



Torah-Box

n°281  19 juin 2024 | 13 Sivan 5784 | Béha'alotekha

M A G A Z I N E



**COMPRENDRE
L'ADOLESCENT
REBELLE**

**LES DÉGÂTS
DES NOUVELLES
TECHNOLOGIES
À L'ÉCOLE**

**LE CHAOS
POLITIQUE
EN FRANCE**

DOSSIER SPÉCIAL

**LES TÉHILIM
DU ROI DAVID**

- . L'auteur des psaumes
- . Prière ou prophétie ?
- . David face à Goliath

BS"D

Bayit Shalem

Site de mariages juifs



**Chadkhan
personnel**

**Demandes
de
chidoukhim**

**Profils
visibles /
invisibles**

♥ J'ai accès à tous les profils.

♥ Cotisation: 50 euros/an (cerfa).

♥ Je suis aidé(e) par un
coach/chadkhan personnel.

♥ Don attendu à mes fiançailles
(Choulkhan Aroukh, Hochen
Michpat, siman 185).



Consistoire
DE MARSEILLE



**La Maison
du Couple**

www.bayitshalem.com

whatsapp : +33767336038



Vous cherchez un placement dans l'Au-delà ?

Depuis les temps anciens, des rois se faisaient enterrer avec leur trésor, pensant emporter avec eux ce qui leur permettrait de conserver leur faste dans l'au-delà. On a même pu déceler dans certains caveaux la présence d'autres dépouilles, laissant supposer que des esclaves avaient été sacrifiés lors de la mort du monarque "pour l'accompagner et le servir" (!). Face à l'inconnu, ces hommes tentèrent de se pourvoir de ce qui revêt de l'importance dans ce monde-ci, pensant que ce serait également utile là où ils parviendraient. Ce comportement étonnant reste encore actuel, puisque des riches expriment le souhait d'être enterrés avec ce qui leur est cher : leur fortune, leurs voitures de luxe ou leur Smartphone ! Les découvertes archéologiques ayant mis à jour l'or et les diamants cachés dans les tombeaux auraient dû démontrer aux plus sceptiques la futilité de ce genre de tentatives... On relèvera malgré tout dans cette conduite un aspect positif : celui de la croyance d'une vie après la mort, même sans percevoir véritablement ce qui peut lui être bénéfique.

Ce qui est certain, c'est qu'un jour chaque créature quittera cette terre et que le corps ira se décomposer. On aura beau employer toutes les techniques pour conserver le corps, celui-ci ne reprendra pas vie, à l'image des momies égyptiennes. Certains chercheront à perpétuer le souvenir du défunt en érigeant des statues, en construisant des monuments portant son nom ou en rédigeant des œuvres relatant ses hauts faits, afin de continuer à "prolonger" son existence. Mais là aussi, on comprend bien que pour le mort lui-même qui n'a plus d'attache avec ce monde, cela ne sert pas à grand-chose. L'homme se retrouve en définitive devant un dilemme : soit il nie l'existence de l'âme et pense que la mort met fin à toute existence, soit il y

croit et dans ce cas, il doit comprendre que cette âme détachée du corps ne peut se satisfaire de matérialité dans la mesure où dans son essence, elle est spirituelle.

En réalité, le décès met en valeur l'existence de l'âme qui a partagé la vie avec un corps matériel et qui s'en sépare le jour voulu. Tant que l'on vit, on ne prête pas vraiment attention à sa présence qui en fait anime le corps humain. Le jour où ils se séparent, le corps se décompose, mais l'esprit, lui, subsiste. Dans la mesure où cet esprit n'est plus dépendant des limites d'espace et de temps de ce monde, il se retrouve dans une toute autre réalité dans laquelle il ne pourra s'alimenter que de spiritualité. La question qui doit nous interpeller est : comment faire pour se pourvoir de nourriture spirituelle ?

C'est là qu'apparaît le besoin de s'appuyer sur une tradition, car il nous est impossible d'innover quoi que ce soit dans un domaine dépassant toute imagination. La Torah nous enseigne que bien que l'âme partage l'existence avec un corps qui est matériel, dans une réalité matérielle et avec des occupations matérielles, les *Mitsvot* que D.ieu nous a transmises au mont Sinaï vont combler ses besoins. En effet, les ordonnances comme les interdictions qui encadrent l'homme dans ce monde représentent justement ces acquis dépassant le cadre du temps et de l'espace qui vont l'accompagner dans le monde futur, indépendamment du fait qu'elles remplissent l'existence de sens.

Donner de la *Tsédeka* ou soutenir financièrement un organisme de diffusion du judaïsme représentent de véritables placements dans la banque du Ciel car lorsqu'on donne, on ne fait finalement qu'alimenter son propre compte. Dans la mesure où ces actes ne peuvent être réalisés que dans ce monde, il serait fort dommage de les négliger !

Rav Daniel Scemama



Rav Yitzhak Hacohen Saban

Concours de Halakha

ENFANTS

2024
Prix de valeurs

Mishnat Shaoul

Léilouy nishmat Shaoul Ben Yitzhak et Adèle Cohen Saban (Raoul) z"l
Père de Rav Yitzhak Hacohen Saban shlita

Tirage
au sort

le dimanche
Roch Hodech
Tamouz – 7
juillet 2024



Un vélo d'une valeur de 200€
photo non contractuelle



Un drone d'une valeur de 150€
photo non contractuelle



Un appareil photo d'une valeur de 100€
photo non contractuelle

Jouer au
concours

Système interactif vocal téléphonique

+972733452618

Numéro fixe - Appel gratuit depuis la France

Planning – Mois de SIVAN

Sujet :

Halakhot de BORER

Support d'étude :

la HOVERET

Les questionnaires (sur la ligne téléphonique) :

1er questionnaire (10 questions) :

du 7 au 15 juin (possibilité de rattrapage - touche 5)

2ème questionnaire (10 questions) :

du 16 au 22 juin

3ème questionnaire (10 questions) :

du 23 au 29 juin

4ème questionnaire (10 questions) :

du 30 juin au 6 juillet

La HOVERET
(support d'étude)



SCAN ME



<https://online.fliphtml5.com/ydzbm/jtoi/>



mishnatshaoul@gmail.com



SOMMAIRE

03 Rav Daniel Scemama
L'Édito - Vous cherchez un placement dans l'Au-delà ?

07 Actualités

10 Professeur Daniel Sebbag
Le front de la honte

12 Dan Tiomkin
Comprendre l'adolescent rebelle (partie 1)

16 Yonathan Gottfarstein
Les dégâts des nouvelles technologies à l'école

18 Rav Nataniel Wertenschlag 
Le message d'un rabbin de Jérusalem

20 Binyamin Benhamou
Le "plan Nazi" pour stopper la pollution de votre cerveau

23 Rav Yehonathan Gefen
Béha'alotekha - Une perception positive des Mitsvot !

25 Shabatik

29 Histoire
Le Sidour de la honte

31 Flash Chabbath

32 Vu sur le Net

33 Devinettes sur la *Paracha*

34 Grand dossier de la semaine
Les Téhilim du roi David

42 Femmes
Il m'énerve, je l'énerve, nous nous énervons !

44 Histoire à suivre - La vie en Froum
Episode 3 : L'invitée de Chabbath

46 Questions au Rav

48 La *Paracha* pour les enfants
J'peux pas, maman, je dois faire une Mitsva

50 Recette
Apple crumble aux cranberries



Responsable publication
David Choukroun

Rédacteurs
Rav Daniel Scemama,
Alexandre Roseblum, Elyssia Boukobza, Pr Daniel Sebbag, Rav Dan Tiomkin, Rav Nataniel Wertenschlag, Binyamin Benhamou, Rav Yehonathan Gefen, Rav Emmanuel Boukobza, Noémie Hadida, Mia Atlan, Rav Gabriel Dayan, Rav Avraham Garcia, Rav Aharon Sabbah, Rav Michaël Abehsera, Murielle Benainous

Mise en page
Dafna Uzan

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

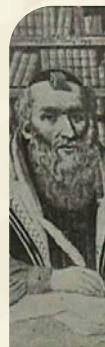
Abonnement
torah-box.com/magazine



● 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	19 juin 13 Sivan	Daf Hayomi Baba Métsia' 112 Michna Yomit Guitin 4-2
JEU	20 juin 14 Sivan	Daf Hayomi Baba Métsia' 113 Michna Yomit Guitin 4-4
VEN	21 juin 15 Sivan	Daf Hayomi Baba Métsia' 114 Michna Yomit Guitin 4-6
SAM	22 juin 16 Sivan	 Parachat Béha'alotekha Daf Hayomi Baba Métsia' 115 Michna Yomit Guitin 4-8
DIM	23 juin 17 Sivan	Daf Hayomi Baba Métsia' 116 Michna Yomit Guitin 5-1
LUN	24 juin 18 Sivan	Daf Hayomi Baba Métsia' 117 Michna Yomit Guitin 5-3
MAR	25 juin 19 Sivan	Daf Hayomi Baba Métsia' 118 Michna Yomit Guitin 5-5



Jeudi 20 Juin

Rav 'Haïm de Volozhin
Rav Nissim 'Haïm Yagen



Vendredi 21 Juin

Yéhouda



Samedi 22 Juin

Rav Sasson Lévi



Lundi 24 Juin

Rabbi Israël
Abi'hssira (de
Colomb-Bechar)



Mardi 25 Juin

Rav Yéhouda Ibn
Atar



Horaires du Chabbath

	Paris	Lyon	Marseille	Strasbourg
Entrée	21:39	21:16	21:04	21:17
Sortie	23:04	22:33	22:17	22:41



Zmanim du 22 Juin

	Paris	Lyon	Marseille	Strasbourg
Nets	05:47	05:51	05:59	05:27
Fin du Chéma (2)	09:50	09:46	09:49	09:29
'Hatsot	13:53	13:43	13:41	13:31
Chkia	21:58	21:34	21:22	21:35



CONCOURS de la SEMAINE

BÉHA'ALOTEKHA 2024

**GAGNE UNE CARTE-GADEX
AMAZON DE 100€**

**Quel est l'enseignement de
Torah dans cette photo ?**



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



Pas de gagnant pour le
dernier concours

La réponse était :

"On ne compte pas sur un miracle"
(Pessa'him 54b)



Bilan meurtrier : Douze soldats tués au cours du weekend dans la bande de Gaza

Neuf soldats israéliens ont été tués samedi matin dans une explosion à Rafia'h, dans le sud de la bande de Gaza, a annoncé l'armée. Deux autres ont été tués dans la ville de Gaza, dans le nord du territoire palestinien. Un onzième soldat a succombé à ses blessures après avoir été grièvement



blessé le 10 juin dernier. Il s'agit du bilan le plus meurtrier pour les forces de défense israéliennes dans la bande de Gaza depuis janvier. Selon une première enquête

de Tsahal, les soldats ont été tués à l'intérieur d'un véhicule blindé du génie de combat (CEV) de type Namer.

Eurosatory : La société organisatrice de l'événement souhaite que les Israéliens y participent

La société organisatrice du salon de défense Eurosatory qui se tient à Villepinte à partir de lundi, a exprimé son mécontentement après la décision du tribunal de Bobigny, révélée vendredi par Le Parisien, d'interdire la participation des entreprises israéliennes d'armement à cet événement, mais aussi à leurs intermédiaires.

Coges Events a annoncé samedi son intention de faire appel, moins de 24 heures après l'annonce du tribunal de Bobigny. Le gouvernement français avait annoncé annuler la participation des industriels israéliens le 31 mai. Dans le foulée, quatre ONG propalestiniennes avaient déposé une requête en référé.

בס"ד



נדל"ן ושיוק פרויקטים

TIVOUR BUILDING

AGENCE IMMOBILIERE

UNIQUE



Suite à l'hôtel West Ashdod : Gagnez de l'argent toute l'année, profitez jusqu'à 90 nuits par an.

780 000 sh
(190 000€)

Coup de fusil



Somptueux 4 pièces à Ashdod «City » avec terrasse, climatisation et parking, prix négocié

2 300 000 sh
(560 000€)

Bombe



Spécial investisseur, programme en plein centre d'Ashdod a 7% de rentabilité.

A partir de 280 000 sh d'apport
(68 000€)



Scannez pour contact whatsapp

☎ **054 63 99 865**
Hagdoud Aivri 5/12, Gan Hayir, 77456 Ashdod



Dov Uzan

Elections européennes : Montée de l'extrême droite et chaos politique en France



Les élections européennes auront révélé une forte poussée des partis d'extrême droite, principalement pour 3 pays importants du Vieux Continent : la France, l'Allemagne et l'Italie. Selon les résultats préliminaires, les partis d'extrême droite devraient occuper un quart des sièges au Parlement européen, contre un cinquième lors des élections précédentes. Le Rassemblement national de Marine Le Pen a réalisé une performance historique, obtenant deux fois plus de voix que les alliés du président Macron. Face à ces résultats, ce dernier a annoncé de manière inattendue la dissolution de l'Assemblée nationale et la tenue d'élections anticipées, dont le premier tour aura lieu le 30 juin.

"Personne ne sait combien d'otages sont encore en vie" (haut responsable du 'Hamas à CNN)

"Personne n'a la moindre idée" du nombre des otages encore en vie sur les 116 qui se trouvent à Gaza, a déclaré jeudi à CNN un haut responsable du 'Hamas, Ossama 'Hamdan. Interrogé sur les propos du médecin ayant pris en charge les otages récemment libérés par Tsahal, selon lesquels ils avaient été battus et affamés, il a répondu : "S'ils ont des problèmes psychologiques, c'est à cause de ce qu'Israël fait subir à Gaza". Le 'Hamas refuse catégoriquement de donner la liste des otages encore en vie et ne donne que très sporadiquement des signes de vie de certains otages, principalement à des fins de propagande.

Elyssia Boukobza



ELI HADDAD
LAW OFFICE & NOTARY

בס"ד



DROIT IMMOBILIER ISRAELIEN



TRANSACTIONS
IMMOBILIERES

GESTION
LOCATIVE

SUCCESSIONS

Hagdud haivri 5 Ashdod | Malki 16 Jerusalem

Tel: +972 88679910 | 01 77 47 38 06

Contact: avocats@elihaddad.com

www.elihaddad.com



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

Le front de la honte

La décision d'Emmanuel Macron, au soir des européennes, a ouvert un boulevard d'incertitudes, plongé la France dans un océan de menaces, sur le plan intérieur comme extérieur. Le peuple a voté contre le pouvoir en place ; qu'il revote pour clarifier ses choix !

Devant l'arche de Noé, une règle prévalait : seuls les couples y avaient droit d'accès pour échapper au *Maboul*, le déluge divin. Une situation qui désespérait le mensonge. Avec qui pourrait-il bien s'unir pour accéder à la *Téva* ? Qui pourrait faire du mensonge un partenaire viable ? Une offre finit pourtant par émerger : l'hypocrisie était candidate. Bras dessus, bras dessous, le mensonge et l'hypocrisie. La tromperie et la duplicité firent tant bon ménage que leur couple donna naissance à un enfant : les politiciens.

Si l'image n'est évidemment pas à prendre à la lettre, je repense à cette histoire que mon Rav aime à me rappeler, en contemplant, effaré, le résultat le plus effectif de la décision spectaculaire d'Emmanuel Macron de dissoudre l'Assemblée nationale, après le triomphe du Rassemblement national aux dernières élections européennes : l'union des gauches. Ces gauches qu'on imaginait divisées pour de bon. Ces gauches dont on espérait que le reliquat de valeurs dont elles jouissent encore conduirait à préférer l'honneur au déshonneur, la morale au calcul d'épicier sans vertu. Ces gauches dont on supposait qu'elles profiteraient de l'occasion pour acter du naufrage moral d'une NUPES dont la composante la plus puissante, la France insoumise, rencontre une difficulté existentielle à condamner sans réserve les massacres du 7 octobre, pour fend depuis Israël de tous les maux, quand son *leader maximo* Jean-Luc Mélenchon, toute honte bue, qualifie l'antisémitisme de "résiduel" dans la société française.

Terrible erreur ! "Pour empêcher l'extrême droite d'arriver au pouvoir, il y a un moment où il faut aller au-delà de nos divergences", a assumé sur TF1 l'ancien président François Hollande, candidat aux législatives à Tulle (Corrèze). "Aller au-delà de nos divergences", comprenez ne pas considérer l'antisémitisme de LFI comme une ligne rouge. "Des tartuffes" a réagi Nicolas Sarkozy dans Le Journal du dimanche.

Ils feraient mieux de réfléchir aux outrances de Jean-Luc Mélenchon et de ses amis. Mélenchon a du talent et de l'expérience, mais ses propos et sa politique sont dangereux et porteurs d'une grande violence. Cela ne lui pose aucun problème de violer un certain nombre de règles républicaines par opportunisme et calcul politique. LFI, par son communautarisme, ses propos aux limites de l'antisémitisme, son engagement militant auprès du 'Hamas, est beaucoup plus problématique au regard des règles républicaines que le risque fantasmé de "peste brune".

La décision d'Emmanuel Macron, au soir des européennes, a ouvert un boulevard d'incertitudes, plongé la France dans un océan de menaces, sur le plan intérieur comme extérieur. Le peuple a voté contre le pouvoir en place ; qu'il revote pour clarifier ses choix ! Curieuse conclusion sans doute tirée par le chef de l'Etat, toujours convaincu de sa capacité à demeurer "le maître des horloges" et à tirer profit d'un nouveau renversement de table. "La source de toute tristesse est l'orgueil", pourrait lui répondre le *Ba'al Chem Tov*.

