



# Torah-Box

n°282  26 juin 2024 | 20 Sivan 5784 | Chela'h Lékhá

M A G A Z I N E



**MERINA, LA  
CHADKHANIT  
(MARIEUSE) À  
GRAND SUCCÈS**

**UN HOMME  
MALHEUREUX NE  
SERT PAS D'IEU, IL  
EST JUSTE RELIGIEUX...**

**QUESTION AU PSY :  
"J'É N'AI AUCUNE  
CONFIANCE  
EN MOI !"**

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](http://www.bayitshalem.com)

whatsapp : +33767336038



## Pour D.ieu, rien n'est impossible

De grands événements de l'histoire juive vont imprimer leur cachet particulier sur la date à laquelle ils se sont déroulés. C'est ainsi que le mois de Nissan est propice à la Délivrance car à cette période, nos ancêtres sortirent d'Égypte; Eloul à la *Téchouva*, car Moché *Rabbénou* plaïda durant ce mois auprès de D.ieu pour obtenir Son pardon après la faute du Veau d'or; *Yom Kippour* à l'expiation car en ce jour, l'Éternel accorda Son pardon; Adar au bon *Mazal*, suite aux miracles qui eurent lieu en ce mois à l'époque de *Pourim*, etc.

Le 9 Av, lui, est un jour de deuil collectif et effectivement de nombreux événements douloureux dans l'Histoire se produisirent en ce jour : la destruction des deux Temples, le décret d'expulsion des Juifs d'Espagne au XVème siècle ou encore le début de la Première Guerre mondiale. Selon la Tradition en effet, en ce jour les *Bné Israël* se lamentèrent suite au compte-rendu des explorateurs qui présentaient la conquête de la terre sainte comme un projet irréalisable. Malgré la Promesse divine, les Hébreux crurent ces envoyés dans leurs propos médisants et se virent punis par D.ieu à errer dans le désert, à y mourir et ne méritèrent pas de pénétrer en terre d'Israël. "Vous avez pleuré pour rien, en conséquence vous aurez dans le futur de véritables raisons de vous lamenter !", leur reprochera Hachem.

La faute des Explorateurs est considérée comme plus grave que celle du Veau d'or puisque les enfants d'Israël n'en obtiendront pas le pardon. Il est donc important de se pencher dessus pour en comprendre les raisons, d'autant que cet événement dramatique marquera de son sceau l'histoire juive. En fait, nos Sages dans le Talmud (*Sota* 35a) relèvent dans un verset de la Torah la source du courroux divin: "Nous ne pourrons pas combattre ce peuple (installé en Canaan) car il est plus fort que nous" déclarèrent les explorateurs (*Bamibar* 13,

31). Ce dernier mot "que nous" (*Miménou*) peut aussi se lire "que Lui", faisant référence au Créateur. Il s'agirait donc d'un grave blasphème, consistant à considérer D.ieu comme (*Has Véchalom*) impuissant face aux géants installés dans les villes fortifiées de Canaan.

Il est vrai que du point de vue stratégique, les Hébreux n'étaient pas à la hauteur de leurs ennemis, n'ayant même pas d'armes adéquates ni de formation militaire. Mais dans la mesure où c'est D.ieu Lui-même qui leur assurait la victoire, ils n'auraient pas dû en douter. En conséquence, ils devront rester 40 ans dans le désert, uniquement pour se forger une forte *Émouna* (foi) qu'ils transmettront ensuite à leurs enfants. En définitive, ce sont ces derniers qui monteront en *Erets Israël* et parviendront à vaincre pas moins de 31 rois qui y régnaient.

Cet épisode, survenu durant ces pérégrinations dans le désert et qui fut sévèrement puni, sera porteur d'un message incontournable pour le peuple juif. Durant toute son histoire, notre peuple connaîtra de grandes épreuves, comme cela est rapporté dans la *Haggada de Pessa'h* : "À chaque génération, se lèvent des ennemis qui cherchent à nous détruire". En général, nous ne possédons ni les moyens ni les forces pour combattre tous ces ennemis. On pourrait dans certaines situations désespérer comme le firent nos ancêtres dans le désert et baisser les bras, car le défi nous paraît impossible à relever. Mais nous devons savoir que nous ne sommes pas seuls et **pour D.ieu, rien n'est impossible**. Ceux qui pensent pouvoir gérer notre destin uniquement selon les règles communément admises par les Nations (économiques, politiques, militaires...), risquent de se retrouver dans une impasse.

Être juif, en définitive, ne peut s'assumer qu'avec la *Émouna* !

Rav Daniel Scemama

# SAADA Traiteur

35 ans d'expérience à votre service



Contactez-nous pour recevoir la documentation

06 08 63 16 05 - 06 69 00 26 26

[saadatraiteur2@gmail.com](mailto:saadatraiteur2@gmail.com)



# SOMMAIRE

- 03** Rav Daniel Scemama  
**L'Édito - Pour D.ieu, rien n'est impossible**
- 
- 07** Actualités
- 
- 12** Nos Sages  
10 infos sur Rabbi Yonathan Ben 'Ouziel
- 
- 14** Interview  
Mon métier c'est... *Chadkhanit!* Merissa Gross, mariée à grand succès
- 
- 18** Rav Nathan Shafir  
*Dating* en vue ? 16 points pour une réussite optimale !
- 
- 20** Binyamin Benhamou  
Un homme malheureux ne sert pas D.ieu, il est juste religieux...
- 
- 23** Rav Yehonathan Gefen  
*Chela'h Lékhá* – L'amour voué à notre terre sainte
- 
- 25** Shabatik
- 
- 29** Histoire  
De la *Yéchiva* à homme de ménage
- 
- 31** Flash Chabbath
- 
- 32** Devinettes sur la *Paracha*
- 
- 34** Rav Mévorakh Zerbib  
Le message d'un rabbin de Saint-Maur 
- 
- 36** Dan Tiomkin  
Comprendre l'adolescent rebelle (partie 2)
- 
- 40** Découverte  
Mon voyage au cœur de l'histoire du judaïsme d'Aix-en-Provence !
- 
- 42** Femmes  
Question au psy : Je n'ai aucune confiance en moi !
- 
- 44** Histoire à suivre - La vie en Froum  
Episode 4 : Un pari risqué...
- 
- 46** Questions au Rav
- 
- 48** La *Paracha* pour les enfants  
Jamais content !
- 
- 50** Recette  
Tortilla croustillante au shawarma - classe et délicieuse



Responsable publication  
David Choukroun

## Rédacteurs

Rav Daniel Scemama,  
Alexandre Roseblum, Elyssia  
Boukobza, Liora Rosenblatt,  
Rav Nathan Shafir, Binyamin  
Benhamou, Rav Yehonathan  
Gefen, Rav Mévorakh Zerbib,  
Rav Dan Tiomkin, Its'hak-  
Eugenio De'Giorgi, Nathalie  
Seyman, Mia Atlan, Rav Gabriel  
Dayan, Dan Cohen, Rav Chalom  
Guénoun, Murielle Benainous

Mise en page  
Dafna Uzan

## Couverture

@rami\_cohen

## Secrétariat

01.80.20.5000

## Publicité

Yann Schnitzler  
yann@torah-box.com  
04.86.11.93.97

## Distribution

diffusion@torah-box.com

## Remarques & commentaires

magazine@torah-box.com

## Abonnement

torah-box.com/magazine



• Les annonces publicitaires sont  
sous la responsabilité de leurs  
annonceurs

• **Ne pas lire pendant la prière**

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



# CALENDRIER DE LA SEMAINE

MER	26 Juin 20 Sivan	Daf Hayomi Baba Métsi'a 119 Michna Yomit Guitin 5-7
JEU	27 Juin 21 Sivan	Daf Hayomi Baba Batra 2 Michna Yomit Guitin 5-9
VEN	28 Juin 22 Sivan	Daf Hayomi Baba Batra 3 Michna Yomit Guitin 6-2
SAM	29 Juin 23 Sivan	 <b>Parachat Chela'h Lékhá</b> Daf Hayomi Baba Batra 4 Michna Yomit Guitin 6-4
DIM	30 Juin 24 Sivan	Daf Hayomi Baba Batra 5 Michna Yomit Guitin 6-6
LUN	1 <sup>er</sup> Juillet 25 Sivan	Daf Hayomi Baba Batra 6 Michna Yomit Guitin 7-1
MAR	2 Juillet 26 Sivan	Daf Hayomi Baba Batra 7 Michna Yomit Guitin 7-3



## Lundi 1<sup>er</sup> Juillet

Rav Mordékhai Eliahou  
Rabban Chimon Ben Gamliel



## Mardi 2 Juillet

Rabbi Yonathan Ben 'Ouziel



Grand Mazal Tov au  
Rav Ya'akov Sitruk  
pour le mariage de sa fille Rina !



## Horaires du Chabbath

	Paris	Lyon	Marseille	Strasbourg
Entrée	21:40	21:16	21:04	21:17
Sortie	23:04	22:33	22:17	22:40



## Zmanim du 29 Juin

	Paris	Lyon	Marseille	Strasbourg
Nets	05:50	05:54	06:01	05:30
Fin du Chéma (2)	09:52	09:49	09:51	09:31
'Hatsot	13:54	13:44	13:42	13:33
Chkia	21:57	21:34	21:22	21:35



# CONCOURS de la SEMAINE

CHELA'H LÉKHA 2024

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

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



✓ Donne ta réponse en commentaire  
sur [torah-box.com](http://torah-box.com) (page du concours)



La gagnante de la semaine dernière est  
Anath Serval

La réponse était :

"La mort et la vie sont au pouvoir de la langue."  
(Proverbes-Michlé 18, 21)

### Trois nouveaux soldats tués dans les combats, annonce Tsahal

Les réservistes 'Omer Smadja, 25 ans, de Ganot Hadar, et Sa'adia Ya'akov Derai, 27 ans, de Tel-Aviv, soldats du Bataillon 9203 de la brigade Alexandroni, sont tombés jeudi dernier au combat dans le centre de la bande de Gaza.

'Omer Smadja est le fils d'Oren Smadja, ancien champion olympique israélien de



judo. Saadia Derai est quant à lui le fils de Laly Derai, journaliste, activiste et figure de la communauté francophone en Israël.

La troisième victime est le sergent chef de réserve Malkia Gross, 25 ans, résident de Soussia en Judée-Samarie, qui combattait au sein du régiment des blindés.

### Un homme écroué à Paris pour un projet d'action violente contre "des cibles juives"



Un jeune homme de 19 ans a été mis en examen et placé en détention provisoire vendredi, pour avoir avec un autre mineur de 13 ans déjà poursuivi, "envisagé de commettre une action violente, visant, notamment, des cibles juives", a indiqué une source judiciaire. Cette affaire intervient dans un contexte marqué par la violente agression à caractère antisémite d'une jeune enfant de 12 ans à Courbevoie (Hauts-de-Seine), qui a suscité une vive émotion dans la communauté juive et au-delà.

### Ismaël Boudjekada, candidat aux législatives condamné pour apologie du terrorisme

Ismaël Boudjekada, 28 ans, conseiller municipal franco-algérien divers gauche de la commune de Grand-Charmont (Doubs) et candidat dans la 9<sup>e</sup> circonscription des Français de l'étranger pour les législatives 2024, a été condamné le 20 juin à 20 000 euros d'amende et trois ans d'inéligibilité pour apologie du terrorisme par le tribunal de Nanterre. Après le 7 octobre, il avait qualifié sur X et TikTok le ' Hamas d'"organisation de résistants palestiniens".

Trois associations s'étaient portées partie civile pour qu'il soit poursuivi en justice.

Fin janvier, il avait posté des messages antisémites sur X où il avait notamment comparé les Juifs "sionistes" à des rats et des cafards.

### "Il y a une baisse dramatique de livraisons d'armes en provenance des États-Unis" - Netanyahu

S'exprimant en Conseil des ministres, Netanyahu a déclaré : "J'apprécie grandement le soutien du président Biden et de l'administration américaine à Israël. (...) Mais il y a environ 4 mois, il y a eu une baisse spectaculaire de la fourniture d'armes en provenance des États-Unis vers Israël. Après des mois ainsi, j'ai donc décidé de m'exprimer

publiquement. Je m'attendais à ce que cela implique des attaques personnelles contre moi, (...) comme cela s'est produit et continue de se produire depuis que je m'oppose à la fin de la guerre tout en laissant le ' Hamas intact. Mais je suis prêt à subir des attaques personnelles pour la sécurité d'Israël", a martelé le chef du gouvernement.

### Yoav Galant s'envole pour Washington pour y discuter de la suite des combats à Gaza

Le ministre israélien de la Défense Yoav Galant s'est envolé samedi soir pour une visite officielle à Washington à l'invitation du secrétaire américain à la Défense, Lloyd Austin. Au cours de sa visite, le ministre israélien devrait rencontrer son homologue au Pentagone, ainsi que le secrétaire d'État Antony Blinken et d'autres



hauts fonctionnaires de la Maison Blanche, du département d'État et du Congrès. Ce déplacement a pour objectif majeur de discuter de la poursuite des

actions nécessaires à atteindre les objectifs de la guerre contre le 'Hamas et des efforts à entreprendre pour le retour des otages détenus par les groupes terroristes de Gaza.

### Cuba s'associe à la plainte pour "génocide" déposée par l'Afrique du Sud contre Israël

Cuba se joindra à la plainte déposée par l'Afrique du Sud devant la Cour internationale de justice (CIJ), accusant Israël de "génocide", a annoncé son ministère des affaires étrangères dans un communiqué. Le communiqué précise que cette mesure vise à "mettre un terme aux atrocités commises contre le peuple palestinien en raison de l'usage disproportionné et aveugle de la force par Israël". Le mois dernier, la Cour avait ordonné à Israël de prévenir "les actes de génocide" contre les Palestiniens et de faire davantage pour aider les civils, sans toutefois ordonner un cessez-le-feu comme le demandait l'Afrique du Sud.

