



Torah-Box

N°279  29 mai 2024 | 21 Iyar 5784 | Bé'houkotai

M A G A Z I N E



**TIRS CONTRE UNE
ÉCOLE JUIVE AU
CANADA**

**RAM'HAL OU
LA KABBALE
SIGNIFIANTE**

LA VIE EN FROUM
NOUVELLE HISTOIRE À
SUIVRE CHAQUE SEMAINE !

Bayit Shalem



**Chadkhan
personnel**

**Demandes
de
chidoukhim**

**Profils
visibles /
invisibles**

♥ Site ouvert à tous les membres de la communauté juive qui désirent se marier sous la houppa.

♥ Accessible depuis un smartphone.

♥ Vous pouvez choisir votre chidoukh de façon autonome et être également assisté par votre chadkhan personnel.

♥ Notre site est agréé par le Rabbinat.

♥ Cotisation annuelle de 50 euros avec un reçu CERFA instantané.

♥ Vous pouvez décider que votre profil soit visible ou invisible tout en bénéficiant de l'accès illimité à toutes les fonctionnalités de la plateforme.

♥ Un don est attendu à vos fiançailles conformément à la loi juive pour exprimer votre gratitude (Choulkhan Aroukh, Hochen Michpat, Siman 185).





Quand les souvenirs refont surface

En Israël, on a marqué en l'espace de quelques jours trois souvenirs importants : *Yom Hashoah*, qui commémore le génocide des 6 millions de Juifs durant la Seconde Guerre mondiale, *Yom Hazikaron*, où nous nous souvenons de toutes les victimes mortes dans les guerres et dans les attentats, et *Yom Ha'atsmaout*, jour de la déclaration de l'indépendance d'Israël. En réalité, ces souvenirs ne font pas écho uniquement au passé, mais traversent le temps sous forme de spirale et incarnent une réalité dans notre présent.

C'est ainsi que le 7 octobre 2023, un nouveau génocide s'est déroulé ; et de même que durant la Shoah, les Nations nous ont abandonnés, refusant même de bombarder les lignes ferroviaires menant aux camps de la mort, aujourd'hui aussi, elles sont reticentes à accorder à l'Etat d'Israël toute l'aide nécessaire à sa survie.

On aurait aimé que *Yom Hazikaron* ne soit l'occasion que de se souvenir ; hélas tous les jours, la liste des victimes s'allonge.

L'indépendance d'Israël, qui visait à permettre à tout celui qui y aspire de vivre sans contrainte son judaïsme, s'était déroulée en réalité bien différemment : les Yéménites, qui étaient tous pratiquants, et la jeunesse d'Afrique du Nord, conduits en Israël par l'Agence juive, furent redirigés vers des Kibboutzim de l'*Hachomer Hatsa'ir* et placés dans des écoles laïques, qui les détachèrent de la Tradition. Les orphelins polonais rescapés de la Shoah, qui transitèrent en 1943 par Téhéran pour Israël, connurent le même sort alors qu'ils étaient, eux aussi, issus de familles pratiquantes. Ces tragédies perpétrées par des mouvements gauchistes laïques font partie intégrante de l'histoire du nouveau *Yichouv* en Israël qui a perdu beaucoup de son identité religieuse, pour une autre d'ordre nationaliste, très étrangère au judaïsme.

Plus de 70 ans ont passé, et l'Israélien s'est depuis beaucoup rapproché de ses sources, les *Ba'alé Téchouva* se comptant désormais par centaines de milliers. On peut affirmer qu'aujourd'hui la majorité des citoyens juifs d'Israël respectent la Torah à différents niveaux. Que sont devenus ceux qui prônent la laïcité totale en Israël ? En quantité, ils ne sont plus très nombreux, et ils se retranchent dans les forteresses du pouvoir afin de continuer à influencer la marche du pays selon leurs conceptions : **le système juridique** marche en cercle fermé, les nominations se faisant selon les choix des juges ; **les médias** sont contrôlés en majorité par la gauche israélienne ; dans **l'armée**, on empêche les soldats pratiquants d'accéder aux grands postes (comme on a pu le constater dernièrement avec 'Ofer Winter, l'un des officiers les plus qualifiés de Tsahal, écarté à cause de sa *Kippa*). **Le gouvernement** - dont la composition dépend en revanche du vote électoral - est sans arrêt secoué par la gauche laïque afin de le faire tomber. Faute de pouvoir s'imposer par les urnes, cette dernière utilise tous ses autres atouts pour imposer son idéologie, prête à tout détruire afin de parvenir à ses fins.

À l'heure où Israël est en danger, faiblement soutenu par les Nations, la *Ahdout* (unité) est primordiale. Cependant, il y en a pour qui - comme lors de la naissance de cet État - le seul souci est de créer des dissensions et de pousser les Juifs à abandonner leur tradition. En définitive, la seule solution pour l'avenir d'Israël réside justement dans notre retour vers D.ieu et Ses commandements. Au début de la *Parachat Bé'houkotai*, La Torah écrit explicitement que seule l'observance des lois dictées par l'Éternel garantit la paix. On ne peut qu'espérer et prier pour que tous reviennent à leur patrimoine millénaire et qu'on puisse connaître le Salut très bientôt pour tout Israël. Amen !

Rav Daniel Scemama



ישל"ה" בקבר השל"ה טבו
וצאצאיהם

CETTE PRIÈRE OUVRE LES PORTES DU CIEL



**PRIÈRE DU
CHLAHH HAKADOCH**

DES GUEDOLEI
HADOR CHLITA
À TIBÉRIADE
POUR LA RÉUSSITE
DE NOS ENFANTS

**SUR LA TOMBE
DU CHLAHH HAKADOCH**



0-800-106-135

www.vaadharabanim.org

Envoyez votre don à l'un des Rabanim de votre région (demandez la liste au numéro 0-800-106-135).

Envoyez votre chèque à :
Vaad haRabanim
10, Rue Pavée 75004 Paris

Appellez ce numéro pour un don par carte de crédit : 0-800-106-135 en Israël: 00. 972.2.501.91.00

+33 7 83 70 35 28

Envoyez votre don dans l'enveloppe jointe

Un reçu sera envoyé pour tout don

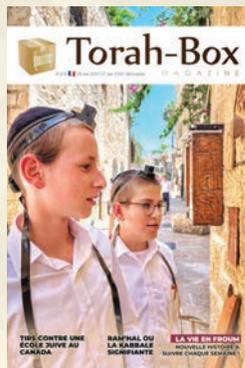
Veuillez libeller vos chèques à l'ordre de Vaad haRabanim

Envoyez vos noms



SOMMAIRE

- 03** Rav Daniel Scemama
L'Édito - Les souvenirs qui refont surface
-
- 07** Actualités
-
- 10** Rony Hayot
Qui sont les vrais colonisateurs ?
-
- 12** Nos Sages
Ben Bag Bag
-
- 14** *Pirké Avot*
Un bon œil
-
- 16** Rav Mordékhai Chriqui
Ram'hal ou la Kabbale signifiante
-
- 18** *Histoire juive*
L'incroyable sacrifice de Lala Solika
-
- 21** Rav Yehonathan Gefen
Bé'houkotai - Je ne néglige aucune Mitsva
-
- 23** Shabatik
-
- 27** Histoire
Le génie de Minsk
-
- 29** Flash Chabbath
-
- 30** Vu sur le Net
-
- 31** Devinettes sur la *Paracha*
-
- 32** Rav Yossef Yitzhak Pevzner
Le message d'un rabbin de Paris 
-
- 34** David Lefrançois
Journée sans tabac : J'arrête de fumer !
-
- 36** Découverte
Mon voyage au cœur de l'histoire du judaïsme de Nice !
-
- 38** Sciences & Torah
Le pied, un miracle d'ingénierie
-
- 40** Femmes
Sois fière, et ne te tais point
-
- 42** Histoire à suivre - La vie en Froum
Episode 1 : Une soirée inattendue
-
- 44** Questions au Rav
-
- 46** Recette
Salade de betteraves et pommes acidulées



Responsable publication
David Choukroun

Rédacteurs

Rav Daniel Scemama,
Alexandre Roseblum,
Elyssia Boukobza, Rony Hayot,
Rav Yehonathan Gefen, Rav
Mordékhai Chriqui, David
Lefrançois, Rav Yossef Yitzhak
Pevzner, Its'hak-Eugenio
De'Giorgi, Pr Gilbert Daniel
Nessim, Noémie Hadida, Mia
Atlan, Rav Avraham Garcia, Rav
Aharon Sabbah, Rav Gabriel
Dayan, Rav Its'hak Bellahsen,
Murielle Benainous

Mise en page
Dafna Uzan

Couverture
Rami Cohen

Secrétariat
01.80.20.5000

Publicité
Yann Schnitzler
yann@torah-box.com
04.86.11.93.97

Distribution
diffusion@torah-box.com

Remarques & commentaires
magazine@torah-box.com

Abonnement
torah-box.com/magazine



• Les annonces publicitaires sont
sous la responsabilité de leurs
annonceurs

• **Ne pas lire pendant la prière**

• Ce magazine contient des
enseignements de Torah, ne pas le
jeter dans une poubelle



CALENDRIER DE LA SEMAINE

MER	29 Mai 21 Iyar	Daf Hayomi Baba Métsi'a 91 Michna Yomit Sota 8-3
JEU	30 Mai 22 Iyar	Daf Hayomi Baba Métsi'a 92 Michna Yomit Sota 8-5
VEN	31 Mai 23 Iyar	Daf Hayomi Baba Métsi'a 93 Michna Yomit Sota 8-7
SAM	1 ^{er} Juin 24 Iyar	 Parachat Bé'houkotaï Daf Hayomi Baba Métsi'a 94 Michna Yomit Sota 9-2
DIM	2 Juin 25 Iyar	Daf Hayomi Baba Métsi'a 95 Michna Yomit Sota 9-4
LUN	3 Juin 26 Iyar	Daf Hayomi Baba Métsi'a 96 Michna Yomit Sota 9-6
MAR	4 Juin 27 Iyar	Daf Hayomi Baba Métsi'a 97 Michna Yomit Sota 9-8



**Grand Mazal Tov à
Rav Ra'hamim Ankri**
pour le mariage de sa fille Odélia !

.....

**Grand Mazal Tov à notre joyeux bénévole
'Haïm Farahat-Levy**
pour le mariage de sa fille Tsafia !

 **Horaires du Chabbath**

	Paris	Lyon	Marseille	Strasbourg
Entrée	21:27	21:04	20:53	21:04
Sortie	22:50	22:21	22:06	22:26

 **Zmanim du 1^{er} Juin**

	Paris	Lyon	Marseille	Strasbourg
Nets	05:51	05:54	06:01	05:31
Fin du Chéma (2)	09:50	09:46	09:48	09:29
'Hatsot	13:49	13:39	13:36	13:27
Chkia	21:46	21:23	21:12	21:23



CONCOURS de la SEMAINE

BÉ'HOUKOTAÏ 2024

GAGNE UNE CARTE-GADEAUX AMAZON DE 100€

Quel est l'enseignement de Torah dans cette photo ?



✓ *Donne ta réponse en commentaire sur torah-box.com (page du concours)*



Aucun gagnant la semaine dernière

La réponse était :

"La bénédiction réside dans ce qui est caché de l'œil"
(Ta'anit 8b)



Rafia'h : Tshal élimine deux hauts commandants du 'Hamas

Les forces israéliennes ont éliminé dimanche soir Yassin Rabi'a, le commandant du quartier général du 'Hamas en Judée-Samarie ainsi que Khaled Nagar, un autre haut-responsable du groupe terroriste.

Le premier dirigeait toutes les formations militaires et supervisait les attentats et les transferts de fonds au sein du quartier général de l'organisation dans la région. Il était lui-même l'auteur de plusieurs attaques meurtrières au début des années 2000. Le second a orchestré des attaques par balle et d'autres complots terroristes en Judée-Samarie.

Les deux terroristes avaient été libérés de prison lors de l'accord passé entre le 'Hamas et Israël pour libérer le soldat Guil'ad Chalit.

Canada : Tirs contre une école juive, aucun blessé



Des coups de feu ont été tirés contre une école juive de Toronto samedi, aux premières heures

de la journée. La police locale est à la recherche de deux suspects identifiés sur les caméras de vidéosurveillance placées à proximité de l'établissement.

Peu avant cinq heures du matin, deux individus armés sont sortis d'un véhicule et ont tiré plusieurs fois en direction de l'école. Aucun blessé n'a heureusement été rapporté. L'incident s'est produit devant l'école primaire pour filles *Bais Chaya Mushka*, située à North York, en banlieue de Toronto.



À la recherche d'une solution de filtrage internet **fiable** et **réactive**?

Ne cherchez plus!

Le filtre N°1 aux Etats-Unis et en Angleterre

Enfin disponible en France !

Protégez-Vous tout en restant productif, C'est notre priorité!

- Assistance **PERMANENTE** et **IMMÉDIATE** 24h/24.
- Personnalisation **ULTRA PRÉCISE** et avancée.
- Option de **CONTROLE PARENTAL** disponible.
- Connexion internet **ININTERROMPUE**.

DISPONIBLE UNIQUEMENT
SUR ANDROID ET
WINDOWS

Shalvaelbaze6@gmail.com

 techloqfrance@gmail.com

 07 66 79 17 28



L'ambassadeur israélien à l'ONU fustige son secrétaire général après l'éloge funèbre du président iranien

L'ambassadeur israélien à l'ONU a fustigé le message de condoléances rédigé vendredi par Antonio Guterres, quelques jours après la mort du président iranien Raïssi. "Guterres, pendant que vous écriviez un éloge funèbre pour un meurtrier de masse et partisan du terrorisme, avez-vous pensé aux milliers de personnes



qu'il a assassinées? Vous inclinez la tête à la mémoire du meurtrier Raïssi tandis que le peuple iranien est opprimé et que le régime des Ayatollahs sème la destruction et la mort. Il est temps d'arrêter de faire l'éloge des terroristes et de commencer à agir contre eux", a écrit sur X l'ambassadeur Guilad Erdan.

Rejet de l'appel du jeune juif condamné à mort en Iran

La Cour suprême de la République islamique a rejeté ce week-end l'appel d'Ervin Nethanel Ghahremani, jeune juif iranien de 20 ans condamné à mort pour le meurtre d'un musulman, il y a deux ans, dans une rixe. Dans le dossier d'appel, la famille du jeune homme a affirmé que des erreurs avaient été commises durant l'enquête et que les policiers

avaient délibérément ignoré les tentatives de Ghahremani de sauver la victime après l'avoir blessée. Des proches ont aussi déclaré à l'organisation de défense des droits de l'homme IHRNGO que l'avocat commis d'office n'avait pas défendu efficacement son client et que la légitime défense à l'origine de la mort de la victime n'avait pas été plaidée.