La xénophobie
et la volonté
d'interdire
l'abattage rituel
en Europe ne
lassent pas
d'inquiéter

Tous ont compris de quoi il en retournait désormais : des élections législatives du 30 juin et 7 juillet peut émerger un grand vainqueur, à deux têtes : les extrêmes. Chacun jugera en son âme et conscience qui de La France insoumise, embarquée dans un Nouveau Front populaire, une NUPES *new age* qui ferait honte à Léon Blum, ou du Rassemblement national, est le plus dangereux pour la France, la démocratie, les Juifs et Israël.

Si le programme économique du RN, la xénophobie et la volonté d'interdire et l'abattage rituel en Europe et l'importation de viandes abattues rituellement dans des pays tiers ne lassent pas d'inquiéter, le contenu du "contrat de législature" du Nouveau Front populaire en ce qui concerne le Proche-Orient mérite une attention toute particulière. Composé de neuf points, on y trouve notamment : 1) un engagement solennel à "rompre avec le soutien coupable du gouvernement français au gouvernement suprémaciste d'extrême droite de Netanyahu (sic) pour imposer un cessez-le-feu immédiat à Gaza et faire respecter l'ordonnance de la Cour internationale de Justice qui évoque, sans ambiguïté, un risque de génocide ; 2) un appel à la reconnaissance immédiate d'un Etat de Palestine et à des sanctions contre le gouvernement Netanyahu ; 3) un projet d'embargo sur les livraisons d'armes à Tsahal et une demande de suspension de l'accord d'association Union-européenne-Israël, conditionné au respect des droits humains".

Autrement dit, précisément le programme de la France insoumise lors des dernières européennes, la gauche social-démocrate se vantant d'avoir toutefois obtenu de Mélenchon, Panot & Co. la qualification des massacres du 7 octobre de "terroristes". "Ces contorsions sémantiques sont affligeantes, résume parfaitement Nicolas Sarkozy. Est-ce que les actes du ' Hamas sont terroristes ou est-ce que le ' Hamas est terroriste ? Si on en est là de la sémantique après les horreurs du 7 octobre, c'est que l'on est tombé bien bas".

Et à ceux qui présentent François Ruffin comme une alternative "acceptable" au leadership de Jean-Luc Mélenchon, je les invite à se pencher d'un peu plus près sur les récentes déclarations du député LFI de la Somme, candidat à sa réélection. Accusant Israël de vouloir "détruire" le peuple palestinien, manière détournée de l'incriminer de génocide dans la bande de Gaza, M. Ruffin a appelé le gouvernement français à suspendre ses ventes d'armes à Jérusalem et l'accord d'association liant l'Etat hébreu à l'Union européenne. Il prône également des sanctions contre les athlètes israéliens aux Jeux olympiques de Paris, sur le modèle de la Russie. "Pas d'hymne, pas de drapeaux", a-t-il plaidé fin mai devant l'Assemblée nationale. Une chambre basse dont on peut redouter, sans pessimisme excessif, les couleurs dont elle se revêtira au soir du 7 juillet.

*Daniel Sebbag, Professeur,
spécialiste des relations internationales*



edif
ÉDITEUR RESPONSABLE

Rejoignez notre régie publicitaire EDIF.fr
à Maisons-Alfort (94) !

Nous recherchons des

CHEFS DE PUBLICITÉ H/F

pour gérer des campagnes de sponsoring
pécutantes par téléphone et email
pour nos partenaires.

Ce que nous offrons :

- Pas besoin de chercher des leads, nous nous en occupons !
- Formation assurée.
- Rémunération attractive : fixe + variable évolutif rapidement.

Profil recherché :

- Dynamique
- Bonne élocution

Intéressé(e) ?
Contactez-nous au **06 03 45 26 34**
pour faire partie de l'aventure !



Comprendre l'adolescent rebelle (partie 1)

Dans cette première partie d'entretien, Rav Dan Tiomkin, spécialiste reconnu en éducation en Israël, explore les défis de l'éducation des enfants en difficulté en répondant aux questions du Rav Daniel Scemama. S'intéressant au thème de l'éloignement des enfants, il aborde des thèmes tels que reconnaître les talents des enfants, gérer la jalousie entre frères et les styles parentaux. Cet échange offre des perspectives essentielles pour les parents et éducateurs cherchant à créer un environnement familial sain.



L'éloignement du foyer des enfants qui ont quitté le chemin de la Torah est-il un phénomène nouveau ?

Il y a toujours eu des conflits internes. Mais il semble en effet que, dans notre génération, différentes causes font que ce phénomène a pris une grande ampleur : attraction de la rue, internet, sensibilités différentes, situations traumatisantes... Pour ceux qui en ont la volonté, il existe des outils [...] Il faut voir le positif chez nos enfants, y croire. C'est avant tout un travail personnel : établir un cadre adapté et propice pour les enfants à la réalisation de leurs potentiels, de leurs talents et de toute la beauté dont ils ont été dotés par D.ieu.

Construire ou se construire ?

La difficulté, c'est que le père n'est pas toujours capable d'être psychologue ou de comprendre la nature de chaque enfant.

Dans les dernières générations, la coercition ne fonctionne plus : elle crée un antagonisme. C'est pour cela que notre fonction est de définir une voie, d'endosser le rôle du conseiller, du psychologue, d'être à l'écoute, de comprendre la nature de l'enfant. Il ne faut pas que le complimenter : l'éducation implique aussi la réprimande. Mais le concept (talmudique) de la "droite qui rapproche" est beaucoup plus puissant, impliquant une plus grande adaptation pour être efficace. Préambule à toute discussion sur l'éducation : énormément de prières !

Avant de pouvoir éduquer ses enfants, ne doit-on pas se construire soi-même ?

Bien sûr, mais si on attend de s'être parfaitement construit, ce serait l'anarchie dans le monde. Ce doit être simultané. Nos enfants sont le miroir de ce qui doit être corrigé chez nous. Grâce à mon travail personnel, je peux les éduquer.

Comment établir l'harmonie entre frères

et sœurs sans susciter la concurrence ou la jalousie, afin que chacun trouve sa place, selon leurs personnalités et leurs besoins différents ?

Surtout si l'un des enfants est plus "à risques", qu'il a besoin de plus d'amour et plus d'expressions de cet amour, les autres enfants s'interrogent légitimement : causer des problèmes est payant ?!

Des grands de notre peuple (Rav Ouri Zohar, Rav Guerchon Edelstein, Rav Moutsafi, Rav Steinman) donnent tous la même réponse : il faut expliquer aux enfants que nous donnons de l'attention et des outils propres à chacun. Afin d'éviter qu'ils ne restent avec ce sentiment d'être perdants, il leur faut une contrepartie. Un foyer avec un enfant "à risques" implique que les parents doivent donner plus d'attention aux autres enfants : discussions ouvertes, moments de qualité, expériences positives, voyages... L'alternative de mettre dehors un enfant afin de préserver les autres est bien pire : son état ne fera que s'aggraver, et cela aura une influence encore plus néfaste sur les autres frères.

La meilleure option reste d'aimer cet enfant, de le rapprocher, d'expliquer la situation aux autres enfants, de faire en sorte que eux aussi l'aiment, prient pour lui, le fassent se rapprocher. Nos Sages expliquent que celui qui influence est moins influençable. Un bateau ne coule pas à cause de la mer déchaînée, mais à cause d'un trou dans la coque. Si un enfant sent qu'on l'aime et qu'il est "bien", il ne sera pas jaloux de celui qui est plus problématique. Il ne veut pas lui ressembler mais donner la satisfaction à ses parents et réussir dans la vie.

Le fait que le père doive se justifier ne porte-t-il pas atteinte à son statut ?

D'une certaine manière oui, mais les alternatives sont pires. Lorsque le père ne s'explique pas, que ses enfants deviennent jaloux et ont de la rancœur, c'est dangereux. La vie est une gestion de risques : il faut opter pour l'option la moins pire, la moins risquée, avec le moins de complications. Dans le judaïsme, tout est sujet à

discussion ; mais dans ce domaine précisément, il y a un consensus entre toutes les tendances.

Il y a de nos jours une tendance à ce que le père soit une sorte de "copain" de son enfant. Parfois, cela porte atteinte à son statut, il ne peut plus prendre les décisions adéquates. Quand le père se justifie, son fils se sent sur un pied d'égalité...

C'est juste, mais d'un autre côté, si le père passe son temps à donner des ordres, les enfants le haïssent et font tout derrière son dos. Le juste milieu ? Du bon sens, des prières. En cas de problème, il est toujours possible de prendre conseil auprès de spécialistes. Ils peuvent aider et accompagner durant une certaine période, ou donner des outils dans ce domaine.

Comprendre et gérer l'éloignement d'un enfant

Quelle est la cause de l'éloignement d'un enfant ? Comment se fait-il qu'un enfant se retrouve d'un coup attiré par la rue ? À quoi cela est dû ? Quelles sont les erreurs dans le foyer qui poussent l'enfant à partir ?

Il s'agit d'une question complexe, légitime et d'actualité. Par le passé, ce phénomène concernait davantage des familles de classes défavorisées. De nos jours, il n'y a pas de foyer qui ne connaît pas ce problème.

Chaque personne possède une âme divine et une âme animale. Ce sont deux moteurs différents. La première est une émanation de la sagesse divine : elle n'aspire qu'à s'élever, à progresser dans la Torah et la crainte du Ciel. L'âme animale, elle, veut manger, boire et "galoper". Un juste connaît l'âme de son animal et contrôle son cœur. Parfois, on se trompe et on tombe. Mais nous devons apprendre comment le cheval est au service du cavalier : c'est le travail d'une vie [...]

Depuis notre naissance, nous sommes éduqués à faire des choix importants et conformes à des valeurs. En revanche, si quelqu'un a vécu un traumatisme (voir de mauvaises choses, agression, attentat, harcèlement, exclusion,

perte d'un membre de la famille...), son cerveau a pu rester en mode "survie". S'il souffre de trouble de stress post-traumatique (TSPT), les capacités relatives à la gestion de l'âme sont affaiblies. Je ne dis pas que chaque jeune qui s'éloigne a forcément vécu un traumatisme, mais cela représente un très grand pourcentage. Il y a dans notre génération des âmes plus faibles et plus sensibles, souffrant de dysfonctionnements, de troubles - comme le TDAH (Trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité) et bien d'autres - qui provoquent une plus grande sensibilité [...]

Je n'aime pas trop ce terme d'éloignement. Ces enfants reviendront avec l'aide de D.ieu, et ils trouveront leur voie pour être au contact du monde, spirituellement et mentalement. Les grands du peuple, comme Rav Kanievsky, le *'Hazon Ich*, Rav Edelstein ou Rav Ouri Zohar ont défini ces enfants, pas en les appelant mécréants, mais *Anoussim* (contraints). Ils ont vécu certaines choses, que les parents ne découvrent parfois qu'après; et ce vécu a provoqué une mise en veille partielle du cerveau, proche de la survie. Si les parents comprennent cela, ils auront une plus grande capacité à utiliser les bons outils pour aider l'enfant à guérir, à se remettre d'aplomb et réapprendre à prendre de bonnes décisions.

Est-il possible pour les parents d'identifier une certaine prédisposition ?

Oui. Tout d'abord, les parents ne sont pas toujours le problème, mais ils peuvent toujours faire partie de la solution. Car si des parents émane une atmosphère de confrontation, l'enfant sera en confrontation permanente; dans ce cas, il passera son temps à tout rejeter, et la situation ne fera qu'empirer. En revanche, si les parents arrivent à mettre en place une atmosphère aimante et compréhensive,

l'enfant se détend et D.ieu peut envoyer les émissaires adéquats. Ainsi, pour ce qui est de la source précise de ce traumatisme, il ne faut pas trop creuser. Cela ne change pas grand-chose. Il y a une atmosphère particulière propice à la prévention, à l'évitement mais aussi à la convalescence. Il faut parfois aussi une thérapie.

Les parents font parfois du "copier-coller" et se disent : "Je vais éduquer comme on m'a éduqué." Or il est dit : "Éduque l'enfant selon sa voie"

Le *Nétivot Chalom* (Admour de Slonim, ndlr) dit qu'en éducation, il y a deux boîtes à outils : l'éducation classique, *a priori*, et l'éducation en cas de crise, *a posteriori*. Nous voulons tous que nos enfants soient des justes et qu'ils prennent de bonnes décisions. Pour cela, on peut emprunter la voie royale, l'éducation classique. Mais il y a un autre chemin, celui de l'éducation alternative qui a le même objectif. Or le *Nétivot Chalom* dit que le peuple juif a perdu beaucoup d'âmes parce ce les parents ont utilisé la boîte à outils inadéquate. Les parents font parfois du "copier-coller" et se disent : "Je vais éduquer comme on m'a éduqué." Or il est dit dans le verset (*Michlé 22, 6*) : "Éduque l'enfant selon sa voie", pas selon ma voie. Si on trouve quels outils lui sont adaptés, on arrivera à le reconnecter.

Quelle est l'influence de l'entente de couple chez les parents, quand l'harmonie conjugale n'est pas au beau fixe ? Ou lorsque l'environnement est toxique, comme la technologie de nos jours... Cela ne pousse-t-il pas encore plus l'enfant vers la sortie ?

Il est clair que tout a une influence.

Pour ce qui est de l'harmonie conjugale, il est évident que si l'enfant voit ses parents s'aimer et se respecter, il grandira plus équilibré. D'un autre côté, je n'aime pas que certains spécialistes ou certaines méthodes se concentrent sur la culpabilisation des parents. L'entente conjugale n'est jamais irréprochable.

Il y a toujours des tensions entre le père et la mère. Il n'est ni exact ni convenable d'accuser les parents et leurs désaccords pour dire que tout est de leur faute. Surtout, cela ne fait pas avancer et décourage. Je ne vois pas de lien direct : beaucoup de foyers où l'entente conjugale n'est pas parfaite voient les enfants très bien sortir, et inversement. Il est évident qu'il faut améliorer l'entente conjugale au maximum, mais je ne pense pas que ce soit une bonne chose de dire aux parents : "tout est de votre faute". Même avec des problèmes d'entente conjugale, il faut se tourner vers l'avenir et prendre ses responsabilités.

Les technologies sont un tout autre problème. Elles sont très disponibles, très attirantes et très dangereuses. Néanmoins, je pense que ce n'est que si le puits est vide et qu'il n'y a pas d'eau qu'on y trouve des serpents et des scorpions. On ne peut pas combattre la technologie, c'est une guerre perdue d'avance. Il faut surtout offrir une contrepartie, que l'enfant soit sain d'esprit, qu'il ressente la douceur de la Torah, le goût de la réussite, qu'il se sente aimé, important, capable. Il aura alors les bons outils pour faire face à toutes ces tentations. Si l'esprit est meurtri, la fuite vers un monde virtuel est une forme d'antalgique pour soulager la douleur. Mais quelqu'un qui est bien dans sa peau sait pourquoi il se lève le matin : il a un avenir, de l'espoir et des rêves, la force de faire face au mauvais penchant. C'est l'objectif principal de l'éducation.

Pouvez-vous donner des conseils dans ce domaine ? Comment mettre en place cette atmosphère positive ?

Je pense que la condition principale est liée à ma connaissance de ma relation à l'enfant. Un enfant doit ressentir que son père et sa mère l'aiment, qu'ils l'acceptent tel qu'il est et voient le positif qui est en lui. Cela nécessite d'y consacrer du temps [...] Il faut rechercher au quotidien les occasions de parler et d'écouter, comme manger ensemble, par exemple. Écouter est tellement important ! Ce n'est pas seulement un moyen de comprendre le

problème pour trouver une solution. L'écoute en soi crée un lien et relie les cœurs.

Le lien entre l'enfant et ses parents doit être fort, qu'il sente qu'ils s'intéressent à lui, qu'il peut leur ouvrir son cœur, leur parler de ses difficultés, de ses tracas, de ses doutes, de ses échecs. Un tel enfant grandira bien plus équilibré, et aura la capacité de faire face aux vicissitudes de la vie, sans être brisé, sans perdre espoir.

Le mauvais penchant est tellement présent aujourd'hui. Il cherche à nous décourager, à nous séduire et à nous faire croire qu'on n'a aucune chance de réussir, qu'il vaut mieux profiter de la vie [...] Finalement, il faut un foyer chaleureux, où l'on écoute de la musique, où on se promène ensemble et où l'on trouve les occasions pour parler. C'est ce qui construit les enfants. Il est vrai que c'est par moments peu plaisant. Si l'enfant est déjà un peu à l'extérieur, je serais obligé de plus m'investir. Mais encore une fois, qu'elle est l'alternative ? Le rejeter totalement ? Cela ne ferait qu'empirer la situation.

Vous touchez un point très important : si un des enfants quitte le droit chemin, nous devons le garder à la maison, même s'il peut influencer les autres enfants...