### Amnon Moukhtar, un civil israélien entré à Kalkilya, y a été assassiné par des terroristes armés

L'Israélien qui a été abattu alors qu'il se trouvait au volant de sa voiture dans la ville de Kalkilya en Judée-Samarie ce week-end a été identifié : il s'agit d'Amnon Moukhtar, 67 ans, de Peta'h Tikva. Moukhtar, qui laisse derrière lui son épouse et ses cinq enfants, était propriétaire d'un commerce de primeurs dans sa ville et, selon sa famille, il allait souvent s'approvisionner en gros chez les commerçants palestiniens de Kalkilya. "C'était un homme juste qui a été assassiné par des terroristes", a déclaré son fils Nir aux médias, expliquant que son père adorait se rendre dans la ville et qu'il y comptait des connaissances. Les troupes israéliennes sont entrées dans la ville après l'incident.

### Violences aux abords d'une synagogue de Los Angeles après les provocations de militants propalestiniens

De violentes échauffourées ont éclaté dimanche aux abords d'une synagogue dans un quartier juif de Los Angeles, après les provocations de militants propalestiniens qui s'étaient rassemblés devant le site, empêchant les fidèles d'y accéder. Un homme a été arrêté par la police. Les images circulant sur les



réseaux sociaux montrent des heurts entre des hommes portant des keffiyehs et des contre-manifestants munis de drapeaux d'Israël

et du mouvement 'Habad. Une vidéo particulièrement choquante montre une femme au sol se faire frapper par un émeutier propalestinien.

**57,000 NIS**  
 (~ 14,250 €)  
 seulement  
 à la signature

# L'AVENIR EN ISRAËL !



Dans le nouveau quartier de DIMONA,  
 Appartements de 3 & 5 pièces  
 À partir de **11.648 Shekels / m<sup>2</sup>**

5% à la signature

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



Centres  
 commerciaux



Synagogues et  
 Batei Midrash



Lac et jardin  
 à proximité



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**

L'assurances

Groupe GLS

01 88 60 79 52



**VOTRE  
MUTUELLE  
100%  
SANTÉ**



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 !**

lassurances.fr

Devis immédiat en ligne

**Russie : 18 morts dont 15 policiers dans des attaques par balle visant une synagogue et deux églises**

Deux synagogues, deux églises orthodoxes et un poste de police ont été pris pour cible par des hommes armés probablement liés à Daesh lors d'une série d'attaques coordonnées dans la province du Daghestan, dans la nuit de dimanche à lundi.

Les fusillades ont fait 18 morts, dont 15 policiers. Les attaques ont eu lieu dans la plus grande ville du Daghestan, Makhachkala, et dans la ville côtière de Derbent, où la synagogue a été entièrement brûlée.

Un prêtre orthodoxe russe de 66 ans a également été tué dans les attaques. Les assaillants ont été éliminés par les forces de police.

**"L'opération à Rafia'h se termine mais point de cessez-le-feu avant que le ' Hamas ne soit détruit " (Netanyahou)**

Le Premier ministre israélien Binyamin Netanyahou a affirmé dimanche que les combats contre le ' Hamas à Rafia'h sont "sur le point de se terminer".

"Cela ne signifie pas que la guerre est sur le point de se terminer, mais la guerre dans sa phase intense est sur le point de se terminer à Rafia'h", a déclaré Netanyahou lors d'une interview à la chaîne Channel 14.

Sur un éventuel deal concernant les otages, Netanyahou affirme qu'"Israël est prêt à interrompre brièvement les combats à Gaza en échange d'un certain nombre d'otages détenus par le ' Hamas, mais qu'il ne s'engagera pas à un cessez-le-feu total avant que les objectifs de la guerre ne soient atteints".

Elyssia Boukobza



Torah-Box



Venez vivre des moments uniques en famille, alliant détente et spiritualité avec Torah-Box à La Plagne !

Cet été

# La Plagne

Club MMV Aime la Plagne ★ ★ ★ ★



15 au 22 juillet **OU** 4 au 11 août



REPAS  
GASTRONOMIQUES  
RAFFINÉS



KIDS CLUB



CONFÉRENCES,  
COURS,  
AMBIANCES



ESPACE AQUA  
RELAXANT  
sauna, hammam...



RANDONNÉES



CHOIX  
D'ACTIVITÉS  
VARIÉES



RAV HADDAD • RAV BENSIMON • RAV BITTON • RAV WERTENSCHLAG

POUR LES 15 PREMIERS INSCRITS  
1 ENFANT  
GRATUIT  
DS CHAMBRE PARENTS  
720€ /adulte  
la semaine  
en chbre double

Tél. +33 6 28 70 22 80 • [torah-box.com/evenements](http://torah-box.com/evenements)

## 10 infos sur Rabbi Yonathan Ben 'Ouziel

*D'après la tradition, Rabbi Yonathan Ben 'Ouziel était célibataire. D'après un autre avis, il était marié, mais sans enfants. La tradition veut que prier sur sa tombe ouvre les portes du Ciel. Selon un autre usage, tourner sept fois autour de sa tombe constitue une Ségoula pour trouver un bon conjoint et avoir des enfants !*



**1** Rabbi Yonathan Ben 'Ouziel était un *Tana* de la première génération, le plus grand disciple de Hillel l'Ancien et auteur de la traduction (*Targoum Yonathan*) sur les Prophètes.

**2** Sa grandeur est évoquée dans le traité de *Soucca* : "Nos maîtres nous ont enseigné : Hillel l'Ancien avait 80 élèves, 30 d'entre eux étaient dignes que la Présence divine repose sur eux comme Moché *Rabbénou*, 30 autres auraient été dignes d'arrêter le soleil dans sa course comme Yéhochoua' Bin Noun, et 20 hommes étaient de niveau moyen. Le plus illustre d'entre eux était Yonathan Ben 'Ouziel, et le moindre, Rabbi Yo'hanan Ben Zakai".

**3** Dans la suite du Midrach, il est question de Rabbi Yo'hanan Ben Zakai, "qui n'a pas cessé d'étudier les versets de la Torah et la Michna, le Talmud, les *Halakhot* et les *Agadot* (histoires du Talmud), les finesses de la

Torah écrite et des enseignements des Sages, les raisonnements par déduction et les ponts sémantiques, la science des cycles solaires et lunaires, les échanges des anges de service, ceux des anges malfaisants, et ceux des palmiers, les paraboles sur les renards, une chose élevée et une chose simple. Une chose élevée : le *Ma'assé Merkava*, le Char céleste, et une chose simple : les développements d'Abayé et de Rava". Il est aussi rapporté : "Si tel était le niveau du plus faible, nous pouvons à plus forte raison en déduire le niveau du plus illustre".



Au moment où Yonathan Ben 'Ouziel se consacre à l'étude de la Torah, tout oiseau qui vole au-dessus de lui est de suite brûlé

**4** Sur la grandeur de la sainteté du *Tana* Yonathan Ben 'Ouziel, il est dit dans le traité *Soucca* : "Au moment où Yonathan Ben 'Ouziel se consacre à l'étude de la Torah, tout oiseau qui vole au-dessus de lui est de suite brûlé".

**5** Le *Tana* Yonathan Ben 'Ouziel est l'auteur d'une traduction de la Torah

et des Prophètes. Il a rédigé sa traduction en fonction des derniers prophètes, dont 'Haguai, Zékharïa et Malakhi.

Son commentaire a ceci de particulier que, contrairement à Onkélos, il va bien au-delà du sens premier des versets.

Il explique les versets comme des allusions à des événements et à d'autres périodes.

**6** Dans le traité *Méguila*, il est rapporté : "Lorsqu'il rédigea sa traduction, la terre d'*Erets Israël* trembla sur un périmètre de 400 *Parsa* sur 400, et une voix céleste déclara : 'Qui a dévoilé Mes secrets aux hommes ?'. Yonathan se leva immédiatement et proclama : 'C'est moi qui ai dévoilé Tes secrets aux hommes ; Tu sais que je ne l'ai pas fait pour mon honneur, ni pour celui de la maison de mon père, mais pour Ton honneur, pour éviter les querelles parmi le peuple.'"

**7** Il est également ramené dans le traité *Méguila* : "Lorsqu'il demanda à traduire

les Hagiographes, une voix céleste sortit et déclara : 'ça suffit !', car dans les Hagiographes, il y a des allusions à la venue du *Machia'h*".

**8** Une traduction de la Torah est attribuée à Yonathan Ben 'Ouziel, selon Rabbi Ména'hem Rékanati.

**9** Sa tombe, située à 'Amouka, est considérée comme l'une des tombes de *Tsadikim* les plus importantes de Galilée. Elle est parmi les plus visitées et, chaque année, environ un demi-million de fidèles se rendent en pèlerinage sur son tombeau.

**10** D'après la tradition, le *Tana* Yonathan Ben 'Ouziel était célibataire. D'après un autre avis, il était marié, mais sans enfants.

Nous possédons une tradition selon laquelle prier sur sa tombe ouvre les portes du Ciel. Selon un autre usage, tourner sept fois autour de sa tombe constitue une *Ségoula* pour trouver un bon conjoint et avoir des enfants.



נדל"ן ושיווק 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



## Mon métier c'est... *Chadkhanit* ! Merissa Gross, marieuse à grand succès

*Découvrez Merissa Gross, une célèbre Chadkhanite (entremetteuse) de Jérusalem pour le public anglophone. Découvrez les origines du métier dans la Torah jusqu'à nos jours. Découvrez en quoi ce métier est essentiel au mariage juif et profitez de conseils pratiques pour trouver le conjoint qui vous convient et mener votre vie de couple, que vous soyez futurs mariés, jeune ou vieux couple !*

### **Qu'est-ce qu'une Chadkhanite et quel est son rôle ?**

Le premier Chadkhan (entremetteur) dans la Torah est Eli'ézer, mandé par Avraham Avinou pour chercher un Chiddoukh (une rencontre en vue d'un mariage) pour son fils Its'hak. Eli'ézer se rend auprès d'un puits et aperçoit Rivka sur le point de nourrir ses chameaux. Elle abreuve les chameaux d'Eli'ézer avant d'abreuver les siens. Lorsqu'Eli'ézer remarque ces belles Midot, cette gentillesse, ce 'Hessed, il se dit que cette jeune fille est pour Its'hak, sachant qu'Its'hak est issu du foyer d'Avraham, un foyer regorgeant de 'Hessed.

Le terme hébraïque de Chadkhan signifie agrafe, c'est-à-dire que le rôle du Chadkhan ou de la Chadkhanite est "d'agrafer", de réunir deux personnes.

Les marieurs ont deux rôles : l'un consiste à trouver un conjoint à une personne, et le second est de guider cette personne, de lui tenir la main à travers le processus des rencontres. Ce n'est pas exclusif : nous travaillons également

avec les mentors, les parents, les grands frères ou grandes sœurs, les amis, les Rabbanim et Rabbaniot, les thérapeutes ou les coaches. Le Chadkhan est l'intermédiaire qui traite avec les deux parties.

Ce qui est très intéressant, c'est que la demande pour des entremetteurs est immense et émane de toutes les composantes de la communauté juive, des plus orthodoxes aux plus laïcs, même de communautés où garçons et filles se mélangent.

### **Tout au long de vos années en tant qu'entremetteuse, vous avez formé énormément de couples, ce qui est impressionnant. Quel est le secret de votre réussite ?**

Le fait de savoir que je ne suis pas responsable – je suis une messagère d'Hachem – est le principe le plus important dans le rôle que nous jouons. Je pense qu'il est très important d'être humble. Je fais cela Léchem Chamaïm, pour la gloire du Ciel, parce que j'essaie de faire ce qu'il convient de faire – contribuer à créer un beau mariage

et une belle relation – et ne pas présenter des personnes qui ne vont pas ensemble, mais uniquement celles qui peuvent se correspondre au mieux. Nous devons savoir être humbles, et nous travaillons pour les gens qui s'adressent à nous. Nous ne cherchons pas à donner notre avis, à leur dire qu'ils ont raison ou tort de chercher tel conjoint. Nous les prenons pour ce qu'ils sont, nous tentons de trouver le conjoint qu'ils recherchent, mais nous ne sommes pas aux commandes, car D.ieu dirige tout.

**Parlez-nous un peu de vous, de votre profession. Qu'est-ce qui vous a poussé à faire ce métier ?**

Lorsque j'étais à l'université, nous étions un petit groupe de Juifs religieux, parmi eux un garçon et une de mes amies. Je leur ai dit qu'ils devraient se marier ensemble, et c'est ce qu'ils firent ! À la fin de mes études, je suis arrivée en Israël, je me suis mariée et j'avais en tête de "travailler" pour Hachem, de faire Sa volonté. En effet, la *Guémara* dit que Hachem S'affaire à former des couples depuis le début de la Création.

**À ce propos, pourriez-vous nous dire ce qui fait que deux personnes iront bien ensemble et qu'un mariage sera réussi ?**

J'emploie des critères afin de comprendre la personne et l'aider à trouver un parti. Ces critères proviennent du terme *MATCH* (parti en anglais) :

- **M comme Midot, les traits de caractère** : à quel point ils sont gentils, s'ils sont critiques ou non, comment ils se voient, s'ils sont doux, sensibles ou s'ils sont plutôt forts et durs. J'essaie de cerner les *Midot* et d'en chercher des similaires ou des souhaitables chez l'autre.

- **A comme âge et attirance** : quel âge a cette personne, quelle tranche d'âge puis-je lui proposer ?

Je pense qu'une jeune fille peut aller jusqu'à dix ans au-dessus de son âge. Nous connaissons bien sûr des couples heureux dans leur mariage avec une différence de douze, quinze ou vingt ans, mais j'essaie de présenter généralement des gens qui ont environ dix ans de différence, pas plus, car c'est le même type de génération. J'encourage les gens à se lancer dans une grande différence d'âge en fonction de leur âge : s'ils sont jeunes – 20 ans par exemple –, je ne leur proposerai pas un parti qui a 30 ans. Mais si la personne a 25 ans, je peux aller jusqu'à 35 ans. C'est une question complexe, tout dépend de la phase de la vie où ils sont. Je ne pense pas que l'âge soit un obstacle. C'est uniquement une préférence et non un obstacle.

Le deuxième A, c'est l'attirance : il me faut comprendre le type de personnes qu'ils recherchent, vers qui ils seraient attirés, s'ils pourraient bien aller ensemble.

Je pense vraiment que l'attirance est importante. J'évite de présenter des filles très grandes avec des garçons assez petits, mais si le garçon ou la fille n'en sont pas dérangés, je le ferais.

- **T comme type de personnalité** : sont-ils extravertis ou introvertis ?

