle ton frère Israël. Tu connais toutes les péripéties que nous avons vécues ces dernières années...".

? Pourquoi avoir mentionné le lien de fraternité qui existe avec Edom ?

Rachi explique ce que **Moché voulait dire à Edom**:

"Hachem avait décrété que la descendance d'Avraham devait être esclave en Egypte. Or tu fais aussi partie de cette descendance, puisque tu descends de Essav, frère de Yaacov et petit-fils d'Avraham. Tu aurais donc dû, logiquement, subir aussi cet esclavage." Mais Essav s'est séparé de Yaakov pour ne pas être concerné par ce décret ; et il a laissé les descendants de Yaakov assumer seuls ce décret.

"Tu y as échappé mais, puisque nous sommes frères, laisse-nous au moins passer par ton territoire sans le contourner".

Suite page suivante



PARACHA SUITE

Moché Rabbénu parle ensuite des nombreuses souffrances que les égyptiens ont fait subir "à nous et à nos pères".

? Pourquoi ne dit-il pas, plutôt, "à nos pères et à nous" ?

Rachi explique que les mots "nos pères" ne désignent pas ici nos pères au sens propre du terme. Ils désignent **nos patriarches Avraham, Its'hak et Yaakov**.

Il ajoute que lorsqu'un malheur s'abat sur le peuple juif, nos patriarches, bien qu'étant déjà enterrés, souffrent aussi avec leurs descendants

Moché dit ensuite que l'esclavage d'Égypte s'est terminé lorsque les Bné Israël ont crié vers Hachem, et qu'**Hachem a entendu leur voix**.

Il rappelle ainsi par allusion à Édom la Brakha qu'Its'hak avait donnée à Yaakov ("Hakol kol Yaakov Véhayadaïm yédé Essav"), dans laquelle Hachem a promis qu'à chaque fois qu'on criera vers Lui, Il nous exaucera.

Le texte se termine par un verset effroyable, qui nous dit qu'Édom a refusé aux Bné Israël le passage par son territoire. Malgré ce refus cruel et cynique, les Bné Israël n'ont pas voulu déclarer la guerre à Édom. Et ils ont donc contourné son territoire au lieu de le traverser, bien que cela ait impliqué un très long détour.

Et c'est ce qu'il s'est passé en Égypte : **suite aux prières des Bné Israël, Hachem les a délivrés de l'exil égyptien**.

Lorsque Moché a demandé au roi d'Édom la permission de traverser son territoire pour arriver en Erets Israël, il lui a dit : "Tu ne peux pas nous refuser le droit à la possession de la terre d'Israël, car celle-ci était une promesse après la période d'esclavage. Or puisque tu as refusé l'esclavage, tu ne peux pas prétendre à la terre. C'est pourquoi nous te demandons simplement de nous laisser passer par ton territoire".

La réponse du roi d'Édom est d'un cynisme incroyable : "Tu ne traverseras pas mon territoire, de peur que je sorte vers toi avec mon épée !".

Explication : Le roi d'Édom dit à Moché Rabbénu : "Vous venez avec la force de la Brakha reçue par votre ancêtre Yaakov, et disant qu'Hachem vous exauce par votre voix. Moi aussi, je viens avec la Brakha que mon ancêtre Essav a reçue : "et par ton épée, tu vivras". Je vivrai donc par mon épée, que je peux opposer à la vôtre.

Choul'han Aroukh, chapitre 55, Halakha 7

HALAKHA

Le Choul'han Aroukh nous donne une Halakha très étonnante, et apparemment peu connue : lorsqu'un fidèle est encore en train de prier, il serait convenable que les autres attendent qu'il termine sa Téfila avant de dire Kaddich, pour qu'il puisse lui aussi mériter d'y répondre.

Le Michna Beroura explique qu'il ne s'agit pas d'attendre cet homme pour avoir un Minyan qui répond, car il y a déjà un Minyan. Il s'agit simplement **d'être un peu patient, pour ne pas priver l'homme de répondre lui aussi au Kaddich**.

(La même chose s'applique au cas du fidèle qui s'est endormi, dont nous avons parlé la semaine dernière : c'est pour lui donner la chance de répondre au Kaddich qu'il est bon de le réveiller).

Le Michna Beroura précise qu'on parle évidemment ici du cas où il n'est pas très tard, et où on a encore le temps de prier tranquillement.

Cependant, plus loin (au chapitre 124, Halakha 3), le Rama écrit que si certains rallongent leur Téfila, il n'est pas nécessaire de les attendre. Et le Michna Beroura explique là-bas "car ceci est fatiguant pour la communauté".

Pour résoudre cette apparente contradiction, plusieurs réponses sont données :

1) Le cas où le Rama dit qu'il n'est pas nécessaire d'attendre est celui où on veut commencer la répétition de la Amida

pour arriver à la Kédoucha. Dans ce cas, il n'est **pas nécessaire d'attendre**, car le temps que l'on arrive à la Kédoucha, les gens auront probablement fini leur Amida, et pourront donc y répondre.

Par contre, le cas où le Rama dit qu'il est bien de patienter est celui où on veut dire le Kaddich d'après la Amida. Dans ce cas, si on ne les attend pas, ils ne pourront pas y répondre.

2) Lorsque le Rama dit qu'il n'est pas nécessaire d'attendre une personne qui rallonge sa Téfila, il parle d'une personne qui **rallonge énormément sa Téfila**, et qu'il est donc trop fatiguant pour la communauté d'attendre.

3) Il y a une différence entre la Téfila de Min'ha et celle de Cha'harit. La Téfila de Min'ha est souvent organisée après les heures de travail des gens, et ceux-ci ont donc moins besoin de se dépêcher qu'à Cha'harit. C'est pourquoi on fait généralement **plus attention de ne pas prolonger Cha'harit** (pour que les gens puissent arriver à l'heure au travail).