C'est ce qu'ont dit les Sages. Si on fait en sorte qu'il ne reste pas à la maison, ce sera bien pire dehors. Le traumatisme d'avoir été mis à la porte sera tellement vif, cela le fera sombrer et au final, cela peut avoir une influence bien plus négative sur les autres enfants. Mais si on le garde à la maison, sans qu'il ne sème la terreur, avec beaucoup d'amour, d'acceptation et de chaleur, par exemple en lui accordant son autonomie, en l'aidant à prendre de bonnes décisions... Dès lors, s'il n'est pas en conflit permanent et s'il est à la maison, il trouvera sa voie pour revenir et prendre de bonnes décisions. Cela est nettement préférable à toutes les autres alternatives, malgré les risques encourus.

À suivre...



Les dégâts des nouvelles technologies à l'école

Les nouvelles technologies ont amené dans leur sillage d'innombrables défis éducatifs auxquels parents et éducateurs tentent de faire face. Entretien avec Yonathan Gottfarstein, directeur de l'école Beth Aaron à Paris, qui nous livre son expérience et ses solutions.

Les nouvelles technologies, ce n'est un secret pour personne, ont amené dans leur sillage d'innombrables problèmes sociaux, familiaux et surtout éducatifs. Les Grands de la génération n'hésitent pas à parler de "Shoah spirituelle". Une étude menée aux Etats-Unis et publiée dans la revue *JAMA Pediatrics* a montré que les adolescents qui utilisaient des écrans plus de 7 heures par jour avaient deux fois plus de chances de développer des symptômes de dépression et que l'utilisation excessive des écrans était associée à une augmentation de 70 % du risque de comportements suicidaires.

Depuis 20 ans, Yonathan Gottfarstein dirige des établissements scolaires en France. Il a également fondé le réseau de colonies de vacances Pilpoul/Pilpelle qui accueille quelques 350 jeunes chaque année. En première ligne face aux défis des nouvelles technologies, M. Gottfarstein nous livre dans un entretien son expérience et les solutions qu'il a mises en place au sein de son établissement parisien, *Beth Aaron* et ses colonies de vacances.

M. Gottfarstein, Chalom. Peut-on encore maîtriser l'usage des smartphones & co. chez les jeunes, alors que même les devoirs se font sur internet ?

Oui c'est encore possible, pour peu que l'on prenne le problème à temps. Je ne pense pas qu'il soit réaliste, du moins en France, d'imaginer qu'il est encore possible d'éviter

toute exposition à internet. Pour notre part, nous avons mis en place une série de mesures qui nous permettent de limiter grandement le temps passé sur les écrans.

Justement, que proposez-vous de différent et qui ait fait ses preuves ?

A *Beth Aaron* et dans nos colonies de vacances, l'usage du smartphone et des tablettes est strictement interdit, au point que si un élève est pris avec un appareil, il est immédiatement renvoyé. Cette règle permet de maintenir un environnement d'apprentissage calme et de réduire les distractions. Je pense que nous sommes l'une des rares colonies où l'attention des jeunes est maintenue, où il est encore possible de les intéresser et les faire participer. Et c'est indéniablement l'une des raisons du succès des séjours que nous avons créés. Pour ce qui est de l'école et pour les lycéens, nous consacrons également du temps à parler avec les parents, à les convaincre d'installer des filtres sur leurs appareils, car nombreux sont ceux qui ignorent les dangers qui guettent leurs enfants sur le net. De plus, les élèves n'utilisent évidemment jamais un ordinateur (même protégé) sans professeur à côté.

Nous parlons pourtant de parents bien engagés sur le plan religieux, qui envoient leurs enfants dans des écoles orthodoxes...

C'est vrai, mais nombreux sont ceux qui parmi eux pensent ne pas être concernés par ce danger. Eux-mêmes n'ont pas grandi



avec internet et ils se convainquent que leurs enfants "sont sérieux" et "savent se protéger". Nous leur expliquons que même sans parler des abîmes que peut proposer la toile, l'usage des réseaux sociaux est la porte ouverte au harcèlement, aux humiliations, à la détresse sociale, aux addictions etc. Fort heureusement, il existe aussi des parents qui, nombreux, nous remerciant de les aider à lutter contre ce fléau.

Comment les élèves vivent-ils les mesures qui ont cours chez vous ? Se sentent-ils limités ?

Je vous répondrai en vous révélant qu'une fois la crise d'adolescence passée, c'est-à-dire vers les classes de première et terminale, il n'est pas rare de voir les élèves passer d'eux-mêmes, sans qu'on n'ait eu à les sermonner, au téléphone Cachère. C'est-à-dire qu'une fois qu'ils ont fait le tour de ce que les nouvelles technologies ont à proposer, ils arrivent par eux-mêmes à la conclusion que s'ils souhaitent intégrer une bonne *Yéchiva*, s'investir sérieusement dans leurs études et réussir leur vie tout simplement, ils ont tout intérêt à limiter les distractions et la perte de temps qu'induisent ces appareils.

Une anecdote marquante ?

Oui : récemment, j'ai été amené à proposer une sortie avec une animation à des élèves d'une autre école à Paris, considérée comme un excellent établissement. Après le jeu, j'ai voulu rassembler les élèves en cercle pour échanger avec eux sur des idées après le sport.

Mission impossible : à peine rassemblés, tous les élèves avaient déjà dégainé leurs téléphones et étaient complètement déconnectés de ce qu'il se passait autour. Je me souviens aussi d'un de nos élèves qui était incapable de rester éveillé en classe, car il passait ses nuits à jouer à des jeux vidéo en ligne... Les parents de leur côté ne parvenaient pas à imposer des limites. Sans autre choix, ce fut le renvoi.

Le mot de la fin. Quels conseils donneriez-vous aux jeunes et aux parents ?

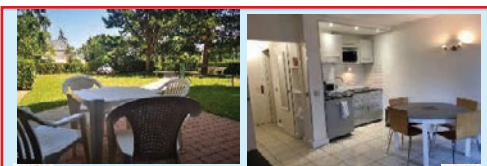
Il est humain et très courant de s'identifier à son enfant. Dans de nombreux domaines, cela peut même aider notre progéniture à vivre une enfance meilleure que la nôtre. Aujourd'hui un élément nous oblige à réfléchir avec un autre angle : Internet et le Smartphone. Les jeunes en France vivent une réalité complètement différente de celle qu'ont vécu leurs parents dans les années 80. Sans les protéger de ce fléau, la catastrophe est quasi automatique. Pour ceux qui me connaissent, je ne suis pas du genre alarmiste, mais en ce qui concerne ce domaine, c'est d'un danger extrême.

Même le monde non-juif est aujourd'hui conscient des conséquences néfastes des écrans. Pour être très concret, et si Internet est indispensable :

- Il faut que l'ordinateur de la maison soit TOUJOURS dans une pièce centrale de la maison (et non pas dans une chambre).
- Les appareils doivent comporter un filtre. Des personnes très compétentes en France peuvent l'installer en quelques minutes.
- Repousser au maximum le moment où l'adolescent aura son Smartphone.
- Mettre en place des temps d'écran sur lesquels on ne déroge jamais.

Ce qui me rassure dans tout ça c'est que lorsque les jeunes d'aujourd'hui deviendront à leur tour parents, ils sauront mieux protéger leurs enfants que les parents actuels !

Propos recueillis par Elyssia Boukobza



Partez vous détendre à Deauville !

Particulier loue pour toutes périodes, appartements de standing tout confort et équipés pour 4 personnes, donnant sur jardin, dans la résidence Pierre et Vacances Les embruns à Deauville. Plage à 300m, proche centre ville et synagogue. Adapté aux chomrei shabbat. Me contacter au 0621248884



Chacun pour soi et Hachem pour tous ?

Au tout début de notre *Paracha*, Hachem dit à Moché : "Parle à Aharon et dis-lui : 'Quand tu disposeras les lampes, c'est vis-à-vis de la face du candélabre que les sept lampes doivent projeter la lumière.'"

Rachi explique : "Les six lumières de la *Ménora* devaient toutes converger vers celle du centre."

Le *Sforno* nous livre une explication d'une grande profondeur qui va en même temps nous permettre d'appréhender le but de l'homme dans ce monde.

En réalité, les six branches du candélabre font référence à la diversité qui existe au sein du peuple juif : certains sont plus engagés sur le plan religieux, d'autres moins... Quoi qu'il en soit, chacun doit se tourner vers le tronc central, vers la lumière centrale de la *Ménora*. Et le *Sforno* de poursuivre : "Qu'on se trouve à la droite de la *Ménora* [allusion à ceux qui s'adonnent entièrement à la Torah et à son étude] ou à la gauche de la *Ménora* [ceux qui s'investissent dans la matérialité de ce monde], tous doivent converger vers le centre, vers la lumière centrale."

Ce que souhaite nous enseigner le *Sforno*, c'est que quel que soit le niveau de pratique d'une personne et quel que soit le domaine dans lequel elle s'investit – le travail, la famille, l'art, etc. – ses capacités doivent être mises au service d'Hachem.

A *Chavou'ot*, nous avons reçu la Torah, "comme un seul homme, avec un seul cœur", précise la Torah. La Torah n'est pas l'apanage d'une seule caste, mais elle est l'héritage de tout un peuple dans toute sa diversité. Ce que clame le proverbe en français "chacun pour soi et D.ieu pour tous" est donc un non-sens pour le juif, pour qui au contraire l'impératif est de contribuer au mieux de ses capacités au bien-être de la collectivité.

Pour mieux comprendre, rapportons la parabole suivante :

Imaginons deux associés, Réouven et Chim'on, qui partent ensemble en voyage d'affaire. A Paris, ils entrent dans l'un des meilleurs restaurants Cachères de la capitale et Chim'on commande les meilleurs plats qui figurent sur le

menu. Quelque peu étonné, Réouven demande à son associé comment compte-t-il régler la note, ce à quoi Chim'on répond qu'il mettra celle-ci sur le compte de la société. A ces paroles, Réouven décide d'en faire autant et de commander des plats encore plus onéreux. A leur retour en Israël, quelle n'est pas la surprise de Réouven de découvrir que si la note de son associée a bien été réglée par la société, la sienne en revanche a été refusée et c'est lui qui doit dès lors régler les frais ! Lorsqu'il exige des explications, le service comptable lui répond : "Chim'on s'est rendu à Paris car il avait plusieurs rendez-vous importants avec de nouveaux clients. Il est donc normal que la société essuie ses dépenses puisque celles-ci permettront à la société d'accroître ses bénéfices. Quand à vous, vous n'aviez aucun rendez-vous particulier ; votre passage au restaurant relevait du pur divertissement sans que cela n'apporte quoi que ce soit à la société !"

Il en est de même pour nous : celui qui met à profit les facultés et les talents qu'Hachem lui a octroyés pour contribuer à bonifier le monde, n'aura pas à se soucier du fait que lui-même en a tiré quelque profit ; sa part au monde futur reste intacte puisque même ici-bas, tout ce qu'il a accompli convergeait vers D.ieu !

Vous savez chanter ? Allez réjouir des mariés qui ne peuvent payer un orchestre. Vous peignez merveilleusement bien ? Offrez l'une de vos œuvres à la synagogue près de chez vous. Vous savez reconforter les autres ? Offrez votre sourire et vos bonnes paroles aux âmes en peine autour de vous.

C'est le message que vient nous enseigner notre *Paracha*. "Quant à la confection du candélabre, il était tout d'une pièce, en or ; jusqu'à sa base, jusqu'à ses fleurs, c'était une seule pièce" : c'est lorsque tous mettent leurs qualités à contribution dans un même but que le peuple juif est véritablement appelé un.

Puissions-nous chacun devenir des exemples de don à autrui, pour la gloire d'Hachem, Amen !

*Retranscrit d'après un cours sur torah-box.com du
Rav Nataniel Wertenschlag*



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 avec Piscine
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

yoan@yael-invest.com

www.yael-invest.com


YAEI INVEST
Growth Partner



Batumi

1 Hôtel Caché
4* toute l'année

La nouvelle
destination des
Israéliens

Plus-Value et Renta
non imposables



Le "plan Nazir" pour stopper la pollution de votre cerveau

Qu'y a-t-il de si remarquable chez le Nazir, et pourquoi est-ce important de mettre en place un programme de maîtrise de soi ? Comment pouvons-nous appliquer les principes du Nazir dans notre vie moderne, notamment en ce qui concerne les addictions et les distractions ?

Comment pouvons-nous remplir notre esprit de pensées divines et nous débarrasser des pensées inutiles ? Découvrez une leçon capitale sur l'importance de la Prichout, l'idée de se maîtriser.

La *Paracha Nasso* a fait apparaître le personnage singulier du *Nazir*. Dans la Torah, le *Nazir* était un homme ou une femme qui menait une vie normale, mais qui avait pris sur lui de s'abstenir de certaines choses : il ne buvait pas de vin, ne se coupait pas les cheveux, n'entrait pas en contact avec certaines impuretés.

Dieu propose dans la Torah : "Si un homme ou une femme se décide à faire le vœu de devenir un *Nazir* pour Dieu", c'est-à-dire à devenir consacré à Dieu en s'abstenant de certaines choses, alors il peut le faire (*Bamidbar* 6,2). Mais le commentateur Ibn 'Ezra nous fait remarquer que le mot *Yafli*, "se décide à faire le vœu" vient du terme *Pélé* qui veut dire "remarquable", "exceptionnel". Le verset doit se lire ainsi : "Si un homme ou une femme fait quelque chose d'exceptionnel en choisissant de devenir *Nazir* [...]"

La question est de savoir : qu'y a-t-il de si remarquable et d'exceptionnel chez lui ? Prendre une distance avec la faute est si incroyable que cela ?

Savoir dire "non" à son époque

La réponse est oui ! Imaginez-vous le contexte. À l'époque, le vin était comme l'eau aujourd'hui : on en buvait partout, tout le temps. Le *Nazir* ne participait donc pas à des fêtes pour éviter d'en boire. Il avait pris sur lui de limiter ses contacts avec tout ce qui est permis, mais qui le rapproche tout de même de la faute. La Torah considère exceptionnelle une personne qui met en place un programme qui l'éloigne du *mainstream*, du courant général et qui sait dire "non"... car nous savons très bien que plus nous

nous permettons de trouver du plaisir dans une activité, plus nous en devenons esclave et plus nous nous mettons en danger. Êtes-vous capable de vous couper de votre Smartphone ? De vos jeux vidéo ? De votre match de foot à la télé ? Ce n'est pas évident ! Et bien, le *Nazir* avait créé un programme pour y arriver.

Ne me dites pas que cela ne vous impressionne pas. Les médecins addictologues, ceux qui traitent les troubles à la dépendance sont surchargés de travail. Il y a :

- les dépendants aux Smartphones ou aux jeux vidéo à qui cela cause un isolement social, qui ne dorment presque plus ;
- les dépendant aux jeux d'argent, aux séries, aux films, qui s'habituent au plaisir immédiat et constant et qui deviennent paresseux, qui procrastinent sans arrêt...

Le *Nazir*, lui, allait avec courage à contre-courant des tendances de son époque. Nous devons tous, non pas devenir *Nazir* au sens propre, mais travailler sur le domaine de la *Prichout* comme lui, c'est-à-dire devenir une personne qui sait se contrôler, qui se maîtrise pour savoir, au moment-clé, ne pas fauter, ne pas céder. Par exemple :

- si quelqu'un a l'habitude de manger tout ce qu'il voit, il devient esclave du désir de la nourriture. Et comme il n'a jamais développé ses "muscles de la maîtrise de soi", sa *Prichout*, il pourrait facilement se trouver des prétextes pour manger un plat appétissant mais pas Cachère. À l'inverse, quand la femme du Rabbi de Slabotka lui servait un dessert, il le goûtait toujours et lui disait combien il était bon, mais

il ne le terminait jamais, pour justement ne pas s'habituer à céder à ses passions, à travailler sa maîtrise de lui-même.

- Il en va de même pour la parole. Quand un homme ne s'habitue jamais à se taire, il ne pourra pas se retenir de dire une parole interdite quand il sera face à l'épreuve. Des gens passent leur vie à parler au téléphone, à donner leur avis en permanence sur les gens sur Internet... même si on ne dit rien de mal tout de suite, on finira par en dire. Celui qui développe la qualité de *Prichout*, qui maîtrise son débit de parole, a peu de chances de dire des mots inappropriés.

- Idem pour la lecture. Vous êtes dans la salle d'attente du médecin, il y a une pile de journaux débiles, inutiles ou indécents posés sur une petite table. La plupart des patients liront car ils ne sont pas habitués à se mettre des barrières. Nous devons habituer notre corps à dire "non" afin que, lorsqu'une tentation interdite se présente à nous, notre esprit soit le seul maître à bord.

L'esprit humain, un bien inestimable

D'après Rav Avigdor Miller, le plus utile dans cette qualité de *Prichout* du *Nazir*, c'est d'empêcher les pensées étrangères de nous infiltrer. Un homme vient au monde dans le but de remplir son esprit de D.ieu. C'est notre mission la plus importante : laisser de l'espace pour D.ieu dans notre esprit. Plus une personne est remarquable, plus son esprit est préoccupé par des pensées divines sur D.ieu. Le roi Salomon l'explique bien dans son livre des Proverbes : "Grâce à l'intelligence, les chambres de votre esprit se remplissent de toutes sortes de biens précieux et agréables" (*Michlé* 2, 4).