J'ajoute aussi dans cette catégorie les centres d'intérêt qui font partie du type de personnalité. Sont-ils artistiques, théâtraux, sont-ils plus intellectuels ? Ce critère, selon moi, n'est pas un obstacle non plus.

- **C comme culture**, l'histoire de la famille.

Par exemple, il serait bien de présenter des Français à d'autres Français. Il y a les Séfarades et les Ashkénazes, je prends ces paramètres en compte lorsque j'essaie de présenter des gens

⊕ ⊕  
Nous tentons de trouver le conjoint qu'ils recherchent, mais nous ne sommes pas aux commandes, car D.ieu dirige tout.



avec un contexte culturel et familial similaire. Mais à nouveau, ce n'est pas un obstacle : avec l'âge, on s'éloigne de notre contexte culturel et familial, on devient plus indépendant. Cela peut être un obstacle au début des *Chiddoukhim*, mais au fil des années, cela peut changer. Je peux vous donner d'innombrables exemples de gens qui ont épousé des personnes d'un contexte culturel différent et qui sont très heureux dans leur mariage.

- H comme **Head** ("tête" en anglais, niveau d'instruction) et **Hachkafa** (vision de la vie).

Il existe différents types d'intelligence : l'intellectuelle, l'académique et l'émotionnelle. Je regarde la personne en définissant son niveau d'intelligence et ce qui sera important pour elle. Je ne recommanderai pas à une jeune fille très diplômée d'épouser un garçon qui ne l'est pas du tout, car cela créerait un manque de respect. À nouveau, j'ai marié des gens qui vivent heureux en dépit des différences de normes académiques ; en général, si le garçon est très porté sur les études, il pourra épouser une fille qui l'est moins, mais pas tellement dans l'autre sens. Je suis flexible, je n'ai pas de règles figées, mais ce sont les critères que j'utilise et si je vois qu'ils diffèrent de ces critères, je ne suis pas certaine de la possibilité d'un mariage.

**Hachkafa** : lunettes, en hébreu, se dit *Michkafaim*. La *Hachkafa* est la manière de voir le monde, vos valeurs, la direction que vous suivez. C'est l'un des critères les plus importants car deux personnes doivent sentir qu'elles vont dans la même direction :

- fonder une famille ;
- avoir les mêmes valeurs ;
- être religieux avec un certain niveau de religiosité ;
- vivre en Israël ou en France ;
- accueillir des invités, avoir une maison ouverte ou pas.

Ces critères sont très importants : il faut en discuter au cours du processus du *Chiddoukh*. Il

faut s'assurer que les candidats au mariage sont sur la même longueur d'onde. En tant qu'entremetteuse, j'essaie de faire rencontrer des gens qui ont un système de valeurs identique et qui vont dans la même direction. C'est rédhibitoire, dans le sens où je ne peux pas avancer dans cette relation en l'absence de ce facteur particulier.

### **Pouvez-vous donner des exemples ?**

Une personne douce et sensible sait par exemple qu'elle ne pourra pas épouser quelqu'un aux *Midot* opposées. C'est rédhibitoire, au point que cela pourrait engendrer un divorce ! Pourquoi ? Parce que les personnes ne se comprennent pas.

### **Quel est l'élément le plus difficile dans votre quotidien en tant que *Chadkhanite* ?**

Le plus difficile, c'est de ne pas être en mesure d'aider chacun. Je fais ce métier parce que j'aime les gens. Je rencontre 3 à 4 personnes par jour et je ne peux pas aider chaque personne qui vient me voir, ce qui me brise le cœur. Soit je n'ai pas de *Siyata Dichmaya* (aide divine) et je n'ai pas d'idée, soit je n'ai pas le temps de penser à une idée, soit je suis débordée par des couples qui sont en phase de rencontres et il m'arrive d'oublier certaines personnes. C'est vraiment très dur pour moi de voir que je leur fais de la peine. C'est ma plus grande difficulté. Je dois aussi gérer tous les couples qui se rencontrent, les contacts. J'ai le sentiment d'avoir besoin de plus d'heures dans la journée.

En bref, c'est très difficile pour moi de devoir rejeter des candidats. J'ai souvent de bonnes nouvelles, mais le plus fréquent, ce sont les "mauvaises nouvelles". Quelqu'un dit non à l'autre : de quelle façon je vais le lui dire ? Quelle raison lui donner sans blesser, comment éviter de contrarier ? C'est un enjeu de *Ben Adam La'havéro* (relation entre l'homme et son prochain).

### **Combien coûte la prestation d'une *Chadkhanite* ?**

En général, les *Chadkhanim* ne prennent pas d'argent lorsqu'ils proposent à des jeunes gens de se rencontrer. Ils se font payer lorsqu'ils réussissent à réunir deux personnes et que cela débouche sur des fiançailles. Les honoraires sont payés au moment des fiançailles et non du mariage. Si un couple se fiance et rompt par la suite, on ne restitue pas cette somme. En Israël, les honoraires pour un *Chiddoukh* réussi sont d'environ 1500 \$ pour chaque côté. Cela fonctionne un peu sur le modèle de l'agence immobilière : lorsque vous vendez une maison, vous êtes payé, mais pas dans le cas contraire.

Ces honoraires qui nous rétribuent lorsque le *Chiddoukh* débouche sur un mariage sont généreux, et je pense que c'est bien mérité car cela implique beaucoup de travail. Je pense aussi qu'avoir trouvé l'amour de sa vie vaut plus que tout au monde. Au début, il était très difficile pour moi d'accepter cette somme. Aujourd'hui, je suis à l'aise avec cela, je l'accepte joyeusement, car je sais que les gens veulent payer et qu'ils apprécient cela.

### **Il existe un mythe dans le monde religieux selon lequel les couples se marient sans amour. Est-ce vrai ?**

Absolument pas ! Premièrement, nous pensons que l'amour est quelque chose que l'on crée avec quelqu'un. Il vient avec le temps. Ce n'est pas que ça vous tombe dessus mais vous le créez.

Sachez que dans le domaine des *Chiddoukhim*, on ne permet pas à deux personnes de se fiancer si elles ne s'aiment pas. Souvent, d'après les critères, cela pourrait parfaitement concorder, c'est tout à fait logique, c'est un merveilleux *Chiddoukh*. Mais ils ne s'apprécient pas ! Il n'y a pas de flamme, ils n'ont pas d'atomes crochus, il n'y a pas tellement d'attirance et s'ils me demandent mon avis – c'est toujours le cas puisque je les guide – je leur dis : c'est fini ! C'est presque ce qu'il y a de plus important, tout le reste dont je vous ai parlé dans le domaine des rencontres est moins important.

Le problème, c'est quand vous avez cet enthousiasme alors que sur papier, c'est

illogique, ils ne peuvent pas se marier. Il faut que ce soit logique, mais il faut qu'il y ait cette ardeur, cet amour ou ce potentiel d'amour ; car l'amour est un sentiment qui évolue et que le couple développe ensemble. Il faut sentir ce potentiel, c'est essentiel. Nous encourageons l'enthousiasme, l'attirance et un sentiment positif avec un potentiel d'amour.

### **Quel serait votre conseil pour les célibataires – et par la même occasion les gens mariés – pour avoir un mariage sain et heureux ?**

C'est une question que je prends en compte lorsque je guide des couples, et je peux affirmer avec beaucoup d'assurance que l'ingrédient essentiel dont a besoin un couple pour un bon mariage, une bonne relation, est de s'écouter mutuellement et de travailler. Il faut qu'ils désirent travailler (sur leur relation). Je dis toujours aux gens que ces problèmes ne m'inquiètent pas, mais je suis inquiète lorsque des couples se rencontrent et qu'une partie (ou les deux), n'est pas disposée à travailler. Il vous faut apprendre à écouter. S'il y a un problème avec l'autre ou qu'il y a une incompréhension, comment communiquer, comment travailler ensemble sur ces problèmes afin de créer une belle relation ensemble ?

Être prêt à parler, être disposé à suivre une thérapie ensemble, être disposé à travailler sur soi pour progresser est à mon avis l'ingrédient le plus important pour un bon mariage. Tout le monde peut s'aimer et trouver une logique à ces critères pour former un couple, mais nous devons être prêts à nous engager dans une relation dynamique, en mouvement, aimante et communicative où nous sommes prêts à comprendre comment aider et avoir une relation avec l'autre en fonction de ce dont il a besoin ; je dois être prêt à lui donner ce dont il/elle a besoin. Nous devons œuvrer ensemble pour créer une belle communication.

**Je pense qu'avec cette attitude, un travail et une évolution constants, vous pouvez être un beau couple, un bon mari et une bonne épouse.**

**Propos recueillis par Liora Rosenblatt**



## Dating en vue ? 16 points pour une réussite optimale !

*Dans cet article, le spécialiste Rav Nathan Shafir ne vous expose pas de recettes miracles pour trouver sa/son conjoint(e), mais il vous propose plutôt des idées et des conseils pour aller à l'essentiel, mieux déterminer ce que l'on recherche et mieux se préparer au déroulement d'un Chiddoukh !*

### 1 Familiarisez-vous avec le concept du Chiddoukh

afin de mieux vous préparer aux moments que vous allez vivre.

Ce qui vous permettra d'aborder les rencontres et les décisions que vous devrez prendre avec plus de sérénité !

### 2 Vous êtes uniques - votre Dating aussi.

Il est conseillé de s'entourer de personnes expérimentées versées dans la Torah avec lesquelles on pourra communiquer et partager nos doutes.

### 3 Sachez qui vous êtes/ce que vous recherchez. Une personne pourra se définir par ce qu'elle aime et par ce qu'elle n'aime pas, par ce qui l'attire et ce qui la repousse, etc.

### 4 La personne qui m'est adaptée sera celle qui saura valoriser les valeurs et les points qui sont importants pour moi.

### 5 On se marie principalement sur la base des traits de caractère (Midot), une vision commune des choses et les projets de vie que l'on peut avoir en commun.

### 6 Le physique ? Ce n'est pas l'essentiel. Le physique du/de la candidat(e) peut être un point important pour certains, moins pour d'autres. Cependant, il ne doit en aucun cas être le point déterminant !



### 7 Essayez d'obtenir des renseignements fiables.

Si l'on vous décrit un point spécifique chez la personne et que l'on vous donne des exemples précis de ce qu'elle fait ("elle est généreuse et verse toujours une partie de son salaire à la Tsédaka"), cette information pourra être prise en compte.

### 8 La bonne personne au bon moment.

Essayez de vous adresser à une personne expérimentée pour suivre le déroulement des rencontres. La personne devra être investie dans la Torah et sera capable de nous faire réfléchir objectivement, sans imposer sa vision des choses.

### 9 La relation se construit au fil des rencontres.

Le contenu des rencontres, leur durée et l'intervalle entre chacune d'elles ont pour but d'essayer de développer un lien entre les personnes.

### 10 L'essentiel dans les rencontres est que la discussion soit fluide.

Bien qu'il faille préparer des questions et des thèmes à aborder lors des rencontres, on laissera une place au naturel, à l'improvisation.

### 11 Attention, Chiddoukh ! Gardez toujours une certaine retenue pendant les rencontres.

Veillez cependant à vous comporter de manière naturelle, normale, avec une dose de courtoisie et de bienséance.

12 **Donnez de vous-même.**  
Parlez de choses qui

vous touchent véritablement. Ces petites choses qui constituent votre vie et qu'on ne raconte pas à tout le monde. Il faudra essayer de "donner" afin de voir si l'autre s'intéresse à moi et si je m'intéresse à lui.

13 **Le feeling** est un élément plus ou moins important à prendre en compte. Son degré d'importance est évalué en fonction du milieu dans lequel la personne a vécu et de son évolution.

14 **Prenez conseil, mais la décision vous revient!** On pourra prendre conseil auprès d'un Rav expérimenté, mais finalement, on décidera seul de se marier, en évitant de



Bien qu'il faille préparer des questions et des thèmes à aborder lors des rencontres, on laissera une place au naturel, à l'improvisation.

prendre notre décision sous l'effet de la pression.

15 **Vous vous êtes décidé?** *Mazal*

**Tov!** Il est important de vivre sereinement cette période. Il est important de pouvoir échanger, exprimer ce que l'on pense, ce que l'on ressent avec une personne de confiance, attentive et compétente.

16 **Respectez les règles d'éloignement** selon

la **Halakha!** Nos Sages y voient une garantie d'aide du Ciel et de bénédiction pour la réussite de votre futur couple.

*Rav Nathan Shafir, extrait du livre Le Chiddoukh, disponible sur : [boutique.torah-box.com](http://boutique.torah-box.com)*



Après le bac, la yechiva ou le séminaire

## Prépare ton BTS en alternance avec OZAR FORMATION



- Frais de formation pris en charge à **100%**
- Alternant **rémunéré**
- **Accompagnement personnalisé** pour la recherche d'entreprise



31, rue des Cordelières, Paris 13<sup>ème</sup>  
34, rue du Moulin Joly, Paris 11<sup>ème</sup>

Suivez-nous sur   

INFOS ET INSCRIPTIONS

01 45 35 69 64

 07 83 93 93 12

 [contact.formation@ozar.fr](mailto:contact.formation@ozar.fr)





### Un homme malheureux ne sert pas D.ieu, il est juste religieux...

*De la trahison du veau d'or à l'épreuve des explorateurs, Moché a affronté des défis majeurs. Cependant, la pire épreuve arrive lorsque le peuple d'Israël se plonge dans un profond mécontentement en plein désert. Pourquoi est-ce précisément la plus dure épreuve de Moché ? Comment les 70 Sages d'Israël ont aidé Moché à restaurer l'optimisme et le bonheur au sein du peuple ? Comment cette période du peuple d'Israël peut inspirer et guider notre vie aujourd'hui ? Comment réussir sa vie d'homme ou de femme de Torah ?*

Moché a traversé de nombreuses crises tout au long de sa vie. Diriger une nation n'est pas chose aisée. Il a été mis à l'épreuve lors de la faute du Veau d'or (quelle trahison pour lui et pour D.ieu !), lors de la dispute avec Kora'h qui l'a accusé d'abus de pouvoir, et ensuite encore plus grave : l'épreuve des Explorateurs pendant laquelle certains membres du peuple ont dit : "Choisissons-nous un nouveau dirigeant, et retournons en Égypte" (*Bamidbar* 14, 4). Quelle déclaration terrible ! Après toutes les expériences incroyables que le peuple a vécues comme la sortie d'Égypte, l'ouverture de la mer Rouge ou le don de la Torah par D.ieu au mont Sinaï, Moché et Aharon reçoivent ces propos comme un "coup de poignard". Mais la pire épreuve arrive alors. Elle surpasse tout ce qu'il a vécu.