"Israël ne peut en aucune manière être comparé au 'Hamas', affirme le procureur de la CPI



Dans une interview accordée au *Sunday Times*, le procureur en chef de la Cour pénale internationale (CPI), Karim Khan, a fermement rejeté les accusations selon lesquelles il établissait une équivalence entre les actions d'Israël et celles du 'Hamas, les qualifiant d'"absurdes". "Je ne dis pas qu'Israël, avec sa démocratie et sa Cour suprême, s'apparente au 'Hamas, bien sûr que non. Je ne pourrais être plus clair, Israël a parfaitement le droit de protéger sa population et de récupérer les otages. Mais personne n'a le droit de commettre des crimes de guerre ou des crimes contre l'humanité. Les moyens que nous employons nous définissent", a-t-il soutenu au média britannique.

F.D.I. Le seul déménageur présent en France et en Israël

Déménagez en toute tranquillité, F.D.I s'occupe de tout...

De domicile à domicile
Groupages & Containers

Déménagement national et international
Retour à votre nouveau domicile.
Aucune sous-traitance
Maîtrise totale du processus de livraison

VOTRE DÉMÉNAGEUR PROFESSIONNEL DEPUIS PLUS DE 15 ANS
L'ALYA, C'EST NOTRE MÉTIER!
NOTRE EXPÉRIENCE ET NOTRE PROFESSEUR D'ASSISTANCE À VOTRE SERVICE

DEVIS GRATUIT

NOS AGENCES
FRANCE : 01 49 43 00 20 - ISRAËL : 054-77 33 215
www.demenagementisrael.com/fr
fdidemenagements@wanadoo.fr

EMBALLAGES SPECIAUX

Gaza : Nouveaux détails sur l'opération qui a mené à la découverte des trois corps d'otages"



Tsahal diffuse de nouveaux détails après la découverte des corps des otages 'Hanan Yablonka, Michel Nissenbaum et Orion Hernandez dans la nuit de jeudi lors d'une opération conjointe de Tsahal et du Chin-Beth à Gaza. Les trois hommes avaient été kidnappés le 7 octobre et vraisemblablement tués ce même jour. Les renseignements sur l'emplacement des dépouilles ont été obtenus en s'appuyant "sur des informations précises reçues et analysées ces derniers jours par les services de renseignement", a affirmé Tsahal. "Le commandement était en communication constante avec les forces de manœuvre afin de les guider vers l'emplacement exact des dépouilles", a ajouté l'armée.

"De la rivière à la mer": Les déclarations révoltantes de Yolanda Diaz, la deuxième vice-présidente d'Espagne

Le ministre des Affaires étrangères israélien Israël Katz a interdit vendredi au Consulat d'Espagne à Jérusalem de fournir des services aux Palestiniens de Judée-Samarie. Cette décision intervient après la reconnaissance unilatérale par l'Espagne d'un État palestinien et après que la vice-première ministre espagnole Yolanda Diaz ait appelé à "libérer la Palestine de la rivière à la mer", reprenant ainsi la devise du 'Hamas.

L'ambassadeur d'Israël en Espagne avait réagi peu de temps avant, affirmant : "Cette expression est un appel clair à l'élimination d'Israël, à la promotion de la haine et de la violence. Les déclarations antisémites n'ont pas leur place dans une société démocratique."

Elyssia Boukobza

L'assurances

Groupe GLS

☎ 01 88 60 79 52

VOTRE MUTUELLE SANTÉ 100%



Médecins



Hospitalisation



Optique



Dentaire



Appareils auditifs



100% PRIS EN CHARGE

voir conditions avec votre conseiller(e)

VOTRE ASSURANCE HABITATION TOUT RISQUE



à partir de

POUR UN STUDIO
139€/an

POUR UN 3 PIÈCES
226€/an

NOTRE OFFRE
COUP DE CŒUR

POUR UN 2 PIÈCES
199€/an

POUR UN 4 PIÈCES
260€/an

POUR UN 5 PIÈCES
299€/an

Responsabilité civile scolaire offerte !

ON S'OCCUPE DE TOUT !

l'assurances.fr

Devis immédiat en ligne



Qui sont les vrais colonisateurs ?

Beaucoup de peuples se sont libérés de la colonisation, pour très rapidement devenir colonisateurs à leur tour. La liste est sans fin à travers les siècles et le monde. Pour certains peuples, les choses sont beaucoup plus claires au niveau légal et historique et pourtant, personne ne lève le plus petit doigt dans le monde pour les libérer de la colonisation...

Parlons de ce qu'il se passe entre la France et le peuple kanak de Nouvelle-Calédonie. Plus généralement, que se passe-t-il dans le monde en matière de colonisation et de décolonisation ?

On reproche à Israël de coloniser un territoire, de ne pas obéir aux résolutions de l'ONU et j'en passe. Alors essayons de savoir d'où viennent les Arabes établis en Israël que l'on appelle aujourd'hui "les Palestiniens".

Avant 1810, en Palestine, vivaient des populations juives très pauvres vivant de dons et d'aumônes ; les habitants étaient de simples artisans autour des villes saintes telles que Hébron, Jérusalem, Tsfat ou Tibériade. Après 1810-1820, arrivent les bâtisseurs, des Juifs d'Afrique du Nord et des Balkans. Ces Juifs séfarades de la première heure firent revivre les villes côtières de Yaffo, Haïfa et Akko, villes qui étaient à l'époque en ruines. Ils mirent en place toute l'infrastructure initiale afin de permettre le développement de ces localités.

À partir là, affluent des Arabes de toute la région, de pays que l'on appelle aujourd'hui l'Égypte, la Syrie, la Jordanie, le Liban, des Arabes qui ne cherchaient qu'à nourrir leurs familles. L'arrivée des Juifs ashkénazes à partir de 1882 (correspondant au début du sionisme politique avec Herzl lors du congrès sioniste en 1897) a accéléré l'immigration arabe. La suite, nous la connaissons, un certain nombre d'opportunistes arabes ont utilisé ces immigrés pour les appeler "le peuple palestinien", un peuple à l'époque sans culture, sans drapeau, sans terre définie, sans histoire, sans monnaie, bref, une escroquerie historique.

Si nous regardons de plus près les vrais peuples, des peuples établis sur leurs terres depuis des millénaires avec des traditions, une histoire, des croyances, un drapeau, des symboles, etc., l'on découvre que ces peuples qui s'appellent aujourd'hui les Kanaks de Nouvelle-Calédonie,

les Almoravides du Sahara occidental, les Samoans des Samoa américaines, les Polynésiens de Polynésie descendants des Austronésiens, sont tous de vrais peuples reconnus par l'ONU, peuples ayant droit à l'autodétermination.

Je reviens au conflit entre la France et le peuple kanak. Nous allons voir que pour ces peuples, les choses sont beaucoup plus claires au niveau légal et historique et pourtant, personne ne lève le plus petit doigt dans le monde pour les libérer de la colonisation.

La Nouvelle-Calédonie a figuré sur la liste des territoires non autonomes établie par les Nations Unies de 1946 à 1947, avant d'en être retirée. Le 2 décembre 1986, l'Assemblée générale des Nations Unies a réinscrit la Nouvelle-Calédonie sur cette liste, adoptant la résolution 41/41/A qui affirme "le droit inaliénable du peuple de la Nouvelle-Calédonie à l'autodétermination et à l'indépendance".

Sont qualifiés de territoires non autonomes, aux termes du chapitre XI de la charte des Nations Unies, les "territoires dont les populations ne s'administrent pas encore complètement elles-mêmes". Le 26 juin 1988, la France reconnaît dans les accords de Matignon et de Nouméa qu'il y a une situation coloniale en Nouvelle-Calédonie, mais depuis, la France et ses gouvernements successifs louvoient. Ils ont changé les règles avant la fin de la partie à plusieurs reprises, de façon arbitraire et arrogante. Pour l'ONU et les Kanaks, ce n'est pas acceptable, et c'est la raison pour laquelle nous assistons aujourd'hui au désolant spectacle de la destruction de l'île.

Le "Comité spécial de la décolonisation" de l'ONU a, à son ordre du jour, 17 territoires non autonomes. Ces territoires sont colonisés par ce que l'on appelle pudiquement des "puissances administrantes", et appelées par les peuples puissances occupantes. Ces puissances sont généralement des États membres des Nations

Unies. Voici quelques exemples: le Sahara occidental, administré par le Maroc; Gibraltar, les îles Falkland et 8 autres territoires, administrés par le Royaume-Uni, la Polynésie et la Nouvelle-Calédonie, administrées par la France, les Samoa américaines, administrées par les USA, etc. Il est important de souligner que Jérusalem-Est, Gaza, la Judée-Samarie et le Golan ne figurent pas sur cette liste.

Allons chercher un peu plus loin dans le temps, et nous constatons qu'après tout, les peuples ont presque tous colonisé leurs voisins. Je citerai trois exemples de donneurs de leçons à Israël:

- L'empereur du Mali; s'il est devenu empereur, c'est parce qu'il a colonisé tous ses voisins;

- Les Arabes, qui ont colonisé tout le Maghreb puis l'Espagne pendant 700 ans, soit bien plus que le temps qu'ont passé les Blancs en Amérique.

- Les Sérères au Sénégal (qui reprochent beaucoup à la France), qui ont colonisé les Wolofs et les Mandingues.

Beaucoup de peuples se sont libérés de la colonisation, pour très rapidement devenir colonisateurs à leur tour. La liste est sans fin à travers les siècles et le monde. Alors, arrêtons de faire la différence entre les colonisateurs et les colonisés, les peuples du monde ont tous été l'un ou l'autre et souvent l'un et l'autre.

Actuellement, l'Afrique cherche à se libérer de ses colonisateurs et est considérée, par beaucoup de pays dans le monde, comme une héroïne. L'histoire récente de l'Océanie, de l'Amérique du Sud, de l'Asie, du Moyen-Orient et des Européens de l'Est nous prouve que les frontières sont fragiles et les colonisateurs sont nombreux.

Israël d'aujourd'hui, et le peuple juif pendant toute son histoire, n'ont jamais colonisé aucun

peuple ni aucun pays. Curieusement, on reconnaît l'existence de cet État juif, mais on ne le laisse pas se défendre pour sa survie. On dit que le 7 octobre a libéré la parole antisémite,

on peut également ajouter que cela a augmenté la liste des pays qui cherchent à déstabiliser la région dans un but clairement antisémite. Les tentatives de déstabilisation de la région par les pays arabes, la plupart des pays africains, la Russie et certains pays d'Europe de l'Est, par l'ONU, et plus récemment par des pays européens tels que l'Espagne, l'Irlande ou la Norvège, etc., sont là pour nous rappeler que tous ces pays ne sont pas antisémites mais utilisent sournoisement ce conflit dans un but malsain.

Le comble, c'est qu'aujourd'hui certains pays traitent Israël de colonisateur, ces mêmes pays qui ont colonisé, et pour certains, colonisent encore d'autres peuples!

La note positive que je retiens, c'est ce qu'il s'est passé à l'Eurovision 2024. Les votes du jury ont classé Israël à la 12^{ème} place, et les votes du public ont classé Israël à la seconde place. Résultat, Israël a terminé 5^{ème} du classement. Les peuples ne sont plus aussi dupes et manipulables que les politiques peuvent le penser.

Les extrêmes droites dans le monde progressent, y compris en Israël. La mondialisation est passée par là et a fait des dégâts. L'islam radical a réveillé le nationalisme en Europe. Le désir des peuples est de se retrouver, retrouver leur drapeau, leur pays, leurs régions, leurs territoires, leurs religions et leurs origines. Ce que nous appelons ici le retour du peuple juif à ses racines et à sa terre. Malheureusement, les politiques jouent avec ces valeurs pour diviser et pour mieux dominer les peuples. Cela va changer, le peuple a toujours le dernier mot, et une fois de plus les dirigeants de ce monde n'auront pas d'autre choix que de prendre le train en marche.

Rony Hayot

Ben Bag Bag

Dans des centaines de passages talmudiques, nous voyons que les Sages avaient des connaissances scientifiques déduites de la Torah ou apprises par une Tradition qui remonte à la Révélation. Nos Sages avaient toutes ces connaissances parce qu'on y trouve des allusions dans la Torah, comme l'affirme Ben Bag Bag !

La Michna

Ben Bag Bag dit : "Fouille-la [la Torah] et fouille-la, car tout y est. Par elle, tu verras, vieillis et use-toi sur elle et ne la quitte pas, car tu n'as pas mieux qu'elle !" (Avot 5, 22)

Ben Bag Bag est un contemporain de Hillel. D'après les *Tosfot* (dans '*Haguïga* 9b), c'est un prosélyte. De même, *Midrach Chémouël* rapporte que Ben Bag Bag, ainsi que Ben Hè Hè, cité dans la Michna 23, sont des prosélytes ; pour que leur conversion ne soit pas connue des délateurs, on leur donna des surnoms qui, pour les initiés, font allusion à leurs origines. Ainsi, les lettres de Bag Bag sont les initiales de *Ben Guèr Ben Guiyorèt*, ("fils de prosélyte, fils d'une prosélyte") (*Na'halat Avot*).

Les connaissances de nos Sages en science...

Ben Bag Bag affirme que l'on peut découvrir dans la Torah toutes les connaissances scientifiques.

Cette idée est reprise par Ramban (né à Gironde en Espagne, décisionnaire, exégète et cabaliste de renom, venu s'installer en *Erets-Israël* à l'âge de 73 ans et mort en 1274) dans l'introduction à son commentaire sur la Torah. Dans *Hatalmoud Oumada' Hatévé*l, Rabbi Yékoutiel Aryé Komaler cite, références à l'appui, toutes les connaissances scientifiques de nos Sages. Par exemple, Rabbi Yéhochoua' connaissait une comète qui apparaît tous les 70 ans. Rabbi Yo'hanan Ben Gadgada savait combien il y avait de gouttes dans la mer... ! (*Horayot* 10a).

Spécialiste en médecine (*Yoma* 49b), Rabbi 'Hanina donna un remède à un lépreux (*Kétoubot* 77b).

Nos Sages savent depuis longtemps que la terre est ronde (voir *Zohar* III, *Mikets* 10: *Midrach Kohélèt Rabba* 1), et que des hommes vivent sur un autre hémisphère (*Zohar*, ibid.). Rabbi

Yéhochoua' Ben 'Hanania connaissait la durée de gestation des serpents (*Békhorot* 8b) et l'épaisseur du globe terrestre (*Pirké Dérabbi Eliézer* 5).

... Et en zoologie !

Pasteur prépara un sérum antirabique à partir d'un chien atteint de la rage ; une méthode similaire avait déjà été recommandée par Rabbi Matya Ben 'Harach (ibid. 83a) !

Dans des centaines de passages talmudiques, nous voyons que les Sages avaient des connaissances scientifiques déduites de la Torah ou apprises par une Tradition qui remonte à la Révélation sur le mont Sinaï. Ainsi, ils ont déclaré : "Tout poisson qui a des écailles a aussi des nageoires !" (*Nida* 51b). Ou encore : "Tout ce qui existe [tous les animaux] sur la terre ferme, existe aussi dans la mer, à l'exception de la belette !" (Talmud de Jérusalem, *Chabbath* 4). Ils ont dénombré 700 variétés de poissons et 800 sortes de sauterelles (*Houlin* 63b) ; ils ne pouvaient le savoir que par tradition !