Notre esprit est un appartement d'une valeur inestimable. Chaque millimètre de notre esprit doit être utilisé pour des choses importantes. Imaginez une personne qui loue un appartement à 20000 \$ la semaine : elle ne peut pas se permettre d'occuper son espace par des objets superflus. Il en est de même pour notre esprit : il doit être épuré, dépourvu de toute pensée

inutile et inepte pour y entreposer nos objets de valeurs.

Quels objets de valeurs mettre dans notre esprit ? Premièrement, une vision claire de l'origine divine du monde, de sa création à partir de rien, une vision claire de la sortie d'Égypte et de ses nombreux miracles, une vision et une connaissance claires du don de la Torah au mont Sinaï par D.ieu au peuple d'Israël. Manger des gâteaux au fromage à *Chavou'ot* ne suffit pas pour bien se le fixer dans son esprit...

Puisqu'il faut remplir notre esprit d'un grand nombre d'enseignements et d'idéaux, il faut aussi le désengorger. Deux objets ne peuvent occuper le même espace en même temps. Si vous commencez à penser fortement à des concepts saints, des choses importantes, mais qu'en même temps vous regardez des émissions ou des séries stupides qui parlent de choses futiles, cela ne rentrera pas. Si nous voulons intégrer les idéaux du judaïsme dans notre esprit, il faut faire un choix. Le *Nazir* commençait par éliminer de son esprit tout le "meuble superflu" qui encombrait son esprit pour être opérationnel et réfléchir au thème central de la vie : à D.ieu.

Programme pour un esprit juif équilibré

Pour arriver à ce niveau de *Prichout* et pour se perfectionner, le livre *Messilat Yécharim* (La voie des Justes du Rav Moché 'Haïm Luzzatto) conseille de se détacher de trois choses :

1. Les mauvaises fréquentations. Vérifiez vos fréquentations : amis, collègues de travail, partenaires, associés... Si on vit avec les mauvaises personnes, leur influence risque de nous détruire. Si vous êtes assis à côté d'une personne qui bavarde à la synagogue, si vous étudiez à la *Yéchiva* et que votre *Havrouta*, votre binôme d'étude bavarde, c'est dommage...

2. La plaisanterie ou l'indifférence nonchalante. Être un plaisantin constant, ne rien prendre au sérieux, passer son temps à faire l'idiot ou à trop parler, passer sa journée à écouter de la musique avec son casque du matin au soir,

être dans la distraction et le loisir de manière permanente, regarder les mêmes émissions que toute la population, les mêmes séries stupides pour fuir une vie insipide... Est-ce que toutes ces informations ont leur place dans un esprit qui contient une âme ?

3. Le pire problème : la surcharge, le fait d'être trop occupé pour pouvoir penser. Un esprit trop occupé dans les affaires de ce monde ne deviendra jamais un grand esprit. Il faut se libérer du syndrome de l'occupation si nous voulons mener une vie pleine de sens. Il n'appartient qu'à nous de faire de l'espace dans notre tête. Travailler, se former, se divertir, penser à manger, à s'acheter un nouveau Smartphone, dormir puis recommencer : jusqu'à quand ? Quand passons-nous du temps pour les choses importantes ?

Le problème existe aussi dans notre vie juive. Beaucoup de gens prient, mais quel est l'intérêt de leur prière s'ils n'en comprennent pas le sens ? Beaucoup de gens prient, mais très peu pensent à D.ieu ! Un jour, Rabbi Lévi Its'hak de Berditchev demanda à son bras droit de frapper sur une table de la synagogue en pleine prière. Tout le monde s'interrompit et le bedeau déclara : "Le Rabbi veut que tout le monde se rende compte de l'existence de D.ieu. Oui, il y a un D.ieu !" Le Rabbi de Berditchev voulait rappeler aux gens d'adresser leurs prières à D.ieu. Nous sommes trop occupés à prier pour y penser : nous prions mais nous ne réfléchissons pas à ce que nous disons. Par exemple, est-ce que, dans votre prière de ce matin, vous vous souvenez d'avoir remercié Hachem pour la lumière du soleil ? *Yotser or* : vous l'avez dit ce matin, mais cela n'a peut-être même pas effleuré votre esprit qu'il s'agit de la bénédiction pour remercier D.ieu de la lumière du soleil ! La lumière du soleil est un excellent producteur de vitamine D pour notre peau, pour nos os, elle régule notre horloge interne et elle est nécessaire à notre humeur. Mais nous sommes trop pris par la prière pour réfléchir aux paroles que nous prononçons

pendant la prière. Le *'Hazan* avait une belle voix, émouvante, mais qu'a-t-il dit ?

Nous vivons sur l'autoroute principale, celle qui est de servir D.ieu, de penser à D.ieu, de réfléchir à D.ieu. Et voilà que, sur le bas-côté de la route, toutes sortes d'attractions cherchent à nous faire quitter cette route de la vie : il nous est dit d'investir notre argent ici ou là, de participer à telle ou telle aventure, de télécharger une application de voyage pour oublier nos soucis... Il y a des gens qui passent leur temps à aller à toutes les fêtes possibles auxquelles ils sont invités, même de gens qu'ils ne voient jamais. Nous voulons souvent nous donner l'impression d'être occupés pour éviter d'avoir à nous occuper des choses importantes.

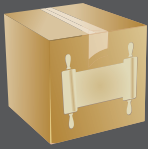
Un homme sage sait qu'il doit entreprendre un voyage pour arriver à bonne destination. Il s'accroche à son volant et reste concentré. Il évite les distractions car lorsque nous sommes trop absorbés par des choses secondaires, les thèmes les plus importants de notre vie sont négligés. Voilà l'attitude du *Nazir* : il élaborait un programme pour surmonter le problème crucial de l'humanité qui est l'occupation à la futilité. Il faisait donc de la place dans son esprit pour devenir un être remarquable.

Restons calme, faisons confiance à Celui qui dirige le volant, vivons calmement et raisonnablement. Gardons à l'esprit le but de la vie, le but de la Création, les objectifs de notre existence. Transposons le repos de l'esprit du Chabbath à toute la semaine. Il est écrit : "Le *Nazir* porte la couronne de D.ieu" (*Bamidbar* 6, 7). De quelle couronne s'agit-il ? La couronne de celui dont la tête est libre de toute folie, de toutes les choses non essentielles, de tous ces messages WhatsApp sans aucune utilité pour 95% d'entre eux... pour enfin porter les pensées de D.ieu dans sa tête.

Binyamin Benhamou

(d'après les enseignements du Rav Avigdor Miller)

Pour retrouver ce cours en version intégrale et en vidéo : www.torah-box.com/kitsour



Supplément spécial Chabbath

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

Béha'alotekha - Une perception positive des Mitsvot !

Lorsque l'on considère la Torah comme un poids déplaisant, cela mène à une détérioration générale dans notre accomplissement des Mitsvot...

Notre *Paracha* commence par l'instruction d'Hachem à Aharon de préparer et d'allumer la *Ménora* dans le *Michkan*. Rachi demande pourquoi ce paragraphe suit celui des sacrifices des princes lors de l'inauguration du *Michkan*, ces deux sujets ne semblant pas liés. Il explique qu'Aharon était contrarié de n'avoir aucun rôle dans l'inauguration, ainsi que les membres de sa tribu. Hachem le rassura en lui disant que son rôle était plus important parce qu'il préparerait et allumerait la *Ménora*.

Ce bref épisode montre une qualité admirable chez Aharon ; la seule fois où l'expression '*Halach Da'ato*' est utilisée à son propos correspond à une situation où il ne pouvait participer à une *Mitsva*. L'individu est généralement dérangé par des choses qui lui sont importantes ; l'accomplissement des *Mitsvot* avait une telle valeur aux yeux d'Aharon que l'impossibilité d'en effectuer une l'affligeait considérablement.

Cette idée se retrouve plus tard dans la *Paracha*, dans l'incident qui entraîna la *Mitsva* de *Pessa'h*

Chéni. La Torah parle d'un groupe de personnes qui ne purent apporter le *Korban Pessa'h* au bon moment à cause de leur impureté au contact d'un mort. Elles vinrent chez Moché *Rabbénou* et demandèrent : "Nous

sommes souillés par un cadavre humain, pourquoi devrions-nous être privés d'apporter une offrande à Hachem en même temps que les enfants d'Israël ?"

À la suite de cette discussion, Hachem enseigna à Moché les lois du *Pessa'h Chéni*, permettant aux gens qui manquèrent le *Korban Pessa'h* du 14 Nissan de l'approcher un mois plus tard.

Privé d'une Mitsva, une contrariété ?

Le *Sifri* affirme qu'en réalité, cette *Mitsva* aurait dû être instaurée par Moché, mais Hachem accorda l'honneur à ces hommes de l'établir, du fait de leur désir sincère d'accomplir la *Mitsva* de *Korban Pessa'h*. Rav Issakhar Frand souligne que le *Sifri* décrit ces hommes comme vertueux et '*Harédim*' pour les *Mitsvot* — signifiant littéralement qu'ils tremblent pour le respect des *Mitsvot*. Ils étaient exemptés de la *Mitsva*



de *Korban Pessa'h*. Ils n'allaient pas être privés ni punis de n'avoir pas effectué cette offrande et ils auraient très bien pu ne rien dire, voire se sentir soulagés de ne pas avoir à fournir tous les efforts que demande cette *Mitsva*. À leur honneur, ils optèrent pour l'attitude opposée – pour eux, l'absence d'une *Mitsva* équivalait à une privation et, comme Aharon, ils furent contrariés par cette opportunité manquée de l'accomplir.

La *Paracha* nous donne également l'exemple d'une approche opposée. La Torah nous raconte que le peuple juif quitta le mont Sinaï, où ils avaient appris les *Mitsvot*. Peu après, elle relate deux incidents lors desquels le peuple fut puni. Et Rachi ajoute une autre faute commise juste avant les deux citées, mais il ne détaille pas sa nature. Le Ramban rapporte un *Midrach* qui explique la première faute : lorsqu'ils quittèrent le mont Sinaï, ils le firent "joyeusement, comme un enfant qui s'échappe de l'école", car ils craignaient qu'Hachem ne leur ajoute d'autres *Mitsvot*. La comparaison que fait le *Midrach* à l'enfant qui fuit l'école est intéressante – un enfant est censé tirer profit de ce qu'il apprend en classe, mais il considère tout de même cela comme un poids dont il est content de se décharger dès que possible. Ainsi, le peuple – contrairement à Aharon et aux initiateurs de *Pessa'h Chéni* – était soulagé de pouvoir se libérer de l'obligation d'éventuelles *Mitsvot* supplémentaires.

Les commentateurs estiment que cette faille entraîna plusieurs autres fautes pour terminer par celle des Explorateurs et, par conséquent, par la sanction qui s'ensuivit – les quarante ans dans le désert. Ceci montre que lorsque l'on considère la Torah comme un poids déplaisant, cela mène à une détérioration générale dans notre accomplissement des *Mitsvot*.

Les Sages informent que cette faiblesse s'accroît au fur et à mesure que nous nous éloignons (dans le temps) du don de la Torah. La *Guémara* demande quelle est la différence entre les générations antérieures et les suivantes. Et elle répond qu'auparavant, les

gens introduisaient leur récolte par leur porte d'entrée (afin d'être sûr de devoir en donner les dîmes) tandis que les générations suivantes cherchaient une échappatoire et faisaient passer leur récolte par leur porte arrière, pour ainsi dire, afin d'être exemptés de toute dîme.

Apprécier nos réussites spirituelles, clé du bonheur authentique

Comment peut-on améliorer sa manière de percevoir les *Mitsvot* et en arriver à réagir comme ces personnages exemplaires ?

Tout d'abord, il est fondamental de comprendre le but de la Création et notre rôle dans ce monde, selon le point de vue de la Torah. Le *Messilat Yécharim* évoque cette idée dans son introduction, quand il affirme que l'objectif de la Création est de nous prodiguer du bien et que l'accomplissement des *Mitsvot* est l'unique façon de l'atteindre. Lorsque l'on intériorise ceci, on réalise que la pratique des *Mitsvot* n'est pas juste un fardeau à porter, mais c'est la manière d'atteindre la perfection et le bonheur véritable.

De plus, on peut travailler sur notre appréciation des bénéfices de toute réussite spirituelle en général et de chaque *Mitsva* en particulier – chaque *Mitsva* accomplie correctement améliore nos conditions de vie de plusieurs façons. Quand l'individu comprend ceci, tout ce qui le distrait ou l'éloigne de la spiritualité lui semble vide de sens.

Un étudiant de *Yéchiva* demanda un jour à Rav Orlowek comment cesser d'attendre avec plus d'impatience le déjeuner que la prière de *Min'ha*. Le Rav lui répondit qu'il devait renforcer son appréciation pour la *Téfila* afin de réduire sa préférence pour le repas.

Avec une telle approche, on peut espérer émuler les illustres personnages de cette Paracha qui considéraient l'observance des Mitsvot comme une opportunité à saisir et non comme un fâcheux désagrément.

Rav Yehonathan Gefen



SHA BA TIK

N°381

Feuillet parents-enfants pour Chabbath

édité par  Torah-Box.com

Béha'alotekha 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 à votre équipe avec un nom de fleuve et une couleur (Ex : Le Danube bleu). 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)



JEU

2

DEVINEZ LA QUESTION.

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.



- **La Manne.**
 - > Que mangeaient les Juifs dans le désert ?
- **C'est Aharon qui a ce privilège.**
 - > Qui allume la Ménora ?
- **Je suis fêté le 14 Iyar.**
 - > Quand est fêté Pessa'h Chéni ?
- **On les sonne pour lever le camp et pour réunir le peuple.**
 - > À quelle occasion sonne-t-on les trompettes ?
- **Parce qu'elle a mal parlé de son frère Moché Rabbénu.**
 - > Pourquoi Myriam a-t-elle eu la lèpre ?
- **Parce que Moché s'était séparé de Tsipora.**
 - > Pourquoi Myriam a-t-elle mal parlé de Moché ?
- **Elles sont en argent massif.**
 - > Avec quel matériau sont fabriquées les trompettes ?



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 noms de pierres précieuses.

Diamant.
Rubis.
Saphir.
Émeraude / Topaze.
Opale / Jade.

? Cite des plats ou accompagnements généralement frits dans l'huile.

Frites
Beignets
Falafels
Fishes and Chips / Tempura
Schnitzels

? Nommez quelque chose que vous emportez à la plage.

Serviette de plage
Crème solaire
Lunettes de soleil
Parasol / Chaise de plage
Livre / Magazine



JEU

5

LES DÉFIS DE LA SEMAINE

Répète sans te tromper, 7 fois, la phrase



"Sans elle, sa chance chancelle."

- Mr et Mme Tonion ont un fils, comment s'appelle-t-il ?
> **Thomas.**
- **Terminez la phrase :** " La lumière dont on bénéficie grâce aux *Mitsvot* est proportionnelle à la joie que l'on éprouve...
> ... lorsqu'on les accomplit."
- **Devinette :** Qu'est-ce qui doit être cassé pour être utilisé ?
> **Un œuf.**
- 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.

- **Le savez-vous ?** Combien un être humain boit-il d'eau en moyenne durant sa vie ? (8 réponses permises. Aider les participants en répondant "plus" ou "moins".)
> **60.000 litres.**
- **Le savez-vous ? :** Qu'est-ce que la reine Marguerite de Savoie a mangé lors de son voyage à Naples en 1840 ?
> **Une pizza qui depuis a pris son nom.**
- Tu as 30 secondes pour **faire rire au moins 2 personnes** assises autour de la table.
- **Chante** un chant de Chabbath.



SHA BA TIK

3 ÉNIGMES

1^{ère} énigme

Un roi sans cœur propose aux condamnés à mort de son royaume un petit jeu, pas très amusant. Il met deux petits papiers dans une coupe et leur demande de tirer au sort, en leur disant que sur l'un des papiers est marqué "Mort" et sur l'autre "Vie". Seulement, une rumeur circule, selon laquelle le roi triche : les papiers sont identiques, sur tous les deux est écrit le mot "Mort".

Que conseillerez-vous au prochain condamné à mort, pour s'en sortir ?

Réponse : Dites-lui d'avaloir le petit papier qu'il retirera de la coupe, ainsi, en montrant que sur celui qui reste est écrit le mot "Mort", cela signifie sûrement que sur le sien était écrit "Vie".



2^{ème} énigme

Si on multipliait le nombre de doigts de la main gauche de chacun des 8 milliards d'êtres humains vivants de la planète.

Quel nombre obtiendrions-nous ?

Réponse : Zéro, car il y a forcément au moins une personne qui n'a pas de doigts à la main gauche et $n^*0=0$



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.



Quelle doit être la surface minimum d'une pièce pour pouvoir y placer une Mézouza ?

1. Environ 2 mètres carrés.
2. Environ 4 mètres carrés.
3. Environ 6 mètres carrés.

 Réponse : 2



Si une pièce fait moins que cette surface (4 m²) :

1. Il est conseillé d'y placer une Mézouza, mais sans bénédiction.
2. Il est conseillé d'y mettre une Mézouza avec bénédiction.
3. Tous les décisionnaires déconseillent d'y placer une Mézouza.

 Réponse : 1



SHA BA TIK



?

4

JEUX

A

LE TEXTE FOU

(Jeu de connaissances et de rapidité.)

Celui qui trouve un mot manquant du texte rapporte 2 ★★ points à son équipe.