#### **Épidémie de plaintes**

Un verset nous explique que le 'Erev Rav, ce groupe de faux convertis qui ont accompagné les enfants d'Israël à la sortie d'Égypte, se sentent privés de certains plaisirs (*Bamidbar* 11, 4). Ils se plaignent : "Dans le désert, on manque d'eau, il y a de l'eau mais pas autant qu'en Égypte ! Là-bas, il y avait le Nil, un fleuve exceptionnel, avec des tuyaux d'irrigation dans toutes les directions pour boire, se baigner, laver le linge, toutes sortes de légumes y poussent ! Dans le désert, on mange le même plat chaque jour." Lorsque le 'Erev Rav s'est plaint, le peuple d'Israël a été ébranlé. Imaginez

que votre conjoint se plaint en permanence : cette attitude va ternir votre humeur également. Toute personne qui se plaint gâche le plaisir de son entourage, et le peuple d'Israël qui jusque-là était satisfait s'est mis également à geindre. Les Juifs ont été contaminés par ces râleurs et ils ont dit : "Si seulement nous pouvions avoir un morceau de viande, pourquoi n'en avons-nous pas ? Nous nous souvenons du poisson que nous mangions presque gratuitement en Égypte. Si seulement nous pouvions aussi avoir des concombres, des melons, des poireaux, des oignons, de l'ail ! Maintenant, nous manquons de tout."

Ce sentiment d'insatisfaction s'est propagé comme une épidémie. "Les familles juives pleuraient" (*Bamidbar* 11, 4). Voici qu'arrive le découragement inédit, l'amertume totale de Moché qui s'adresse à D.ieu en disant : "Pourquoi m'avoir fait du mal ?" (*Bamidbar* 11, 11), et surtout "Tue-moi [...] que je ne vois plus ce mal" (*Bamidbar* 11, 15). Il s'agit là d'un discours nouveau. Jamais Moché n'a demandé à être tué, jamais il n'a ressenti autant de désespoir. Moché a toujours été sûr de lui, il n'a jamais failli dans sa sérénité et dans ses certitudes même lorsqu'il était tourmenté. Mais ici, il abandonne tout, et Moché n'est pas un comédien : lorsqu'il dit quelque chose, il le pense.

La question est la suivante : en quoi cette situation où le peuple se plaint est-elle la plus



décourageante parmi toutes les épreuves de Moché ?

### **L'insurmontable épreuve du mécontentement**

Rav Avigdor Miller répond que la pire chose est le sentiment de vivre dans le mécontentement, de se voir comme malheureux. Lorsque le peuple a fauté avec le Veau d'or, lorsque Kora'h s'est révolté, c'était un accident de parcours ; le peuple juif avait toujours un avenir. Mais quand nous sommes malheureux, c'est la fin. Le mécontentement est le pire état d'esprit qui puisse toucher le peuple juif.

Lorsqu'un homme est malheureux, il échoue dans sa *Avodat Hachem*, dans son service divin. Si vous avez le sentiment que D.ieu est injuste, que vous êtes un donneur et Lui un preneur, que vous Lui rendez service dans ce monde, que vous priez mais que vous ne recevez rien de Sa part... si c'est ce que nous pensons, nous sommes en échec : nous n'avons rien compris et nous ne pouvons pas être un serviteur de D.ieu. La définition de la *Avodat Hachem*, c'est de chercher des moyens d'exprimer notre gratitude à Hachem pour tout ce qu'Il nous prodigue parce que nous en sommes conscients. Cependant, si nous estimons qu'Il ne nous a pas assez donné, nous ne servons pas D.ieu : nous sommes simplement des Juifs religieux qui seront récompensés sagement pour notre respect des commandements ; mais nous passons à côté de l'essentiel, car tout le service divin est construit sur la gratitude à l'égard de D.ieu Qui nous comble de bien.

Par conséquent, nous devons tout d'abord être heureux :

1. parce que c'est bon pour la santé : moins de stress, meilleur système immunitaire, moins de pression artérielle, meilleure santé cardiovasculaire, plus grande longévité ;
2. surtout, lorsque l'on réalise que la source de notre bonheur et de notre satisfaction provient de D.ieu, cette gratitude est le début de notre réussite dans ce monde.

Quand Moché *Rabbénou* fait face à une épidémie de mécontentement, il est consterné comme jamais. Il se dit que son travail est un échec et que tout son système s'est effondré. Les *Bné Israël* viennent de recevoir la Torah, mais lorsque l'on étudie la Torah en éprouvant de la rancœur envers D.ieu, cette Torah ne vaut rien, elle n'a plus de sens ! Moché a baissé les bras et a dit : "Hachem, tue-moi. Je les ai sortis d'Égypte, je leur ai apporté la Torah. S'ils sont malheureux pour des raisons matérielles (pour des pastèques !), là on touche le fond car la Torah commence par le fait d'être conscient de notre bonheur !"

### **Vers une conception authentique du bonheur**

Quelle a été la réaction d'Hachem ? D.ieu a dit à Moché : "Rassemble 70 anciens, des Sages, Je ferai reposer sur eux une partie de ton esprit divin et ils porteront avec toi la charge du peuple" (*Bamidbar* 11, 16). Comment vont-ils soulager le pauvre Moché ? En livrant au peuple des camions de viande et de pastèques comme ils le désirent ? Non, certainement pas en leur apportant de la matérialité, ces Anciens étaient des fournisseurs de bon sens, de cerveaux intelligents, des pourvoyeurs de bonheur pour le peuple, des conférenciers de luxe sur le bonheur d'après la Torah. Car oui, tout ce que nous pouvons manger ou posséder ne fera jamais le bonheur de ceux qui manquent de sagesse.

Les 70 Sages avaient donc pour rôle de modifier la conception du bonheur du peuple. Le bonheur n'est pas synonyme d'une grande quantité de nourriture, d'une superbe voiture, de mets spéciaux, de divertissements ou de sorties. Le secret du bonheur, c'est de réaliser à quel point nous sommes chanceux de ce que nous avons. Ces 70 Sages d'Israël ont appris au peuple le moyen de revenir au bonheur par les petites choses de la vie, sans nécessité de superflu, sans bowling, sans séries, sans cigarettes... Les 70 Sages ont restauré l'optimisme et le bonheur dans le peuple, et ensuite le peuple a appris à être heureux de lui-même.

Finalement, quel est le sens pour nous, aujourd'hui, de ces événements vécus par notre peuple dans le désert il y a des milliers d'années? En fait, l'histoire juive est un livre que nous écrivons: nous en sommes les auteurs. Quand nous sommes vertueux, que nous étudions la Torah, que nous construisons des *Yéchivot*, que nous fondons des foyers de personnes pratiquantes, nous écrivons les phrases et les chapitres de ce livre qui sera une formidable histoire.

Tous les ouvrages s'ouvrent sur une préface qui permet de comprendre la ligne directrice du livre. Le désert a été la période la plus remarquable de notre Histoire, et D.ieu en a fait la préface de notre livre, la ligne directrice de notre avenir.

## Le bonheur est dans le désert

Le désert, c'est être heureux sans les plaisirs et commodités superflus, même sans viande, sans assado, sans oignon frit, sans tarama, sans *Adam'hout*, sans *Boukha* et sans anisette. Pendant 40 ans, nous n'avions pas de centres commerciaux, pas de restaurants, pas d'air conditionné, pas de cinéma. Et pourtant, D.ieu nous demande de nous pencher sur cette période passée pour revivre cette expérience, cette période qui constitue un modèle pour notre existence, pour qu'un Juif comprenne comment il doit considérer ces biens matériels.

Regardez par la fenêtre samedi soir ces voitures qui roulent à toute allure chercher du divertissement car leur existence est vide, car le Chabbath a été une torture pour eux (D.ieu en préserve!). Ils n'ont pas appris à trouver le bonheur chez eux, dans leur esprit. Ils ont besoin d'avoir beaucoup pour être heureux, alors qu'il suffit d'apprendre à être.

Rav Miller nous invite à nous concentrer sur ce que nous avons et nous deviendrons riches. Voir que nous sommes en bonne santé, c'est être riche, c'est être en possession de millions de dollars. Toute personne riche gravement

malade serait prête à dépenser des fortunes pour retrouver sa santé.

N'attendez pas de perdre votre santé pour vous pencher sur les beaux jours d'avant dont vous n'avez pas tiré profit! Un homme malade qui vient de retrouver sa santé chante dans la rue tellement il est heureux... Alors nous devrions l'être aussi! Pensez à:

- votre mari ou à votre femme car certains n'en ont pas;
- vos enfants car certains n'en ont pas;
- votre Rav car certains n'en ont pas;
- votre maison car certains vivent dans la rue;
- vos parents car certains n'en ont plus;
- votre intelligence car certains n'en ont pas;
- votre fils marié, car il est difficile d'être un parent dont les enfants ne sont pas mariés...

Le désert, c'est être heureux sans les plaisirs et commodités superflus

Concentrez-vous cinq minutes par jour au minimum pour vous rappeler à quel point vous êtes riche de toute chose, pour suivre le modèle de vie de notre peuple dans le désert, un modèle qui doit nous inspirer et nous faire apprécier les plaisirs les plus simples de la vie.

Pendant 40 ans, notre peuple a étudié le principe "Qui est riche? Celui qui est heureux de son sort" (*Avot* 4, 1), et il s'est entraîné à vivre de cette manière. C'est une inspiration pour nous: une nation heureuse est une nation qui réussit, une maison heureuse est une maison qui réussit avec des enfants bien dans leur peau et prêts à réussir. Commençons donc par servir D.ieu avec gratitude pour chaque détail de notre vie, et ainsi nous réussirons.

**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](http://www.torah-box.com/kitsour)



## Supplément spécial Chabbath

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

### Chela'h Lékhā – L'amour voué à notre terre sainte

À quel point devons-nous nous efforcer d'éviter toute mauvaise parole à propos de notre prochain et de la terre d'Israël ?



Dans notre paracha *Chela'h Lékhā*, il est écrit : "Et les hommes qui médirent de la terre moururent." (*Bamidbar* 14, 37)

La *Michna 'Arakhin* souligne la gravité du *Lachon Hara'* en se référant à la faute des Explorateurs qui déprécièrent *Erets Israël*. Parmi toutes les fautes du peuple juif dans le désert, celle-ci scella la sanction de ne pas pouvoir entrer dans la terre. D'où le sait-on ? Les explorateurs n'avaient-ils pas commis d'autres erreurs, apparemment plus graves et dénotant même un déni de D.ieu en disant que les habitants de la terre étaient plus puissants qu'Hachem ? La *Guémara* répond que lorsque la Torah parle de leur faute, elle mentionne leurs mauvaises paroles et non leur reniement, indiquant que leur punition portait principalement sur le *Lachon Hara'*.

#### Une faute qui donne la parole à l'accusation

Pourquoi cette faute en particulier entraîna-t-elle une punition si sévère ? Le *'Hafets 'Haïm* explique que lorsqu'une personne transgresse un interdit, un ange accusateur est créé ; il s'agit d'une force spirituelle qui tire sa force de la faute commise. Il accuse le pécheur au tribunal céleste, cause de la sanction reçue pour cet acte.

Or un ange créé par une action qui n'implique aucune parole n'est pas capable de parler. Sans cette capacité à émettre la faute de l'individu, l'ange ne peut l'accuser et il reste donc impuni.

La faute du *Lachon Hara'* est différente, car des mots sont employés. Ainsi, l'ange créé est doté de parole. Il peut donc exprimer verbalement la nature de la faute perpétrée. Le *'Hafets 'Haïm*

ajoute que cet ange énumère également toutes les transgressions jusqu'alors non dites que la personne avait commises. Le *Lachon Hara'* ouvre donc la porte à une condamnation pour de nombreux autres péchés.

Ceci explique pourquoi le fait que les explorateurs aient dit du *Lachon Hara'* – et que bon nombre de *Bné Israël* y aient cru – entraîna les terribles souffrances traversées par la suite. Il convient de noter que le *Lachon Hara'* en question ne visait même pas un être humain, mais *Erets Israël*.

## Une terre incriticuable

La *Guémara* montre à quel point les *Amoraïm* – les Sages du Talmud – évitaient de parler de manière négative de la terre d'Israël (*Kétoubot* 112b). Elle affirme que s'ils étudiaient à un endroit chaud, ils changeaient de place et allaient dans un lieu plus agréable, ombragé, afin qu'aucun disciple n'émette de propos négatif sur la terre, pas même concernant le temps qu'il y fait. Le *Ben Ich 'Haï* en déduit qu'il faut faire très attention à ne dénigrer aucun lieu d'*Erets Israël*, ni au sujet de son climat, de ses fruits ou même de ses constructions. Il ajoute que ceci s'applique même lorsque la terre est entre les mains des non-juifs (comme c'était le cas à son époque) et qu'il ne faut même pas critiquer les maisons des non-juifs qui s'y trouvent. Il conclut que tout ceci entre dans la catégorie de *Motsié Dibat Haarets Ra'a* sur *Erets Israël* – exactement les mêmes termes employés à propos des explorateurs.

L'histoire suivante montre à quel point les *Tsadikim* évitent de médire sur la terre sainte. Un Juif riche nommé Rav Mendel vivait en Russie à l'époque tsariste, alors que pour les Juifs russes, la terre d'Israël représentait un rêve inaccessible. Rav Mendel soutenait financièrement les Juifs qui y résidaient. L'un des pauvres qu'il aidait lui envoya une bouteille de vin d'*Erets Israël*.

En dépit de sa fortune, cette bouteille de vin fut aux yeux de Rav Mendel son bien le plus précieux.