HISTOIRE

Il y avait à Montréal, au Canada, un grand Tsadik qui s'appelait le Rabbi de Tosh.

Un jour, un juif s'est présenté chez lui et a énoncé, les unes après les autres, toutes les difficultés (de santé, financières ou autres) qu'il traversait dans la vie. Il y en avait tellement qu'il ne savait ni par quoi commencer, ni par quoi continuer ni par quoi terminer !

Avec beaucoup d'affection, le Rabbi lui a demandé : "Approchez-vous de moi, et racontez-moi un peu votre vie".

L'homme s'est approché, mais le Rabbi lui a demandé de s'asseoir encore plus près de lui. L'homme a commencé à parler des problèmes de santé des membres de sa famille. Lorsqu'il a terminé, le Rabbi a pris la tasse de thé bouillante qu'on venait de lui servir, et en a versé quelques gouttes sur les genoux de l'homme. Mais ce dernier n'a pas réagi.

Le Rabbi lui a demandé de continuer. L'homme a alors parlé de ses problèmes financiers. Et, de nouveau, lorsqu'il a terminé, le Rabbi a versé quelques gouttes de thé sur ses genoux, mais l'homme n'a pas réagi. Et ainsi de suite : à chaque étape du récit des malheurs de cet homme, le Rabbi lui versait quelques gouttes de thé sur les genoux. Mais l'homme ne réagissait jamais...

A la fin, le Rabbi lui a pris la main, et l'a béni avec beaucoup d'amour et de chaleur, en lui souhaitant qu'avec l'aide d'Hachem tous ses malheurs prennent fin, et que la situation s'adoucisse au plus vite.

Lorsque l'homme était sur le point de partir, le Rabbi lui

a demandé : "N'avez-vous pas remarqué qu'à chaque fois que vous me parliez de vos malheurs, je versais du thé chaud sur vos genoux ?".

L'homme a répondu : "Évidemment que j'ai remarqué !"

Le Rabbi lui a demandé : "Avez-vous senti la chaleur ?"

L'homme a répondu : "Bien sûr ! C'était bouillant !".

Le Rabbi a demandé : "Alors pourquoi n'avez-vous pas réagi ?"

L'homme a répondu : "A-t-on le droit de se plaindre sur ce que le Rabbi fait ?".

Le Rabbi a dit : "Nas-tu pas pensé que j'avais perdu la tête en agissant ainsi ?"

L'homme a répondu : "Hasvéchalom ! J'ai pensé que vous aviez des intentions très élevées. Que vous pensiez ainsi radoucir les malheurs que j'avais, et déclencher des délivrances dans la situation que je vivais. Il est évident pour moi que si vous avez agi ainsi, vous saviez ce que vous faisiez !".

Le Rabbi a alors dit à l'homme : "Que tes oreilles entendent ce que tu viens de dire ! Moi, je ne suis qu'un homme. On m'appelle le Rabbi de Tosh, mais je ne suis qu'un être humain. Et pourtant, lorsque j'ai versé du thé bouillant sur tes genoux, tu t'es dit que j'ai fait cela pour le bien. Alors pourquoi ne penses-tu pas cela d'Hachem, le Créateur de tous les mondes ? Il est, pourtant, tellement plus grand que moi ! N'est-il donc pas évident que tout ce qu'il fait est pour le bien ?".



CHMIRAT HALACHONE
en histoire

Le Or'hot Tsadikim nous enseigne : "La haine nous pousse à parler négativement même des actions positives d'autrui".
(Or'hot Tsadikim, sixième porte)



RÉPONSE DE LA SEMAINE PRÉCÉDENTE

Chimon n'a pas le droit de croire les propos dénigrants tenus par Réouven sur Gad, en sa présence. Croire à du

Lachon Hara est interdit, même s'il est émis en présence de la victime.

CEtte SEMAINE

Réouven tient des propos dénigrants sur Gad en sa présence, auprès de Chimon. Gad sourit et garde le silence.



À toi !

Chimon peut-il accorder de l'importance aux paroles de Réouven ?



Question

Nati est propriétaire d'une villa possédant deux places de parking. N'ayant qu'une seule voiture, il décide de louer la deuxième place. Yaakov se trouve intéressé par la proposition, il contacte Nati et les deux hommes conviennent ensemble qu'il se rencontreront dans un café non loin du lieu de travail de Nati. Ils se rencontrent, signent un contrat de location en bonne et due forme et Nati informe Yaakov de l'emplacement exact de la place. Le lendemain, Nati part en voyage, et Yaakov se met à utiliser la place qu'il a louée. Au bout d'un mois, Nati revient et s'aperçoit que la voiture de Yaakov est garée 10 mètres plus loin que la place louée ; étonné, il appelle Yaakov et lui demande des explications, tout en lui disant que cette place appartient à Dan, qui n'est pas

présent la majorité de l'année car cette maison est sa seconde résidence. Quand Yaakov entend cela, il comprend qu'il s'est tout simplement trompé et qu'il a mal compris quel était l'emplacement exact du parking. Il déclare alors à Nati qu'il ne lui paiera pas la location puisqu'il n'a finalement pas utilisé la place. Ce à quoi, lui répond Nati, son erreur n'est pas son problème est que de son côté la place était disponible : il est donc obligé de tenir son engagement. Le lendemain, Dan, le propriétaire de la villa dont Yaakov a utilisé la place de parking vient passer quelques jours de vacances et apprend l'erreur de Yaakov. Il lui demande alors de lui payer le prix de la location du parking.

GUEMARA



A qui Yaakov doit payer la location : à Nati ou à Dan ?



● Guemara Baba Kama 79a en bas "Tania Nami Hah'i" jusqu'à "Oube'hazaka" (le deuxième).

- Responsa du Rachba vol.2, responsa numéro 328, première partie de la réponse.
- Choul'han Aroukh ('Hochen Michpat), chapitre 363 paragraphe 6.