Hachem demande à Moché *Rabbénoù* de se façonner deux _____ (trompettes) en argent. Moché et les *Kohanim* s'en serviront beaucoup pendant toute la traversée du _____ (désert) Ils en sonneront pour signaler la fin d'une étape, et donc un départ imminent ; ils les utiliseront aussi pour appeler les *Bné Israël* à se rendre au _____ (Michkan). On entendra également ces trompettes à *Roch 'Hodech* et à _____ (Yom Tov), ainsi qu'avant une _____ (bataille).

Ces trompettes sont réservées exclusivement à Moché et à la période du _____ (désert). Juste avant le décès de notre maître, le 7 _____ (Adar), elles seront cachées, hors de portée de _____ (qui que ce soit).

2

QUI SUIS-JE ?

(Jeu de rapidité.)

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

1. C'est Aharon qui va m'allumer.

> La Ménora.

2. Je suis la fête du 14 Iyar.

> Pessa'h Chéni.

3. On nous sonne pour lever le camp.

> Les trompettes.

4. On nous sonne pour réunir le peuple.

> Les trompettes.

5. Je suis la Tribu qui ramassait et rendait les objets oubliés en chemin.

> La tribu de Dan.

6. Je suis une nourriture céleste.

> La Manne.

7. Je suis le légume vert que certains des Bné Israël révaient de manger.

> Le concombre.

8. J'ai voulu faire enfermer Eldad et Medad.

> Yéhochoua Bin Noun.

9. Mon mari s'est séparé de moi.

> Tsipora.

10. J'ai mal parlé sur mon frère.

> Myriam.



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 *Sidour* de la honte

"Regarde ces Juifs extraordinaires qui, même dans les camps de la mort, sacrifient leur dernier morceau de pain pour la félicité éternelle..."



Nous sommes en 1945, à la libération du camp de concentration de Mauthausen en Autriche. Quand Rav Eli'ézer Silver, rabbin de Cincinnati aux États-Unis, arrive dans le camp, l'horreur est palpable. Le rabbin travaille sans relâche pour aider les survivants.

Aux côtés de l'armée américaine et sans compter ses efforts, il rassemble des gens autour de lui, des âmes en peine, des êtres squelettiques, dont la plupart ont perdu goût à la vie.

Rav Silver met en place une synagogue improvisée pour les survivants, et lorsque le jour du Chabbath arrive, il essaie de rassembler un *Minyan*, un quorum de dix hommes pour réciter la prière en communauté.

Une profonde tristesse

Il parvient tant bien que mal à réunir huit survivants. Ils prennent place avec le rabbin dans la synagogue de fortune et ils attendent un dixième homme. Les minutes passent et la personne qui pourrait compléter le *Minyan* ne se présente pas.

L'un des survivants se propose de sortir chercher un dixième homme, et il tombe rapidement sur un déporté juif, juste à l'extérieur de la synagogue. Ce déporté a une expression de tristesse intense sur son visage – encore plus que les autres.

"Peux-tu venir compléter le *Minyan* pour nous ?

- Pas question ! Je ne veux pas voir un seul *Sidour* ou une synagogue ! Laisse-moi tranquille !"

L'homme ne s'attendait pas à une telle réaction. Il retourne dans la synagogue, peiné et blessé, racontant au Rav Silver la réponse qu'il a reçue. Cela ne décourage pas Rav Silver qui part à la rencontre de ce survivant.

Il pose une main sur son épaule et il lui explique doucement que la prière peut l'apaiser, insistant sur le moment reconfortant qu'il va passer avec les autres hommes dans cette synagogue improvisée.

"Ta synagogue ne m'intéresse pas ! Je ne veux plus voir de religieux ni de *Sidour*."

Quand le Rav constate l'intense douleur de cet homme, il décide de le laisser tranquille et de ne pas insister, non sans lui avoir demandé une explication.

L'horreur dans l'horreur

"J'ai compris que tu ne veux pas venir prier, mais pourquoi la seule vue d'un *Sidour* t'insupporte tant ?"

L'homme regarde le Rav et partage avec lui son histoire.

"Dans ce maudit camp, en-dessous de ma couchette, il y avait un juif religieux qui a réussi à faire entrer un *Sidour*, le seul *Sidour* dans tout



le camp, et il y avait une énorme demande. Chaque matin, de cinq à six heures, il y avait une file d'attente près de sa couchette, chaque personne voulait faire une petite prière avec ce *Sidour*. L'homme passait le *Sidour* à la première personne de la file qui lisait le passage de son choix, avant de passer le livre à la personne suivante."

Rav Silver interrompt le déporté : "Je trouve ce geste tout à son honneur, qu'en pensez-vous ?

- Non, parce qu'au lieu de le partager généreusement, il en a fait un trafic. Cet homme a conditionné l'utilisation de son *Sidour* à une rémunération : à chaque utilisation de son *Sidour*, il a exigé la moitié de la ration quotidienne de pain de la personne qui priait. La totalité de la ration était déjà dérisoire, et ces juifs ont dû se séparer de la moitié de leur pain, peut-être même mourir de faim à cause de l'avidité de cette horrible personne. Pendant que tous les prisonniers du camp étaient comme des morts-vivants, ce monsieur était en très bonne forme physique."

Changer de lunettes

D'un coup, l'homme se lève et dit en partant : "Si c'est ça un religieux avec un *Sidour*, je suis heureux de n'avoir rien à voir avec ça !"

Rav Silver réfléchit et dit :

"Je vous comprends très bien, mais tout de même, avant que vous ne partiez, j'aimerais vous demander une chose. Écoutez l'histoire que je vais vous raconter, mais vous devez savoir à l'avance qu'après l'avoir entendue, vous allez probablement venir compléter notre *Minyan*..."

L'homme est intrigué, il accepte d'écouter le rabbin qui commence son récit.

"Au camp de Mauthausen, en pleine guerre, un petit miracle se produit. Au milieu des ténèbres les plus profondes de l'humanité, un homme réussit à faire entrer un *Sidour*, un livre créant une connexion entre l'homme et le divin. Sauf que cet homme exige sans aucune honte de

chaque Juif qui utilise le *Sidour* le paiement de la moitié de sa ration quotidienne de pain.

Les prisonniers du camp souffrent terriblement de la famine, mais cela ne les empêche de se tenir debout en ligne près de la couchette de l'homme, et d'hypothéquer chaque jour leurs chances de survie, juste pour pouvoir prier et déverser leur cœur vers Hachem, à l'aide de ce précieux *Sidour*.

Rappelez-vous que ces gens ont perdu tout ce qui leur était cher : ils ont laissé des parents, des frères et des sœurs, une femme et des enfants dans les camps de la mort... et pourtant, ils continuent à s'accrocher à leur amour d'Hachem et à leur foi, prêts à sacrifier une heure de leur sommeil torturé et la moitié de leur maigre ration de pain pour dire *Chéma' Israël*, quelques prières et s'attacher à Hachem, même dans l'ombre de la mort."

Au moment de conclure, Rav Silver remarque une larme couler dans l'œil du déporté.

"Voilà la beauté du *'Am Israël*, cher frère juif.

Je te propose de faire un beau choix : regarde l'autre côté de l'histoire. Ne regarde plus ce Juif qui est tombé très bas. Regarde ces Juifs extraordinaires qui, même dans les camps de la mort, sacrifient leur dernier morceau de pain pour la félicité éternelle."

Le déporté tombe dans les bras de Rav Silver et accepte de compléter le *Minyan*.

Cette histoire a été partagée par Monsieur Simon Wiesenthal, qui a consacré sa vie à chasser les nazis, lors d'un rassemblement rabbinique en Europe. Le public a été ému lorsque Monsieur Wiesenthal a conclu : "J'étais ce Juif ! Et je n'ai jamais oublié la façon dont le rabbin Silver m'a appris à regarder le monde avec des yeux positifs !"

L'importance de toujours voir les choses d'un bon œil peut changer une vie. Nous sommes assis sur les épaules de ces générations remarquables qui nous ont précédés, qui font vivre le judaïsme et la Torah à travers nous. Soyons-en dignes !

EN EXCLUSIVITÉ
À JERUSALEM

SEGOULA POUR UNE LONGUE VIE

**ACHETEZ VOTRE
CONCESSION
FUNÉRAIRE DE
VOTRE VIVANT**

- Dernières places **en terre** et côte à côte
- Initiative validée par la mairie
- Démarches réalisées sous le contrôle d'un avocat
- Possibilité d'achat groupé : famille - communauté

David Sportes, responsable de l'attribution

FR



+33 1 76 43 09 80

IL



+972-52-937-0664

<http://cimetiere-jerusalem.com/>



Un jour, deux hommes se présentèrent à Rabbi Israël Eliahou Yéhochooua' pour un Din Torah (arbitrage rabbinique). Le premier, Réouven, soutenait qu'un terrain en question lui appartenait, mais Chim'on protesta et prétendit que le terrain lui appartenait. Ils n'arrivaient pas à s'entendre et se mirent à crier, chacun défendant sa position.

Soudain, le Rav les interrompit et leur demanda d'aller voir le terrain. Ils quittèrent la ville et prirent la route. Arrivés sur les lieux, le Rav déclara : "Je voudrais savoir ce qu'en dit la terre." Il se baissa, posa son oreille au sol et leur dit : "Vous savez, j'entends la terre parler." Les deux hommes étaient très étonnés : "Quoi, la terre parle ? qu'est-ce que cela veut dire ? Il comprend le langage de la terre ?". Le Rav continua : "La terre dit : "Je n'appartiens ni à Réouven, ni à Chim'on, mais vous m'appartenez tous deux..."

Ils réfléchirent puis commencèrent à comprendre le message : tu peux posséder cette terre pendant 20 ans ou même 30 ans, mais au final : "car poussière tu fus, et poussière tu redeviendras." (Béréchit 3,19).

Ne soyez pas si exigeants, renoncez, car au final, la terre recouvre l'homme. Et si l'on adopte cette perspective de vie, tout devient différent : on met à profit le temps que l'on a pour les choses vraies : étudier la Torah, se renforcer dans notre foi, servir notre Créateur et on ne laisse pas l'excès de matérialisme nous influencer.



Torah-Box @Torah_Box
"Car la terre sera pleine de la connaissance de D.ieu, comme l'eau abonde dans le lit des mers..." (Isaïe 11,9)



10:56 AM · 16 juin 2024

Torah-Box @Torah_Box

Ce jeune Niçois a décidé de porter quotidiennement le Talith Katan pour protéger le peuple d'Israël, tout comme 183 autres personnes. Ces Juifs français ont un cœur magnifique. On vous en parlera plus en détail prochainement. Likez-le !



6:32 PM · 26 mai 2024



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 Il a été attristé de se voir exclu de l'inauguration du *Michkan*.
Aharon

B La Torah décrit Tsipora comme étant "Couchite", désignant en fait par là **une de ses qualités**.
sa Beauté

C Les *Bné Israël* se sont languis de manger **ce légume vert**.
Concombre

D Cette tribu fermait la marche du camp dans le désert.
Dan

E Lui et Médad ont prophétisé que Moché mourrait, et que Yéhocoua ferait entrer les *Bné Israël* dans le Pays.
Eldad

F Le niveau de prophétie de Moché *Rabbénou* était comme s'il parlait de **cette manière** avec Hachem.
en Face-à-face

G Moché a écourté sa prière pour la ... de sa sœur Myriam.
Guérison

H LA **qualité** de Moché *Rabbénou*, plus que tout homme sur la face de la terre.
Humble

K Cet endroit fut nommé **ainsi** car c'est là qu'on ensevelit le peuple qui a désiré.
Kivrot-Hataava

L Selon le Talmud, ce passage de la *Paracha*, entouré de la lettre Noun à l'envers, est compté comme un ... à part entière.
un Livre

M Elle a parlé de manière négative sur son frère et a été frappée de lèpre.
Myriam

N Son départ d'au-dessus de la Tente indiquait aux *Bné Israël* qu'ils devaient voyager.
la Nuée

O Les *Bné Israël* se sont languis de manger **ce légume condimentaire**.
Oignon

P Ils ont réussi à obtenir **une nouvelle fête** pour se rattraper de n'avoir pas pu participer au sacrifice pascal.
Pessa'h Chéni

Q La date de ce rattrapage.
14 Iyar

R Elle descendait sur le camp la nuit, et la manne descendait sur elle.
la Rosée

S Le Sanhédrin est composé de **ce nombre** d'Anciens.
Soixante-dix

T Elles étaient confectionnées en argent, et servaient à annoncer les mouvements du camp.
Trompettes

V Les *Bné Israël* se sont plaints de ne pas **en avoir**, alors Hachem leur a fourni des caillies.
Viande

Y Un de ses prénoms est 'Hovav, car **il** chérissait la Torah.
Yitro

LE DOSSIER DE LA SEMAINE

LES TÉHILIM DU ROI DAVID



Le livre des Téhilim est le premier livre de la série des Kétouvim (Hagiographes), qui constitue le troisième volet du Tanakh (Canon biblique juif). Son importance dans la vie du peuple juif est capitale. Il est composé de 150 psaumes qui décrivent les situations les plus différentes, joyeuses ou tristes, qui peuvent composer la vie d'un être humain.

Centralité des Téhilim

Le livre des Téhilim, bien que faisant partie du Tanakh, n'est pas étudié au même titre que les autres livres du Canon biblique juif. En effet il est composé de psaumes, c'est-à-dire de prières d'une très grande beauté littéraire, qui peuvent s'apparenter à des poèmes.

Le livre des Téhilim, au même titre que le Sidour, ne quitte pas le pupitre du fidèle juif. Son importance est telle que dans les moments de joie comme dans les moments de détresse, il est le compagnon inséparable de l'homme juif.

Le principal auteur des Téhilim est le roi David, surnommé "Né'im Zmirot Israël" (le chantre mélodieux d'Israël). Il faut savoir que tous les Psaumes furent rédigés par Roua'h Hakodech (inspiration

divine), ce qui implique que bien que l'on soit en présence de textes d'une très grande beauté, on ne peut se suffire de cet aspect littéraire pour apprécier les Téhilim à leur juste valeur.

Dans le Midrach Téhilim, il est rapporté que : "Tout ce que David a dit, il l'a dit par rapport à sa propre personne et par rapport à l'ensemble du peuple juif, pour toutes les générations". Cela signifie que les 150 psaumes contiennent l'ensemble des pensées, des sentiments et des demandes de chaque Juif jusqu'à la fin des temps.

Cela explique le phénomène, autrement incompréhensible, du sentiment d'identification que l'on ressent en lisant les Téhilim. Pour peu que l'on comprenne quelque peu l'hébreu, on a le sentiment de s'exprimer avec ses propres mots...

LES TÉHILIM DU ROI DAVID

L'auteur des Téhilim

On peut se demander pourquoi le roi David a eu le privilège extraordinaire de rédiger un livre de prières qui accompagne le peuple juif dans toutes les occasions et dont nombre de psaumes sont repris dans toutes les prières quotidiennes (Cha'harit [prière du matin], Min'ha [prière de l'après-midi] et 'Arvit [prière du soir]) ainsi que lors des prières de Chabbath et des fêtes).

Le roi David a passé une grande partie de sa vie en prière. Les débuts de sa vie furent difficiles, puisque pour des raisons qui se sont révélées fausses par la suite, son père Yichaï le considérait comme un enfant illégitime. Par conséquent, il fut mis à l'écart très tôt et passait son temps à garder les troupeaux de son père dans des lieux désertiques. Là-bas, jusqu'à l'âge de vingt-huit ans où il fut sacré roi d'Israël par le prophète Chmouel sur injonction divine, il eut tout le loisir de développer une grande proximité avec Hachem et de se répandre devant son Créateur en supplications et en louanges. Ses prières émanaient d'un cœur pur et sincère, éloigné de tout orgueil et de toute prétention.

On peut noter ici, qu'à l'instar des plus grands personnages du peuple juif, tels que Moché Rabbénou et les trois patriarches, Avraham, Its'hak et Ya'akov, David était berger. En effet, avant de confier un rôle de première importance à Ses élus, Hachem les met à l'épreuve en leur confiant des tâches plus simples qui vont mettre en évidence leurs qualités intrinsèques. Le rôle de berger exige non seulement patience et dévouement, mais essentiellement

il révèle les qualités de miséricorde ou bien au contraire de cruauté de celui qui l'exerce. En effet, les animaux sont livrés à la seule pitié du berger et dépendent entièrement de lui, sans pouvoir compter sur une intervention extérieure. Or, ceux qu'Hachem a choisis pour être les bergers d'Israël doivent être capables avant tout de miséricorde envers le peuple d'Israël.

“
*Le roi David a passé
une grande partie
de sa vie en prière.
Les débuts de sa
vie furent difficiles,
son père Yichaï, le
considérait comme
un enfant illégitime*
”

Sur les 150 psaumes que compte le livre des Téhilim, pas moins de 73 sont explicitement signés par David... En dehors du roi David, principal auteur de cet ouvrage, neuf autres auteurs sont mentionnés. Il s'agit de Adam Harichon (le premier homme), Avraham Avinou, Moché Rabbénou, Chlomo Hamélekh, Assaf, Héman, Yédoutoun, les trois fils de Kora'h qui firent Téhouva (repentir) au dernier moment et furent sauvés et enfin 'Ezra Hassofer.

Une question se pose alors : puisque le livre des Téhilim comporte de nombreux auteurs, comment se fait-il qu'il soit attribué exclusivement au roi David ?