Avant sa mort, Rav Mendel dit à son fils : "Voici mon plus grand trésor – cette bouteille de vin

provenant d'*Erets Israël*. Ne l'ouvre pas avant qu'une occasion spéciale se présente." Des années plus tard, les huit fils du *Maguid* de Tchernobyl visitèrent le village où avait vécu Rav Mendel. Chacun de ces personnages était un éminent *Tsadik*. Ils organisèrent un *Tisch*, un repas 'Hassidique festif et spirituel, pour tous les Juifs du village. Le fils de Rav Mendel estima qu'il s'agissait d'une occasion suffisamment exceptionnelle pour y apporter la fameuse bouteille de vin.

L'ainé des fils ouvrit la bouteille, et en but un verre après avoir récité la bénédiction : "Délicieux !" Il chanta les louanges du vin et fit passer la bouteille à son frère qui agit de la même manière. Le récipient passa ainsi d'un frère à l'autre jusqu'à ce qu'elle soit déposée devant le benjamin. Celui-ci ne se servit pas, n'en goûta pas. Il se contenta de la passer à son voisin de table. On lui demanda avec étonnement : "Quel est le problème ? Tu ne goûtes pas au vin d'*Erets Israël* ?" Il répondit alors : "Je suis un fin connaisseur en vin et dès que j'en goûte, je peux juger de sa qualité. Je crains de ne pouvoir satisfaire mon palais délicat et de penser, l'espace d'un instant, une mauvaise chose d'*Erets Israël*. Je ne veux pas me rendre coupable d'une faute semblable à celle des explorateurs !"

Même si le niveau atteint par ce *Tsadik* nous paraît très élevé, la leçon à tirer de cette histoire est évidente. *Baroukh Hachem*, nous avons tous – ou presque tous – eu le mérite d'aller en *Erets Israël* (certains ont même la chance d'y habiter !) et on peut avoir tendance à s'imaginer que c'est normal. De plus, on est parfois frustré par certains aspects de la vie en terre sainte, que ce soit les conditions météorologiques, les relations avec certains groupes de personnes, la bureaucratie... Il n'est pas rare d'entendre les gens se plaindre de ce genre de choses.

L'enseignement de la faute des Explorateurs et la déduction que fait le *Ben Ich 'Haï* de la *Guémara* précitée nous montrent à quel point nous devons nous efforcer d'éviter toute mauvaise parole à propos de notre prochain ainsi que de la terre d'Israël.

Rav Yehonathan Gefen



# SHA BA TIK

N°382

Feuillet parents-enfants pour Chabbath

édité par  Torah-Box.com

## Chela'h Lékhā 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 de plats de pâtes.
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.

- Il fallait 8 hommes pour en porter une.
  - > Combien d'hommes fallait-il pour porter une grappe de raisins ?
- Ils y sont entrés par le Sud.
  - > Par quel côté du pays les explorateurs sont-ils entrés ?
- "Que tu sois sauvé du complot des explorateurs."
  - > Quelle bénédiction Moché a-t-il fait à Yéhocoua avant qu'il parte explorer Israël ?
- Comme des sauterelles.
  - > Comme quoi les explorateurs se sont-ils vus par rapport aux géants ?
- C'est 'Ham, le fils de Noa'h qui l'a construite.
  - > Qui a construit la ville de 'Hébron ?
- Ils les enterraient à Hébron.
  - > Où les Cananéens enterraient-ils leurs morts ?
- Il avait 40 ans.
  - > Quel âge avait Yéhocoua lors de l'envoi des explorateurs ?



## SHABATIK

### 2

### JEU EN ÉQUIPE (SUITE)

### JEU

### 3

## 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.

Quels sont les pays les plus vastes du monde ?

Russie (17.075 millions de km2)
Canada (9.984 millions de km2)
Chine (9.634 millions de km2)
États-Unis (9.630 millions de km2)
Brésil (8.514 millions de km2)

Cite des nombres premiers supérieurs à 10.

11
13
17
19
23

Citez un objet que les gens oublient souvent chez eux lorsqu'ils partent en vacances.

Chargeur de téléphone portable
Brosse à dents
Lunettes de soleil
Maillot de bain
Articles de toilette



### JEU

### 4

## LES DÉFIS DE LA SEMAINE

Répète sans te tromper, 7 fois, la phrase

*"Si tu n'eusses cru, tu te fusses tu et tu ne n'eusses plus cru"*

- Mr et Mme Ouche-en-Outte ont un fils, comment s'appelle-t-il ?  
> **Jack.**
- Terminez la phrase : "Un homme est sage tant qu'il court après la sagesse. Il devient un imbécile...  
> ...quand il pense l'avoir trouvée." Rabbi Abba (Bar Aybo).
- Devinette : Quelle est la langue la plus parlée au monde ?  
> **Le sourire.**
- Le savez-vous ? Sur quelle planète du système solaire fait-il le plus chaud ?  
> **Sur Vénus (en moyenne 462°C).**

- Le savez-vous ? : Quelle est la valeur du plus gros billet en dollars émis par l'administration américaine ?  
> **Le billet de 100.000 dollars a été émis pendant quelques semaines en 1934 pour faciliter les transactions entre les banques fédérales.**
- Le participant sort de table. Les convives retirent 2 objets de la table. Le participant revient et **doit deviner quels objets ont été retirés** en moins d'une minute.
- Tu as 30 secondes pour **faire rire au moins 2 personnes** assises autour de la table.
- Chante** un chant de Chabbath.



# SHA BA TIK

## 3 ÉNIGMES

### 1<sup>ère</sup> énigme

Les prises d'alimentation électrique ne sont pas standard dans le monde ; on ne peut pas brancher sans adaptateur un appareil acheté en France, en Grande-Bretagne ou aux États-Unis, par exemple. Pourtant il existe une prise d'alimentation électrique universelle.

De quoi s'agit-il ?

**Réponse :** Il s'agit de la prise allume-cigare dans les voitures.



### 2<sup>ème</sup> énigme

$20 + 20 + 20 = 60$ . Comment pouvez-vous faire encore 60 en utilisant le même nombre 3 fois, mais cela ne peut pas être 20 ?

**Réponse :** Utilisez le nombre 5 trois fois,  $55 + 5 = 60$ .



## 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.



Quand est-il recommandé de réciter la bénédiction Chéhé'héyanou ?

1. Lorsqu'on voit un nouveau fruit qu'on n'a pas consommé depuis l'année dernière.
2. Lorsqu'on sent une nouvelle odeur.
3. Lorsqu'on mange un nouveau fruit.

**Réponses :** 1 et 3



Si la Mézouza est tombée, il est bon de :

1. La montrer à un Sofer
2. D'en racheter une nouvelle
3. Jeûner

**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.*

À la fin de notre Paracha, Hachem nous donne une Mitsva qui s'applique aux hommes : mettre des franges aux quatre coins de leurs \_\_\_\_\_ (habits). En effet, en les voyant, on se rappellera toutes les \_\_\_\_\_ (Mitsvot). Mais comment cette Mitsva peut-elle nous rappeler toutes les autres ?

Voici une explication chiffrée. Si on calcule la valeur numérique de *Tsitsit*, on obtient \_\_\_\_\_ (600). Ajoutons-y le nombre de fils des *Tsitsit*, \_\_\_\_\_ (8), et de nœuds à chaque coin \_\_\_\_\_ (5). On obtient alors \_\_\_\_\_ (613), le nombre de \_\_\_\_\_ (Mitsvot de la Torah).

Le *Tsitsit* doit inclure à chaque coin un fil de couleur \_\_\_\_\_ (bleue), similaire au bleu de \_\_\_\_\_ (la mer), lui-même similaire au bleu du \_\_\_\_\_ (ciel). Le bleu du ciel nous fera penser au bleu du \_\_\_\_\_ (*Kissé Hakavod*, trône divin).

Aujourd'hui... nous n'avons plus de '*Hilazon* (bête vivant dans les mers - origine de la teinte bleue) et ne pouvons accomplir cette partie de la Mitsva.

B

## QUI SUIS-JE ?

(Jeu de rapidité.)

*La 1<sup>ère</sup> équipe qui donne la bonne réponse gagne ★ 1 point.*

1. On utilise un liquide de mon corps pour obtenir la couleur bleue pour le *Tsitsit*.

> Le 'Hilazon.

2. Je suis celle qui aurait dû être une leçon pour les explorateurs.

> Myriam qui a été punie à cause du *Lachon Hara'*.

3. Je suis l'explorateur qui représente la tribu de Yéhouda.

> Kalev Ben Yéfouné.

4. Je suis la tribu de Yéhochoua Bin Noun.

> La tribu d'Ephraïm.

5. Je suis la date à laquelle les Bné Israël ont pleuré après le rapport des explorateurs.

> Le 9 Av.

6. Je suis une nourriture céleste.

> La Manne.

7. Je suis l'insecte auquel les explorateurs se sont eux-mêmes comparés.

> La sauterelle.

8. Je suis la Mitsva en rapport avec la pâte dont parle la Paracha.

> La 'Halla.

9. Je suis celui qui a ramassé du bois pendant Chabbath selon Rabbi 'Akiva.

> Tsélof'had.

10. Je suis la Mitsva dont parle la fin de la Paracha.

> Les *Tsitsit*.



Envoyez-nous vos commentaires sur [www.torah-box.com/shabatik](http://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



## De la *Yéchiva* à homme de ménage

*Le jeune homme se rend compte qu'il est bien plus honoré chez le Rav que dans les autres maisons où il a fait le ménage. Tout au long de son travail, le Rav honore Noam de son statut de "jeune homme de Yéchiva"...*



Noam est un jeune élève de *Yéchiva Ketana*, une école talmudique qui commence après la *Bar-Mitsva*, une fois que le cycle d'école primaire, celui du *Talmud Torah*, est terminé.

Noam a été un très bon élève au *Talmud Torah*. Mais quelques jours seulement après la rentrée, il rencontre des difficultés mineures dans son nouvel établissement. Après tout, c'est bien normal, car l'environnement est différent, le cycle d'apprentissage est plus soutenu... Ses parents ne sont pas inquiets : ils mettent ces difficultés sur le compte de toutes ces nouveautés.

### Difficultés de rentrée ?

Sauf que semaine après semaine, les problèmes que rencontrent Noam vont en grandissant. Un jour, il se rend compte qu'il va à la *Yéchiva* par automatisme, juste pour ne pas décevoir ses parents. Il a perdu toute motivation à étudier. Après six mois, c'est un vrai fossé qui s'est creusé entre lui et les autres élèves.

Un matin, Noam refuse de sortir du lit. "Désolé maman, j'ai bien réfléchi, j'ai décidé de quitter la *Yéchiva* !" Ses parents sont désespérés mais rien n'y fait : Noam s'accroche fermement à

sa décision, il ne remettra pas les pieds à la *Yéchiva*.

Les rendez-vous avec le directeur et les consultations avec un psychologue n'y font rien : pendant quelques semaines, Noam reste chez lui, la plupart du temps allongé dans son lit à paresser, à écouter de la musique et à lire des bandes dessinées. Son emploi du temps a volé en éclats.

Un jour, en allant faire un tour à vélo, Noam voit une annonce en bas de chez lui : "Recherche une personne pour nettoyer ma maison pour *Pessa'h*." Noam a envie de se faire un peu d'argent de poche, alors il appelle le numéro. Le lendemain, il se rend chez la cliente et il nettoie la maison de fond en comble. La dame est satisfaite de son travail, et Noam est content d'avoir gagné un peu d'argent. En rentrant chez lui, il a une idée : il décide de mettre des annonces dans son quartier pour nettoyer les maisons pour *Pessa'h*. Résultat, il reçoit de nombreux appels.

### Clients modèle

Rav Stern, de la communauté '*Hassidique* de Vizhnitz à Bné Brak, contacte Noam pour



venir faire le ménage chez lui. Le lendemain, à l'arrivée de Noam, le Rav se rend compte, avec toute son expérience et sa perspicacité, que le jeune homme était sans doute en *Yéchiva* et a abandonné sa scolarité pour des raisons qu'il ne connaît pas.

Le Rav en parle à sa femme et tous deux décident d'être particulièrement attentionnés envers lui. Lorsque Noam prend une pause, une boisson chaude et une part de gâteau l'attendent. Le Rav et son épouse lui disent : "Il faut bien nourrir un jeune homme de *Yéchiva* !"

Le Rav dit à sa femme devant Noam : "Quel mérite nous avons que ce soit un jeune homme de *Yéchiva* qui nous aide à nettoyer la maison pour *Pessa'h* !"

Le jeune homme revient faire le ménage la semaine d'après, et il se rend compte qu'il est bien plus honoré chez le Rav que dans les autres maisons où il a travaillé. Tout au long de son travail, le Rav honore Noam de son statut de "jeune homme de *Yéchiva*". Par exemple, il lui dit de ne pas déplacer une armoire tout seul, que ce n'est pas digne d'un jeune homme de *Yéchiva* de porter seul une armoire aussi lourde.

Le Rav dit à Noam qu'il n'est pas nécessaire de nettoyer les toilettes, car ils ne veulent pas demander cela à un étudiant en Torah. Et le Rav accorde beaucoup de pauses à Noam, en lui demandant de lui donner quelques enseignements de Torah, et en le félicitant de ses connaissances. À la fin de sa dernière journée de travail, la *Rabbanite Stern* le complimente sur son travail et lui dit : "Un jeune homme qui donne tellement de soi pour nettoyer une maison, c'est le signe d'une grande âme et je suis sûre que vous êtes l'un des futurs grands maîtres d'Israël !"

## Retour en grâce

Quand le jeune homme rentre chez lui, ses yeux scintillent de bonheur. Il cherche de plus en plus à ressembler au couple qui s'est si bien occupé de lui. Il dit à sa mère, plein de fierté :

"La *Rabbanite Stern* croit que je suis le meilleur élève de la *Yéchiva* !"

Du jour au lendemain, son emploi du temps change complètement. Il retourne à la synagogue, il étudie à la maison très sérieusement et pendant de longues heures. Juste après les fêtes, il annonce à ses parents : "Papa, maman, je suis prêt à retourner à la *Yéchiva*."

Ses parents sont stupéfaits, ils ont bien vu que leur fils a changé de comportement au cours des dernières semaines, mais ils ne croyaient à un tel retournement de situation, malgré leurs prières.

Quand Noam retourne à la *Yéchiva*, le directeur lui fait passer un entretien, car ce n'est pas du tout évident d'accepter de nouveau un élève qui a "claqué la porte" en pleine année. Le directeur l'interroge sur ses connaissances et sur ses motivations, et il a du mal à y croire : Noam a complètement changé ! Il est très motivé et ses connaissances peuvent lui permettre de réintégrer sa classe.