RÉPONSE

Commençons par la question : est-ce que Yaakov doit payer à Nati, bien qu'il n'ait pas utilisé sa place de parking ? Le Rachba nous enseigne qu'étant donné qu'il s'est engagé en bonne et due forme (dans notre cas en signant un contrat), il est clair que Yaakov doit payer à Nati car le contrat étant valide il est évident que l'utilisation effective du bien ne change rien. Il nous reste maintenant à savoir si Yaakov doit payer à Dan pour la place qu'il a utilisé : Le Choul'han Aroukh nous enseigne que quelqu'un qui est venu habiter dans la maison d'autrui sans qu'il ne le sache (comme dans notre cas) et que le propriétaire ne comptait pas louer cette maison, celui qui a habité n'aura pas besoin de payer le prix de la location. Il en sera de même pour Yaakov qui n'aura pas besoin de payer à Dan pour la place utilisée. En résumé, Yaakov doit payer Nati et non Dan.

Devant l'engouement des communautés nous vous proposons un

PACKAGE COMMUNAUTAIRE



20 FEUILLETS

Avot Oubanim Torah-Box / semaine



20 CADEAUX

pour récompenser les enfants / semaine

Au prix
exceptionnel de **70 €/MOIS**

Renseignements:

☎ 01 77 50 22 31 - 📞 00972584280953 - ✉ avotoubanim@torah-box.com

Sous la direction spirituelle du Rav Eliahou Uzan

Responsable de la publication : David Choukroun

Rédaction : Rav Eliahou Uzan, Rav Elh'anane Moche Smietanski, Alexandre Rosemblum | Retranscription : Léa Marciano



Vous souhaitez dédicacer un numéro de Avot Oubanim : 04 86 11 93 97

Pour tous renseignements :

☎ 01 77 50 22 31

📞 +972 54 679 75 77

✉ avotoubanim@torah-box.com



Le mérite du *Tsitsit*

Moi, Ya'akov Méchiguéné, qui chantais constamment et était même prêt à mourir pour peu qu'un chant reste sur mes lèvres, je cessai soudain de chanter. Je pris en main mon Tsitsit, regardai le Nazi droit dans les yeux et dis : "Même si tu devais cribler mon corps de balles, je ne l'ôterai pas !"



L'histoire suivante fut rapportée par Rabbi Nissim Yaguel. Le Rav relata que lors d'un de ses voyages à l'étranger, il rencontra un Juif qui lui montra ses *Tsitsit* et lui dit : "J'aimerais vous raconter l'histoire de ce *Tsitsit*, comment il m'a sauvé pendant la Shoa. Oui, ma survie à l'enfer, je la dois à ce *Tsitsit* !"

Ya'akov Méchiguéné

"Je m'appelle Ya'akov et je suis rescapé des camps de concentration, commença l'homme son récit. Là-bas, j'ai rencontré des Juifs à bout de force. J'ai vu des morts atroces, des choses terribles, à en perdre la tête. J'ai vu et je me suis dit : je vais leur insuffler du courage, de la bravoure juive. Je déambulais dans le camp en chantant des chansons, je parlais avec des Juifs pour les renforcer. Dès que je voyais un groupe de dix Juifs, je récitais le *Kaddich*. Au camp, tout le monde m'appelait 'Ya'akov Méchiguéné', Ya'akov le fou. Je passais à côté des Nazis et

chantais devant eux des chants juifs ! Plus d'une fois, on me roua de coups.

Petit à petit, les Allemands réalisèrent que dans ce camp, les Juifs avaient l'air heureux, contrairement aux autres camps où ils perdaient la raison. Comment était-ce possible ? Comment la joie pouvait-elle régner ?, se demandaient-ils. Ils se renseignèrent et découvrirent mon existence. Ils me parlèrent, me frappèrent, mais je leur répondais par des chants."

Creuser sa tombe... en chantant !

"Un jour, un général arriva et entendit un homme chanter devant le baraquement. Il demanda aux soldats présents ce que c'était. Les SS lui répondirent qu'il s'agissait de Ya'akov le fou.

'Quoi, pourquoi chante-t-il des chansons ici ?!', s'insurgea l'officier. Ils répondirent : 'Il est fou, mais il travaille bien.' Le SS perdit patience : 'Juif, tais-toi !



- Cette chanson ne vous plaît pas, général ? demandai-je. Je vais en chanter une autre.'

Le général perdit son sang-froid et se mit à me rouer de coups. Mais pour ma part, je restai inflexible et continuais à chanter. Impuissant, il me menaçait : 'Si tu ne t'arrêtes pas, je vais te faire subir une mort atroce !'

Rav, savez-vous de quoi les Nazis étaient capables ? Il vaut mieux ne pas le savoir..."

"Je me mis alors à chanter : 'Hochia' Et 'Amékha...'" Le Nazi me prit par le col et fit venir tout le camp. Il traça un cercle autour de moi et m'ordonna de commencer à creuser à la main.

Je commençai à creuser tout en chantonnant. Je creusais et le Nazi criait : 'tais-toi !!' Je continuais à creuser, une heure passa, puis deux, puis trois...

"Ôte ce tissu !"

Pendant ce temps, mes coreligionnaires me suppliaient : 'Ya'akov, jusqu'à là c'était drôle, mais là, ce n'est plus un jeu, cesse donc de chanter !'

- Devrai-je sombrer dans la déprime ?!

- Non, mais ne chante pas devant lui ! Ne vois-tu pas qu'il compte te tuer ?'

Mais c'est plus fort que moi, la joie m'envahit, je me remets à chanter. Alors que je creuse, le général, qui s'était absenté, revient et voit que je suis déjà profondément enfoncé dans le sol. Il me demande alors : 'Sais-tu ce que tu viens de creuser ?'

- Quoi ?