Il existe plusieurs réponses à cette question. Nos Sages nous expliquent dans le cadre d'un Midrach que de nombreux personnages du Tanakh étaient aptes à écrire le livre des Psaumes, notamment ceux que l'on vient de mentionner. Cependant Hachem préféra donner ce grand mérite à David car littéralement "Sa voix est agréable", ce que l'on peut comprendre comme le fait que ses paroles de louanges et de prières sont particulièrement appréciées par Hachem.

Il existe aussi une seconde réponse qui peut venir expliciter la première. Le Midrach rapporte qu'Adam Harichon avait perçu par prophétie la venue au monde de l'âme du roi David. Il avait

LES TÉHILIM DU ROI DAVID

perçu le fait que David n'était censé vivre dans ce monde que trois heures... Adam Harichon se rendit compte de l'importance de David pour le peuple juif et demanda à Hachem de lui accorder une vie suffisamment longue. Pour ce faire, il décida de lui faire cadeau de soixante-dix années de sa propre vie...

Or il faut savoir que l'âme d'Adam Harichon contenait en elle toutes les âmes du peuple juif; et comme David avait reçu ses soixante-dix années de vie directement d'Adam Harichon, cela a impliqué le fait que son âme contienne en elle, également, toutes les âmes du peuple juif...

Cela explique le fait impressionnant que chaque Juif, quel que soit son niveau spirituel, se sente immédiatement impliqué, lié et sensibilisé dès qu'il commence à lire, à prier et à supplier Hachem, ou bien à le remercier avec le livre des *Téhilim* en main...

Au-delà du temps

Le livre des *Téhilim* contient tous les événements qui sont arrivés au peuple juif depuis l'origine et tous ceux qui vont se produire jusqu'à la fin des temps. Le Radak (Rabbi David Kim'hi) rapporte dans son livre *Maor Vachémèch, Parachat Michpatim*, que le roi David a prié pour tous les besoins du peuple juif jusqu'à la fin des temps; il pria pour la guérison des malades, le maintien en bonne santé des gens bien-portants, une *Parnassa* abondante et l'annulation de tous les mauvais décrets.

Le nom même de *Téhilim* est le pluriel, quoiqu'irrégulier de *Téhila*, qui signifie louange. Tout le livre de *Téhilim* est en réalité entièrement dédié aux louanges d'Hachem et c'est le livre de prière par excellence du peuple juif. Ainsi il faut savoir que les psaumes étaient récités

dans l'enceinte du *Beth Hamikdach* lors de l'offrande des différents sacrifices. Ainsi par exemple le *Mizmor Chir Léyom Hachabbath* (*Téhilim* 92), psaume évoquant le jour du Chabbath, était récité lors de l'offrande du sacrifice quotidien le jour du Chabbath. Le *Mizmor Létoda* (*Téhilim* 100), psaume de remerciement à Hachem, était récité lorsqu'un simple particulier offrait un *Korban Toda* (sacrifice de remerciement à Hachem).

Les *Cohanim* sonnaient de la trompette à trois reprises entre chaque psaume. Les *Léviim* chantaient les psaumes sur l'estrade interne au *Beth Hamikdach*, notamment le psaume du jour tel que nous le récitons encore aujourd'hui, accompagnés d'instruments de musique particuliers (une quinzaine) et sur une mélodie particulière (il y avait quinze sortes de mélodies), tels qu'ils sont mentionnés dans les psaumes eux-mêmes. Ainsi dans le psaume 34, verset 2, il est dit : "Louez D.ieu avec le *Kinor* et le *Nével*", qui sont des instruments de musique utilisés à l'époque du Temple. Dans le psaume 4, il est dit : "*Lamenatséa'h Bineguinot*" (*Néguinot* étant le pluriel de *Néguina* et désignant une certaine mélodie). Dans le psaume 5, il est dit : "*Lamenatséa'h El Hané'hilot*" (*Né'hilot* étant le pluriel de *Né'hila* qui désigne un certain type de mélodie). Il y avait donc une tradition musicale très précise que se transmettaient les *Léviim*, mais à laquelle n'avait pas accès le commun des mortels. Cette tradition a fini par se perdre avec la destruction du Temple.

Prière ou prophétie ?

Il faut savoir que le livre de *Téhilim*, que le *Malbim* considérait comme "*Kodech Hakodachim*" (Saint des Saints), contient les deux aspects a priori différents ou même contradictoires que sont la prière

LES TÉHILIM DU ROI DAVID

et la prophétie. Personne ne peut nier que le livre des *Téhilim* est avant tout un livre de prières, composé de tous les sentiments que peut ressentir un homme dans sa vie : joie, reconnaissance, bonheur, détresse, inquiétude et la liste n'est pas exhaustive. C'est un livre qui nous enseigne véritablement comment prier et à ce titre, il mériterait une étude approfondie et détaillée. Savoir s'exprimer devant son Créateur, Le remercier pour tous Ses immenses bienfaits, pour la lumière qu'Il nous octroie à travers Ses précieux enseignements et Le supplier de pallier nos défauts et de nous pardonner nos fautes...

Mais le livre des *Téhilim* est également un livre de prophétie car le roi David ainsi que les neuf autres auteurs des *Téhilim* sont inclus par nos Sages dans les quarante-huit prophètes qu'a comptés le peuple juif.

Par ailleurs, certains psaumes décrivent des événements qui se sont produits bien après l'époque du roi David. Ainsi en est-il du psaume 137 (*Al Naharot Bavel*) qui décrit l'exil des Juifs en Babylonie, suite à la destruction du premier Temple. Or le premier Temple a été construit par *Chlomo Hamélekh* (le roi Salomon), fils du roi David et a duré 410 ans.

Les Psaumes, prière circonstancielle ou intemporelle ?

Un certain nombre de psaumes se rapportent à des circonstances précises de la vie du roi David. Le psaume 3 décrit par exemple sa fuite devant son fils Avchalom qui s'était rebellé contre lui. Dans ce psaume, malgré sa situation très difficile et le danger réel dans lequel il se trouvait, le roi David exprime sa confiance inébranlable en Hachem, ainsi qu'on peut le lire dans le verset 7 : "Je ne craindrai pas la multitude nombreuse

des guerriers qui m'entourent". Le verset 8 continue dans le même esprit : "Viens Hachem à mon secours... et brise mes ennemis."

Le psaume 57 décrit la fuite de David devant le roi Chaoul qui le persécutait, voyant en lui un rival potentiel. Le verset 2 nous décrit la prière de David : "Aie pitié de moi Hachem, aie pitié car mon âme a confiance en Toi et à l'ombre de Ta providence, je m'abriterai jusqu'à ce que le danger passe".

Le psaume 34 décrit l'épisode dramatique où David s'est trouvé en grand danger face au roi des Philistins, dont il avait tué le fils, Goliath, un certain temps auparavant. Pour échapper au danger et à ses ennemis, David supplia Hachem de lui octroyer momentanément la folie, afin que ses ennemis lâchent prise, persuadés qu'ils n'avaient pas affaire au héros de guerre qui était venu à bout du redoutable Goliath. Le verset 1 dit : "[Psaume] de David lorsqu'il simula la folie devant Avimélekh (roi de Philistie). [Le roi de Philistie] le chassa et David eut la vie sauve".

Une question se pose alors : comment pouvons-nous lire ces psaumes pour notre compte personnel, comme si nous les avions nous-mêmes rédigés, sachant que le roi David les a composés dans des circonstances finalement très personnelles ?

La réponse rejoint ce que nous avons dit précédemment, à savoir que les paroles du roi David sont des paroles de prophétie. Par ailleurs, les Sages nous ont livré un principe selon lequel "Toute prophétie qui est nécessaire pour les générations futures fut consignée", ce qui signifie qu'elle a été incluse dans le *Tanakh* (Canon biblique juif).

Partant de ce principe, il devient patent que chaque Juif, en lisant ces psaumes,

LES TÉHILIM DU ROI DAVID

peut y retrouver sa propre situation pour peu qu'il fasse l'effort de comprendre les mots inspirés du roi David.

Il faut savoir également que la lecture des psaumes peut amener chaque Juif à se rapprocher d'Hachem de manière très importante et à y puiser encouragement, foi et confiance à chaque moment de la vie. Le *Chla Hakadoch*, Rabbi Yicha'ya Halévy Horowitz, auteur du livre *Chné Lou'hot Habrit*, affirme que tout celui qui désire sincèrement s'attacher à Hachem et réciter Ses louanges, doit réciter avec ferveur le livre des *Téhilim*.

Lorsqu'un individu désire s'adresser à Hachem, s'il le fait à travers les mots de David *Hamélekh*, ses paroles auront plus d'impact.

David *Hamélekh* a demandé à Hachem que le mérite de la lecture des *Téhilim* soit équivalent à celui de l'étude de la Torah. Pour cela, il est nécessaire de réciter les *Téhilim* avec beaucoup de concentration, de ferveur et en s'efforçant de comprendre ce que l'on dit.

Le roi David, personnage central

Le roi David a succédé au roi Chaoul, qui a été lui le premier roi d'Israël. Le roi Chaoul était issu de la tribu de Binyamin, dont les membres descendaient de Yossef *Hatsadik*. La royauté de Chaoul a été temporaire et était issue du désir du peuple juif d'être dirigé par un roi. En effet, à cette époque, le peuple juif était dirigé par le prophète Chmouel, d'éminente stature, puisqu'on le comparait à Moché *Rabbénou* et à Aharon réunis...

Chaoul a été choisi par Hachem pour ses éminentes qualités morales qui le distinguaient du reste du peuple. Il a mis en place les structures étatiques

et militaires qui ont servi par la suite tous les rois qui se sont succédés à la tête du royaume. Cependant Chaoul a été écarté de la royauté à la suite de la guerre contre 'Amalek où il avait reçu l'ordre divin d'éliminer physiquement le peuple amalécite, son roi et son bétail. Or le roi Chaoul, cédant à la pression populaire, épargna le bétail et Agag, le roi amalécite.

La conséquence de cette désobéissance fut que le prophète Chmouel informa le roi Chaoul que la royauté allait lui être prochainement retirée et confiée à un autre membre du peuple juif, plus méritant.

C'est ainsi que quelque temps plus tard, le prophète Chmouel reçut l'ordre d'aller oindre un des fils de Yichay, à Beth-Lé'hém. David fut donc oint par le prophète Chmouel en tant que roi sur tout le peuple d'Israël. Dès lors, le *Roua'h Hakodech* (l'esprit saint) l'habita. Cependant David n'en éprouva point d'orgueil.

À ce propos, il existe un Midrach qui illustre parfaitement cette idée : "D.ieu dit au peuple juif : 'Mes enfants, Je vous aime, car même lorsque Je vous octroie la grandeur, vous vous faites petits devant Moi. J'ai donné la grandeur à David, il a dit : 'Je suis un vers de terre et non pas un homme, méprisé par mes pairs et dédaigné par mon peuple'" (*Téhilim* 22, 7).

Cette grandeur et cette humilité sont tout à fait caractéristiques de la personnalité exceptionnelle du roi David. En butte à l'hostilité de sa famille dès son plus jeune âge et rejeté par la société, il est sacré roi d'Israël à vingt-huit ans ! Il passe de l'ombre à la lumière en un éclair...

Bien d'autres à sa place auraient été déstabilisés, mais David reste égal à lui-

LES TÉHILIM DU ROI DAVID

même ; il retourne garder les troupeaux de son père à la demande de sa famille...

David face à Goliath

Se produit alors un épisode qui va assurer à David la célébrité et démontrer à tous que l'esprit de D.ieu l'habite. Le peuple d'Israël était alors en guerre contre les Philistins, habitants de la Philistie. Les deux armées se faisaient face, lorsqu'un géant du camp des Philistins qui mesurait plus de trois mètres et demi vint défier le camp d'Israël par des paroles provocatrices. Ce géant demanda aux Juifs de désigner un de leurs soldats pour venir se battre avec lui en combat singulier. En fonction de l'issue du combat, le sort des deux peuples serait tranché. En cas de victoire de Goliath, les Juifs seraient soumis aux Philistins et deviendraient leurs esclaves et dans le cas inverse, les Philistins seraient soumis aux Juifs.

David qui était venu au front sur l'ordre de son père pour apporter des provisions à ses trois grands frères, entend les provocations du Philistin et décide de mettre un terme à cette profanation du Nom divin. Il se présente alors à Chaoul et lui affirme qu'il est en mesure de battre cet impie. Devant les doutes de Chaoul (David était après tout un simple berger et n'avait pas encore démontré ses qualités militaires), David lui répondit que D.ieu lui avait fait comprendre de manière allusive qu'il serait capable un jour de réaliser un grand exploit militaire. En effet, David s'était battu avec un lion et un ours et avait eu le dessus ! Il s'agissait bien évidemment d'un miracle.

Le roi Chaoul, impressionné par le courage et la détermination de ce jeune homme, ainsi que par sa foi en

D.ieu inébranlable, l'autorise à affronter Goliath.

David s'élançait alors sur le champ de bataille, sans armure et sans arme, si ce n'est un bâton, une petite fronde et cinq pierres lisses qu'il glisse dans son sac de berger. En face de lui, Goliath lourdement armé, recouvert d'une armure de bronze des pieds à la tête, le toise et ne peut manquer de l'interpeller : "Suis-je un chien, que tu viennes à ma rencontre avec un bâton ?" Ce à quoi David lui rétorqua : "Tu viens à moi avec l'épée, la lance et le javelot et moi je viens à toi au nom du D.ieu des Armées d'Israël que tu as insulté."

La suite est connue. David s'élançait à la rencontre du Philistin, sort une de ses pierres de son étui et à l'aide de sa fronde, la catapulte sur le casque de Goliath. La pierre pénètre le casque de Goliath et lui transperce le front. Goliath s'écroule la face contre terre, puis David lui tranche la tête avec sa propre épée.

Tous constatent le miracle qu'Hachem a accompli. Seul un homme habité par l'esprit divin pouvait mériter une telle intervention d'Hachem. Le peuple ne s'y trompe pas et les femmes d'Israël acclament le nouvel héros : "Chaoul a vaincu des milliers et David des myriades !"

Gloire et adversité

Cette grande victoire de David lui vaut l'admiration populaire mais va susciter à son égard une grande jalousie du roi Chaoul. Ce dernier va poursuivre et persécuter David dans toute une série d'épisodes dramatiques où David échappe de peu à la mort.

Avant d'être reconnu comme roi d'Israël et de régner effectivement sur son peuple, David devra traverser de nombreuses

LES TÉHILIM DU ROI DAVID

épreuves. Ce parcours peu commun, où se succèdent avec une grande intensité gloire et adversité, est très caractéristique de la personnalité exceptionnelle du roi David. Les nombreux psaumes qu'il a composés reflètent, dans leur diversité, les sentiments intenses éprouvés par ce grand homme, à la fois prophète, guerrier et poète.

Après quarante ans d'un règne glorieux, à l'âge de soixante-dix ans, le roi David dut faire face à la révolte de son troisième fils Avchalom. Ce dernier manœuvra pour s'attirer la sympathie du peuple et lui faire sous-entendre que la justice royale n'était pas équitable. Il réussit à attirer avec lui deux cents notables d'Israël et les amener à Hébron, où il se fit couronner roi d'Israël. Le roi David, en apprenant cette nouvelle, décida de quitter Jérusalem, capitale du royaume, pour éviter qu'Avchalom ne s'en prenne aux habitants de la ville.

Avchalom s'installa donc dans le palais royal et continua à mener la révolte. La vie de David était en grand danger d'autant plus qu'Ahitofel, proche conseiller du roi David, avait trahi et rejoint le camp d'Avchalom. Il poussa Avchalom à éliminer physiquement son père, pour empêcher de fait toute réconciliation entre les deux parties.

Dans sa fuite avec ses fidèles et ses hommes de guerre, le roi David arriva à un endroit nommé Ba'hourim, duquel surgit inopinément Chim'i Ben Guéra, dirigeant du *Sanhédrin* et membre de la famille de Chaoul. Chim'i Ben Guéra insulta gravement le roi David, lui reprochant de s'être accaparé la royauté au détriment de Chaoul ; ce qui était bien évidemment un mensonge, puisque la royauté avait été retirée à Chaoul par D.ieu Lui-même, suite à sa désobéissance dans le cadre de la guerre contre 'Amalek.

Avichaï Ben Tsrouya, l'un des généraux importants du roi David et l'un de ses hommes les plus fidèles, proposa immédiatement au roi d'exécuter Chim'i Ben Guéra. Ce à quoi le roi David répondit : "Il profère des insultes de la sorte car D.ieu lui a enjoint de me maudire. Epargnez-le et laissez-le proférer des insultes, car c'est D.ieu qui le veut".

En épargnant la vie de Chim'i Ben Guéra, le roi David a fait preuve de magnanimité et de mansuétude non seulement envers un homme mais encore envers tout le peuple juif. En effet, le roi Chaoul avait laissé la vie sauve à Agag, roi de 'Amalek, une nuit entière, outrepassant ainsi l'ordre divin, avant que le prophète Chmouel ne l'exécute le lendemain. De ce fait, Agag put engendrer un fils duquel sera issu, des centaines d'années plus tard, Haman *Haagagui* (descendant d'Agag), qui tentera d'exterminer la totalité du peuple juif sous le règne d'A'hachvéroch. Or qui fera face à la menace d'extermination du peuple juif ? Précisément Mordékhaï *Hayéhoudi* qui était le fils de Yaïr, lui-même fils de Kich, lui-même fils de Chim'i, issu de la tribu de Binyamin. Mordékhaï était donc un descendant de Chim'i Ben Guéra (*Méguilat Esther*). Cette mansuétude du roi David trouva ainsi grâce aux yeux d'Hachem, puisqu'Hachem organisa le sauvetage du peuple juif par l'intermédiaire de Mordékhaï *Hayéhoudi*, descendant de Chim'i Ben Guéra.