À la fin de l'année, Noam est effectivement le meilleur élève de sa *Yéchiva*.

Cette histoire rappelle la citation de Rav Chlomo Wolbe, qui nous a quittés il y a une vingtaine d'années, et qui était notamment reconnu pour ses talents d'éducateur hors pair. L'une de ses célèbres leçons d'éducation est la suivante : "Il y a deux choses que les parents doivent donner à leurs enfants. De l'amour et du temps. Combien de temps ? Autant qu'ils en ont besoin."

Cette histoire porte un message intemporel. La principale raison pour laquelle des jeunes s'écroulent est que leurs éducateurs, leurs professeurs, et parfois même leurs parents, ne leur accordent pas l'attention nécessaire. Oui, un peu d'attention, des compliments, du temps, de l'amour et (surtout) des prières peuvent parfois tout changer dans la vie d'un enfant ou d'un adolescent.

Alexandre Roseblum



HALAKHOT 3

### 1. Réviser ses examens (profanes) le Chabbath, permis ?

> Non *a priori*. En cas de grand besoin (retard important), on pourra étudier les matières suivantes :

1. Médecine
2. Astronomie
3. Sciences naturelles
4. Géographie
5. Mathématiques
6. Physique
7. Chimie. (Rav Gabriel Dayan)

### 2. Couvrir le pain, en semaine aussi ?

> Non, puisqu'on couvre le pain le Chabbath en souvenir de la manne (qui était enveloppée de rosée). Il n'y aurait ainsi plus de différence entre le Chabbath et la semaine. (Rav E. Bensimon)

### 3. Assister à une réunion de copropriété dans une chapelle ?

> Non, interdit, même pour des raisons techniques et administratives. (*Igrot Moché* 3, 129-6)

### Hiloula du jour

Ce lundi 25 Sivan (01/07/2024) tombe dans le calendrier hébraïque la Hiloula de Rabbi Mordékhaï Eliahou.

Arrière-petit-fils du Ben Ich 'Haï, il devint à 32 ans le plus jeune juge rabbinique jamais élu en Israël. Décisionnaire en matière de loi juive, il fut grand-rabbin séfardite d'Israël de 1983 à 1993.

Environ 200.000 personnes assistèrent à ses funérailles à Jérusalem en 2010.

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

### Une perle sur la Paracha



"וַיִּקְרָא מֹשֶׁה לְהוֹשֵׁעַ בֶּן נּוּן יְהוֹשֻׁעַ"

"Moché appela Hochéa' fils de Noun Yéhochoua'" (*Bamidbar* 13, 16)

Nos Sages enseignent que la lettre *Youd*, ajoutée par Moché à Hochéa' qui devint Yéhochoua', provenait de Sarah (qui s'appelait Sarai à l'origine).

Quelle est le rapport avec Sarah ?

La Torah écrit que Sarah renvoya sa servante car son fils Ichmaël avait une influence négative sur Its'hak. Elle protégea donc son fils des mauvaises influences de son demi-frère.

Ainsi, en ajoutant la lettre *Youd*, Moché voulait également protéger Yéhochoua' de la mauvaise influence des autres explorateurs.

C'est pourquoi Moché prit le *Youd* de Sarah, car cette dernière sut agir efficacement face aux influences négatives.

### Les lois du langage

Le 'Hafets 'Haïm nous enseigne qu'il est interdit de croire des propos médisants, quel que soit le nombre d'auditeurs présents.

Que le *Lachon Hara'* soit proféré devant une ou plusieurs personnes, il est interdit de le tenir pour vrai et d'agir en conséquence.

Il nous est seulement permis de nous mettre sur nos gardes s'il y a lieu de craindre qu'un dommage puisse être causé.



## 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** Ce végétal fait allusion au *Tsadik* qui protège les autres.  
un Arbre

**B** 'Hévron avait été ... sept ans avant Tso'an d'Égypte.  
Bâte

**C** Un habit qui **en** a quatre, on doit lui attacher des *Tsitsit*.  
Coins

**D** Il fallait **ce nombre** de personnes pour transporter une seule grappe de raisin.  
Dix

**E** Deux d'entre **eux** seulement ont réussi leur mission et rentreront en Israël.  
Explorateurs

**F** Ce fruit a été rapporté par les explorateurs montrant combien la terre d'Israël est riche et abondante.  
Figue

**G** Un explorateur a apporté **ce gros fruit** rouge rempli de graines.  
Grenade

**H** Cette Mitsva a donné son nom au pain de Chabbath.  
'Halla

**I** Hachem a dit à Moché que s'il voulait envoyer des explorateurs, c'était de sa propre ...  
Initiative

**L** Les explorateurs ont confirmé que c'est une terre où coulent **cette boisson** et du miel.  
Lait

**M** Si une ville **en** est entourée, est-ce un signe de force ou de faiblesse de ses habitants ?  
de Muraille

**N** Hachem a dit : "Les *Bné Israël* ont pleuré cette ...-là sans raison, J'instituerai à cette date une lamentation pour toutes les générations".  
Nuit

**O** La '*Halla* doit être prélevée d'une pâte à base de blé ou de **cette céréale**.  
Orge

**P** Calev est allé faire **cela** sur le caveau des Patriarches à 'Hévron, pour qu'Hachem l'aide à ne pas se faire entraîner par le complot des explorateurs.  
Prier

**Q** L'exploration a duré **ce nombre** de jours, ils seront punis **ce nombre** d'années.  
Quarante

**R** Un homme a été trouvé en train de faire **cela** en plein Chabbath, et a été condamné.  
Ramasser du bois

**S** Face à ces géants de la Terre de Canaan, les explorateurs se voyaient comme **ces insectes**.  
Sauterelles

**T** La Torah nous demande d'attacher un fil de **cette couleur** au *Tsitsit*.  
Turquoise

**V** Les *Tsitsit*, en additionnant la ... du mot plus les huit fils et les cinq nœuds, nous rappellent les 613 Mitsvot.  
Valeur numérique

**Y** Moché a rajouté **cette lettre** à Hochéa pour qu'Hachem le sauve du complot des explorateurs.  
un Youd

Rejoins-nous

# YÉCHIVÁ D'ÉTÉ

Torah-Box

Spécial 20-30 ans

3 SESSIONS

Du dim. 14  
au dim 21 juillet

Du dim. 21  
au dim 28 juillet

Du mer. 31 juillet  
au mer. 7 août



VILLA DE HAUT  
STANDING  
EN PLEIN  
JÉRUSALEM



COURS  
AVEC LES  
RABBANIM DE  
TORAH-BOX



TIYOULIM  
PARTEZ À LA  
DÉCOUVERTE  
D'ISRAËL



SOIRÉES  
DÉTENTES  
DANS JÉRUSALEM



CHABBATH PLEIN  
VIVEZ UN  
CHABBATH  
AUTHENTIQUE

390€  
la semaine

INSCRIS-TOI!

058-726-0893 · +972 6 28 70 22 80 · torah-box.com/go/yech



## Les *Tsitsit* : Hachem au bout du fil !

Dans la *Parachat Chela'h Lékhá*, la Torah nous parle de la faute des Explorateurs. Faute particulièrement grave, puisqu'elle va déboucher sur le 9 Av, où seront détruits les deux Temples et où débutera l'exil d'Israël. Mais ce jour, le plus triste de l'année juive, est aussi le tremplin de la Délivrance puisque selon notre Tradition, le *Machia'h* est né le 9 Av.

La cause du 9 Av ? Le *Lachon Hara'*, la "parole du mauvais". Ce qui peut contrer ce *Lachon Hara'* est au contraire la bonne parole, la parole de la construction, la parole de la Torah.



Une autre dimension de cette "bonne parole" est la *Téfila*, la prière : c'est d'après le Talmud dans *Baba Kama* la définition même de l'homme, la *Guémara* affirmant que celui-ci est précisément celui qui prie, qui demande à Hachem. Nos Sages nomment la *Téfila* la '*Avoda Chévalev*, soit le culte du cœur. Ce même cœur que l'on retrouve à la fin de notre *Paracha*, dans le passage qui constitue le troisième paragraphe du *Chéma' Israël* et où est évoquée la *Mitsva* du *Tsitsit* et qui se termine sur le souvenir de la sortie d'Égypte. Dans ce passage, la Torah nous met en garde de ne pas nous laisser égarer par nos "cœurs et [nos] yeux". Le cœur tient donc une place fondamentale dans la mesure où tout comme la parole, il peut être mis au service du bien comme du mal. La dimension d'amour portée par le cœur se retrouve à travers la prière, mais aussi du '*Hessed*.

En effet, au tout début de la Torah, Hachem démontre Sa bonté, Son '*Hessed*, en habillant le premier homme. La Torah se conclut également sur un acte de '*Hessed*, lorsque D.ieu Se charge Lui-même d'ensevelir Moché *Rabbénou*. Le *Midrach* explique que "les feuilles de vigne" utilisées par D.ieu pour couvrir Adam *Harichon* ne sont autres que les *Tsitsit* et que "les tuniques de peau" font quant à elles référence aux *Téfillin*, elles aussi confectionnées à partir de peaux animales.

Selon l'interprétation de Rabbi Méir *Ba'al Haness*, il faut lire l'expression "des tuniques de peau" (כַּתְּנוֹת עוֹר) en remplaçant le '*Ayin* par un *Alef*, de sorte à obtenir l'expression "des

tuniques de lumière" (כַּתְּנוֹת אֹר), autre référence au *Tsitsit*. En effet, c'est en regardant les *Tsitsit* que l'on peut se lier à l'ensemble des *Mitsvot*.

La *Guémara* ('*Houlin* 88) rapporte le récit de la guerre menée par le Patriarche Avraham contre les 4 rois. A l'issue de sa victoire, Avraham assure le roi de Sodome qu'il ne prendrait "pas même un cordon" du butin ; raison pour laquelle selon nos Sages ses descendants eurent droit à la *Mitsva* du "cordon" azur, c'est-à-dire les *Tsitsit*. Ainsi, Avraham, qui fut l'instigateur de la prière du matin, est aussi celui du *Tsitsit*, dont la version longue, le *Talith*, accompagne l'homme lors de cette prière. Il est aussi l'ambassadeur de ce fameux '*Hessed* évoqué plus haut, avec sa mémorable hospitalité dont la Torah nous fait le récit.

Le *Tsitsit* est composé de 4 franges, chacune composée de 8 fils, ce qui donne 32 fils en tout. Or 32 est la valeur numérique du mot "cœur", faisant écho au culte du cœur, la prière, dont on parlait plus haut.

Sur les 8 fils du *Tsitsit*, 7 font écho aux 7 bergers d'Israël (Avraham, Its'hak, Ya'akov, Yossef, Moché, Aharon et David) et le huitième fil, le cordon de couleur azur, fait quant à lui référence au *Machia'h*.

Aujourd'hui, un débat subsiste autour de la question du fil bleu ; a-t-on réussi à identifier l'animal permettant d'obtenir la couleur azur nécessaire à la confection des *Tsitsit* ou non ? Certains soutiennent que oui, d'autres non, mais nos Sages tombent tous d'accord sur l'idée que le huitième fil appartient à la perspective messianique.

Le Premier Temple fut détruit le 9 Av de l'an 3338 du calendrier juif. Or la valeur numérique de *Chéla'h* équivaut à 338, comme pour nous rappeler que du plus profond de l'exil, jaillit la lumière du *Machia'h*.

*Chabbath Chalom Oumévorakh !*

Retranscrit d'après un cours sur *torah-box.com*  
du Rav *Mévorakh Zerbib*

**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/>



## Comprendre l'adolescent rebelle (partie 2)

*Dans cette seconde 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. Il discute de l'impact des traumatismes et du milieu familial sur le comportement des enfants, y compris les effets de la stabilité conjugale et les risques liés à des abus ou à l'utilisation de substances. Cet échange offre des perspectives essentielles pour les parents et éducateurs cherchant à créer un environnement familial sain.*

### **Que se passe-t-il lorsqu'une jeune fille a été violée, ou en cas de pédocriminalité ?**

Ces cas existent aussi chez les garçons. C'est un grave problème qui est potentiellement partout. Une thérapie est indispensable. En général, du fait du traumatisme, les victimes n'acceptent pas de suivre une thérapie. Dans un premier temps, notre rôle en tant que parents est d'instaurer une atmosphère suffisamment aimante, compréhensive et bienveillante. Le traumatisme désactive une zone entière du cerveau, cause de nombreux effets secondaires graves. La sagesse est alors d'avoir de l'empathie, d'aimer, de soutenir et de traiter bien évidemment les déclencheurs.

Cependant, lorsqu'un enfant ressent qu'on l'aime, qu'on le soutient dans une atmosphère adaptée, il a plus de forces pour accepter une thérapie, et cela en vaut la peine. Au fond, il n'y a aucune obligation de souffrir. Il est vraiment dommage que le déclencheur de cela soit un mécanisme qui est sensé mener à la sainteté et à la satisfaction et qui s'est transformé en source de douleur. C'est terrifiant.

### **C'est souvent une des raisons qui font que les parents ne le savent même pas.**

Selon les spécialistes, ce n'est pas une des raisons, mais la raison n°1. Cela n'est pas forcément une agression. Cela peut être une tentative d'agression, ou même le fait d'avoir été témoin. Lorsque cela est activé, cela peut provoquer de nombreux problèmes et traumatismes.

C'est la définition exacte de post-traumatique. Un traumatisme peut être provoqué par d'autres événements, comme le harcèlement, l'exclusion, la violence, la négligence. Cela peut être des troubles de l'attention à l'origine d'un grand

retard au fil des années. Mais le plus courant, c'est cet univers d'agressions. Il faut vraiment implorer la miséricorde divine.

### **Addiction : Attitude à tenir face à la prise de substances**

**Lorsqu'un adolescent quitte le droit chemin, il sombre parfois dans la drogue, la délinquance ou l'alcool. Pour mettre fin à toutes ces conséquences négatives, doit-on tout traiter séparément, ou plutôt rechercher la racine du problème ?**

Autrefois, on pensait que le problème de l'addiction résidait dans la mise en contact. Il faut donc combattre les symptômes : l'alcool, la drogue, les jeux d'argent... Aujourd'hui, on sait que ce n'est pas le cas.