Ils ont dit aussi : "Tous les oiseaux lèvent le bec pour boire de l'eau, sauf la colombe qui la suce (*Para* 9,3) ; "Tout animal cornu a des sabots" (*Nida* 51b) ; "Les intestins des porcs ressemblent à ceux des hommes" (*Ta'anit* 21b) ; "Les poissons, les serpents et les porcs se renforcent en vieillissant" (*Chabbath* 77b).

A l'évidence, nos Sages avaient toutes ces connaissances scientifiques parce qu'on y trouve des allusions dans la Torah, comme l'affirme l'auteur de notre Michna : "Fouille-la, fouille-la, tout y est !"

Extrait du livre *Pirké Avot*, disponible sur : boutique.torah-box.com



LA CONSTRUCTION A DÉJÀ COMMENCÉ ! REMISE DES CLÉS DANS 24 MOIS



Rentabilité loc.
moyenne 11%
dont 8% min.
Garantie
Constructeur

N D D E S I G N

Villas VIP exclusive à Batumi

Résidences de luxe au coeur d'un parc
verdoyant à 5 min. de la mer **Villa 168 m²**
pour seulement **365.000 \$**

1 A.R. dans la journée chaque semaine pour
vous faire découvrir BATUMI et le projet



Piscine Jacuzzi et
jardin entièrement
équipé



Meublée et décorée
par un designer



Niveau de
construction
très élevé



Climatisation dans
toute la villa



Chauffage
au sol



Parking

contactez Yoan Attali 

Israël 058-5110672

France 06 12 65 24 98



Yael Invest
Growth Partner



Batumi

1 Hôtel Caché
4* toute l'année

La nouvelle
destination des
Israéliens

Plus-Value et Renta
non imposables

Un bon œil

Que signifie "un bon œil" ? Pourquoi posséder un bon œil doit être la voie à laquelle un homme doit s'attacher ?



Il [Rabban Yo'hanan Ben Zakaï] leur dit : "Sortez et identifiez la voie droite à laquelle l'homme doit s'attacher." Rabbi Eli'ézer dit : 'Un bon œil.' Rabbi Yéhochoua' dit : 'Un bon ami.' Rabbi Yossé dit : 'Un bon voisin.' Rabbi Chim'on dit : 'voir les conséquences de ses actes.' Rabbi El'éazar dit : 'Un bon cœur.'" (*Pirké Avot 2, 9*)

La Michna commence avec Rabbi Yo'hanan interrogeant ses élèves sur la voie idéale à laquelle l'homme doit s'attacher.

Les commentateurs expliquent qu'il visait ceci : il y a certes de nombreuses manières louables d'agir, et il existe de nombreux traits de caractère admirables, mais il voulait déterminer lequel était le plus approprié à acquérir, car en excellent dans ce domaine-là, il serait incité à briller dans tous les domaines.

Rabbi Eli'ézer répond que la voie idéale est de posséder un *'Ayin Tova*, un bon œil. Les commentateurs offrent deux interprétations principales sur le sens de cette expression.

Voir le bien dans ce que l'on a

D'après le *Rambam* et *Barténoura*, avoir un bon œil signifie exceller dans la qualité de *Histapkout* – être satisfait de ce que l'on a. En

quoi est-ce lié au fait d'avoir un bon œil ? Un homme atteint le niveau d'être heureux de ce qu'il a lorsqu'il est *Saméa'h Bé'helko*, heureux de la part qu'Hachem lui a attribuée.

Cet homme perçoit le bien dans tout ce qu'il reçoit, d'où la description qui est faite de lui, d'un homme doté de bienveillance.

Le *Mili Déavot* (*Méoré Or 66*) ajoute que ce trait de caractère sera un catalyseur pour l'homme afin d'être vertueux dans de nombreux domaines :

- » il ne volera pas ;
- » il ne convoitera pas les biens de son prochain ;
- » il sera généreux, donnera la *Tsédaka* avec largesse et fera des actes de bonté ;
- » il ne se lancera pas à la poursuite de ses désirs, étant satisfait de ce qu'il a.

De cette manière, Rabbi Eli'ézer nous enseigne qu'avoir un bon œil est le trait de caractère idéal à acquérir, du fait qu'il aura un effet positif dans de très nombreux domaines de la *'Avodat Hachem*, le service divin.

Rabbénou Yona définit spécifiquement le 'Ayin Tova comme une référence à la qualité de *Nédivot* – la générosité. Il affirme que la générosité intervient en conséquence d'un bon œil et d'un cœur généreux, et une personne dotée de ces attributs réussira dans tous les domaines de la vie.

L'exemple d'Avraham

Une autre Michna (*Pirké Avot* 5, 21) présente l'exemple d'un homme doté d'un 'Ayin Tova, parmi d'autres traits de caractère admirables : Avraham Avinou.

En s'appuyant sur les diverses explications ci-dessus, les commentateurs expliquent comment Avraham était un modèle de 'Ayin Tova. Sa générosité se perçoit clairement à travers tous les récits de sa conduite de 'Hessed, comme dans l'épisode de la venue des trois anges qu'il servit très généreusement. (*Béréchit* 18, 7)

Les commentateurs relèvent qu'il excellait également dans la qualité de *Hitsapkout*, comme lorsque le roi de Sdom voulut lui offrir des présents pour le remercier de l'avoir sauvé dans la guerre, mais Avraham refusa de prendre la moindre récompense, heureux de ce qu'il avait et non désireux de recevoir des cadeaux. (*Béréchit* 14, 23)

Un bon œil, source d'optimisme, de réussite et de foi

En réalité, il n'y a pas de désaccord réel entre les commentateurs, mais chacun d'eux se concentre plutôt sur un aspect différent du 'Ayin Tova.

L'élément sous-jacent de ce trait de caractère est le fait de discerner le bien dans toutes les situations. De ce fait, l'homme est heureux de ce qu'il possède et heureux de donner aux autres, car il les perçoit sous une lumière positive.

De surcroît, un tel individu voit le bien chez les autres, et il brillera dans d'autres *Mitsvot* importantes. Par exemple, il jugera les autres favorablement, tentant constamment de voir leurs actions sous un jour favorable.



Un homme doté d'un 'Ayin Tova sera un optimiste, considérant la vie et le monde sous un jour favorable, en dépit des défis de l'existence.

De la même manière, il ne dira pas de *Lachon Hara'*, de médisance, car le *Lachon Hara'* intervient en conséquence d'un jugement négatif sur autrui, mais une personne dotée d'un 'Ayin Tova ne sera pas affectée par ce défaut, du fait qu'elle perçoit le bien chez son prochain.

Très important : un homme doté d'un 'Ayin Tova sera un optimiste, considérant la vie et le monde sous un jour favorable, en dépit des défis de l'existence. Il a bien plus de chances de réussir dans tous les aspects de la vie, grâce à son attitude reflétant qu'il est possible de vivre une vie heureuse et réussie.

À un niveau plus profond, il semblerait qu'être doté d'un 'Ayin Tova indique un sentiment profond d'*Emouna* et de *Bita'hon* (foi et confiance) dans le fait que Hachem supervise tous les événements et que tout ce qui se passe est pour le bien.

En revanche, un homme doté de 'Ayin Hara', d'un mauvais œil, oubliera la *Hachga'ha Pratit* (Providence divine particulière) d'Hachem et aura le sentiment que la vie est contre lui et qu'il est destiné à souffrir, voire à échouer. Cette attitude est assez courante, comme l'indique la croyance dans la loi de Murphy : tout ce qui est susceptible d'aller mal, ira mal.

Cet adage reflète une idée hérétique, car la vérité est à l'exact opposé, comme l'a exprimé Na'houm *Ich Gamzou* : tout est pour le bien. En conséquence, un homme doté d'un 'Ayin Tova est certainement voué à mener une vie heureuse et à réussir sur le plan spirituel.

Rav Yehonathan Gefen



Ram'hal ou la Kabbale signifiante

La vie du Ram'hal est exceptionnelle, sa fin tragique. Quant à ses écrits, ils sont sublimes. A l'occasion de sa Hiloula ce lundi 26 Iyar (03/06/24), découvrez un aperçu de sa vie et son œuvre.

Ram'hal, initiales de Rabbi Moché 'Haïm Luzzatto (1707-1746) est sans doute l'un des maîtres les plus prolifiques et les plus innovateurs que le judaïsme ait connu après Maïmonide. Kabbaliste et logicien, talmudiste et poète, moraliste et grammairien, théologien et dramaturge – telles sont les facettes apparemment antinomiques de la personnalité exceptionnellement riche de ce géant de la Torah.

Mais le Ram'hal est d'abord le plus grand érudit de la Kabbale qui a pensé la véritable dimension ésotérique en termes rationnels. Ainsi, il a clairement défini les fondements authentiques de la foi juive à partir de la Kabbale (*Derekh Hachem*, La voie de D.ieu).

Un génie qui suscite la controverse

Il naît en 1707 dans le ghetto de Padoue (Italie), qu'il ne quittera qu'en 1735. La virulence des calomnies et les violentes attaques contre ses écrits l'obligent alors à quitter sa ville natale pour Amsterdam. Dès leur diffusion en effet, les écrits de Ram'hal soulèvent une polémique sans merci. Ils sont bientôt attaqués avec une violence inouïe par les rabbins de Venise, puis par ceux de Francfort lors du passage du maître dans cette ville en 1735.

En réalité, la raison de cette grande controverse ne réside pas dans la propagation de la Kabbale par un jeune homme qui irrite les maîtres de sa génération, mais dans l'idée du messianisme qui émane de l'œuvre Ram'haliennne. En effet,



le Ram'hal a reçu la révélation d'un Maguid – un narrateur céleste – en 1727, qui lui dicte le Zohar *Tin'yana* ou le Second Zohar pour la Délivrance. À l'instar de Rabbi Chim'on Bar Yo'haï, le maître du Zohar, Ram'hal s'impose dès l'âge de vingt ans dans le canon toranique.

Pourtant, en 1730, sous la pression des maîtres de sa génération, hantés par l'idée du "faux messie", le Ram'hal accepte de signer

un "aveu", sur le conseil de son maître, Rabbi Isaïe Bassan. Cet aveu stipule l'interdiction d'écrire les secrets ou les révélations sous la forme araméenne du Zohar.

La signature de l'aveu n'apaise pas les détracteurs du Ram'hal, et les attaques se poursuivent sans répit, jusqu'au début de l'année 1735 où le grand génie de la Kabbale est contraint de quitter l'Italie pour Amsterdam. Il fait une escale dans le *Beth Midrach* de Rabbi Ya'akov Papirach, à Francfort. Il espère que dans cette ville d'érudits, il pourra s'employer à dissiper les malentendus dont il est victime. Mais il est menacé de *'Hérem* (anathème), s'il ne signe pas un second aveu qui, cette fois, stipule l'interdiction d'écrire des ouvrages sur la Kabbale, de l'enseigner et même de l'étudier, avant l'âge de quarante ans.

Accès incontesté à la postérité éternelle

Après avoir signé, le Ram'hal se rend à Amsterdam. Dans cette ville, il peut enfin retrouver une vie plus sereine et il compose des œuvres ayant trait, non pas à la *Kabbale*

directement, mais à l'éthique et à la foi. En 1740, il publie un livre, le traité de *Moussar* (éthique juive) le plus remarquable qui ait jamais été écrit : *Messilat Yecharim*, La voie des Justes. Toutes les communautés de la Diaspora adoptent sans hésiter cet ouvrage, qui devient ainsi le traité fondamental de la morale juive.

Pourtant, *Messilat Yécharim* est plus qu'un livre de morale. Le Ram'hal y enseigne la voie de la perfection qui conduit au but ultime : la prophétie. Il y montre la voie de la piété authentique, tant recherchée par les véritables maîtres de la Torah qui aspirent à l'union avec D.ieu.

À Amsterdam où il vit jusqu'en 1743, Ram'hal publie une dizaine d'ouvrages, dont le fameux *Derekh Hachem* - La Voie de D.ieu, véritable sommet de la foi juive.

En 1743, Ram'hal quitte Amsterdam pour se rendre en *Erets Israël*, à Acco (Acre). Trois ans plus tard, en 1746, le 26 Iyar, alors qu'il n'est âgé que de 39 ans, il est victime d'une épidémie et quitte ce monde pour rejoindre les saints d'Israël. Il est enterré à Tibériade, à côté de Rabbi 'Akiva.

La vie du Ram'hal est exceptionnelle, sa fin tragique. Quant à ses écrits, ils sont sublimes. Au-delà des péripéties et des bouleversements de son histoire, sont perceptibles la profonde unité de sa personnalité et de son œuvre.

L'œuvre du
Ram'hal inaugure
l'ère messianique qui
libère les hommes
du dualisme et les
conduit vers l'Unité
ultime pour atteindre
la *Dvékout*,
l'adhésion.

Au-delà de la symbolique et du rationnel, au-delà de l'éthique et de la mystique, il y a quelque chose dans l'œuvre Ram'haliennne de l'ordre du conscient universel, il s'agit du *Yi'houd*, l'Unité absolue.

L'œuvre du Ram'hal inaugure l'ère messianique qui libère les hommes du dualisme et les conduit vers l'Unité ultime pour atteindre la *Dvékout*, l'adhésion. La totalité de cette œuvre est presque entièrement consacrée à la connaissance de la *Hanhaga*, la direction divine du monde, et à son but ultime, le *Guilouy Yi'houdo*, la révélation de l'Unité.

Rav Mordékhai Chriqui
Institut Ram'hal

Réduction jusqu'à 50% sur les livres du Ram'hal
le 2 juin au Beth Ram'hal de Har Nof (Jérusalem).
En savoir plus : 0546-850-857

PARTICIPEZ & RECEVEZ

au magazine

ce boîtier de Mézouza
béni par le Rav Kanievsky

» Envoyez vos suggestions d'amélioration

» Réagissez aux articles parus » Soumettez vos articles

» Proposez de nouvelles rubriques

 magazine@torah-box.com



*si votre idée est retenue



L'incroyable sacrifice de Lala Solika

A l'occasion de la Hiloula de Lala Solika, aussi appelée Solika la sainte ce mardi 27 Iyar (04/06/24), Torah-Box est heureux de partager avec vous son histoire et celle de son incroyable sacrifice.

Le récit suivant, qui se déroula en 1834 à Tanger au Maroc, fut rapporté par de nombreuses sources. Nous rapporterons ici la version retenue par les communautés juives du Maroc.

Dans la ville de Tanger vivait une jeune fille de 16 ans d'une rare beauté, du nom de Solika Hatchuel. Si rare que son père, un juif pieux appelé 'Haïm, lui avait enjoint de ne pas sortir dans la rue, de peur que les non-juifs alentours ne la convoitent.

La convoitise du voisin arabe

Un jour cependant, la jeune Solika fut contrainte de sortir. Malgré sa tenue ample et longue, à la manière des femmes pieuses du Maroc, ce que son père craignit arriva : un jeune Arabe du quartier posa ses yeux sur Solika et décida de la faire sienne. Pour ce faire, il alla trouver son père et exigea de lui qu'il demande la main de la jeune fille auprès de sa famille.

C'est ainsi que le père du jeune homme vint un beau jour taper à la porte de la famille Hatchuel pour demander – exiger – de celle-ci qu'elle concède à accorder Solika en mariage à son fils. "Si vous refusez, menaçait-il avant de partir, nous saurons infliger à votre fille le châtement qu'elle mérite pour avoir offensé le prophète..." (en refusant de se convertir à l'islam pour officialiser le mariage, comme l'exige leur religion).