Conclusion

Le roi David a dit : "Je suis prière" (*Téhilim* 109, 4). Ainsi que l'explique Rabbi Na'hman de Breslev, le roi David incarnait la prière. En effet, depuis son plus jeune âge, David n'avait connu que l'adversité et se tournait constamment vers D.ieu pour pouvoir continuer à exister. Cette attitude qui était la

LES TÉHILIM DU ROI DAVID

sienne est riche d'enseignements pour nous. Nous apprenons de là qu'il n'est pas concevable de vivre sans être constamment en prières.

Le message principal que nous livre le roi David est d'apprendre à nous tourner vers D.ieu dans toutes les circonstances de la vie et d'arrêter de croire que nous pouvons nous débrouiller seuls, sans faire appel à Hachem. Ce message s'exprime sous différentes formes dans tout le livre des *Téhilim*, de plus de 150 façons !

Les *Téhilim* sont divisés en cinq livres. À ce propos, le *Midrach Cho'her Tov* nous livre l'enseignement suivant : "David a écrit cinq livres de *Téhilim* qui font pendant aux cinq livres de la Torah (*Béréchit*, *Chémot*, *Vayikra*, *Bamidbar*, *Dévarim*). En effet, Moché était le plus grand des prophètes et David le plus grand des rois."

Ce parallélisme entre ces deux grands personnages s'explique par le fait, pour reprendre les mots du *Midrach*, que "Celui qui étudie la Torah sans crainte du Ciel, n'a aucune valeur. Aussi David est-il venu pour enseigner la crainte du Ciel dans le livre des *Téhilim*."

Ainsi, non seulement le roi David nous enseigne comment prier mais il nous apprend également comment arriver à la crainte du Ciel. En effet, la prière et la crainte du Ciel sont inextricablement liées.

Puissions-nous nous élever en prières devant notre Créateur et épancher notre cœur devant Lui, inspirés et illuminés par le livre des *Téhilim* !

Rav Emmanuel 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 !

assurances.fr

Devis immédiat en ligne



FAMILLE

ÉDUCATION

FEMMES

COUPLE

Il m'énerve, je l'énerve, nous nous énervons !

Impossible de me fâcher avec la moitié de moi-même. Et tant mieux si c'est moi qui fais le premier pas, ce sera une chose de gagnée pour l'éternité !

Chère amie,

Il m'énerve. Je l'énerve. Nous nous énervons.

Oui, cette semaine, mon mari m'énerve. Bon, c'est vrai, il faut dire que je ne suis pas irréprochable non plus.

Si j'y réfléchis bien, devant mon miroir, je dirais même que c'est très loin de là...

Un cas de dispute parmi (tant) d'autres

Tout a commencé ainsi : il est 20 heures, l'heure de la fin du repas des enfants, de leur toilette, de leur coucher (avec une histoire chacun !), en s'assurant bien que nous sommes à joursur les devoirs. Je suis à bout de force et de nerfs. Et voilà que j'entends les clés dans la serrure de la porte d'entrée : c'est mon mari qui rentre.

Il vient me voir tranquillement, les mains dans les poches : "Coucou chéri, ça va ? T'as passé une bonne journée ?"

Je vais hurler : je ne comprends pas qu'il puisse me poser une question pareille avec la journée exténuante que je viens de passer.

"Oh oui, ça va super, en pleine forme ! Une si belle journée, avec des enfants tellement obéissants ! Et toi, le café était bon au bureau ?"

À son tour d'être de mauvaise humeur : il n'a pas aimé ma remarque – on peut le comprendre ! – et il se trouve que lui aussi semble avoir passé une mauvaise journée. Cette conversation n'a pas très bien fini, comme on pouvait s'y attendre : nous sommes chacun partis de notre côté, silence radio pendant un bon moment.

Au bout de deux heures, je me dis que c'est trop bête, impossible de me fâcher avec la moitié de moi-même. Et tant mieux si c'est moi qui fais le premier pas, ce sera une chose de gagnée pour l'éternité !

Prise par l'émotion, je ne sais pas trop comment m'y prendre. Bon, je me lance, l'air de rien...

Plan réconciliation beaucoup moins typique

Plutôt que de m'asseoir près de lui et de risquer de me confronter à sa moue, je décide d'être plus fine et de ne pas parler. Étrangement, je n'avais jamais entendu un silence aussi bruyant ! Car, dans ce genre de moments, malgré la fierté de chacun, les cœurs sont lourds et ne cessent de geindre intérieurement.

Alors je passe, je repasse doucement près de lui, et, bon, ça y est, j'y vais ! Je fais un geste affectueux, sans rien dire de plus... Puis, je retourne gentiment à mes affaires.

Ce tendre geste accompli l'air de rien, c'est en fait l'air de tout...

Parfois, le geste est bien plus parlant que n'importe quel discours, car il témoigne d'un élan de sincérité quasi fraternel, il réveille le fait que l'on forme une équipe, une équipe qui gagne, dans laquelle nous nous sommes

Séjour MAROC

Location de villas proche d'Essaouira

- Bord de mer
- Piscine
- Jacuzzi
- Domaine sécurisé 24h/24

À proximité :

- Pèlerinage de Rabbi Haim Pinto, balade en dromadaire ou à cheval.
- Quads dans les dunes de sables.
- Kite surf, visite d'Essaouira et pleins d'autres activités.

SPECIAL INVESTISSEUR

Villa à vendre à partir de 80 000 euros.

A partir de: 75 €
 Prix par nuit par villa.
 Possibilité d'un transfert aéroport.

Contactez nous :
 +33 6 22 89 79 88
<https://themogadorsoas.com>

Booking



engagés jusqu'à 120 ans. Alors, autant tout faire pour que ces années soient sympathiques, non ? Ma fierté personnelle me fait-elle gagner quelque chose ?

Mine de rien, en tout cas, ce petit geste a fait son chemin. Le silence faisait tout à coup moins de bruit et était devenu un peu plus léger.

Bon, eh bien, on continue le plan réconciliation alors ? Je me dirige donc vers la cuisine, lieu de toutes les délivrances, pour la seconde phase du plan...

Chalom cuisine ;-)

Les femmes se plaignent parfois de la mauvaise humeur de leur mari quand il rentre de son travail. Mais si nous voulions bien essayer de la décoder, nous trouverions deux causes à cela :

- Nous, les femmes, avons ce besoin de partager nos émotions, notre vécu de la journée par la parole, qui nous connecte à l'autre et permet de soulager notre fardeau émotionnel. Nous aurons alors typiquement tendance à déverser un flot de plaintes, de récits de nos épreuves avec tel enfant, puis tel autre, dès l'arrivée de notre sauveur. Dur.

- Nous, qui sommes préoccupées par dix dossiers à gérer dans le même temps au moment de l'arrivée de notre cher et tendre, oublions souvent une chose basique : quand il se dirige vers la maison après sa journée de travail, l'homme a avant toute chose... faim ! Pas évident de raisonner avec ce besoin primaire qui l'assaille contre son gré.

Forte de ce constat, lors de cette fameuse soirée, je me dis qu'un plan d'action en cuisine était de mise.

En deux temps trois mouvements, je concocte son meilleur repas et le fais tout doucement dorer au four. Puis je m'échappe de la cuisine, pour y attirer ma proie...

Mmmhh, lui qui avait résolument décidé de se révolter contre moi avec une grève de la faim, avait déjà baissé une première fois la garde. Mais alors là, c'est carrément toutes ses armes qui tombent en cinq minutes ! Je le savais, il ne pouvait pas y résister.

Dix minutes passent, je fais un tour dans la cuisine. Un quart du plat a disparu, l'air de rien !

Vingt minutes passent, il ne reste plus que la moitié.

Trente minutes plus tard, le grand chef rend définitivement les armes et s'approche de moi : "Bon, tu m'as eu !"

Et là, une joie intérieure m'envahit, on explose de rire !

Le cœur ainsi léger, nous avons alors pu nous expliquer sur nos besoins respectifs : lui a besoin de se sentir important à mes yeux, et particulièrement lorsqu'il rentre à la maison, et moi, j'aurais bien apprécié de recevoir de l'empathie et un compliment sur mon dévouement à l'égard de nos enfants.

Alors, chère amie, usons et abusons de ce genre de moyens créatifs de faire le Chalom (la paix) avec notre mari. C'est beaucoup plus fun que les discussions austères et pleines de rancœur, au bout de quatre jours de silence, tristes comme tout.

Parce qu'on le vaut bien !

Noémie Hadida

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
Ret livraison à votre nouveau domicile.
Aucune sous traiteance
Maîtrise totale du processus de livraison

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

DEVIS GRATUIT

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

EMBALLAGES SPECIAUX



La vie en Froum – Episode 3 : L'invitée de Chabbath

Chaque mercredi, 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 !

Dans l'épisode précédent : Eva vient de passer un premier vrai Chabbath et a été profondément marquée par sa beauté à tel point qu'elle a hâte de recommencer ! Comme par hasard, c'était le moment que David (son ancien copain) avait choisi pour refaire surface....

Les semaines avaient filé et déjà l'hiver touchait à sa fin. Je m'étais mise à observer de plus en plus Paris et ses parisiens. Depuis ce premier Chabbath à la synagogue, c'est comme si mes yeux s'étaient ouverts sur un nouveau monde. Je devenais curieuse de tout. Je m'appliquais aussi à ne pas penser au texto de David que j'avais reçu et que, pour la première fois, j'avais choisi d'ignorer ! Je n'avais pas envie de passer comme d'habitude des heures à me demander : "Qu'est-ce que ce message signifie ? A quoi pense-t-il ?". Quand je pense qu'il y a encore quelques mois, j'aurais convoqué Karen et les filles pour une réunion au sommet dans notre QG pour analyser-disséquer ces deux malheureux mots : "Tu sors ?"

Je ne voulais pas passer à côté de ce que je ressentais pour la première fois : comme si je m'éveillais à quelque chose de nouveau. En comparaison, David et ses messages, c'était du réchauffé.

J'étais devenue une "régulière" à la synagogue le Chabbath. J'y allais le vendredi soir et le samedi matin. J'avais maintenant mes repères : mon petit livre de prières en phonétique, ma place habituelle et j'avais même gagné en audace pour aller m'asseoir près des dames qui savaient lire l'hébreu et qui pourraient m'aider à suivre la *Paracha* de la semaine.

C'était si drôle ! La semaine, j'étais hyper sûre de moi dans mon travail, dans ma façon d'avoir un avis sur tout... et arrivé le Chabbath, je me transformais en une néophyte pour qui chaque chose était une nouveauté incroyable. Et entre les deux, j'avais une préférence pour la "moi"

du Chabbath : c'était si rafraîchissant de ne rien connaître ! Je buvais littéralement les paroles du rabbin sur la portion de Torah de la semaine. Ses explications étaient incroyables ! Parce que ce qui est fou, c'est que ce qu'il nous expliquait venait de la Torah... C'est comme si le rabbin lisait le magazine hebdo de ma vie et chaque semaine délivrait un message qui correspondait EXACTEMENT à ce que je vivais... à ce que je ressentais !

Le seul hic, c'est que Guila était ma seule amie de la synagogue. Mais Guila est d'origine strasbourgeoise et sa famille vit encore là-bas. Donc de temps en temps, elle partait pour le week-end. J'adorais mes parents, mais Chabbath chez eux, ce n'était pas l'idéal : personne ne prêtait réellement attention au Chabbath. Or moi, j'avais vraiment envie de ressentir cette intensité chaque semaine.

Il m'arrivait donc de prendre mes repas en solo et ce n'était pas très fun. Un samedi après-midi où la solitude était plus pesante qu'à l'ordinaire, je me risquai à retourner à la synagogue.

C'est là que je rencontraï la Rabbanite. Elle devait connaître tout le monde parce que dès qu'elle me vit (un peu hésitante), elle vint directement se présenter à moi en me souhaitant la bienvenue. Quand je lui dis mon prénom, son visage s'illumina : "Mais tu es l'amie de Guila ! Elle m'a parlé de toi. C'est moi qui la prépare pour son mariage. Le Chabbath matin avec les enfants ce n'est pas facile pour moi de venir à la synagogue, mais je suis contente de te connaître. Suis-nous, on va prendre le troisième repas de Chabbath avec la communauté". Est-ce que j'aurais pu rêver d'un meilleur accueil ? Envolé mon coup de blues du midi. J'étais assise avec des dames souriantes qui papotaient de choses et d'autres dans un joyeux brouhaha.

A la fin de Chabbath quelle ne fut pas ma surprise quand la rabbanite vint me souhaiter

une bonne semaine et me dit qu'elle m'attendait Chabbath prochain... à la maison !

Ohlala, moi à table avec le rabbin et sa famille... Déjà que j'avais l'impression d'avoir fait un pas de géant en venant à la synagogue, mais là c'était carrément une autre étape !

N'empêche... j'étais très curieuse de découvrir comment se passait un Chabbath chez un rabbin.

Dès dimanche, je passai un coup de téléphone à Guila pour tout lui raconter. Elle était morte de rire face à mon enthousiasme ! Elle ajouta : "Tu te rends compte ? Avec ton travail, tu assistes au premier rang des défilés de mode, là où beaucoup de filles paieraient une fortune pour être à ta place, mais toi tu es toute excitée par une invitation à la table de Chabbath du rabbin !"

Ahahah, elle avait raison ! Les défilés, je connaissais. Tout le monde s'emballait, mais je ne comprenais pas l'hystérie. C'était aussi court que superficiel. Alors que là... Ça devait être tout le contraire.

Le vendredi soir suivant, hyper enthousiaste, j'allais directement chez la Rabbanite (merci à Guila de m'avoir donné l'adresse). Bon, un peu nerveuse quand même (chassez le naturel...), je frappais à la porte. Une petite fille avec une magnifique robe verte et un gros nœud doré dans les cheveux m'ouvrit la porte. Dans un grand sourire, elle me dit : "*Chabbath Chalom* Eva, moi c'est Yéhoudit et là-bas c'est mon petit frère, Méir. Nissim, Daniel et Yossef sont encore à la synagogue avec Papa. Moi, j'aide maman à préparer les salades".

Est-ce qu'il y avait petite fille plus adorable que celle-là ? Au même moment, la Rabbanite arriva et m'embrassa chaleureusement sur les joues en me souhaitant *Chabbath Chalom*. Elle me fit entrer et, instantanément, je me sentis à l'aise. Presqu'aussitôt, le rabbin et ses fils arrivèrent de la synagogue. D'un coup, le salon se remplit de "*Chabbath Chalom !*" criés à tue-tête et bébé Méir se mit à taper dans ses mains à la vue de ses frères. On se mit à discuter avec le rabbin et la Rabbanite, mais c'était dur de s'entendre, les garçons ayant décidé de faire un concours de chant sur "*Chalom 'Alékhèm*".

Dans un joyeux vacarme, tout le monde prit place à table. Elle était magnifique ! Il y avait des plats de salades à perte de vue, une vaisselle fine et au centre, un magnifique verre de *Kiddouch* en argent. On aurait dit une table de roi ! Le rabbin commença les prières... Je m'attendais à entendre le *Kiddouch* (à peu près la seule prière que je connaissais), mais je fus déçue quand tous les enfants et le rabbin se mirent à chanter un chant, pendant que la Rabbanite s'asseyait. Je ne connaissais pas cette prière, mais j'étais captivée par la façon dont le rabbin regardait la Rabbanite en chantant. Il y avait une telle affection qui émanait de part et d'autre...

Et puis, le rabbin fit le *Kiddouch* avec beaucoup de concentration... Chaque mot était prononcé avec beaucoup d'attention. J'avais entendu beaucoup de *Kiddouch* dans ma vie, mais là, pour la première fois, je ressentais sa dimension sacrée.

Quel honneur cette table faisait au Chabbath !

La suite du repas était comme magique... Entre les plats succulents et les rires des enfants, c'était une véritable table de fête. Il y eut des chants entre les plats (et tout le monde chantait en chœur) et chaque enfant tenait absolument à dire son commentaire de la *Paracha* appris à l'école. Puis, ce fut au tour du rabbin de parler de ce Chabbath et, encore une fois, ses mots me touchèrent en plein cœur.

Ce moment incroyable passa bien trop vite à mon goût. J'avais mangé plus qu'à ma faim, mais je n'étais pas rassasiée de cette atmosphère incroyable. Je quittais cette magnifique famille à regret, en promettant de revenir vite. Et sur le chemin du retour, je me mis à prier Hachem. Il m'avait donné l'opportunité de découvrir un Chabbath en famille et je savais à cet instant que je ne pourrai plus jamais m'en passer. Mais comment reproduire cette atmosphère extraordinaire dans la réalité de ma vie ? C'était un peu comme vouloir à tout prix porter des stilettes taille 36... alors que je chausse du 39 ! Est-ce que je ne rêvais pas un peu trop haut d'une vie qui n'était pas la mienne ?