- Ta tombe !'

A ces mots, j'entonne une chanson d'Emouna.

C'est alors que le Nazi m'ordonna de me dévêtir. Je m'exécutai. Ma casquette, ma chemise... Arrivé au *Tsitsit*, le Nazi hurla : 'Qu'est-ce que c'est que ça ?!'

- Un *Tsitsit*, répondis-je.

- Retire-le !'"

De la Emouna à un Nazi ?

"Moi, Ya'akov Méchiguéné, qui chantais constamment et était même prêt à mourir pour peu qu'un chant reste sur mes lèvres, je cessai soudain de chanter. Je pris en main mon *Tsitsit*, regardai le Nazi droit dans les yeux et dis : 'Même si tu devais cribler mon corps de balles, je ne l'ôterai pas !' Sous le regard abasourdi du monstre, je dis : 'Savez-vous ce que signifie ce vêtement ? Il signifie que peu importe le mal que vous pourrez nous infliger, il y a un D.ieu dans le ciel qui Se vengera de tout ce que vous avez fait. Il ne gardera pas le silence. Et si vous me nuisez, si vous me portez atteinte, mon Père dans le ciel, qui est responsable de toute la Création et également de vous, vous exécutera. Ce tissu est le symbole du Tétragramme, le Maître du monde, et ça, je ne le retirerai pas.'

Après quelques instants de silence, le Nazi furieux hurla : 'Viens avec moi !'

Le Nazi me fit entrer dans sa Jeep et m'attachait les mains avec des menottes. Nous quittâmes le camp. J'étais assis à l'arrière et le nazi était à l'avant. Je chantais '*Ana Békoa'h*'.

C'était la première fois que je sortais du camp. Le Nazi roulait en silence, rouge de colère. Enfin, il arrêta la voiture à côté d'une frontière, ouvrit la porte de la Jeep et aboya : 'Sors et retourne-toi !'

Je compris que c'était fini, qu'il allait m'abattre. Ma fin était toute proche.

Subitement, l'officier sortit de sa poche de l'argent et dit : 'Prends ça et prends la fuite.'

Je pensais que dès que j'entamerais ma course, il me tirerait dessus, mais je m'exécutai.

Je levai alors les yeux au Ciel et dis : 'Maître du monde, j'ai réussi à instiller de la *Émouna* à un Nazi, une brute. Aide-moi à donner aux autres le mérite de porter eux aussi les *Tsitsit*. Qu'ils comprennent sa valeur ! Et me voici à vous raconter mon histoire... Diffusez-la au plus grand nombre.'



ONEG CHABATH CHEZ CABERNET



new

CHAQUE JEUDI ET VENDREDI PATISSERIE DE



Eclairs café/chocolat



Snickers



Opéra



Religieuse café



Milles feuilles



Tarte citron



Suchard praline



Tarte fraise



Parvé rocher



Fraisier

CABERNET

קברנה - בוטיק יין ושוקולד

- 
Accessoires
- 
Alcools
- 
Confiserie
- 
Chocolats
- 
Macarons

02-5440464 | 058-6363699 | Kanyon Ramot



Après la guerre, Torah-Box reconforte les enfants d'Achdod & d'Achkélon !

Après des jours de tensions et d'effroi, les habitants d'Achdod et d'Achkélon avaient grandement besoin de réconfort et de détente... C'est chose faite grâce à Torah-Box et au dynamisme de Jonathan Berdah et son équipe !



Onze jours de tensions. Onze jours où les sirènes ont retenti, troublant le sommeil des populations du Sud d'Israël, les pressant vers les abris publics ou les pièces blindées, souvent trop exigües pour contenir toute la famille.

Et les bruits assourdissants d'impacts...

Grâce à D.ieu, la guerre s'est achevée, le peuple d'Israël panse ses plaies mais pour l'équipe Torah-Box, place à la solidarité en offrant un moment de détente inoubliable aux enfants d'Achdod, l'une des villes durement touchées pendant le dernier conflit, qui abrite également une forte population francophone.

Des bénévoles, un local et... le tour est joué !

"Dès la fin de la guerre, on s'est dit qu'il nous fallait absolument organiser quelque chose pour les enfants d'Achdod et d'Achkélon, deux villes qui ont été fortement impactées pendant la guerre", nous explique Jonathan Berdah, qui a orchestré l'opération.

"Grâce à Mme Linda Chemla, nous avons pris contact avec une cinquantaine de familles francophones, à qui nous avons proposé une après-midi de détente et de réconfort."

Restait à trouver un local (mention spéciale pour Laurent Darmon !), des bénévoles (nos remerciements à Léon Amar et Sébastien Goëta) et des prestataires et... le tour était joué !

"Cette fois aussi, grâce à D.ieu et aux formidables membres de Torah-Box qui ont à nouveau répondu présent, la réussite était au rendez-vous !" raconte M. Berdah.

"En tout, ce ne sont pas moins de 140 enfants - tous extrêmement éprouvés par les événements terribles des jours passés - qui ont pu oublier leurs mauvais souvenirs, retrouver le sourire et passer un moment inoubliable."

Spectacles et cadeaux

Au menu de cette après-midi exceptionnelle : stands de pop-corn, gaufres et granitas,

allocution du Rav David Touitou, spectacle de magicien et représentation de la star israélienne Nétanel Israël.

"La satisfaction ressentie lorsque l'on voit enfin un sourire se dessiner sur les visages de ces enfants est indescriptible", ajoute M. Berdah.

Et lorsqu'on l'interroge pour connaître le ressenti des participants au terme de cette après-midi, M. Berdah nous livre quelques-uns des témoignages qui lui sont parvenus de la part des heureux parents.

"Merci à Torah-Box de penser à nous et d'avoir tout mis en œuvre pour nous réjouir. Chaque détail est pensé, c'est extraordinaire."