Quel est le problème à l'origine des addictions ? Le vin, l'alcool en est l'exemple par excellence. Il est écrit dans un verset : "Donnez de l'alcool à celui qui est perdu, du vin à ceux qui ont de l'amertume dans le cœur." Boire du vin n'est pas un problème : "Le vin réjouit le cœur de l'homme."

Pourquoi, en effet, ne pas en boire pendant Chabbath, les fêtes, *Pourim*, à un mariage avec des amis ? Mais si quelqu'un boit trop de vin, il en devient dépendant. Il commence à mentir à son conjoint et à le cacher ; puis tout tourne autour du vin. Cela montre qu'il n'en aime pas vraiment le goût : c'est le signe qu'il est perdu.

S'il est possible grâce à quelques gorgées d'une vodka dégoûtante de noyer toutes les inquiétudes, ou de prendre quelques bouffées de fumée (quelle qu'elle soit) pour voir le monde en rose – avec les yeux rouges – ou être sur son

téléphone toute la journée à laisser le monde partir en fumée... Ce sont des antalgiques, en d'autres termes : "Cela me fait mal de faire face à la vie, je préfère fuir, c'est ce qui me fait oublier mes douleurs..."

Ainsi, le bon traitement est celui qui guérit la douleur, pas celui qui traite les symptômes, car c'est une guerre perdue d'avance. Cela a été testé aux États-Unis : l'alcool a été interdit lors de la prohibition. Cela a-t-il servi à quelque chose ? À rien. Et la mafia en a profité. Si quelqu'un veut boire, il y arrivera.

Le Rav Ethan Ekstein, fondateur du centre de désintoxication Ritorno, a écrit un livre entier sur le sujet : *Quel est le point commun entre le mauvais penchant et l'addiction ?* Dans cet ouvrage, il démontre que le mauvais penchant et l'addiction sont deux mondes différents. Ils ne se ressemblent pas. L'addiction n'est pas un grand mauvais penchant. Il témoigne sur lui-même ainsi : "J'ai une attirance particulièrement forte pour les glaces : même si cela fait grossir, que ce n'est pas sain, j'en achète et j'en mange. Cependant, si j'ai mangé de la viande, ou si c'est *Kippour*, ou si le vendeur vend cette glace 100€, je ne l'achèterai pas. Pourquoi ? Parce que je peux marquer une pause pour évaluer la perte d'une *Mitsva* et sa rétribution, ainsi que celle d'une faute et de son châtement. Si j'ai mangé de la viande, la question ne se pose même pas. Toutefois, il y a des personnes dont le problème n'est pas l'envie du goût de la glace, mais le trou noir dans le cœur qui le dévore de l'intérieur avec de la honte, de la culpabilité, de la frustration et de la douleur. Si la glace est un bon antalgique, rien ne l'arrêtera, même s'il a mangé de la viande, même si c'est *Kippour*, même si ça coûte un prix exorbitant, car il n'y a plus de rationalité."

Les personnes qui ont sombré dans les addictions ou le jeu ont perdu leur maison, en raison de la frénésie de trouver l'antalgique qui fera oublier les douleurs. Par conséquent, il ne sert à rien de ne s'attaquer qu'aux symptômes : il faut guérir la racine, le traumatisme lui-même. Tous les centres de désintoxication affirment que les patients qui arrivent chez eux ne sont pas sujets

uniquement à l'exposition à une substance, mais à un trouble psychiatrique consécutif à un événement traumatisant (TSPT).

Pour faire accepter le jeune d'en traiter la racine, il faut mettre en place une atmosphère suffisamment chaleureuse, aimante et tolérante. Ce n'est qu'alors que cette personne trouve la force de faire face à ses démons et va vouloir s'aider elle-même.

### **Mais faut-il quand même en traiter les symptômes, comme la drogue ?**

Prenons un autre type de problème, une autre conséquence de traumatisme : les troubles alimentaires. On les observe davantage chez les filles. Certaines se font vomir à chaque repas, alors qu'elles ont un poids déjà exagérément bas et que leur taux de fer dans le sang est très bas. On ne peut donc pas se suffire d'une diététicienne ou de lui dire : "Prends-toi en main et commence à manger." Elle n'en est pas capable.

Torah-Box

**RÉSERVEZ  
UNE CONFÉRENCE AVEC  
NOS RABBANIM**

🇫🇷 09 87 69 26 26 📞 +972 58 409 2277

📅 **SEPTEMBRE / OCTOBRE /  
NOVEMBRE 2024**

Pour la protection de  
nos soldats et de nos otages !



D'un autre côté, on ne peut pas traiter quelqu'un qui pèse 30 kg et qui fait de l'anémie. Il faut d'abord stabiliser le corps. Dans le domaine des addictions aussi, il se peut que la personne soit tellement habituée à fuir qu'il faut l'aider aussi. Mais au final, la vraie racine est le traitement du traumatisme.

## Négligences avec la Torah et les Mitsvot : coercition ou laisser-faire ?

**Il y a un autre problème courant. Souvent, pour nous, les parents, l'éloignement de la religion nous fait mal. On est en colère envers l'enfant. Qu'en est-il du Chéma' Israël, des Téfillin, de la prière, du Chabbath ? Ce mépris des commandements et de la loi juive nous rend fous. Le problème est que son âme est blessée. Et dans ce cas-là, il est difficile de respecter des horaires et de gérer sa journée. Dans des cas comme ceux-ci, doit-on laisser faire, les laisser tranquilles ?**

C'est ce qu'ont dit les Grands de notre génération. La confrontation ne sert à rien. Quand on demandait à Rav Steinman combien de fois réveiller un fils pour la prière, il répondait "une fois". Il explique que cela doit venir de lui. Si un enfant doit s'habituer à accomplir les commandements, un jeune homme doit vouloir tout seul, et il faut l'encourager à vouloir. S'il est blessé à l'intérieur, il faut d'abord soigner son âme [...]

Parfois, les jeunes à risque ne sont vraiment pas agréables : pas de reconnaissance, insolents, arrogants et énervants. Mais si je comprends que c'est ainsi que se comporte une personne dont une partie du cerveau ne fonctionne plus correctement (suite à un traumatisme), je le rapproche avec des témoignages d'amour, comme l'ont dit les grands du peuple : le *Ba'al Chem Tov*, le *'Hazon Ich*, Rav 'Ovadia Yossef, Rav Moutsafi, Rav Edelstein...

Si j'adopte cette bonne attitude de manière efficace et constante, il guérira. Lorsqu'il sera guéri, sa pratique religieuse aussi reviendra d'elle-même. Il retrouvera son lien avec D.ieu. Si je lui fais la guerre toute la journée sur son

incapacité à s'organiser, je deviens une partie de ce traumatisme. Ce qui entraînera encore moins d'effectivité. Au lieu d'arranger, je ne fais qu'aggraver.

**Si un adolescent n'a de goût pour rien, et qu'il souhaite fréquenter un établissement scolaire laïc ou pour des personnes éloignées de la religion, doit-on l'aider ou est-il préférable de le laisser faire ce qu'il veut sans coopérer activement ?**

Chaque cas est particulier. Pour certains jeunes, si on fait en sorte qu'ils soient dans un environnement plus studieux, on leur sauve la vie, et on assure le sauvetage de plusieurs générations. Il est donc évident qu'il faut tout faire pour que l'enfant étudie dans un cadre plus religieux.

D'un autre côté, il est clair que si un enfant s'oppose à tout ce qu'il entend, le dommage sera supérieur au bénéfique. Pourtant, je pense que, naturellement, si les parents font ce qu'il faut avec les bons outils, cela n'est pas censé se produire.

Même s'il existe des cas très particuliers où il vaut mieux que l'enfant n'étudie pas dans un cadre juif afin de ne pas développer un antagonisme, cela doit rester une solution temporaire, et il y a de nombreuses manières de l'éviter. Par exemple, j'ai connu un jeune en Israël qui a dit à ses parents ne pas vouloir un cadre religieux, mais une école mixte, sans prières. Cela a brisé les parents qui ne savaient pas quoi faire. Rav Ouri Zohar leur a dit de ne pas envoyer l'enfant dans une école religieuse où il haïra tout le monde. Il leur a proposé de lui faire visiter quelques écoles religieuses plus adaptées aux jeunes à risque : une avec piscine, une autre avec une salle de sport, une autre où des voyages à la montagne et des cours de ski sont organisés dans l'année, une autre avec des soirées guitare et barbecue. Il faut aussi l'amener voir une école non-religieuse, et le fait de voir une école avec des codes et des nuances qu'il ne connaît pas peut toucher son antagonisme.

C'est ce qui s'est passé. Le jeune a visité un établissement laïc en plein Covid-19, il pensait y voir des films toute la journée... Le directeur l'a vu et s'est énervé sur sa façon de porter son masque, en lui disant qu'il représentait une menace pour sa santé. Le jeune a compris que dans cet établissement, il y avait une autre "religion" à l'œuvre, qu'il ne connaît pas, et a préféré finalement un cadre plus sûr.

Bref, il n'y a pas de solution miracle. Parfois, il faut mettre à contribution la volonté du jeune, mais il faut l'aider autant que faire se peut à prendre de meilleures décisions, plus adéquates. Il y a des outils et des conseils spécifiques qui peuvent aider dans ce domaine.

**Quel espoir peuvent avoir des parents faisant face à des jeunes qui quittent le droit chemin? Quels outils peut-on leur donner pour qu'ils aient une lueur d'espoir, qu'ils ne se découragent pas ?**

Tout d'abord, je pense qu'il faut savoir que si je suis brisé, abattu et frustré, je n'é mets pas ce

qu'il faut. C'est pour cela qu'il faut moralement recharger ses batteries, les miennes et celles de mon conjoint. Ce n'est pas facile parce que ça fait mal, mais ce sont les enfants qui sont en jeu.

Comme disent nos Sages, "une culture déviante à la maison est pire que la guerre de Gog et Magog." Nous devons comprendre que c'est une course de fond et non un sprint, un processus qui demande d'émettre quelque chose et d'apprendre. Il y a de l'espoir, des outils professionnels à acquérir, se renforcer avec son époux, séparément et ensemble, afin d'avoir la force "d'émettre".

Et il faut beaucoup de prières comme toujours. Une personne est le fruit de trois associés. Si nous, le père et la mère, adoptons le comportement adéquat (optimiste, aimant et qui rapproche), alors D.ieu, le troisième associé, pourra envoyer les bons émissaires, et ainsi avoir beaucoup de satisfaction.

*Propos recueillis par Rav Daniel Scemama*



**IAD BUSINESS SCHOOL**  
Paris

Rentrée 2023-2024 Diplôme reconnu par l'état inscrit au RNCP  
**IAD Filles - IAD Garçons**

Du BAC+1 au BAC+5

**REJOINS L'ECOLE DE COMMERCE JUIVE**

Formation en alternance dès la première année  
Rémunérée et prise en charge par l'état

-Marketing, communication, data, création de site internet  
innovation et IA, développement web, design d'intérieur.

-Ressources humaines, gestion, droit, psychologie du travail  
recrutement, management.

www.iadbs.com  
01.43.70.33.54

 



## Mon voyage au cœur de l'histoire du judaïsme d'Aix-en-Provence !

*Torah-Box vous propose de plonger chaque semaine dans un voyage captivant explorant des siècles d'histoire et de richesse culturelle des communautés juives de France, entre traditions séculaires et modernité palpitante. Cette semaine, découvrons ensemble Aix-en-Provence !*



La Provence est l'une des plus belles régions de France. En traversant ses champs de lavande, on arrive à la mer méditerranéenne. C'est dans ce cadre pastoral que l'on trouve les petits bijoux que sont les communautés juives de Provence. Aix-en-Provence est l'un de ces joyaux.

### **Monument Joseph Sec, ou comment la Torah influence la vie politique française**

Nous allons voir ici comment la Bible a toujours influencé la vie politique et juridique des pays. A Aix, Hervé Nahmiyaz nous fait visiter le monument Joseph Sec, qui est l'unique monument de France datant de la Révolution française et où trône une sculpture représentant... un Grand Prêtre orné du pectoral !

"Libérés de l'influence de l'Eglise catholique, les intellectuels français de l'époque de la Révolution française – les Lumières –

ont manifesté un vif intérêt pour l'Ancien testament et le judaïsme, nous explique M. Nahmiyaz. Pour preuve, les fables de La Fontaine largement inspirées de la tradition juive ou encore les œuvres de Racine, Athalie et Esther. C'est ainsi que la Bible a dans une très large mesure influencé la création de la Constitution française."



### **Un quartier juif, sans ghetto**

Nous nous dirigeons à présent vers le cœur de la ville, là où habitaient les Juifs.

"Au Moyen-âge, on estime qu'environ 15% de la population de la ville était juive", nous explique M. Nahmiyaz à l'entrée de la juiverie d'Aix. Le quartier juif était vaste avec de

nombreuses rues dont celle de la Verrerie, "nom qui n'a rien à voir avec le verre mais est une contraction de l'expression 'vienne juiverie'", nous précise-t-il. Par la suite, la population

fut persécutée puis expulsée, et diminua en conséquence.

L'une des particularités d'Aix est qu'il n'y eut jamais de ghetto. Les lois pour régir la vie juive et les restrictions imposées aux Juifs étaient si nombreuses et complexes que nombre de Juifs se spécialisèrent dans le droit et devinrent d'importants juristes ! Certains occupèrent même le poste de maire de la ville, tels les frères Bedarride, qui donnèrent leur nom à l'une des rues du quartier juif.

La ville d'Aix est en outre liée à de nombreux personnages ayant marqué l'histoire juive, tels que Darius Milhaud, compositeur illustre, ou encore Emile Zola, qui prit publiquement la défense du capitaine Dreyfus au détriment de sa propre carrière.

### La vie communautaire aujourd'hui

Nous rencontrons le rabbin Emmanuel Valency, rabbin d'Aix-en-Provence depuis 2 ans, qui nous reçoit dans la synagogue consistoriale de la ville. "La communauté juive d'Aix-en-Provence a une histoire très ancienne, explique-t-il. Mais ses membres actuels sont souvent des Juifs d'Algérie qui se sont installés ici plus tardivement. Citons le rabbin Désiré Elbeze, qui s'installa dans la ville en compagnie de toute sa communauté de la ville de Batna en Algérie."