La suite la semaine prochaine...

Mia Atlan



Prier seul pour être plus concentré ?

Une personne qui n'arrive pas à se concentrer dans un *Minyan*, alors que *Béya'hid*, sa *Téfila* est beaucoup plus longue et avec beaucoup plus de *Kavana* (concentration), quel est le mieux ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

1. Il faut toujours prier à la synagogue avec *Minyan* plutôt qu'en étant seul, à la maison, même si la qualité de la prière ne sera pas optimale. (*Iguerot Moché Ora'h 'Haïm* 3, 7 ; *Piské Téchouvot* 5781 693, 8)

2. La prière avec *Minyan* a beaucoup plus de chances d'être acceptée et dans bien des cas, Hachem ne repousse pas les prières récitées en présence d'un *Minyan*, même si certains parmi les fidèles ne sont pas méritants. Il y a de très nombreuses preuves dans les écrits de nos Sages et de nos maîtres. (*Talmud Brakhot* 6a et 8a ; Rambam *Hilkhote Téfila* 8, 1 ; *Choul'han 'Aroukh Ora'h 'Haïm*, 90, 9 ; *Michna Beroura* 28)

Jus de raisin cuit, inapte pour le Kiddouch ?

Est-ce que, selon le Rambam, le jus de raisin cuit n'est pas valable pour le *Kiddouch*, tout comme le vin cuit ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

1. Dans la mesure où le Rambam interdit le vin cuit pour le *Kiddouch* car il n'est pas cachère pour être offert en tant que libation sur l'Autel, dans le *Beth Hamikdash*, il en sera de même pour le jus de raisin. (*Hilkhote Chabbath* 29, 14 ; *Hilkhote Issouré Mizbéa'h* 6, 9)

2. La majorité des décisionnaires ne partagent pas cette opinion. (*Choul'han 'Aroukh Ora'h 'Haïm* 272, 8 ; *Ye'havé Da'at* 2, 35 ; *Har Tsvi* 1, 158 ; *Chévet Halévi* 9, 58 ; *Min'hat Its'hak* 8, 14 ; *Piské Techouvot* 272, 6)

3. De nos jours, la plupart des vins et jus de raisin sont pasteurisés. Certains décisionnaires pensent qu'ils n'ont pas le statut de *Mévouchal* (cuit) étant donné que :

1. La température n'est pas assez élevée ;

2. Le goût du vin n'est pas "abîmé". Parfois, il est même amélioré. Mais certains ne partagent pas cet avis. (*Kiddouch Kéhilkhato* 223-230 ; *Iguerot Moché Yoré Dé'a* 3, 31 ; *Min'hat Chlomo* 1, 25 ; *Halakha Beroura* 16, 400 ; *Yalkout Yossef Chabbath* 1/3, 5771, 632)

Préparer un enterrement pour une personne en fin de vie

J'aimerais savoir si on a le droit de préparer un enterrement quand la personne est en fin de vie ?



Réponse de Rav Avraham Garcia

Il est interdit de préparer un enterrement avant que la personne décède. Par contre, si la préparation évite un mépris pour le défunt, les préparations sont permises, après consultation et permission d'une autorité rabbinique.

Mon bébé a fait dans sa couche pendant ma 'Amida !

Si on est seul avec un bébé et qu'en pleine 'Amida, il fait dans la couche, faut-il attendre qu'il s'éloigne pour qu'on ne sente pas ? S'arrêter tout de suite ? Si oui, reprendre la 'Amida à son début ensuite ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

1. Si le parfum du bébé embaume votre entourage et vous chatouille le nez, il est interdit de poursuivre la 'Amida.
2. Il faut s'éloigner à plus de 2 mètres à partir de l'endroit où le parfum n'est plus perceptible ou se diriger vers une autre pièce et continuer la 'Amida. (*Piské Téchouvot* 104, 3 ; *Choul'han 'Aroukh Ora'h 'Haïm* 79, 1 ; 90, 27)

Prendre des vitamines avant la prière du matin

Peut-on prendre des vitamines le matin avant d'aller à la *Téfila* ? Et pour Chabbath ?



Réponse de Rav Aharon Sabbah

En semaine, il est permis de prendre des vitamines le matin avant de prier. Pendant Chabbath, il est aussi permis d'en prendre avant la prière, et, ce, sans réciter le *Kiddouch* au préalable, car l'obligation du *Kiddouch* est en vigueur uniquement après la prière. (*'Aroukh Hachoul'han Ora'h 'Haïm* 89, 24).

Étant donné que les vitamines sont également absorbées par les personnes ne connaissant aucune complication médicale et dont l'organisme fonctionne correctement, elles n'ont pas le statut d'un médicament qui pourrait être interdit pendant Chabbath. (*Chemirat Chabbath Kéhilkhata* 34, 20 ; 36, 1 ; *Or Létsion* 2, 36, 10 ; *Iguerot Moché* 3, 54 ; *Menou'hat Ahava* 1, 21, 106 ; *Piské Téchouvot* 328, 62)

Bénédictio d'un kiwi

Quelle est la *Brakha* pour un kiwi ?



Réponse de Rav Michael Abehsera

La bénédiction du kiwi si on le mange cru est *Ha'ets*. Toutefois, si on le mange cuit, on fera la bénédiction de *Chéhakol* lorsqu'on a pour habitude de les manger crus et que cela change leur goût de manière négative (*Ora'h 'Haïm* 205). Après avoir mangé du kiwi, on prononcera la bénédiction de *Boré Néfachot*.

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



J'peux pas, maman, je dois faire une *Mitsva* !

Les enfants, cette semaine, apprenons à obéir d'abord à nos parents, même si on a plein d'autres choses plus importantes à faire à la maison que de débarrasser la table, par exemple.

L'HISTOIRE

David prend un verre d'eau, fait la *Brakha* et boit, mais la recraché aussitôt dans l'évier de la cuisine : quel goût infect !

"Qu'est-ce qui te prend ?" s'étonne son petit frère, et sa petite sœur de renchérir : "Ce n'est pas bien de cracher !"

David s'excuse : "L'eau est imbuvable, il y a un problème avec le robinet !"

Sa sœur dit : "Le robinet est tout à fait normal !" Joignant l'acte à la parole, elle se sert un verre, fait la *Brakha* et boit. "Oui, tout ce qu'il y a de plus normal !" confirme-t-elle. Attirée par les éclats de voix, maman arrive et cherche à comprendre ce qui se passe. Elle écoute patiemment les explications des enfants sur l'eau que David trouve repoussante mais que sa sœur trouve à son goût. Maman essaie de réprimer un sourire qui pointe sur son visage.

"David, montre-moi ton verre s'il te plaît."

David lui tend son verre, maman n'a besoin que d'un coup d'œil pour comprendre la situation.

"Dis-moi David, quand tu as fini de boire ton chocolat ce matin, qu'est-ce que tu as fait ?" David se rappelle : après avoir bu son chocolat et prononcé la *Brakha A'harona*, il voulait sortir de la cuisine lorsque maman l'a arrêté.

"Une minute David, peux-tu rincer ton verre avant de sortir ?"

Mais David n'avait pas le temps. "Je suis pressé !" lança-t-il en sortant de la cuisine.

Oui, car il comptait réviser ses leçons. Le maître a dit qu'il interrogerait tous les élèves qui apprendraient par cœur la *Michna* étudiée à l'école. David voulait relever le défi et être parmi les meilleurs.

Il s'est empressé de faire une *Mitsva*... mais cela s'est fait au détriment d'une autre *Mitsva*.



Les enfants, posons-nous les bonnes questions !

➤ **Vous arrive-t-il d'éviter une tâche que vous n'avez pas envie d'effectuer en prétextant qu'une *Mitsva* vous attend ?**

L'ENSEIGNEMENT

Dans la *Haftara* que nous lisons ce Chabbath, il est dit : "Le Satan se tient à sa droite pour le faire trébucher" (*Zékharïa* 3, 1)

Le '*Hafets Haïm* pose la question de savoir pourquoi le Satan se tient ici à droite, alors qu'habituellement, il se trouve à gauche ?

Il répond en disant que, lorsque le Satan veut séduire un homme, il se met à sa droite et essaie de le convaincre de faire des *Mitsvot* qui sont en réalité des '*Avérot*.

Pour illustrer ses explications, le '*Hafets Haïm* donne l'exemple suivant : Le *Yétser Hara'* peut activer chez l'homme une grande ardeur qui le fera sortir de son sommeil du matin et aller à la synagogue. Cependant, la

source de cet entrain pourra être négative. Le *Yétser Hara'* aura envoyé cette énergie parce qu'il sait que cette personne parlera pendant la *Téfila* à des moments où cela est interdit, ou encore pire, dira du *Lachon Hara'* entre deux prières etc.

Le *Yétser Hara'* peut prendre une apparence positive et nous entraîner à fauter. Sous couvert de faire le bien, le *Yétser Hara'* nous pousse à trouver toutes sortes de prétextes pour que nous ne fassions pas ce que nous devrions faire.

Par exemple, au lieu de laver la vaisselle, le *Yétser Hara'* peut nous convaincre que nous sommes trop fatigués et que nous devons nous reposer.

Voici une histoire fictive et burlesque qui illustre de manière insolite jusqu'où peut aller le Yétser Hara' pour nous tromper.

Un Juif acheta un jour un morceau de viande en promotion. Il en cuisina une partie qu'il mangea immédiatement, il prépara une autre part dans une marmite, et garda le reste pour le lendemain.

Le lendemain, sa femme vit la marmite : la viande était encore bonne mais "limite", elle dut rajouter des épices pour masquer le goût. Le mari mangea et se régala.

Elle s'apprêta à jeter la viande non consommée lorsque son mari lui demanda ce qu'elle faisait.

Elle lui répondit qu'elle allait jeter le restant de viande qui n'était plus consommable.

Le mari réagit alors vivement en disant : "Tu vas fauter en faisant du *Bal Tach'hit* (gaspillage) !" Il prit le morceau de viande et alla trouver son voisin.

"Regardez, j'ai acheté beaucoup de viande. Il nous en reste un morceau et nous ne savons pas quoi en faire."

Les yeux du voisin s'éclairèrent. Il prit le morceau de viande, remercia et rentra chez lui.

Le mari se tourna alors vers sa femme et lança : "Tu vois, nous avons failli rater une *Mitsva*."

Le lendemain, on fit savoir au couple que leur voisin était malade : il s'était intoxiqué avec de la nourriture avariée.

Le mari s'empressa de rendre visite à son voisin afin d'accomplir la *Mitsva* de *Bikour 'Holim*.

L'état du malade s'aggrava à tel point qu'il rendit son âme au Créateur. Le

mari accompagna le cortège funèbre et participa à l'enterrement de son voisin.

A son retour, il s'efforça d'accomplir la *Mitsva* de *Ni'houm Avélim*, d'aller consoler la famille endeuillée.

Lorsqu'il rentra chez lui, il dit à sa femme : "C'est comme nos Sages l'ont dit : *Mitsva Goréret Mitsva*, l'accomplissement d'une *Mitsva* entraîne une autre *Mitsva* ! Nous avons commencé par faire du '*Hessed*

en donnant à notre voisin un morceau de viande,

en évitant de faire du gaspillage. Puis nous avons accompli la *Mitsva* de *Bikour 'Holim*.

Suite à quoi, j'ai pu accomplir la *Mitsva* d'accompagner un mort à sa dernière demeure. Et enfin, j'ai réalisé la *Mitsva* de consoler les endeuillés.

Et dire que toi, en voulant jeter le morceau de viande à la poubelle, tu voulais m'empêcher de faire cette première *Mitsva* grâce à laquelle j'ai pu accomplir les autres *Mitsvot* !"

Nous apprenons de cette histoire de quelle façon – et à quel point ! – le Yétser Hara' peut semer la confusion dans l'esprit de l'homme.



L'exercice de la semaine

- Les enfants, cette semaine, on essaie de débarrasser notre assiette et nos couverts après chaque repas, sans trouver de fausses excuses pour ne pas le faire.



Apple crumble aux cranberries

Une recette pour un dessert gourmand aux pommes et aux canneberges.

 Pour 10 personnes

 Temps de préparation : 30 min

 Temps de cuisson : 30 min

 Difficulté : Facile



Ingrédients

- 10 pommes *grand smith*
- 200 g de cranberries séchées
- 200 g de sucre blanc
- 1 cuil. à café d'extrait de vanille

Pour le crumble :

- 140 g de farine
- 120 g de sucre
- 100 g de margarine
- Une pincée de cannelle (facultatif)

Réalisation

- Épluchez les pommes et coupez-les en cubes moyens.
- Placez les pommes dans une casserole avec le sucre. Faites cuire à feu moyen pendant 5 min, jusqu'à ce que les pommes ramollissent et deviennent juteuses. Ajoutez les cranberries et laissez cuire encore 5 min.
- Remplissez des moules individuels avec le mélange de pommes et de canneberges jusqu'aux $\frac{3}{4}$ de hauteur du moule.
- Préchauffez le four à 180°C.
- Mélangez à la main la farine, le sucre, la margarine et la cannelle jusqu'à obtention d'une pâte friable. Répartissez uniformément la chapelure de pâte sur le mélange de pommes dans les moules.
- Faites cuire au four pendant 30 min ou jusqu'à ce que les miettes du crumble soient dorées.
- Servez chaud avec une boule de glace vanille froide.

Chabbath Chalom !

Murielle Benainous

ENSEMBLE PRÉPARONS LEUR AVENIR



6000
enfants
ont déjà rejoint
l'école juive grâce à
notre association

ASSOCIATION CHOISIR L'ÉCOLE JUIVE

- ACCOMPAGNEMENT
- CONSEILS
- BOURSES

PARTENARIAT AVEC **90%**
DES ÉCOLES JUIVES DE FRANCE



CONTACTEZ-NOUS

☎ 07 69 43 49 25

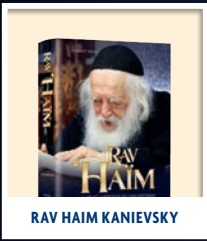
@ CHOISIRLECOLEJUIVE.COM

f CHOISIR L'ÉCOLE JUIVE

UnitEd

Yael יעל





RAV HAIM KANIEVSKY



'HOUMACH
EDMOND J. SAFRA



YEROUCHALMI EN HEBREU



MICHNA EN HEBREU



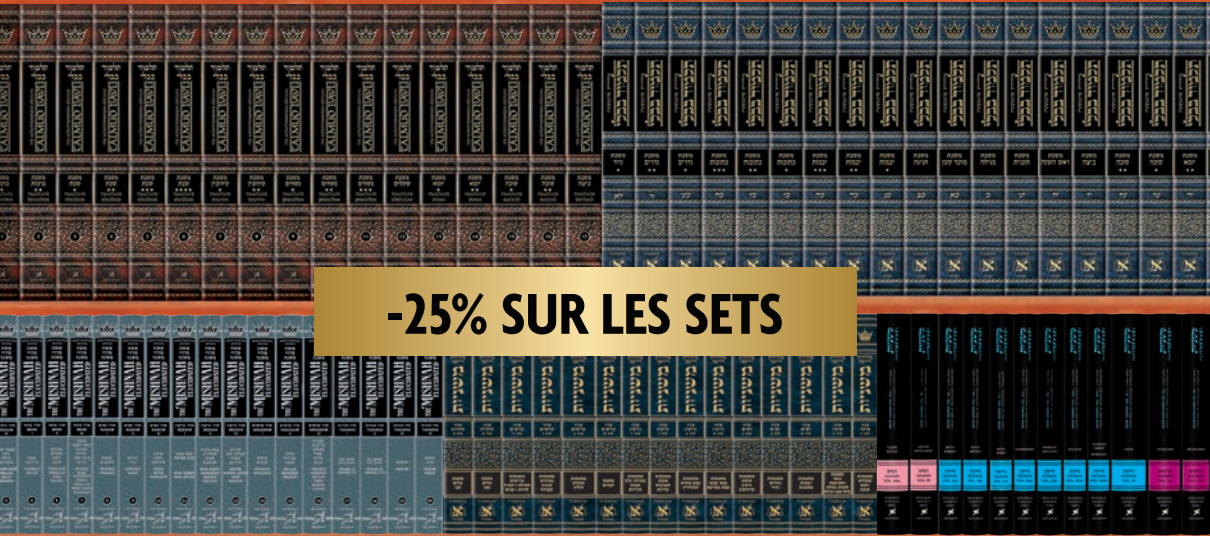
GUEMAROT EN FRANCAIS

ARTSCROLL promotion

-20%

Du 5 au 24 juin 2024

DE REMISE SUR
TOUT LE CATALOGUE**



-25% SUR LES SETS

Une réalisation de
ARTSCROLL Mesorah Heritage Foundation

Disponible auprès des librairies juives affichant la promotion
Distribué en Europe par LEHMANN'S
info@lehmanns.co.uk • www.lehmanns.co.uk

* Excepté Sidourim, Mahzorim et 'Houmachim tout en Hébreu

** Remises calculées sur base des prix publiés sur notre site: www.lehmanns.co.uk

Perle de la semaine par  Torah-Box

"Je ne me demande jamais ce que je peux faire, mais ce que je dois faire.
Car si je dois le faire, alors je peux le faire."
(Saba de Novardok)