"Un moment magnifique, ça faisait longtemps que les enfants ne s'étaient pas amusés comme ça !"

"Je tiens à remercier tous les acteurs qui nous ont permis de mener cette opération à bien.



Et merci à nos chers Dan Cohen, Lionel Robine et Yoël Smadja pour se porter volontaires dès qu'il s'agit de soulager nos frères juifs !", conclut M. Berdah.

Elyssia Boukobza

Torah-Box RADIO

100%

Torah Sim'ha

LE MEILLEUR DE TORAH-BOX !

DANS UNE RADIO

Sur le site torah-box.com/radio

et sur smartphone



Mère au foyer : le plus beau métier du monde... ?

Bonjour, je m'appelle Myriam, j'ai 36 ans et 6 merveilleux enfants, Baroukh Hachem. J'ai longtemps été passionnée par mon métier de journaliste. Jusqu'au jour où j'ai pris une décision qui a littéralement changé ma vie...

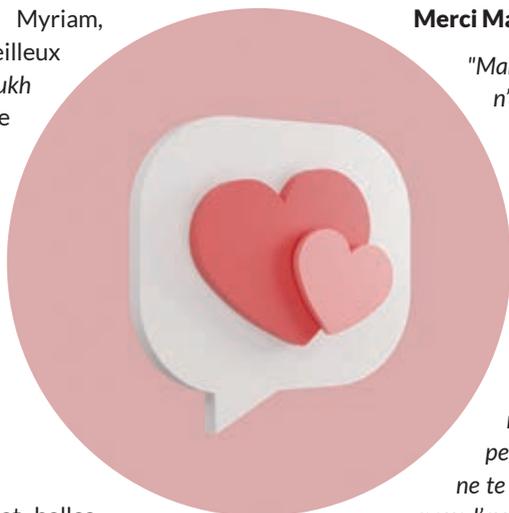
Bonjour, je m'appelle Myriam, j'ai 36 ans et 6 merveilleux enfants, Baroukh Hachem. Lorsque je faisais de nouvelles connaissances, dans le voisinage, aux fêtes d'école, j'attendais avec impatience la fameuse question : "Vous faites quoi dans la vie?" tant j'étais fière de mon métier.

Une année sabbatique

Ça a duré 6 longues et belles années. Puis, un jour, mon mari a perdu son emploi. Comme il peinait à retrouver du travail, nous avons décidé qu'il lancerait sa société, et que, de mon côté, je prendrais une année sabbatique. Cette décision, que je pensais temporaire au début, a littéralement changé ma vie et celle de mes enfants.

Au début, le passage a été délicat. Même si j'adorais passer du temps avec mes enfants, je languissais un peu l'adrénaline des interviews des personnes haut placées, je languissais ma course contre la montre. Lorsque des gens me posaient LA fameuse question, je répondais un peu gênée : "J'étais journaliste mais j'ai pris une année sabbatique", je n'arrivais même pas à dire : "Je suis mère au foyer".

Je me suis posée énormément de questions, je me surprénais très souvent à comparer ma vie d'avant à ma vie actuelle. Jusqu'à il y a quelques semaines... où mon fils a lu cette lettre, lors de sa Bar Mitsva. Pour la première fois, j'ai ressenti une certitude. Celle d'avoir fait le bon choix...



Merci Maman

"Maman, je sais que tu n'aimes pas être sous les projecteurs, mais aujourd'hui, je ne peux pas rater l'occasion de te remercier en public. Aujourd'hui, alors que je deviens ton petit homme, comme tu aimes m'appeler, je veux que tu entendes ce que nous, tes enfants, nous pensons de toi, même si on ne te le dit jamais. Cette partie, nous l'avons écrite tous les enfants ensemble.

Aujourd'hui, tu récoltes le fruit de tes nombreux efforts et sacrifices. Tu étais journaliste avant et pas une simple journaliste, tu avais un avenir prometteur, mais tu as décidé, sans aucune hésitation, ça aussi on le tient de papa, d'abandonner ta carrière et tout ce que cela implique, pour t'occuper de nous.

T'occuper de nous, c'est être là à chaque moment de nos vies, c'est partager nos joies, c'est sourire de loin quand tu vois l'un de nous réussir. C'est essayer nos chagrins. Et on sait que même plusieurs heures après que nos larmes aient séché, les tiennes continuent de couler. C'est t'assurer qu'il ne nous manque rien. Je veux parler des chaussettes pliées dans nos tiroirs, des papiers signés pour nos sorties, des goûters soigneusement emballés dans nos cartables, mais je veux aussi parler de nos Midot, nos valeurs. Tu t'assures qu'il ne nous manque rien pour devenir des adultes forts, équilibrés et respectueux. Dès que tu vois ou entends quelque chose qui te déplaît, tu nous le dis avec amour,



bienveillance et humour. Qu'est-ce qu'on aime rire avec toi maman ! Lorsque toi tu vas bien, notre maison entière va bien, on se sent forts et prêts à affronter n'importe quoi.

C'est passer des heures à réviser avec nous les devoirs, et nous forcer à nous arrêter et nous détendre après, alors que toi, tu enchaînes les tâches. C'est deviner quand ça ne va pas, c'est surveiller avec finesse et diplomatie que nous restons dans le bon chemin, que nous ne nous faisons pas influencer ni embêter. C'est laisser à papa un esprit libre pour étudier et travailler. Tu es toujours là maman, mais tu sais aussi accepter les moments où on a besoin d'être seul, de réfléchir par nous-mêmes.

Maman, je vais m'arrêter là, non pas par manque de matière, mais par pudeur, car je ne veux pas dévoiler à tout le monde que j'ai la meilleure maman du monde."

Mère au foyer et fière de l'être !