Consternée, les parents de Solika entreprirent de cacher leur fille chez des proches parents, afin que les Arabes du quartier ne puissent la trouver. Lorsque des gardes se présentèrent chez la famille pour arrêter la jeune fille, ils ne la trouvèrent point. Ils interrogèrent les parents qui affirmèrent que leur fille s'était enfuie de la maison et qu'ils ignoraient où elle se trouvait. A ces paroles, les gardes emprisonnèrent la mère de Solika, dans l'attente que cette dernière se rende.

Un procès fantoche

Lorsque Solika entendit que sa mère avait été emprisonnée à cause d'elle, elle décida de se rendre aux autorités en échange de la libération de sa mère bien-aimée. Quelques jours plus tard, on la présenta devant un tribunal chargé de la juger pour l'accusation mensongère d'apostasie : en effet, les deux Arabes, le fils et le père, avaient monté de toutes pièces une histoire selon laquelle Solika avait embrassé la foi islamique dans le but d'épouser le jeune homme duquel elle était tombée amoureuse, mais qu'au dernier moment, elle s'était rétractée et avait abandonné l'islam – ce qui constitue un crime d'une extrême gravité.

Face à ces accusations mensongères, Solika ne se laissa pas impressionner. Avec audace et détermination, elle repoussa tous les arguments et s'employa à prouver sa bonne foi. Surtout, elle refusa avec force les "offres" qui lui étaient faites par le cadî de se convertir à l'islam pour sauver sa vie. "Juive je suis née, juive je resterai", martela-t-elle, alors que les juges brandissaient face à elle la menace d'une condamnation à mort.

A l'issue de ce simulacre de procès, Solika fut emmenée à Fez, la grande ville, où le décret de mort pouvait être prononcé par le sultan. C'est là-bas que le fils de ce dernier aurait entrevu la jeune fille alors qu'elle était détenue dans une cellule ; à son tour, il la convoita et alla jusqu'à lui proposer de l'épouser et de devenir reine du Maroc en échange de son abandon de sa foi. Face à son refus catégorique, le prince eut l'audace d'aller trouver le Rav de la ville de Fez et menaçait d'extermination tous les Juifs de la ville si Solika ne céda pas à son chantage. Le danger était tel, que le rabbin fut tenté de proposer à Solika de se convertir en apparence, afin de sauver la communauté du décret qui pesait sur elle.

Mais Solika demeura inflexible. Rien ne put la détourner de sa détermination à rester pure et fidèle à sa foi. Au Rav de Fez, qui argumenta que la reine Esther aussi avait dû se sacrifier en se mariant avec le roi Assuérus afin de sauver son peuple d'un décret d'extermination, Solika répondit : "La différence, c'est qu'Assuérus ne savait pas qu'Esther était juive. Dans mon cas, ma foi est de notoriété publique; je refuse que le Nom du Dieu d'Israël soit profané par mon entremise !"

Finalement, le décret de mort contre Solika fut prononcé. La jeune fille, aussi forte dans sa *Emouna* que le soleil au zénith, fut menée sur la place publique pour y être exécutée, aux yeux d'une foule exultée qui s'apprêtait à assister avec sadisme à sa mise à mort. Celle-ci avait été planifiée de manière particulièrement cruelle : la jeune femme devait être attachée par les cheveux à la queue d'un cheval sauvage au galop et trainée dans les rues jusqu'à ce qu'elle rende l'âme.

La pudeur en dernière volonté

Jusqu'à ses derniers instants, la jeune Solika, mue par une force puisée aux sources ancestrales, résista aux tentatives de la faire abjurer. Alors qu'on lui demandait d'exprimer ses dernières volontés, Solika demanda à ce qu'on lui apporte des épingles à nourrice. Face à cette demande singulière, les bourreaux s'exécutèrent. Solika s'empara des épingles et déclara à voix haute face à la foule : "De même que j'ai veillé ma vie durant à préserver ma pudeur afin de ne faire trébucher aucun homme, ainsi en sera-t-il à ma mort." Elle planta les épingles dans sa chair pour rattacher sa robe à ses jambes et ses bras, afin qu'aucune partie de son corps ne se découvre lors de son supplice.

La vision de cette jeune fille en martyr, prête à se lacérer afin de préserver sa pudeur, éveilla les cœurs de tous les juifs présents à la *Téhouva*. Même les *Rabbanim* de la ville de

Fez témoignèrent que l'acte héroïque de Solika la *Tsadékèt* les avait inspirés dans leur crainte du Ciel. Alors que le cavalier avait entamé sa course et que la jeune fille était au chapitre de la mort, elle fit un signe afin que celui-ci s'arrête.

Les Arabes présents commencèrent à ricaner, certains que c'en été trop pour Solika et que la jeune fille s'apprêtait à abandonner sa foi. A la place de cela, Solika demanda à attacher plus fortement à sa chair les épingles qui commençaient à se relâcher !

Lala Solika, aussi appelée Solika la *Tsadékèt*, rendit son âme pure avec le Nom divin sur ses lèvres. Le cavalier qui l'avait suppliciée finit par se convertir au judaïsme, subjugué qu'il fut par le courage et la piété de la jeune fille.

Lala Solika fut enterrée à Fez. Plus tard, ses restes furent déplacés dans le nouveau cimetière israélite de Fez, où elle repose désormais. Le lieu de sa sépulture est vénéré aussi bien par les Juifs que par les Arabes, qui savent bien que leurs prières y seront exaucées. Il est de notoriété que les jeunes gens en quête d'un bon parti et les couples stériles se voient délivrés après avoir prié sur sa tombe.

Lala Solika, aussi bien au cours de sa jeune vie que de son martyr, laisse derrière elle un héritage à même d'inspirer des millions de femmes juives de par le monde. Sa foi inébranlable, sa pureté, sa pudeur et son courage sont un témoignage éternel de ce que doit être le comportement d'une fille d'Israël.

Puisse le souvenir de Solika la *Tsadékèt* être source de bénédictions pour toutes les femmes d'Israël et l'ensemble du peuple juif !

Elyssia Boukobza

“Juive je suis née,
juive je resterai”,
martela-t-elle,
alors que les juges
brandissaient face à
elle la menace d'une
condamnation
à mort.



BIENVENUE À LA MAISON !

85,500 NIS
 (~ 21 000 €)
 seulement
 à la signature

L'AVENIR EN ISRAËL !

Dans le nouveau quartier de Ofakim,
 Appartements du 4 au 6 pièces

À partir de **11.775 Shekels / m²**

5% à la signature

Tout le reste à la remise des clés, SANS INDEXATION !!!



**Nouveau quartier
 résidentiel**



**À 10 min
 de Beer Sheva**



**Garantie
 bancaire**



**Forte rentabilité
 locative**



**Haut potentiel
 de plus-value**



**Appartements
 très spacieux**



**Parking
 privé**

Pour plus d'informations, contactez moi:

SHIMONE HALFON 054-7007326

ou depuis la France au

01.77.38.08.27

En coopération avec le cabinet de maître Eli Haddad



ELI HADDAD
 LAW OFFICE & NOTARY



ש.ח. נכסים
 שיווק ותיווך פרויקטים



Supplément spécial Chabbath

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

Bé'houkotai - Je ne néglige aucune Mitsva

Malgré l'influence de la société, chaque Juif est imprégné d'une force lui permettant de s'en détacher et de s'efforcer de respecter toute la Torah.



"Mais si vous ne M'écoutez pas et que vous n'exécutez pas tous ces commandements..." (Vayikra 26, 14)

Le *Sforno* commente: "...et du fait que vous n'avez pas suivi Mes préceptes, vous n'accomplirez pas toutes les Mitsvot, mais que vous avez effectué celles de votre choix..."

Dans la *Paracha* de cette semaine, la Torah décrit certaines malédictions qui s'abattront sur le peuple juif s'il ne s'y conforme pas. Le *Sforno* déduit des mots employés dans le verset que l'on ne reproche pas le fait d'avoir rejeté toute la Torah, mais plutôt que l'on ait sélectionné les Mitsvot à respecter et celles à ignorer.

Nous savons que les mots de la Torah sont éternels et qu'ils s'appliquent à toutes les générations. Si elle insiste tant sur ce problème, c'est qu'il fut d'actualité à travers toute l'histoire du peuple juif, et qu'il l'est encore à l'heure actuelle. Comment voit-on que ce malaise est propre à notre génération ?

Des commandements obsolètes ?!

Premièrement, et c'est la manifestation la plus visible, certains groupes de personnes rejettent intellectuellement certaines Mitsvot de la Torah qui ne confortent pas leur façon de penser. Et même s'ils acceptent, plus ou moins, que les

commandements doivent, dans l'absolu, être respectés, ils leur attribuent diverses raisons et décident que celles-ci ne sont plus valables de nos jours. Ils déduisent donc que ces lois n'ont plus besoin d'être appliquées à notre époque.

Prenons l'exemple de l'interdiction de manger du porc. La Torah ne donne pas de raison à cette prohibition qui entre dans la catégorie des '*Houkim* – lois dont on ne connaît pas le motif. Selon certains groupes hérétiques, cet interdit était imposé à cause de la prolifération de certaines maladies. Actuellement, ce risque n'existant plus, la *Mitsva* n'aurait plus lieu d'être. L'une des nombreuses erreurs de cette ligne de pensée est de croire qu'un être humain est en mesure et en droit de décider si une *Mitsva* nous incombe – l'approche véritable, celle voulue par la Torah est d'observer les commandements parce qu'Hachem nous les a donnés, qu'on en comprenne la raison ou non. Cela ne signifie pas que l'on doit accomplir aveuglément les *Mitsvot* – les commentateurs nous proposent plusieurs "raisons" les expliquant. Mais il ne faut pas faire dépendre notre observance de ces éléments.

Cette erreur s'est produite dans l'Histoire quand des interdits ou des commandements institués pas nos Sages furent remis en question. L'un des chefs de file de ce mouvement défia l'injonction d'observer deux jours de *Yom Tov* en '*Houts Laarets* (en dehors d'*Erets Israël*). Il rejeta l'explication de '*Hazal* à propos de cette règle qu'il faut suivre, bien que les raisons originales de ce décret ne s'appliquent plus.

Fauter par tradition ou par habitude

Notons toutefois que ce problème peut aussi affecter des personnes qui croient au caractère divin de toute la Torah, mais dont le '*Yétser Hara'* incite à négliger le respect de certaines *Mitsvot*. Les facteurs principaux de ce genre de phénomènes sont l'influence de l'entourage et l'habitude. Si quelqu'un a grandi dans une société qui ignorait, partiellement ou totalement, certaines *Mitsvot*, il lui sera très difficile de se détacher de ce comportement et d'adhérer à la véracité de la Torah.

Les commandements généralement laissés de côté sont ceux sur lesquels la *Guémara* témoigne : *Nafcho Chel Adam Mé'hamadtam* – l'individu a une attirance naturelle pour ces plaisirs [ceux ayant trait à l'immoralité ou à l'argent].

Ainsi, plusieurs interdits explicites qui sont souvent négligés – parmi eux, l'obligation pour les femmes mariées de se couvrir la tête, l'interdit des danses mixtes, ou celui pour un homme de toucher une femme qui n'est pas la sienne (et inversement). En ce qui concerne l'argent, les lois relatives au vol, au paiement des impôts et le respect des lois du pays ont tendance à être appliquées moins minutieusement que d'autres *Mitsvot*.

Une force unique pour respecter TOUTE la Torah

Malgré cette influence de la société, il est essentiel de se souvenir que chaque Juif est imprégné d'une force lui permettant de s'en détacher et de s'efforcer de respecter toute la Torah. Nous l'avons héritée d'Avraham *Avinou*, qui délaissa tout ce à quoi sa société croyait et accordait de l'importance pour vivre une vie de vérité. Évidemment, il est primordial que chacun fasse appel et soit guidé par un Sage en Torah pour savoir ce qui est obligatoire et ce qui entre dans la catégorie des exigences, et ce qui n'est pas dicté par la *Halakha*.

Ceci s'applique également aux femmes. La Rabbanite Zahava Braunstein donnait cours à un groupe de femmes traditionalistes d'origine séfarde. L'une d'elles posa un jour une question relative au *Kissouï Roch* (le fait de se couvrir les cheveux) et il s'avéra que la plupart d'entre elles croyaient qu'il s'agissait d'une coutume ashkénaze qui n'était nullement liée aux Séfarades. Elle leur apprit que c'était en réalité un commandement de la Torah, et les entraîna ainsi à commencer à accomplir cette si belle *Mitsva*.

Puissions-nous tous mériter de nous efforcer à respecter toutes les *Mitsvot* dans toute leur splendeur.

Rav Yehonathan Gefen



SHA BA TIK

N°378

Feuillet parents-enfants pour Chabbath

édité par  Torah-Box.com

BÉ'HOUKOTAÏ 5784

1 JEU PAR ÉQUIPE

Formez deux équipes qui s'affronteront au cours des jeux des pages 1, 2, 3 et 4 !



JEU

1

IDENTIFICATION DES ÉQUIPES

1. Donnez un nom qui contient 2 "O" à votre équipe. 2. Trouvez un slogan à votre équipe. (★★ 2 points pour le slogan le plus sympa) 3. Expliquez pourquoi vous êtes les plus forts. (★★ 2 points pour les plus convaincants, ★★ 2 points pour les plus drôles)



2

L'UN, L'AUTRE OU LES 2 ?

Pour chacun des événements suivants, vous devez dire lequel concerne :

Mois - Semaine - Ni l'un ni l'autre



● Chavou'ot

> Semaine

● 30 jours

> Mois

● 365 dans l'année

> Ni l'un ni l'autre

● 7 jours

> Semaine

● Février

> Mois

● Mardi

> Semaine

● 20 jours

> Ni l'un ni l'autre

● Mensuel

> Mois

● Yom Chichi

> Semaine

● 12 dans l'année

> Mois

● 52 dans l'année

> Semaine

● Adar

> Mois

● Hebdomadaire

> Semaine

● Chémitta

> Ni l'un ni l'autre

● Roch 'Hodech

> Mois





SHABATIK

2

JEU EN ÉQUIPE (SUITE)

JEU

4

UNE FAMILLE EN OR (jeu d'intuition)



Répondez à la question proposée et gagnez **1 point** ★ pour chaque réponse qui se trouve dans la liste proposée.

?

Cite des expressions dans lesquelles apparaissent deux fois le même mot :

Face-à-face

Tête-à-tête

Main dans la main

Pas à pas

Côte à côte

?

Cite des prénoms qui se terminent par "el" :

Gabriel

Michaël / Raphaël

Daniel

Samuel / Emmanuel

Ariel

?

Cite des desserts de l'été :



Glace

Milkshake

Pastèque

Salade de fruits

Melon

JEU

5

LES DÉFIS DE LA SEMAINE



Répète sans te tromper, 7 fois, la phrase



"Les chiens sont chous en Chine."

- Monsieur et Madame Sanfraper ont un fils, comment s'appelle-t-il ?
 - > **André.**
- Énigme : Qu'est-ce qui se mouille en séchant ?
 - > **Une serviette.**
- **Le savez-vous ?** Combien de temps a duré la guerre la plus courte qui a eu lieu entre Zanzibar et l'Angleterre ? (8 tentatives permises) ?
 - > **38 minutes (500 morts).**
- Le participant sort de table. Les convives retirent 2 objets de la table. Le participant revient et **doit deviner quels objets ont été retirés** en moins d'une minute.
- Tu as 30 secondes pour **faire rire au moins 2 personnes** assises autour de la table.
- **Chante** un chant de Chabbath.
- Terminez la phrase : "Le plus grand accomplissement de l'homme est de trouver...
 - > **... sa place dans le monde."**
- Termine la blague : Quel est le chiffre préféré des vampires ?
 - > **Le 109.**
- À quelle hauteur record peut sauter le cougar (6 tentatives permises) ?
 - > **5,5 mètres.**

SHA BA TIK

3 ÉNIGMES

1^{ère} énigme

Un homme a reçu un sort : il passe toutes ses journées sous la forme d'une fleur et ne retrouve sa forme humaine que pendant la nuit. Il demande à un ami : "Si tu vas demain dans le pré, que tu trouves parmi les fleurs, celle que je suis et que tu me cueilles, alors le sort sera brisé.

Comment peut-il le retrouver ?

Réponse : C'est la seule fleur du pré sans rosée, car elle n'a pas passé la nuit à l'extérieur.



2^{ème} énigme

Monsieur et Madame Dikulizé ont une fille, comment s'appelle-t-elle ?

Réponse : Valérie



HALAKHA QUIZ

Dans ce QCM sur la Halakha, il peut y avoir une ou plusieurs bonnes réponses. Chaque bonne réponse rapporte 1 ★ point à son équipe.



Pour quelle raison le Rambam a tranché qu'on doit rester assis lors de la lecture des 10 commandements ?

1. Pour ne pas faire de différence avec le reste de la Torah que l'on écoute assis
2. Car les personnes âgées seraient trop fatiguées
3. Car c'est uniquement pour la 'Amida qu'il faut être debout

Réponse : 1



Pour quelle raison les Sages ont tranché qu'on doit se lever lors de la lecture des 10 commandements ?

1. Car les 10 commandements ne sont pas moins importants que la 'Amida
2. En souvenir du mont Sinaï où les Bné Israël ont reçu la Torah debout
3. Car les 10 commandements contiennent toute la Torah

Réponses : 2 et 3



SHA BA TIK



?

4

LE TEXTE FOU

A

CHERCHEZ LA QUESTION. (Jeu de connaissances et de rapidité.)

Ce jeu est un quiz d'un genre différent, puisque on vous donne la réponse et c'est à vous de trouver la question. Chaque bonne "question" rapporte 1 point ★ à son équipe.

- **Les semaines.**
 - > Que signifie le mot Chavouot ?
- **Le 16 Nissan.**
 - > A quelle date commence-t-on à compter le Omer ?
- **Sept.**
 - > Combien de semaines compte-t-on ?
- **Roch 'Hodech Sivan.**
 - > Quel jour les Juifs sont-ils arrivés dans le désert du Sinaï ?
- **Les enfants**
 - > Quels garants Hachem accepte-t-il pour donner la Torah ?
- **« Naassé Vénichma ».**
 - > Lorsque Moché demande au peuple de s'engager d'obéir à Hachem, que répondent-ils ?
- **A toutes les nations.**
 - > A qui Hachem a-t-il proposé la Torah ?
- **Les deux premiers.**
 - > Combien de commandements les Juifs ont-ils entendu directement d'Hachem ?
- **Car c'était une petite montagne, ce qui symbolise l'humilité.**
 - > Pourquoi le mont Sinaï a-t-il mérité que l'on y donne la Torah ?
- **Veiller et étudier.**
 - > Quelle est la coutume du premier soir de Chavouot ?
- **Des mets lactés**
 - > Qu'avons-nous la coutume de consommer le premier jour de Chavouot ?

2

QUI SUIS-JE ? (Jeu de rapidité.)

La 1^{ère} équipe qui donne la bonne réponse gagne ★ 1 point.

- **Je suis un grand homme qui quitte Israël à cause de la famine ?**
 - > Elimelekh.
- **Je suis la femme de Elimelekh.**
 - > Naomie.
- **Je suis la femme de Kilyon.**
 - > Orpa.
- **Je suis la femme de Mah'Ion.**
 - > Ruth.
- **Je suis la nation d'origine de Ruth.**
 - > Moav
- **Je suis un proche parent d'Elimelekh.**
 - > Boaz.
- **Je suis le fils de Ruth et de Boaz**
 - > Oved.
- **Nous sommes les enfants d'Elimelekh et de Naomie ?**
 - > Mah'Ion et Kilyon.



Envoyez-nous vos commentaires sur www.torah-box.com/shabatik

Shabatik est une publication hebdomadaire éditée par l'association Torah-Box
Textes : Chlomo Kessous et Yael Allouche | Responsable : Rav Michael Allouche



Le génie de Minsk

*Brusquement, je suis tiré de ma torpeur par l'enfant qui éclate en sanglots.
"Mon oncle, s'il te plaît ! Je veux étudier encore plus la Torah..."*



Dans les années 1950, un monsieur âgé se présente à une *Yéchiva* près de chez lui, dans le New Jersey. Il dit : "Je veux retrouver le génie de Minsk !"

Personne ne réagit, il s'emporte : "Comment ça, personne ne connaît le génie de Minsk ?! Ne me dites pas que les Nazis l'ont tué !"

Le remue-ménage dérange l'étude dans le *Beth Hamidrach*, et un étudiant en Torah vient à la rencontre de l'homme âgé. "Je m'appelle David, venez vous asseoir un instant avec moi et expliquez-moi calmement ce qu'il se passe.

- Je suis désolé du vacarme, mais je perds patience. Je m'appelle Zalman, je suis arrivé en Amérique il n'y a pas longtemps, j'ai perdu toute ma famille pendant la guerre. Je suis à la recherche d'un petit garçon que j'ai connu à Minsk quand j'étais jeune."

Une oreille indiscreète

Le vieil homme boit à petites gorgées le café chaud que lui a servi David, et il commence son récit. "J'étais encore jeune homme, j'habitais chez mes parents à Minsk. À la maison, entre mes frères et mes sœurs et mes grands-parents qui vivent chez nous, nous sommes les uns sur

les autres. Je passe mes journées à la maison à aider ma maman pour les tâches ménagères.

Les parois de notre maison sont tellement fines qu'on entend toute la journée les conversations de la maison mitoyenne à la nôtre. On habite à côté de la maison du Rav de la ville, et toute la journée quand il n'est pas au *Beth Hamidrach*, il parle de Torah. Pour passer le temps, j'écoute les conversations, cela me permet d'étudier tout en nettoyant le sol, en épluchant les pommes de terre...

Un jour, alors que je suis en train de faire les lits, j'écoute le Rav enseigner la Michna à Aharon, son neveu orphelin. Je me laisse bercer par la beauté des chapitres du traité qu'ils étudient, et je m'allonge sur un lit en les écoutant attentivement. Je me rends compte que le petit garçon est un prodige pour son âge, il arrive à poser des questions très profondes à son oncle. Je suis impressionné.

Brusquement, je suis tiré de ma torpeur par le petit enfant qui éclate en sanglots. 'Mon oncle, s'il te plaît ! Je veux étudier encore plus la Torah et je sais que tu n'as pas assez de temps pour moi car tu as des responsabilités en tant que rabbin. Mais moi, je veux l'étudier toute la journée !



- J'aimerais tellement, mon trésor, mais je n'ai pas assez d'argent pour payer le voyage vers Kovno ! Et qui paierait tes études ?

A ces paroles, j'aimerais tant aider ce garçon, mais comment ? Je réfléchis à mon emploi du temps. C'est vrai que j'aide maman à la maison, et c'est indispensable. Mais est-ce que je ne pourrais pas dégager quelques heures de travail dans la journée ?

Un saint travail

Après cette réflexion, je me rends compte que je peux trouver du temps à travailler dehors. Je fais le vœu que chaque kopeck que je gagnerai, je le consacrerai à la Torah de ce jeune garçon.

Ma mère me soutient dans ma décision et dès le lendemain, je commence à vendre des petits pains chauds au marché du village. Mon petit commerce rencontre un certain succès. Au bout d'un mois, j'ai pu économiser une somme d'argent importante que je décide d'apporter au Rav.

'Mon cher voisin Zalman ! Quel bon vent t'amène ?

- *Kevod Harav*, j'ai commencé à vendre des pains au marché de Minsk, et j'ai gagné une certaine somme d'argent que je veux vous donner pour la Torah du petit Aharon.'

- C'est adorable, mais je ne peux pas accepter. Tu en as sans doute beaucoup plus besoin que moi !

- Rav, j'ai pris la mauvaise habitude d'écouter vos conversations de Torah à travers les murs de votre maison. J'ai entendu votre neveu pleurer et supplier d'aller étudier à la *Yéchiva*. Ce jour-là, j'ai pris sur moi de travailler quelques heures par jour et de consacrer tous mes revenus pour l'envoyer en *Yéchiva*. Il est tellement fort en Torah qu'il mérite d'étudier le plus possible !'

Le Rav est très ému par mon geste et, après avoir refusé l'argent dans un premier temps, il l'accepte finalement en me bénissant abondamment.

Dès le lendemain, le Rav prépare une petite valise avec le peu d'affaires de son neveu, et le voici en route pour la *Yéchiva*."

Le 'Hessed d'aujourd'hui bâtit les géants de demain

David a écouté avec beaucoup d'attention le récit. "C'est vraiment une histoire émouvante. Vous avez fait preuve d'une générosité incroyable, surtout à cette époque et dans votre situation. Vous savez ce qu'il est advenu du petit garçon ?"

Zalman s'exclame : "Non, et c'est justement la raison de ma présence ici ! Des décennies sont passées depuis, il y a eu les pogroms et la Shoah, et je repense souvent à cet enfant. J'espère qu'il a survécu. Si oui, il doit être âgé maintenant, et j'aurais tellement aimé savoir s'il a progressé dans l'étude de la Torah !"

David propose : "Donnez-moi le nom de l'enfant si vous vous en rappelez, et je ferai des recherches.

- Je vous l'ai dit, il s'appelle Aharon !

- Oui, mais son nom de famille ?

- Je ne suis pas sûr, mais je crois que c'est Pines."

L'étudiant n'en croit pas ses oreilles. Il reprend son souffle, et il dit à Zalman, le vieil homme : "Cher monsieur, vos recherches sont terminées. Aharon Pines a bien survécu à la Shoah grâce à D.ieu, et il est aujourd'hui l'un des plus grands *Rabbanim* au monde, Rav Aharon Kotler, le fondateur de la prestigieuse *Yéchiva* de Lakewood !"

Cette histoire magnifique nous rappelle la force méconnue et inconnue de la *Tsé'daka*, la charité. Quand on donne, on ne connaît pas les conséquences infinies de notre don. Comme Rav Aharon Kotler le disait lui-même : "Tout comme D.ieu Se soucie d'éviter la perte d'un seul individu, nous devons nous aussi nous soucier des besoins de nos frères." En faisant preuve d'une énorme générosité pour le petit garçon, Zalman ne s'attendait pas à offrir au monde l'un des plus grands cadeaux possibles : un géant de Torah !



1. Changer mes draps de lit, Chabbath, permis ?

> Oui, si c'est pour les besoins du Chabbath, c'est-à-dire qu'on compte utiliser le lit pendant Chabbath et que cela nous dérange qu'il soit ainsi. Sinon, c'est interdit. (*Ma'yan Omer II*, 1, 38)

2. Utiliser le Sodastream, Chabbath, permis ?

> Oui, le fait de mettre de l'eau dans cet appareil non-électrique et d'y injecter du gaz n'est pas interdit. (*Hazon Ovadia Chabbath V*, 286)

3. Se raser le soir, permis ?

> Oui, permis d'après la *Halakha* mais à éviter d'après la *Kabbala*. (*Yé'havé Da'at* 4, 20 ; *Divré Yatsiv* 99)

Les lois du langage



Le *'Hafets 'Haïm* nous enseigne qu'il est interdit de médire même si l'on tait les noms des personnes concernées, lorsque l'auditeur peut en deviner l'identité.

En outre, même si les propos n'ont rien de dénigrant, mais qu'ils risquent de causer du tort à la victime et que l'intention de l'auteur est malveillante, on les considère comme du *Lachon Hara'*.



Hiloula du jour

Ce jeudi 22 Iyar (30/05/2024) tombe dans le calendrier hébraïque la *Hiloula* de Rabbi Chlomo Eli'ézer Alfanderi, connu sous le nom de *Saba Kadicha*, le grand-père saint. Né en Turquie au 19^{ème} siècle, il fut grand-rabbin de Damas, de Tsfat et de Beyrouth. Il était connu pour sa grande rigueur dans l'application de la *Halakha*. Ses décisions et *responsa* ont été publiées dans trois ouvrages à titre posthume.

N'oubliez pas d'allumer une bougie en son honneur afin qu'il prie pour vous !



Une perle sur la Paracha

"אם בקחתי תלכו"

"Si vos suivez Mes lois"
(*Vayikra* 26, 3)

Rachi explique ainsi : "Soyez assidus dans votre étude de la Torah."

Dans son livre *Or Daniel*, Rav Daniel Ohayon nous raconte une histoire bouleversante sur l'assiduité dans la Torah, même dans les pires moments de la vie.

"Un jour, en Belgique, j'ai trouvé un livre portant sur une seule question d'un traité du Talmud, avec pas moins de 137 réponses ! Un homme m'indiqua qu'il était le neveu de l'auteur de ce livre, décédé lors de la Shoah : 'Mon oncle était un érudit en Torah. Je me suis retrouvé avec lui dans le camp d'Auschwitz et une nuit, il me dit : 'Si Hachem t'aide à sortir vivant de cet enfer, je te demande d'accomplir ma dernière volonté : finir pour moi le traité que j'étudie actuellement.'"

Sachez que la dernière volonté des Juifs tués par la barbarie nazie est de finir pour eux les traités du Talmud qu'ils n'ont pas pu étudier !"



Obtenir la guérison

Un Mi chébera'h durant l'office de Chavout. Des Juifs dans la tourmente, malades et en quête de guérison. Le message de Rav Elyachiv. Grâce à la prescription du Gadol Hador, voici comment demander la guérison durant Chavout.



Segoula de Rav Palaggi



104



0-800-106-135

www.vaadharabanim.org

Envoyez votre don à l'un des Rabanim de votre région (demandez la liste au numéro 0-800-106-135).

Envoyez votre chèque à :
Vaad haRabanim
10, Rue Pavée 75004 Paris

Appelez ce numéro pour un don par
carte de crédit : 0-800-106-135
en Israël: 00. 972.2.501.91.00

+33 7 83 70 35 28

Envoyez vos
Kim'ha dePiss'ha



Envoyez votre don dans l'enveloppe jointe

Un reçu sera envoyé pour tout don

Veuillez libeller vos chèques à l'ordre de Vaad haRabanim

Règle du jeu :

Dans ce jeu, des questions correspondent aux lettres de l'alphabet. La première réponse commence par un A, la deuxième par un B, etc. Les participants doivent trouver le mot exact en français. Le point est attribué à celui qui donne la bonne réponse en premier. Il y a des devinettes pour tous les âges. Le mot surligné dans la devinette indique ce qu'il faut chercher.