J'ai longtemps hésité à partager cette lettre parce que je ne voulais pas qu'on se méprenne sur mes intentions. Je ne veux ni me lancer des fleurs, ni jeter la pierre aux mamans qui travaillent à l'extérieur. Que ce soit par besoin ou par envie, chacune est libre de faire ses choix et de prendre les décisions qui lui conviennent le mieux. Et j'ai même envie de rajouter qu'on peut être femme active sur le terrain, et femme au foyer dans le cœur. Être femme au foyer ne veut pas forcément dire rester à la maison pour s'occuper de sa famille. A mon sens, être femme au foyer veut dire donner la priorité à son foyer, savoir que là est l'essentiel, que l'on passe 8 heures dans un bureau ou qu'on ne quitte pas son salon de toute la journée.

Mon intention, aujourd'hui, est toute simple. Je veux que les mamans qui ont fait le choix de rester à la maison pour s'occuper de leur famille soient fières. Je veux qu'elles relèvent la tête, qu'elles redressent leurs épaules, je veux qu'elles comprennent leur importance, je veux qu'elles n'éprouvent plus de honte à dire "Je suis femme au foyer". Je veux qu'elles vivent pleinement leur statut et non pas qu'elles le

survivent. Vous êtes en train de construire vos enfants, d'offrir un avenir meilleur au monde. De prendre en main vos responsabilités sans laisser à personne d'autre (copains, voisins, enseignants...) le soin d'élever et d'éduquer vos enfants.

Et même si aujourd'hui, vous avez l'impression que votre quotidien n'a rien d'extraordinaire, que lors des réunions familiales, vous restez peut-être silencieuse autour de la table, pensant que vous êtes celle qui en a le moins à raconter, soyez assurée que cette place que vous avez choisie est unique.

Je ne sais pas si je reprendrais un jour un travail, peut-être quand les enfants auront grandi ? Mais à ce jour, je profite de ce qui est pour moi le plus beau métier du monde...

Béhatsla'ha à toutes les mamans !

Myriam H.

VOTRE **PUBLICITÉ** SUR



Torah-Box
MAGAZINE

Une visibilité unique

- 10.000 exemplaires distribués dans tout Israël
- Dans près de 200 lieux pour francophones
- Publié sur le site Torah-Box vu par plus de 250.000 visiteurs chaque mois
- Magazine hebdomadaire de 32 pages
- Des prix imbattables

CONTACTEZ-NOUS: **054-243-4306**



Prier dans sa tête

Je me demandais si une prière récitée dans notre tête est valide ou faut-il absolument la faire à voix haute (ou basse) ?



Réponse de Rav Shimon Griffel

A priori, il faut dire les mots de la *Téfila* de manière à s'entendre soi-même. A posteriori, si quelqu'un a récité la *Téfila* sans s'entendre mais a prononcé les mots avec les lèvres, il est acquitté de son obligation. Si il n'a que pensé les mots, il n'est pas quitte. Dans un cas de force majeure, il est possible de prier d'une telle manière. S'il redevient possible de prier correctement avant l'heure limite de la prière en question, il est obligatoire de prier à nouveau (*Choul'han 'Aroukh Ora'h 'Haïm 62, 3 et 4 et Michna Beroura sur place*).

Kaddich en plein 'Amida, à quel moment reprendre ?

Quand on est dans la 'Amida et qu'on s'arrête pour écouter le Kaddich de l'officiant, peut-on reprendre sa 'Amida après que l'officiant ait dit "Bé'alma" ou l'on doit attendre qu'il ait fini tout le Kaddich ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

Il suffit d'attendre que l'officiant ait prononcé le mot *Yitbarakh* pour reprendre la 'Amida. Si, généralement, vous avez l'habitude de répondre jusqu'au mot *Bé'alma*, conformément au *Minhag* du *Arizal*, il faudra attendre que l'officiant ait prononcé ce mot pour poursuivre la 'Amida (*Michna Broua 104, 27 ; Piské Téchouvot 13*).

Brakha des truffes et des champignons

Quelle bénédiction doit-on réciter sur une truffe ou un champignon simple ?



Réponse de Binyamin Benhamou

Les truffes comme les champignons ont comme bénédiction "*Chéhakol Nihya Bidvaro*" car ils ne se nourrissent pas de la terre :

- la truffe se trouve sous la terre, se nourrit de débris végétaux en décomposition, mais ne se nourrit pas de la terre ;
- le champignon grandit sur l'arbre mais se nourrit d'eau et d'air notamment (*Brakhot 40b, Tour et Choul'han 'Aroukh 204, 1 ; Halikhot Brakhot p.67*).

Tofu, Cachère ?

Est-ce que le tofu en magasin bio est Cachère ?



Réponse de Rav Michaël Gabison

S'il n'y a que du soja et glutamate, oui.

Bien interpréter un rêve, permis ?

J'ai une question au sujet des rêves. A chaque fois que mon 'Hatan fait un mauvais rêve ou rêve de quelque chose de curieux, je lui dis que cela signifie plein de bonnes choses (ce qui me passe par la tête : qu'il va vivre longtemps en bonne santé, avec beaucoup de réussite, etc.). Est-ce interdit ? Cela fait-il partie de l'interdiction de deviner et d'interpréter les signes ?



Réponse de Rav Yona Ghertman

L'interdiction d'interpréter des signes concerne des faits établis. Par exemple, si du pain tombe de notre bouche ou qu'un cerf interrompt notre chemin, il nous est interdit d'y voir un signe et d'adopter telle ou telle attitude à cause de cela (cf. Rachi sur *Vayikra* 19, 26 ; cf. également *Torah Temima* sur *Béréchit* 24, 14 quant aux signes demandés par Eli'ézer le serviteur d'Abraham et Yonathan le fils de Chaoul).

En revanche, rien n'est établi au moment du rêve. C'est pourquoi nos maîtres enseignent que les rêves vont d'après l'interprétation qu'on leur donne (*Brakhot* 55b). Ainsi, vous faites bien de les interpréter positivement ! Si votre 'Hatan est véritablement tourmenté par son rêve, il peut aller devant trois amis et procéder à la "*Hatavat 'Halom*" ("interprétation favorable du rêve"), dont le texte se trouve dans de nombreux *Sidourim*. Certains décisionnaires recommandent d'y procéder devant le Rav de la ville.

(Voir à ce sujet *Séfer 'Hassidim* 447 ; *'Aroukh Hachoul'han, Ora'h 'Haïm* 420, 3, 4 ; *Piské Techouvot*, ibid. ; *Pricha, Ora'h 'Haïm* 130 ; *'Hichouké 'Hémed*, sur *Nida* 65a, au nom du 'Hazon Ich (*Iguérot* 2, 149) qui recommande de ne pas trop se soucier des rêves que l'on fait de nos jours. Quant à l'interprétation des rêves de manière générale, cf. cette réponse : https://www.torah-box.com/question/tous-les-reves-sont-ils-significatifs_63090.html)

Prénom "Lev" pour un garçon

A-t-on le droit d'appeler son fils Lev ? Si oui, quel *Tsadik* portait ce prénom et où apparaît-il dans la Torah ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

Lev n'est pas un prénom courant. Par contre, Leïb est assez courant. Il est la traduction de *Arié* (lion). Lev est, cependant, un nom de famille.

Cacheroute · Pureté familiale · Chabbath · Limoud · Deuil · Téchouva · Mariage · Yom Tov · Couple · Travail · etc...



Une équipe de Rabbanim répond à vos questions (halakha, judaïsme) du matin au soir, selon vos coutumes :



01.80.20.5000 (gratuit)



02.37.41.515 (gratuit)

www.torah-box.com/question



Le voleur devancé



Un *Baal Téchouva* vint trouver son Rav, une somme importante d'argent entre les mains ; il lui posa

la question suivante :

Il y a quelques mois, avant que j'aie le mérite de faire *Téchouva*, j'ai entendu qu'un important groupe de pèlerins se préparait à prendre l'avion pour se rendre sur le tombeau d'un certain *Tsadik*, en Diaspora. J'ai malheureusement conçu le sombre dessein de voyager avec ces gens et, le matin, lorsqu'ils iraient tous prier *Cha'harit* dans l'enceinte du tombeau, faire semblant de dormir encore, rester seul à l'auberge et leur voler leur argent...

Nous sommes effectivement arrivés sur le lieu saint de la tombe et, lorsque tous les membres du groupe sont sortis prier, je me suis retrouvé seul.

Je me suis levé et m'apprêtais à mettre mon projet à exécution lorsque je constatais, stupéfait, que quelqu'un m'avait devancé...

Un habitant des environs se trouvait sur les lieux et s'affairait à mettre dans son sac les

nombreux billets laissés dans les affaires de mes amis.

Je sautai du lit et hurlai à l'adresse de cet homme : "J'appelle de ce pas la police ! Vous avez intérêt à laisser ce sac et à déguerpir au plus vite !" Il est difficile de décrire la peur et l'effroi qui s'emparèrent à cet instant du voleur. Il lâcha le sac plein de billets et s'enfuit en vitesse.

"La chance m'a souri", pensai-je alors ! Le travail avait été fait... Il ne me restait plus qu'à ramasser le sac et à m'enfuir à mon tour avec le butin.

Or, soudain, la porte s'ouvrit et quelques-uns des membres du groupe apparurent, alertés par mes cris. En voyant le voleur s'enfuir à toutes jambes et le sac plein de billets jeté à terre, ils comprirent ce qui s'était passé. Ils sautèrent alors à mon cou ; ils me remercièrent du fond du cœur et me bénirent pour avoir ainsi sauvé leur argent avec tant de présence d'esprit et d'héroïsme...

Finalement, ils décidèrent tous de me remettre une "récompense", en signe de gratitude et

ils me donnèrent une partie de cette somme importante que j'avais sauvée...

Depuis ce jour où Hachem m'a empêché de commettre un grand méfait, j'ai été assailli de sentiments de regrets et me suis remis en question, jusqu'à en venir, avec l'aide d'Hachem, à faire *Téchouva*.

A présent, je suis perturbé par la question suivante: que faire de cet argent qui m'a été offert pour avoir sauvé l'argent de ces personnes, alors qu'en réalité, toute mon intention était de le préserver pour mon propre profit? S'agit-il là d'un "cadeau offert par erreur" ou bien, ayant finalement sauvé cet argent dans les faits, serais-je en droit de le garder, en guise de présent?



Réponse du Rav Its'hak Zilberstein :

Il est raconté dans la section de *Houkat* (*Bamidbar* 21, 33-34) que lorsque Og, roi de Bachan, est sorti à la rencontre d'Israël pour le combattre, Hachem a rassuré Moché: "*Ne le crains pas, car Je le livre en tes mains, lui et tout son peuple*" (*Bamidbar* 21, 34). On en déduit que Moché était effrayé à l'idée de s'attaquer à Og et qu'Hachem a dû lui faire la promesse d'une victoire. La *Guémara* s'interroge (*Nida* 61a): Si'hon n'était-il pas le frère d'Og? N'était-il pas également un géant puissant et redoutable? N'a-t-il pas attaqué Israël juste avant (*ibid.*, verset 23)? Or, Moché ne le craignait point! Pourquoi donc était-il effrayé à l'idée de combattre Og?

La *Guémara* répond: Moché ne craignait la force physique d'aucun homme. Ce qu'il redoutait chez Og était le mérite d'Avraham. Og n'était-il pas celui qui avait annoncé à Avraham que Lot, son neveu, avait été fait captif au cours de la guerre des rois? C'est bien ce qui est noté (*Béréchit* 14, 13): "*Le fuyard vint et raconta à Avram l'Hébreu [que Lot avait été fait prisonnier]*". Ce fuyard était Og, qui avait déjà échappé au Déluge. Or, Moché craignait le mérite de cet acte de bonté qu'avait réalisé Og à l'égard d'Avraham.