A Les *Tsadikim* peuvent bénéficier d'une proximité avec Hachem plus grande que celles de **ces créatures**.

Des Anges

B Les commentateurs se demandent pourquoi la Torah n'évoque que des ... d'ordre matériel et non pas les récompenses spirituelles.

Bénédictions

C Ce **petit nombre** de Juifs poursuivra cent ennemis.

Cinq

D Ce **pourcentage** des animaux du gros ou petit bétail doit être consacré comme offrande.

un Dixième

E Il existe une sorte de vœu "Erekh", qui se traduit par ...

Evaluation

F Une des malédictions est que le bruit de **cette chose** si légère nous fera fuir !

Feuille

G "Cela ne traversera pas votre pays", cela signifie que les armées ne tenteront même pas de traverser Israël pour faire la guerre ailleurs.

Le Glaive

H Dans beaucoup de communautés, on dit **ces mots** à la fin de notre *Paracha*, qui marquent la fin du livre de *Vayikra*.

"Hazak, Hazak, venit hazak !"

J Le *Ma'asser Chéni*, la seconde dîme, doit être consommée dans **cet endroit**.

Jérusalem

L **Qualité morale**, fidélité à tenir ses engagements.

Loyauté

M Cent d'entre vous poursuivront **ce grand nombre** d'ennemis.

Myriade

N Lorsque la pluie tombe à **ce moment**, c'est une bénédiction car ça ne dérange personne.

Les Nuits de Chabbath

O Si les enfants d'Israël n'... pas à la parole d'Hachem, ils s'attireront l'inverse de la Bénédiction.

Obéissent

P C'est **le point culminant** des bénédictions, car sans ça, il n'y a rien !

La Paix

R Si un animal est consacré, il est interdit de le ... par un autre, même si le second est mieux.

Remplacer

S **Opération de guerre**, qui consiste à entourer l'ennemi (surtout une ville ou des fortifications) pour le priver des secours venus de l'extérieur.

faire le Siège

T Se consacrer à **son étude** intensive fera mériter toutes les bénédictions.

la Torah

V **Ces récoltes** resteront fraîches et il faudra faire de la place

les Vieilles récoltes



L'importance de l'effort

A la demande des responsables de Torah-Box, je m'adresse à vous afin de tenter d'apporter un éclairage sur la *Parachat Bé'houkotay*, à l'aune de la '*Hassidout*.

Notre Paracha commence par les mots: "Si vous suivez Mes lois et que vous gardez Mes commandements pour les accomplir" et débouche ensuite sur une série de promesses, essentiellement d'ordre matériel. Rachi explique que si la seconde partie du verset ("et que vous gardez Mes commandements") fait référence à l'observance des *Mitsvot*, la première partie, elle, se rapporte à l'étude de la Torah qui a pour but son accomplissement.

Ce verset suscite plusieurs questions que nous allons tenter de cerner. Nous savons que la *Michna* dans *Avot* (1, 3) nous met en garde de ne pas "ressembler à celui qui sert son maître dans le seul but de recevoir une récompense". Or ici la Torah semble dire que l'intérêt d'étudier la Torah et d'observer les commandements réside justement dans la récompense – qui plus est matérielle !

Nos commentateurs apportent plusieurs réponses à cette question. Le *Abrabanel* et le *Kli Yakar* citent le *Rambam* dans *Hilkhot Téchouva* (chap. 9) ainsi que dans l'introduction de son *Pérek 'Hélèk*, où il explique que l'intention de la Torah n'est pas de parler en termes de récompense, mais qu'elle prend en compte l'effort sincère du Juif pour faire la volonté de son Créateur et qu'en échange, elle lui "facilite la tâche", pour ainsi dire. En d'autres termes,

il ne s'agit pas de récompense, mais plutôt d'octroyer au serviteur les moyens de remplir ses obligations.

Dans le commentaire de Rachi que nous avons cité, celui-ci parle de "se surpasser dans l'étude de la Torah". La *Guémara* dans *Sanhédrin* (99) cite le verset "L'homme est voué à l'effort" (*Job* 5, 7), qui signifie entre autres que tout ce que l'homme obtient, l'est par l'effort. Or la *Guémara* demande de quel type d'effort est-il question : physique, oral, spirituel ?



La *Guémara* conclut que le véritable effort est celui investi dans l'étude de la Torah. Or on peut s'interroger : pourquoi D.ieu, source de tout bien, souhaite que ce que l'homme obtient soit le fruit d'un effort ?

Certains répondent : la nature de l'homme est d'apprécier davantage le fruit de son propre labeur, c'est pourquoi D.ieu, Qui aime foncièrement Ses créatures, leur a permis d'être actifs dans Son monde.

Cependant, il ne s'agit là que d'une réponse partielle ; D.ieu aurait très bien pu faire en sorte que la nature humaine soit différente et soit à l'aise avec l'idée de bénéficier de bienfaits même sans investissement particulier !

Il existe une très belle explication du Rabbi de *Loubavitch* qui dit ce qui suit : c'est justement parce que D.ieu est le Bien absolu qu'Il a souhaité permettre à l'homme, simple créature, d'atteindre un niveau de perfection

et de bonheur en ayant le privilège de devenir Ses associés dans Sa création !

Dernière question : pourquoi la Torah a-t-elle employé précisément le terme de 'Houkim (lois, décrets dont la compréhension échappe à l'entendement humain) pour parler d'étude de la Torah alors que celle-ci nécessite justement de la compréhension ?

De plus, la Torah emploie aussi le terme de "suivre", "aller" (Télékhou), qui implique une progression. Or comment progresser dans l'accomplissement de lois dont on ne saisit pas le sens ?

L'Admour Hazaken répond à ces questions à l'aide d'une parabole. Il explique qu'il existe deux manières d'écrire: celle consistant à tracer des lettres sur un support et celle consistant à les y graver.

Des lettres tracées peuvent être effacées ; en revanche les lettres gravées ne font désormais plus qu'un avec leur support. La Torah souhaite ici nous dire qu'un Juif doit s'employer à accomplir les Mitsvot et étudier la Torah au point de ne faire plus qu'un avec *Hakadoch Baroukh Hou* !

Ainsi, non seulement le Juif acceptera l'ensemble des Mitsvot, mais en plus il s'unira avec D.ieu, à l'image des lettres gravées sur leur support. De cette manière, les Mitsvot, même celles qui échappent à notre entendement, ne seront plus vécues comme un fardeau mais au contraire deviendront source d'enrichissement et de forces illimitées. Dès lors, l'emploi du terme "suivre" prend tout son sens : en effet il s'agit bien de progression spirituelle !

Rav Yossef Yitzhak Pevzner,
directeur des institutions Sinaï

GESTION 360
POUR VOTRE BIEN EN ISRAËL

Israël 7011

Notre avocat spécialiste en
gestion locative
depuis plus de 25 ans

NOTES


Recherche et sélection
de locataires


Rédaction et signature


Négociations des termes
du contrat de location


Renouvellement du bail


Service clientèle
gestion


Assurances


Assistance juridique


Mise en ligne de la situation
comptable de gestion

GESTION DE BIENS
ELI HADDAD
LAW OFFICE & NOTARY

avocats@elihaddad.com

ISRAËL | **08-8679910**
FRANCE | **01.77.47.38.06**



Journée sans tabac : J'arrête de fumer !

Le 31 mai, c'est la journée mondiale sans tabac. La dépendance à la nicotine est un combat physique et psychologique complexe. Cependant, avec les stratégies et le soutien appropriés, il est possible de surmonter cette dépendance et de revenir à une vie sans fumée.

Avant de commencer, effectuons un exercice ensemble... Si je vous disais que j'ai gagné au loto 150 millions d'euros et que je souhaite partager avec vous une partie de cette somme, disons 10 millions d'euros. Accepteriez-vous ? Maintenant je vous dis que la seule contrainte c'est que dans un an, votre vie s'arrête. Accepteriez-vous ? Cette fois-ci, vous répondrez sûrement non. C'est dire toute la valeur d'une année à nos yeux. Pourtant fumer réduit votre espérance de vie de 10 ans !

Je commence... à fumer

Fumer pour la première fois est généralement une expérience désagréable. Les premières sensations peuvent inclure une grave irritation de la gorge, une toux incontrôlable, un goût amer, ainsi que des nausées et des étourdissements. Ces réactions sont causées par l'inhalation de produits chimiques agressifs contenus dans la fumée de cigarette, tels que l'ammoniac, le formaldéhyde et l'acétone.

Pourquoi continuons-nous à fumer malgré cette expérience désagréable ?

Souvent, la première cigarette est prise dans un contexte social, sous l'influence de pairs ou sous la pression sociale. Le désir d'appartenir à un groupe ou de paraître "cool" peut motiver les individus à surmonter des premières expériences désagréables. La peur de l'exclusion sociale et le besoin d'intégration jouent un rôle important. Ensuite le corps humain possède une extraordinaire capacité d'adaptation.

Après la première bouffée désagréable, le corps commence à développer une tolérance à la nicotine et aux irritants chimiques. Au fil du temps, les symptômes de nausées et de vertiges disparaissent progressivement et les sensations agréables et relaxantes associées à la nicotine commencent à dominer.

Quand la cigarette s'installe

Vous devez savoir que la nicotine stimule le cerveau à libérer de la dopamine, produisant des sentiments de plaisir et de récompense. Même si la première bouffée est inconfortable, les effets euphorisants de la nicotine prennent rapidement le dessus, incitant les gens à répéter l'expérience pour retrouver ce sentiment de bien-être.

Par ailleurs, la curiosité et l'envie d'expérimenter peuvent également motiver les individus à persévérer malgré une première expérience négative. La fascination pour les comportements à risque et la recherche de nouvelles sensations peuvent inciter les gens à réessayer.

Au fil du temps, les fumeurs associent la cigarette à des moments de détente, d'interaction sociale ou de soulagement du stress. Ces associations positives renforcent le comportement tabagique, rendant plus difficile la mémorisation de la sensation désagréable initiale.

Bien que fumer pour la première fois soit généralement une expérience négative, divers facteurs psychologiques et sociaux encouragent les gens à continuer de fumer. La pression sociale, les adaptations physiques, les effets de la nicotine sur le cerveau, la curiosité et le renforcement positif sont autant de mécanismes qui expliquent pourquoi les gens persistent malgré un début difficile. Comprendre ces dynamiques est essentiel pour élaborer des stratégies efficaces de prévention et d'abandon du tabac.

Les dangers du tabac

Le 31 mai, c'est la journée mondiale sans tabac. Il est crucial de rappeler les dangers du tabac, notamment pour le cerveau.

Le tabac est la principale cause de maladies et de décès évitables dans le monde. Ses effets nocifs ne se limitent pas aux poumons et au cœur ; le cerveau est également gravement touché.

La dépendance au tabac est principalement due à la nicotine, un alcaloïde présent naturellement dans les feuilles de tabac. Lorsqu'elle est inhalée, la nicotine atteint rapidement le cerveau, stimulant la libération de dopamine, un neurotransmetteur associé aux sentiments de plaisir et de récompense. Ce système de récompense rapide et puissant est ce qui conduit à la dépendance.

Le cerveau s'adapte rapidement à la présence de nicotine. Les récepteurs spécifiques de la nicotine se multiplient, rendant le cerveau de plus en plus dépendant du maintien de niveaux normaux de dopamine. Lorsque la consommation de nicotine cesse, ces récepteurs ne sont plus stimulés comme prévu, ce qui entraîne des symptômes de sevrage tels que l'irritabilité, l'anxiété et des envies insupportables.

Pourquoi est-ce si difficile d'arrêter ? La difficulté d'arrêter de fumer réside dans la nature neurobiologique de l'addiction. La nicotine modifie les circuits cérébraux, rendant le sevrage extrêmement difficile. En outre, les aspects comportementaux et psychologiques jouent également un rôle crucial. Fumer devient une habitude dans la vie quotidienne, souvent associée à des moments de détente, de stress ou d'interaction sociale. En conséquence, le cerveau associe le tabac à diverses situations et émotions, renforçant encore davantage la dépendance.

Le tabagisme affecte également l'estime de soi. De nombreux fumeurs se sentent coupables et honteux de ne pas pouvoir arrêter de fumer. Ils sont souvent conscients des dangers du tabac et de ses effets négatifs sur la santé, mais se sentent impuissants face à la dépendance. Cette lutte permanente peut conduire à une image de soi négative et à des sentiments d'échec, qui peuvent exacerber la dépendance.

Je décide d'arrêter

Citons trois façons d'arrêter de fumer :

- **Thérapie de remplacement de la nicotine (TRN) :** La TRN, disponible sous forme de gomme, de timbres, de pastilles et de sprays, peut aider à réduire les symptômes de sevrage en délivrant une faible dose de nicotine sans les autres substances nocives présentes dans le tabac. Elle augmente considérablement vos chances de réussir à arrêter de fumer.

- **Soutien psychologique et thérapie comportementale :** La thérapie comportementale et cognitive aide les fumeurs à identifier et à modifier les pensées et les comportements qui les poussent à fumer. Les groupes de soutien et les lignes d'assistance téléphonique fournissent un soutien émotionnel important et des stratégies pratiques pour surmonter les obstacles.

- **Médicaments sur ordonnance :** des médicaments tels que la varénicline et le bupropion sont efficaces pour aider à arrêter de fumer. Ces médicaments agissent sur les récepteurs de nicotine dans le cerveau, réduisant ainsi les fringales et les symptômes de sevrage. Ils doivent être utilisés sous la supervision d'un professionnel de la santé.

Le tabagisme est un fléau mondial aux effets dévastateurs sur la santé, notamment sur le cerveau. La dépendance à la nicotine est un combat physique et psychologique complexe. Cependant, avec les stratégies et le soutien appropriés, il est possible de surmonter cette dépendance et de revenir à une vie sans fumée.

À l'approche de la Journée sans tabac, découvrons les dangers du tabac et les moyens d'aider ceux qui souhaitent arrêter de fumer.

Un dernier rappel essentiel : si vous ne commencez pas, vous n'avez pas à vous arrêter...

David Lefrançois,

Formateur de coachs et neuroscientifique



En route vers le judaïsme de France : Nice !

Torah-Box et Its'hak Eugenio De'Giorgi vous proposent de plonger chaque semaine dans un voyage captivant explorant des siècles d'histoire et de richesse culturelle des communautés juives de France, entre traditions séculaires et modernité palpitante. Cette semaine, découvrons ensemble Nice !



La présence du judaïsme en Provence remonte à plusieurs siècles et a laissé une empreinte significative dans l'histoire de la région.

Quand nous avons préparé notre voyage, nous nous sommes aperçus de la richesse du judaïsme français. Partout, il y a eu et il y a encore un patrimoine cultuel et culturel qu'il faut absolument découvrir et faire connaître.