Pourtant, le *Midrach* (rapporté dans le *Tossefot*, *ibid.*) explique que l'intention profonde d'Og était perverse: il venait annoncer à Avraham la capture de son neveu Lot afin de le pousser à participer à cette guerre contre les quatre rois redoutables; Avraham mourrait certainement et lui pourrait enfin épouser Sarah! Le commentaire *Daat Zékénim* (des *Baalé Hatossefot*, sur *Bamidbar*, *ibid.*) s'étonne: "L'intention d'Og était finalement mauvaise! Que craignait donc Moché?" Et de répondre: "Og ayant contribué au sauvetage de Lot, il y avait effectivement là de quoi le craindre. La *Guémara* note en effet (*Nazir* 23b) que c'est par le mérite des quarante-deux sacrifices qu'il offrit que Balak fut l'ancêtre de Ruth, quand bien même son intention fût négative, son but étant de maudire Israël!"

Nous constatons donc un phénomène incroyable: Moché craignait que l'acte de bonté d'Og (en sauvant Lot), malgré l'intention perverse qu'il dissimulait, ne fasse pencher la balance en sa faveur dans son combat contre Israël.

Il est dès lors possible d'avancer, dans le cadre de notre question également, que malgré son intention négative, laquelle n'est jamais comptabilisée avec l'acte (*Kidouchin* 40a), notre homme a finalement permis de sauver l'argent de ses compagnons. Or, l'acte lui-même ayant eu des répercussions positives, cette personne engrange grâce à lui des mérites, et, par conséquent, elle peut garder le cadeau qui lui a été remis.

En résumé, notre homme peut garder le cadeau.

Rav Its'hak Zilberstein

Pour égayer votre table de Chabbath, commandez sans plus attendre les livres A'hat Chaalti, volume 1, 2 ou 3 au : 02.37.41.515 ou www.torah-box.com/editions



Burger de poisson & mayonnaise citronnée

*Cette semaine, nous vous proposons de découvrir ce plat peu calorique, frais et original.
Les enfants (mais pas que) vont adorer !*



Ingrédients



- 2 verres cuil. à soupe d'huile
- 300 g de filet de saumon haché
- 450 g de filet de colin (ou autre poisson blanc) haché
- 2 oignons verts hachés finement
- 1 gros œuf battu
- 1 petit bouquet de persil finement ciselé
- 6 cuil. à soupe de chapelure
- 1 cuil à café de curry
- 1 pincée de piment de Cayenne
- 6 pains à hamburgers
- Mayonnaise
- 200 g de yaourt au soja nature
- 1 citron pressé
- 100 g de roquette
- Sel et poivre



Pour 6 personnes



Temps de préparation : 25 mn



Difficulté : Facile

Réalisation

- Dans un bol, mélangez ensemble le poisson, les oignons verts, l'œuf, la chapelure et les épices. Malaxez jusqu'à ce que la préparation soit homogène, en ajoutant de la chapelure au besoin pour la raffermir.

- Façonnez des hamburgers et faites-les cuire à la poêle avec l'huile environ 4 minutes de chaque côté.

- Pendant ce temps, ouvrez les pains à hamburger, déposez-les sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et faites-les griller quelques minutes à 100°C.

- Dans un petit bol, mélangez la mayonnaise avec le yaourt et le jus de citron. Tartinez l'intérieur des pains avec un peu de ce mélange. Déposer les feuilles de roquette puis les hamburgers de poisson. Refermez avec les moitiés de pain restantes.

- Servez chaud avec le reste de la mayonnaise citronnée.

Bon appétit !



SOS Cuisine

Chaque jour tout au long de l'année



Chaque jour,
grâce à vous, ce sont des milliers de familles
nécessiteuses qui sont soutenues, à travers
tout le pays.

Chaque jour,
vos noms et vos requêtes seront
retransmis aux Grands de la
génération qui prieront pour vous.

22 508
paniers alimentaires

5 160
aides médicales

8 316
bourses pour nécessiteux

782
opérations urgentes

1 748
soins dentaires

4 292
veuves et orphelins

2 689
subventions scolaires

Appel gratuit de France :

0-800-106-135

Un reçu sera envoyé pour tout don.

5 possibilités pour transmettre vos dons au Vaad haRabanim :

1. Appelez ce numéro pour un don par carte de crédit : 0-800-106-135 en Israël: 00.972.2.501.91.00
2. Envoyez votre chèque à : Vaad haRabanim 10, Rue Pavée 75004 Paris
3. Envoyez votre don à l'un des Rabbanim de votre région (demandez la liste au numéro 0-800-106-135).
4. Envoyez votre don dans l'enveloppe jointe.
5. Sur notre site : www.vaadharabanim.org Site sécurisé

Appel gratuit d'Israël :

1-800-22-36-36

Un reçu sera envoyé pour tout don.

5 possibilités pour transmettre vos dons au Vaad haRabanim :

1. Appelez ce numéro pour un don par carte de crédit : 1-800-22-36-36 en Israël: 00.972.2.501.91.00
2. Envoyez votre chèque à : Vaad haRabanim 2, Rehov Yoel, Jerusalem
3. Envoyez votre don à l'un des Rabbanim de votre région (demandez la liste au numéro 1-800-22-36-36).
4. Envoyez votre don dans l'enveloppe jointe.
5. Sur notre site : www.vaadharabanim.org Site sécurisé

Perle de la semaine par  Torah-Box

"Sans gagne-pain, un juif survit grâce à sa foi et sa confiance, j'en suis certain. Mais celui qui possède un gagne-pain, de quoi vit-il donc ?"

(Rav Sim'ha Bounam Kalich)