Pour cette semaine, nous vous proposons de découvrir l'histoire juive passionnante de la ville de Nice. Pour ce faire, direction la grande synagogue de Nice !

L'histoire de la communauté juive de Nice

"Nous nous trouvons ici dans la grande synagogue de Nice", commence Rav Franck-Daniel Teboul, grand rabbin de Nice et de la région Côte-d'Azur. "Cette grande

synagogue a été rénovée à plusieurs reprises dans les années 1970-80. Elle existe depuis *Pourim* 1886, soit depuis presque 140 ans ! La présence juive à Nice remonte probablement à l'Antiquité. Nice était longtemps italienne, jusqu'en 1860, où elle devient française.

Sur place, il y avait un vieux cimetière juif, qui date de 200 ou 250 ans, ainsi qu'un ghetto, rue Benoît Bunico. Il existe un registre de noms et des mariages célébrés dans la communauté juive de Nice depuis le début du XX^{ème} siècle, donc nous possédons de nombreuses informations.



Au niveau de leurs métiers, les Juifs de Nice pratiquaient tout ce qui relève du négoce : tissus, import-export, commerce international, grâce au port de Nice."

Parmi les rabbins, citons notamment le Rav Naouri, une personnalité exceptionnelle qui eut une influence prépondérante dans les années 60. Il y eut également le grand rabbin Morali dans les années 70, puis le grand rabbin Kling, une grande personnalité qui marqua de son empreinte unique la communauté de Nice. Il y structura la Cacheroute et les mariages et y instaura un tribunal rabbinique.

Citons ensuite le grand rabbin Bensoussan et d'autres encore jusqu'à notre interlocuteur. Au fil des années se sont ouvertes des écoles juives, des *Mikvaot* et des restaurants pour les quelque 20 000 âmes qui peuplent la communauté juive de Nice.

Visite au Fonds Social Juif Unifié

On ne peut pas quitter Nice sans visiter le Fonds Social Juif Unifié, qui mène des actions très importantes et nécessaires pour la vie quotidienne des familles juives de Nice. Lors de notre visite au siège du Fonds Social Juif Unifié, nous avons rencontré Régine Bessis, photographe, historienne et directrice des Journées Européennes de la Culture et du Patrimoine Juif des Alpes-Maritimes :

"La communauté juive de Nice remonte à des temps très reculés, ce qu'on appelle aujourd'hui le ghetto, qui fait partie de la vieille ville de Nice. Le vieux Nice a été créé de façon juridique en 1406. La synagogue a quant à elle été fondée en 1428, ce qui est vraiment très ancien, avant même l'Inquisition.

Ensuite, il y a eu des vagues d'immigration suite à l'Inquisition en Espagne et au Portugal. Des Juifs de Rhodes sont venus et ont constitué une grande communauté. La synagogue de la rue Benoît Bunico a été créée en 1773. On trouve aujourd'hui encore des boutiques et des galeries dans les sous-sols, où l'on peut voir des *Maguen David* gravées dans les pierres."

Le cimetière

Il est bon de visiter les cimetières, car c'est la mémoire d'un lieu. Le cimetière de Nice a été établi dès 1408 et il se trouvait au bord de l'eau.



Chaque tombe raconte une histoire, même à travers les pierres et les sculptures. À Nice, le cimetière se trouve en hauteur, dominant la ville. C'est un véritable enchantement. Nice a été une ville refuge pour les Juifs, accueillant environ 28 nationalités différentes de Juifs exilés. Josué, le rabbin du ghetto, qui était 'Hassidique, est arrivé avec des exigences strictes, mais il a fini par être très apprécié.

De grandes familles comme Van Cleef, créateur de la maison de bijoux, des rabbins, des hommes et des femmes, et même des artistes sont enterrés ici, y compris René Goscinny, créateur d'Astérix et Obélix.

En passant devant les tombes, on imagine même les visages des personnes. Pour rester parmi les grands personnages à Nice, il y a un musée exceptionnel dédié à l'un des artistes juifs les plus célèbres au monde : Marc Chagall.

Inauguré le 7 juillet 1973, c'est le premier musée monographique ouvert du vivant de l'artiste. Chagall, alors âgé de 86 ans, a accompagné la création du musée, qui a été inauguré le jour de son anniversaire.

Il a vécu très longtemps et a créé des tableaux de grandes dimensions racontant la Torah. Sans montrer ces œuvres pour des questions de droits d'auteur, c'est une excellente occasion d'y aller. Quelle visite et quelle histoire !

Its'hak-Eugenio De'Giorgi



Le pied, un miracle d'ingénierie

Le pied est l'instrument de base qui permet tous les mouvements du corps humain.

Découvrez comment.

Le pied est un miracle d'ingénierie : il est formé par 26 os, plus de 30 articulations, plus de 100 muscles, tendons et ligaments.

Avec 52 os, les deux pieds concentrent un quart des os de tout le corps humain. Tous ces os, muscles, articulations et tendons nous permettent de marcher, sauter, courir..., le tout contrôlé par notre "super ordinateur", notre cerveau.

Les pieds, un équilibre instable

En marchant, nous sommes uniquement soutenus par nos deux pieds et toutes leurs articulations. Notre corps doit maintenir en équilibre un système très instable, avec un centre de gravité environ un mètre au-dessus du sol.

C'est par tous les petits mouvements que le pied, les orteils et les chevilles font pendant la marche – ou même en restant sur place – que le corps peut être maintenu en position verticale.

Ce qui est fascinant quand nous marchons, c'est que nous sommes la plupart du temps hors d'équilibre, car le centre de gravité sort du périmètre du pied. Quand vous marchez, vous avez un pied à terre et l'autre non. Le centre de gravité sort du périmètre et vous rattrapez le corps qui tombe avec l'autre pied. C'est ce qu'il se passe à chaque pas : nous tombons, nous nous rattrapons.

Nous pouvons comprendre encore mieux la merveille de l'équilibre qui est maintenue par nos pieds.

Par exemple, en voyant cet inconscient qui a décidé de traverser le Grand Canyon sur une corde raide, nous voyons que, avec l'aide d'un bâton qui lui permet de maintenir un peu

mieux l'équilibre, il réussit à traverser le Grand Canyon à pied. Cela veut dire que pendant toute sa marche, la projection verticale de son centre de gravité était toujours au-dessus de la corde.



C'est l'ensemble de ces petits mouvements effectués pendant la marche qui permet au corps de rester en position verticale.

Un accord parfait du corps humain

C'est une symphonie merveilleuse entre la partie arrière de la cochlée (partie de l'oreille interne) qui indique l'équilibre et qui transmet un message au cerveau par impulsion nerveuse, et qui transmet des messages au pied : "Serre l'orteil, relâche un peu la cheville..."

Le pied se sent déprimé : chaque jour, il est dans cette prison, prenant des coups à droite, à gauche... Mais maintenant, il comprend qu'il fait partie d'un contexte beaucoup plus grand, le contexte du corps qui peut aller aider les autres, faire des *Mitsvot*, du '*Hessed*, étudier la Torah, travailler... Le pied est l'instrument de base qui permet tous les mouvements au corps humain.

C'est la même chose pour nous. Le fabuleux ouvrage *Messilat Yécharim* de Rav Moché 'Haïm Luzzatto dit que lorsque nous faisons une *Mitsva*, nous élevons tout le monde avec nous, pas seulement nous-mêmes... et le contraire, malheureusement : quand nous faisons une '*Avéra*, nous rabaissons le niveau du monde.

Essayons de nous élever, pas uniquement nous-mêmes, mais le monde entier. Et ça, c'est vraiment le pied : *Ma Rabou Ma'assékha Hachem*, grands sont les actes d'Hachem !

Pr Gilbert Daniel Nessim

SAADA Traiteur

Menus CHAVOUOT

Glatt Cacher Sous la surveillance du Rav Mordechai ROTTENBERG



NOS POISSONS

Escalope de saumon - Filet de bar - Filet de dorade

Avec au choix

Sauce orientale ou Sauce Julienne

14 € la part

NOS VIANDES

Boeuf bourguignon - Poulet roti, Couscous Boeuf: 18€ la part

Rôti de veau : 22€ la part

Les viandes sont accompagnés d'une garniture au choix :

Riz - Pommes de terre sautées - Haricots verts -

Legumes pôelés

06 08 63 16 05 - 06 69 00 26 26

54 quai des carrières Charenton-le-pont

Date limite des commandes lundi 3 Juin

Marchandise à disposition le lundi 10 juin



FAMILLE

ÉDUCATION

FEMMES

COUPLE

Sois fière, et ne te tais point

Être dans les faveurs du Créateur et de toute l'Histoire demande quelques efforts, mais quelle satisfaction cela procure une fois ces efforts accomplis !

Chère amie,

Quand on a la chance d'être une *Bat Israël*, une fille du Roi, le slogan "sois belle et tais-toi" nous paraît vraiment fade, ridicule, dépassé (enfin j'espère).

Désormais, nous sommes censées avoir conscience que nous assumons des choses très élevées, qu'une femme des nations regarde chaque jour avec des yeux souvent effarés, voire jaloux... C'est clair, qu'il s'agisse de :

- se marier très jeune ;
- mettre ses collants sous 40°C avec une pointe de fierté d'y parvenir ;
- respecter les règles de pudeur de notre rang d'aristocrates, malgré la surabondance de shopping potentiel ;
- gérer toute une joyeuse tribu, sa maison, parfois son travail en sus ;
- préparer de somptueuses tables chaque semaine pour Chabbath ;
- se battre avec des caddies remplis à ras bord dans les supermarchés ;
- protéger ses yeux, ses oreilles et sa bouche de tant de vilaines choses ;
- filtrer son ordinateur et son téléphone portable ;
- se passer de téléviseur pour préserver la vie au sein de son foyer...

Comme des poissons dans l'eau

Nous avons tant de quoi être fières face aux nations pour chacune de nos bonnes actions,

mais aussi face à ceux – parfois de notre peuple – qui tentent de nous décourager, surtout quand les beaux jours arrivent.

"Quoi, tu ne vas pas à la plage avec cette chaleur ?"

"Ton collant est couleur chair, quelle différence avec ta peau ? Enlève-le !"

"On va dans un super parc aquatique avec toute la famille, tu viens avec nous j'espère ? Ne fais pas ton asociale !"

"Vous ne venez pas manger chez moi ? Mais quoi, tu crois que je mets du cochon dans mes marmites ? Eh ben, la confiance règne !"...

Rabbi 'Akiva nous donne une très jolie parabole afin de nous renforcer : il compare les *Bné Israël* à des poissons, qui vivent tranquillement dans l'eau, vitale à leur survie. Tandis qu'ils nagent gaiement, une meute de renards tente de leur tendre un piège, de les attirer vers la terre, en leur vendant une vie beaucoup plus paisible, plus facile. Or, les poissons, qui craignent déjà pour leur vie dans l'eau, répondent que s'ils sortaient de l'eau, cela leur serait rapidement fatal. Leur vie dans l'eau est la meilleure possible.

Un privilège de reine éternelle

De la même façon, notre élément vital à nous, c'est la Torah, nous ne saurions quelles seraient les meilleures règles de vie à adopter sans elle. Nous n'aurions plus accès à la plus grande source de sagesse de ce monde. Nous n'aurions plus le privilège d'être les enfants préférés du Roi du monde. Nous n'aurions ni Ses faveurs, ni Son aide à chaque instant de notre vie.





Nous avons l'immense privilège d'appartenir au peuple dont l'Histoire est la plus longue, la plus dense et la plus célèbre. Quelle fierté !

Quand j'étais adolescente, nous n'étions pas pratiquants, mais nous connaissions notre Histoire. Je fréquentais alors des écoles laïques, pourtant, forte de cette étiquette si chargée de sens, j'ai toujours ressenti quel privilège j'avais d'être juive. N'importe quel juif le ressent en réalité, mais fait parfois fi de ce que cela implique.

Être dans les faveurs du Créateur et de toute l'Histoire demande quelques efforts, mais quelle satisfaction cela procure une fois ces efforts accomplis ! C'est alors que l'on se sent forte, fière, capable d'accomplir des choses bien plus grandes que la plupart des habitants de ce monde.

Quand la littérature s'en mêle

Nous sommes les plus jalouxés au monde, les plus intrigants aussi. Beaucoup d'auteurs se sont penchés sur notre cas sans jamais en avoir percé le mystère.

Citons quelques exemples :

- Winston Churchill : "Certains aiment les Juifs, et d'autres non. Mais aucun homme de réflexion ne peut nier le fait qu'ils sont, au-delà de toute question, la 'race' la plus formidable et la plus remarquable qui soit apparue dans le monde."

- Marc Twain (dans Essais Complets) : "Les Égyptiens, les Babyloniens et les Perses se sont levés, ont rempli la planète de bruit et de splendeur, puis se sont évanouis comme un rêve et ont disparu ; les Grecs et les Romains ont suivi, ont fait grand bruit, et ne sont plus ; d'autres peuples ont jailli et ont tenu haut le flambeau pendant un certain temps ; puis, la flamme s'est éteinte, et à présent ils sont dans la pénombre, ou ont disparu.

Le Juif les a tous vus, les a tous vaincus, et il est aujourd'hui ce qu'il a toujours été, sans manifestation de décadence, sans infirmité de vieillesse, sans affaiblissement,

sans ralentissement de ses énergies, sans émoussement de son intellect alerte et agressif.

Toutes choses sont mortelles, sauf le Juif ; toutes les autres forces passent, il demeure. Quel est donc le secret de son immortalité ?"

- Blaise Pascal : "Dans certaines parties du monde, nous pouvons observer un peuple particulier, séparé des autres peuples du monde, [...] le peuple juif. Il remonte non seulement à une antiquité remarquable, mais il a aussi persisté pendant une durée longue et singulière... Car alors que les peuples de Grèce et d'Italie, de Sparte, d'Athènes et de Rome et d'autres venus bien plus tard, ont disparu depuis si longtemps, celui-là existe encore, malgré les efforts de nombreux rois si puissants, qui ont essayé des centaines de fois de les effacer, comme leurs historiens en attestent, et comme on peut facilement en juger par l'ordre naturel des choses sur de si longues périodes. Ils ont cependant toujours été préservés, et leur préservation était prédite... Ma rencontre avec ce peuple me stupéfie..."

- Sénèque : "Les coutumes de ce maudit peuple sont demeurées si solides qu'il s'est répandu à travers tous les pays ; les vaincus ont imposé leurs lois aux vainqueurs."

Alors oui, chère amie, désormais, quand ton patron t'ennuie avec tes absences pour Chabbath et les fêtes, quand tes collègues te narguent parce que tu ne déjeunes pas avec eux, quand des connaissances tentent d'ôter ton courage pour accomplir de plus en plus de *Mitsvot*, quand tu marches dans la rue habillée comme une vraie *Bat Israël*, quand tu assumes pleinement ton rôle assigné par le Créateur, relève la tête, et sache bien qui tu es et ce que tu représentes ici-bas.

On a trop souvent courbé la tête, les filles. À partir d'aujourd'hui, "sois fière et ne te tais ... plus jamais."

Quand on a bien conscience des buts à atteindre, plus rien ne doit pouvoir nous arrêter.

Noémie Hadida



La vie en Froum – Episode 1 : Une soirée inattendue

Chaque semaine, retrouvez les aventures d'Eva, célibataire parisienne de 30 ans... Super carrière, super copines. La vie rêvée ? Pas tant que ça ! Petit à petit, Eva découvre la beauté du judaïsme et se met à dessiner les contours de sa vie. Un changement de vie riche en péripéties... qui l'amèneront plus loin que prévu !

“Mon client a annulé sa fête, j'ai ma soirée de libre, les filles on se fait un verre en terrasse ?” Message envoyé ! Maintenant je garde les yeux collés au téléphone et j'attends les “Ouiiiii” en pagaille et les suggestions de lieu (même si on débat 3 heures alors que ça se termine toujours au Cœur Fou).



Sauf que là, aucun rapport. Je reçois des “Désolée j'ai déjà un truc de prévu” à la chaîne.

L'angoisse : une soirée vide qui se profile dans mon agenda. Je ne pensais même pas que ça pourrait m'arriver. Règle 7 de la Princesse Parisienne : “Un agenda complet des semaines à l'avance tu auras”. Et cette règle, je l'appliquais à la lettre. Mieux ! C'était moi l'auteur du manuel de la PP (Princesse Parisienne).

J'étais tranquille dans ma vie de *working-girl* que je menais tambour battant. La capitale était à moi. J'avais un métier passionnant dont je me plaignais à longueur de journée (je travaillais dans une agence d'évènementiel), je me nourrissais quasi-exclusivement de sushis et de tomates-cerises. J'encombrais mon appartement de bougies parfumées hors de prix, j'étais à l'affût des nouvelles tendances et des dernières soldes. Bref, la vie parisienne dans toute sa splendeur.

Du coup je n'étais pas préparée à passer ma soirée en solo, allongée sur mon canapé en mode marathon série TV !

Bon la vérité, c'est que j'appréhendais aussi de me retrouver à penser (pour la millionième fois) à David (ce naze) qui m'avait quittée (pour la millionième fois) depuis déjà 3 semaines.

Je traînais des pieds (mais dans de jolies chaussures !) pour rentrer chez moi, pas du tout pressée de me retrouver en tête à tête avec mes pensées (David, David, Daviiiiid !) et je ne remarquais pas Guila, ma voisine qui entrait dans l'immeuble derrière moi.

“Salut Eva, comment vas-tu ? Oh ! je t'ai fait peur, désolée !

- Non, non t'inquiète j'avais la tête ailleurs, comment vas-tu Guila ?”

Revenue à la réalité, je m'aperçois que ma jeune et jolie voisine a les bras chargés de sacs de courses. Donc immédiatement, je lui prends des paquets des mains pour la soulager et on monte ensemble dans l'ascenseur.

“Qu'as-tu prévu de beau ce soir, Eva ?” Elle est tellement gentille Guila, toujours à prendre de mes nouvelles. Moi spontanément je lui réponds : “Eh ben rien du tout ! Figure-toi que je devais travailler, mais mon client a décidé d'annuler sa soirée et personne n'est libre, donc je rentre sagement à la maison.”

Je me force à sourire pour ne pas lui montrer que j'appréhende ce moment. Mais mon sourire ne tient pas quand elle me dit : “Mais viens à la maison, j'organise un cours de Torah ce soir.”

Aïe, aïe, aïe, comment je me sors de ce piège ? Entre un cours de Torah et une soirée TV y'a pas photo (réfléchis vite Eva... !). Trop tard ! Guila ajoute : “Chaque année, j'organise un cours pour l'anniversaire de décès de ma grand-mère et c'est ce soir”. Echec et mat ! Je ne peux sortir aucun argument valable pour me défilier... Et je m'entends lui dire (en me forçant à sourire de nouveau) : “C'est à quelle heure ?”

Et voilà comment je vais me retrouver assise dans un salon avec des gens que je n'ai jamais vus de ma vie et un rabbin qui parlera de tout

sauf d'un sujet qui m'intéresse. Ça m'apprendra à me plaindre à voix haute !

Au moment où je me fais la réflexion que je ne connais même pas le sujet du cours, le rabbin prend la parole : "Bonsoir, nous sommes tous réunis pour honorer la mémoire de la grand-mère de Guila ("Non, pas moi ! Je suis là parce que je ne supporte pas d'être seule, désolée grand-mère") et j'ai choisi de vous parler de la poursuite du bonheur" ("Ohlala, ça promet ! Y'a même pas de sushis pour faire passer le temps plus vite ! Oui je fais une contre-soirée dans ma tête avec mes meilleures remarques cyniques. Oups, Guila me regarde avec un sourire si sincère, que je vais me forcer à écouter le rabbin, au moins par gentillesse pour elle").

"Vous me voyez assis devant vous avec ma longue barbe blanche et mon chapeau, mais savez-vous qu'avant d'être rabbin, j'étais architecte ? J'étais spécialisé dans la construction d'immeubles de bureaux et de centres commerciaux. J'étais marié, mais malheureusement, ma femme quitta ce monde seulement deux ans après notre mariage.

Quelque temps après son décès, j'étais en train de ranger ses affaires quand je me suis demandé quelle image ses amies gardaient d'elle. Alors je suis parti les interroger. 'Généreuse !', 'Toujours le sens de l'humour' ou encore 'Elle savait écouter', me répondirent ses copines. Le soir, assis devant les plans d'un nouveau projet de centre commercial, je repensais à ce qu'avaient dit ces femmes et toutes n'avaient rappelé que les qualités humaines de ma femme. Combien elle avait su être présente pour chacune d'elles à des moments importants de leur vie : par sa présence réconfortante chez celle qui avait vécu une fausse-couche ou encore quand elle proposait de garder les enfants de son amie qui partait étudier le soir. Et d'un coup, je me suis demandé : Qui pensera à moi une fois que ces immeubles seront dessinés ? Après tout, on n'a jamais vu écrit sur une tombe : 'Il était le meilleur des employés. Il arrivait toujours à l'heure'. Et c'est comme ça que j'ai décidé lentement mais sûrement de trouver LE véritable sens de ma vie.

Vous voyez mesdames, c'est à ce moment que j'ai compris que la seule trace qu'on laisse de notre passage dans ce monde est qui l'on est et la valeur des actions que l'on accomplit. Vous, vous êtes toutes pour la plupart au début de vos carrières, je sais que vous pensez devoir vous investir à 100% dans vos métiers respectifs, atteindre vos objectifs, viser promotion et augmentation comme des buts, des étapes à passer. Mais vous êtes-vous déjà demandées réellement pour quelle raison vous êtes dans ce monde ? Après tout, si on vous a mises ici, c'est que votre présence est essentielle...

Quel est alors le sens du bonheur véritable ? Nos Sages nous enseignent que le bonheur est le résultat d'une harmonie entre nos valeurs les plus profondes et la façon dont on se conduit dans tous les domaines de notre vie."

Difficile de vous expliquer ce que je ressentais à ce moment. Son histoire personnelle m'avait profondément émue. Au lieu de percevoir tristesse et amertume face à son épreuve, il parlait avec douceur et il émanait comme une joie profonde de lui. Cette force de caractère m'impressionnait. En même temps que je l'écoutais, je ne pouvais m'empêcher de me passer un film sur ces dernières années de ma vie. J'avais 30 ans et l'impression que mes journées tournaient dans le vide autour de mon travail, de David (encore et toujours !), des week-ends en famille et de mes sorties entre copines. Après le cours, quand Guila me raccompagna à la porte, elle dut ressentir mon trouble parce qu'elle me demanda si tout allait bien. Je ne sais pas trop pourquoi, mais je lui répondis spontanément : "J'ai une impression bizarre, comme si j'avais fait fausse route pendant des années !"

Guila eut un sourire mystérieux et me dit : "C'est magnifique ! Reviens vite me voir, nous en discuterons..."

La suite la semaine prochaine...

Mia Atlan



Longueur de cheveux maximale pour un homme

Je voulais savoir s'il y avait une longueur de cheveux maximum à avoir sur le dessus de la tête ou si cela pose un problème (pour les *Téfilin* par exemple).



Réponse de Rav Avraham Garcia

En effet, les cheveux longs sont mal vus par la *Halakha* (*Choul'han 'Aroukh Yoré Dé'a* 178, *Ba'h* et *Taz*), mis à part le problème que cela pose pour les *Téfilin* (*Michna Broura* 27, 15).

Néanmoins, les *Rabbanim* n'ont pas voulu protester clairement sur ce sujet si délicat, surtout de nos jours, et ils ont préféré s'appuyer sur les avis minoritaires qui sont permissifs, mais il est évident qu'un *Ben Torah* se doit de ne pas avoir les cheveux longs.

Selon tous les avis, si les cheveux sont rebroussés sur eux-mêmes, cela fait office de '*Hatsitsa* (séparation) pour les *Téfilin*, et il faudra à tout prix les raccourcir (*'Aroukh Hachoul'han* 14, 27). En conclusion, la longueur du cheveu ne devrait théoriquement pas être longue au point qu'il puisse se replier sur lui-même (bien entendu mis-à-part les *Péot*).

Insectes invisibles à l'œil nu, autorisés ?

J'ai récemment vu une vidéo sur les fraises comme quoi, même avec une vérification au vinaigre, au microscope, nous voyons des insectes dessus qui s'accrochent, et mon mari me dit que les insectes non visibles à l'œil sont consommables. Moi, ça me dégoûte, lui, non. Mais que dit la *Halakha* ?



Réponse de Rav Aharon Sabbah

Il faut tout d'abord savoir que la fraise est un fruit fortement infesté : pucerons, thrips, larves de thrips, etc. Ces insectes sont visibles, mais ils ne le sont pas toujours facilement, raison pour laquelle il est obligatoire de les vérifier et nettoyer avant d'en consommer. La méthode est disponible sur le site de Torah-Box.

Après cette vérification, si les insectes ne sont pas du tout visibles à l'œil nu, mais uniquement au microscope, ils ne sont effectivement pas interdits à la consommation. La Torah a interdit uniquement les vers visibles à l'œil nu, sinon, il nous serait aussi interdit de respirer sans filtre, puisque l'air est rempli d'acariens... (*'Aroukh Hachoul'han Yoré Dé'a* 84, 36 ; *Iguérot Moché Yoré Dé'a* 2, 146 ; *Chévet Halévi* 7, 125, 2 ; *Yé'havé Da'at* 6, 47...)

Prénom "Sender" pour un garçon

Ma femme et moi aimerions savoir la signification et l'essence du nom Sender. Est-ce un bon prénom à donner à son enfant ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

Sender est un diminutif de Alexander, Alexandre. (*Tiv Guitin* 158, 7 ; *Hékhal Tséma'h* 48, 22) Il est préférable d'attribuer le prénom Alexander (francisé : Alexandre) et surnommer l'enfant, de temps à autre, Sender. Si vous tenez énormément au prénom Sender, sachez qu'il y avait certains *Tsadikim* qui s'appelaient ainsi.

Inflation & remboursement d'un emprunt

Si je prête de l'argent à un ami, doit-il me le rembourser en prenant en compte l'inflation ? Sur une période de deux mois, l'impact est minime, mais sur plusieurs années, la différence peut être significative. 100 euros aujourd'hui n'ont pas la même valeur que 100 euros en 2000. La question de fond est de savoir si le remboursement doit se faire en valeur réelle (ajustée après l'inflation, etc.) ou en somme nominale. Si possible, pourriez-vous fournir des références à ce sujet ?



Réponse de Rav Its'hak Bellahsen

En effet, le *Maharachdam* (Yoré Dé'a 224) est d'avis que le remboursement devra se faire en prenant en compte l'inflation. Cependant, le *Ma'hané Efraïm* (Milva 25) et le *Nétivot Hamichpat* (74, 5) ne sont pas de son avis et pensent qu'il sera interdit d'ajouter toute somme à la somme prêtée. Le *Knesset Haguédola* écrit que la grande majorité des décisionnaires sont d'avis d'interdire, donc cela reste interdit.

Bikour 'Holim en musique pendant le 'Omer

Nous sommes un groupe de personnes visitant les malades chaque semaine, et nous aurions voulu savoir si, durant cette période du 'Omer, il nous est possible de leur jouer d'un instrument de musique en leur rendant visite.



Réponse de Rav Gabriel Dayan

Si on pense que cela fera du bien au malade, cela est permis ! Mais attention, cette permission n'est pas valable pour toute personne allongée sur un lit.

Acheter une nouvelle paire de Téfilin avec son Ma'asser

Peut-on acheter une nouvelle paire de Téfilines avec le Ma'asser ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

Il n'est pas possible d'acheter une paire de *Téfilin* avec l'argent du *Ma'asser*, mais si vous traversez une situation difficile et que sans l'argent du *Ma'asser*, vous ne pouvez pas en acheter, cela est permis. *Béora'h Tsédaka*, chapitre 11, *Halakha* 6.

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

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

  01.80.20.5000

  02.37.41.515

 +33 6 24 44 66 07

www.torah-box.com/question



Salade de betteraves et pommes acidulées

Voici une recette de salade originale à base de betteraves et de pommes, élégante et simple, accompagnée d'une sauce douce et citronnée.

✂ Pour 6-8 personnes

🕒 Temps de préparation : 20 min

📊 Difficulté : Facile



Ingrédients

- 10 feuilles de laitue coupées grossièrement
- 3-4 petites betteraves bouillies et coupées en tranches fines
- 3 pommes vertes tranchées finement
- Une poignée de raisins secs noirs, hachés grossièrement

Pour la sauce :

- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 2 cuil. à soupe de sauce soja
- 1 cuil. à soupe de sauce teriyaki
- Un peu de miel
- Sel & poivre
- ½ citron pressé



Réalisation

- Sur une grande assiette, déposez tous les ingrédients de la salade.

- Dans un petit bol, mélangez tous les ingrédients de la sauce et versez sur la salade au moment de servir.

Bon appétit !

Murielle Benainous



CHOISIR L'ÉCOLE JUIVE /

UN AVENIR MEILLEUR POUR CHAQUE ENFANT

200
BOURSES
OFFERTES

Soyez partenaires
**DIMANCHE 2 &
LUNDI 3 JUIN 2024**



OBJECTIF 120 000 €

CHAQUE DON SERA DOUBLÉ

WWW.ALLODONS.FR/CHOISIRLECOLEJUIVE

Reçu cerfa immédiat

Concours Biblique International Pour Adultes 2024

INVITATION
à la Grande finale France
du concours biblique pour adultes

qui se déroulera le
dimanche 09 juin 2024
à **17H00**

Au Centre Européen du Judaïsme (CEJ)
Place de Jérusalem
75017 Paris

Cérémonie en présence de nombreuses personnalités
Un cocktail dinatoire sera servi à l'issue de cet événement

Entrée gratuite – Inscription obligatoire via le lien
<https://my.weezevent.com/finale-france-du-concours-biblique-international>

ORGANISATION SIONISTE MONDIALE EN FRANCE
Tel : 01 84 79 06 55 - E-mail : chensp@wzo.org.il

ou le QR code



Perle de la semaine par  Torah-Box

*"Tu connais vraiment ton épouse le jour où tu es capable d'entendre
tout ce qu'elle ne dit pas !" (Rav Yigal Avraham)*