Une curiosité peu connue : à Aix vécut un Sage du nom de Rabbi Mardochée Crémieux (ou Rabbi Mordékhai Karmi en hébreu), auteur du *Maamar Mordékhai*, célèbre pour s'être opposé au 'Hida duquel il discute les décisions halakhiques.

"La Provence est une terre de Torah et une terre de laquelle on a diffusé la Torah dans le monde entier", soutient le Rav Valency. "Preuve en est votre plateau du *Séder de Pessa'h* : comme tout le monde, vous y placez un os et un œuf dur, n'est-ce pas ? Eh bien, il s'agit d'une tradition provençale dont la première référence se trouve dans les écrits d'un certain Rabbi Its'hak Ben Abba Mari de Marseille !", nous apprend-il.

### L'ancienne synagogue de la ville

De là, nous effectuons à nouveau un pas en arrière en passant devant les vestiges de l'ancienne synagogue.

La vieille synagogue d'Aix fut construite en 1836. Il s'agissait d'une étape importante pour la communauté de la ville dans son effort de reconnaissance face aux autorités. Après la Seconde Guerre mondiale, la communauté juive d'Aix ne fut hélas plus en mesure de racheter le bâtiment qui appartenait à un particulier et celui-ci fut racheté par l'Eglise réformée qui y a depuis installé son culte.

Une grande plaque rappelant le souvenir des Justes de la ville ayant opéré pour le sauvetage des Juifs durant la Shoah ainsi que des victimes de la barbarie nazie y est apposée et rappelle à nouveau à quel point la vie juive de la ville fut riche.

*Its'hak-Eugenio De'Giorgi*

**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. Réinstallation à votre nouveau domicile. Aucune sous-traitance. Maîtrise totale du processus de livraison.

VOTRE DÉMÉNAGEUR PROFESSIONNEL DEPUIS PLUS DE 15 ANS

**L'ALYA, C'EST NOTRE MÉTIER!**

NOTRE EXPÉRIENCE ET NOTRE PROFESSIONNALISME À VOTRE SERVICE

DEVIS GRATUIT

NOS AGENCES - FRANCE : 01 49 43 00 20 - ISRAËL : 054 77 33 215

[www.demenagementisrael.com/fr](http://www.demenagementisrael.com/fr)

fddemenagement@wanadoo.fr

EMBALLAGES SPECIAUX



FAMILLE

ÉDUCATION

FEMMES

COUPLE



## Question au psy : Je n'ai aucune confiance en moi !

*Je suis mariée, 3 enfants, et je ne trouve pas ma place au sein de ma famille : j'ai l'impression de n'avoir aucune autorité auprès de mes enfants et que mon mari écoute tout le monde sauf moi ! Côté travail, ce n'est pas mieux. Je suis toujours en retrait, j'évite les conflits, je n'arrive pas à trouver ma place. Je n'ai aucune confiance en moi...  
Comment casser cet engrenage ?*



**Réponse de Mme Nathalie Seyman,  
psychologue**

La confiance en soi est l'une des qualités qui se distingue le plus d'une personne à l'autre : certains en ont trop, d'autres en manquent cruellement. Malheureusement, le manque de confiance en soi est un obstacle majeur à une vie épanouie. D'où cela provient ? Quelles répercussions cela peut avoir sur votre vie ? Et surtout, comment reprendre possession de son image, de sa vie ?

### Les causes

Il faut savoir qu'on ne naît pas avec un manque de confiance en soi. C'est à travers notre enfance et nos diverses expériences de vie que l'on consolide notre confiance en nous-mêmes ou qu'on la perd peu à peu. Évidemment, l'attitude de nos parents a un rôle déterminant dans cette acquisition.

Trop d'autorité ou trop peu, trop d'exigences ou pas assez, des paroles destructrices : "tu es nul", "tu n'as pas intérêt à échouer", répétées souvent, sont autant d'éléments qui feront pencher la balance.

Les parents, durant la grossesse, se créent une image idéale et projettent leurs rêves sur leurs enfants. Par la suite, ils se rendent compte que leurs enfants ne sont pas tels qu'ils les avaient imaginés et que l'enfant a ses propres rêves, ses propres facultés. Ils peuvent être déçus, et cela sera ressenti par leur progéniture qui

n'aura alors qu'une idée : s'effacer ! Et c'est ce qu'il essaiera de faire pour chaque acte de sa vie, même anodin.

Parfois, il arrive que nous perdions la confiance que nous avons bâtie durant notre enfance à cause d'une succession d'échecs ou d'épreuves. Il est important de connaître et d'identifier les causes qui nous amènent à perdre notre confiance en soi, car ce sera un premier pas pour la regagner.

### Les conséquences

Les conséquences principales d'un manque de confiance en soi sont :

⊗ **le sentiment d'infériorité** : vous avez l'impression de valoir moins que les autres. Le problème est que les autres nous voient comme nous nous voyons nous-mêmes ! Si vous avez l'impression de ne pas exister, si vous vous effacez, alors les autres ne peuvent ni vous voir ni vous entendre ! C'est peut-être ce qu'il se passe avec votre mari. Vous essayez de parler, mais vous n'avez tellement pas confiance en ce que vous dites que vos paroles n'ont pas de poids ; de ce fait, il n'en perçoit pas l'importance ;

⊗ **la peur de la critique** : le fait de ne pas avoir confiance en vous fait que vous vous occupez trop de ce que pensent les autres. Ainsi, vous n'osez pas, et si l'on n'ose pas, on n'avance pas, en particulier dans le monde du travail. Par conséquent, il y aura toujours des gens qui en profiteront pour vous passer devant. Il faut être conscient que si vous n'imposez pas votre place, personne ne vous en donnera une. Si



vous ne parvenez pas à prendre de décision, si vous hésitez fréquemment, quitte à vous taire pour ne pas vous opposer aux autres, personne ne pourra vous faire confiance ;

⊙ **l'incapacité à vous affirmer** : cela amène son lot de colère et de ressentiment, sans oublier que vous allez vous enfermer dans une bulle négative. Vos enfants ressentent un flou autour de vous tant votre image de vous-même n'est pas solide. Comme tous les enfants qui trouvent une ouverture, ils en profitent. Si vous-même doutez de vous, ce sera forcément aussi le cas des autres ;

⊙ **le perfectionnisme** : pour pallier ce manque d'estime de vous, vous placez la barre trop haute afin que l'on vous remarque par vos réalisations. Vos objectifs sont difficilement atteignables, ce qui nourrit le cercle vicieux de votre baisse d'estime ;

⊙ **la victimisation et la culpabilité** : vous en voulez aux autres de ne pas vous faire une place, mais vous savez au fond que vous y êtes pour quelque chose. Vous sentir victime vous permet quelque part d'éviter de vous remettre en question, de rester dans votre zone de confort en restant invisible.

### Les solutions

La confiance en soi, ça se travaille ! Avec quelques exercices et conseils, vous pourrez sans problème reprendre votre vie en main :

⊙ **pensez de façon positive** : répétez-vous "je peux y arriver" ou "je suis quelqu'un de bien". Chassez les pensées dévalorisantes et adressez-vous un message bienveillant. Parlez-vous comme vous voudriez que l'on vous parle ! Même si cela ne se passe que dans votre tête, c'est un premier pas. N'ayez pas peur des échecs, tournez-les positivement : "au moins j'ai essayé, je ferai mieux la prochaine fois..."

⊙ **affirmez-vous** : le manque de confiance en soi provient aussi de l'impossibilité à vous affirmer, à partager vos ressentis et vos pensées. Il faut pratiquer chaque jour ! Au début, cela sera difficile, voire une torture : vous vous sentirez

ridicule, vous rougirez... Mais, petit à petit, cela portera ses fruits de façon spectaculaire. Lancez-vous des challenges ! Ne détournez pas les yeux quand on vous regarde, parlez en public, dites ce que vous pensez au moment où vous le pensez, et d'une voix assurée.

Dire ce que l'on pense ne fait pas de vous une mauvaise personne, mais au contraire quelqu'un de respecté, car on peut mieux le cerner. Quand votre mari ne vous écoute pas, répétez-lui ce que vous désirez, calmement mais assurément. Vous pensez manquer d'autorité envers vos enfants ? Vos enfants ont besoin d'une personnalité à qui s'identifier. Vous êtes leur barrière de sécurité. Vous leur devez d'être solide.

⊙ **faites du sport** : cela vous aidera à chasser les pensées négatives en vous défoulant, et à rehausser votre estime en atteignant des objectifs sportifs.

Rappelez-vous que lorsqu'Hachem demande à Moché d'aller délivrer les Hébreux d'Égypte, celui-ci refuse car il ne s'en sent pas capable. Son attitude suscite la colère d'Hachem, car Moché aurait dû croire en lui, c'est-à-dire croire que si Hachem lui confiait cette mission, c'est qu'il en était parfaitement à la hauteur. Il en est de même pour vous. Vous êtes à la hauteur, Hachem le sait, et bientôt, vous aussi le saurez !

*Nathalie Seyman*



**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



## La vie en Froum – Episode 4 : Un pari risqué...

*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, éblouie par la beauté du Chabbath, a décidé de le respecter entièrement, coûte que coûte...*

“Toi... tu es amoureuse !” Les avantages quand on travaille avec l'une de ses meilleures amies dans la même agence sont nombreux... la discrétion n'en fait pas partie !

On était lundi matin et Karen se tenait dans l'angle de mon bureau et affichait un grand sourire, convaincue de sa découverte. “Qu'est-ce qui te fait croire ça, Karen ? Tu sais très bien que si c'était le cas, tu serais la première informée !” (Et grâce à ta voix qui porte, tout l'étage du pôle événementiel aussi...)

“Tous les signes sont là, Eva... On ne te voit plus le week-end, quand tu es là, tu as la tête ailleurs et tu arrives en retard le matin... Allez, depuis quand tu fais ta cachottière ? Raconte ! Qui est ce bel inconnu qui a remplacé l'affreux David dans ton joli petit cœur ?”

Ohlala, ce n'était ni le lieu ni le moment pour avoir ce genre de conversations... Surtout que je n'avais aucune idée de la façon dont j'allais lui expliquer les choses.

La vérité, c'est que le matin, j'arrivais en retard parce que Guila m'avait donné un petit livre dans lequel les prières du réveil étaient écrites en hébreu, et je mettais de longues minutes à les

  
**ELI HADDAD**  
LAW OFFICE & NOTARY

בס"ד  
  
בנייה ביחד ננצח

**DROIT IMMOBILIER ISRAELIEN**

<b>TRANSACTIONS IMMOBILIERES</b>	<b>GESTION LOCATIVE</b>	<b>SUCCESSIONS</b>
--------------------------------------	-----------------------------	--------------------

**Hagdud haivri 5 Ashdod | Malki 16 Jerusalem**  
**Tel: +972 88679910 | 01 77 47 38 06**  
Contact: [avocats@elihaddad.com](mailto:avocats@elihaddad.com)

[www.elihaddad.com](http://www.elihaddad.com)

lire jusqu'au bout. J'avais l'air d'une fillette de 5 ans qui apprend à lire.

Je n'allais pas me plaindre. Au contraire ! L'idée m'était venue pendant mon cours de yoga deux semaines plus tôt. Je me tordais dans tous les sens pour réaliser la posture de "salutation au soleil" quand j'eus une révélation : si les maîtres yogi disaient bonjour au soleil tous les matins... dans la vraie vie, on devait bien tous dire bonjour à D.ieu dès le réveil !

Or, à part le "Modé Ani" qui me restait de mes cours de *Talmud Torah*, le reste de mes souvenirs étaient partis en fumée... D'où mes nouvelles luttes matinales !

Mais je ne me sentais pas encore prête à raconter à Karen mes récentes découvertes. Même si Karen était juive comme moi, je l'avais entendue se décrire comme "anti-folklore juif" un an plus tôt à la *Brit-Mila* du fils d'une de nos amies. Et moi qui découvrais cette nouvelle dimension de la vie juive, je ne me sentais pas suffisamment forte pour faire face aux éventuelles critiques de Karen.

Donc, pour l'instant, faute de mieux, je restais volontairement évasive et bottais en touche avec un "c'est encore trop tôt pour en parler..." assorti d'un petit sourire qui donna à Karen toute la satisfaction nécessaire pour ne pas chercher à en savoir plus... pour le moment.

"Les filles, réunion dans 5 minutes, le patron a convié toute l'équipe". Inès, la secrétaire du patron de l'agence, venait de passer à la vitesse de l'éclair et cette phrase dans sa bouche n'avait rien d'informatif. Au contraire, ça voulait dire : "Tout le monde en salle de réunion tout de suite, l'heure est grave !"

C'est bien connu : aucune réunion ne commence jamais à l'heure... sauf quand c'est le directeur qui l'anime ! Pour une fois, pas de suspense, le directeur avait un grand sourire et nous dit dès son entrée dans la pièce : "J'ai une bonne nouvelle ! La société AKA nous engage pour promouvoir le lancement de son prochain jeu vidéo *Casino City*. Ils avaient commencé avec nos chers concurrents... Mais apparemment, ça ne s'est pas bien passé. La soirée a lieu ce vendredi soir. On fait les choses en grand puisqu'on va

transformer le Grand Palais en Casino géant ! Inès va vous attribuer les tâches et je compte sur vous. C'est un projet majeur pour la société".

Tout le monde était surexcité à la suite de cette annonce. En partie parce qu'il s'agissait d'un des plus grands éditeurs de jeux vidéo du monde et que la presse entière parlerait de ce grand événement, mais aussi parce que la soirée aurait lieu dans seulement 4 jours et qu'il allait falloir y travailler jour et nuit.

Moi, j'étais livide. Il avait dit vendredi soir ! Pas jeudi ni mardi, non ! Il fallait que ça tombe précisément le seul jour où ça me posait problème. Comment j'allais bien pouvoir m'en sortir ?

Paniquée, je sortis de la salle et j'appelais Guila en priant pour qu'elle décroche : "Salut Eva ! Quoi de neuf, tu n'es pas au travail ?" "Ohlala, Guila ! C'est bien pour ça que je t'appelle ! J'ai besoin d'aide : on vient de nous annoncer une très grande soirée à préparer et elle aura lieu vendredi soir. Si je n'y vais pas, je risque ma place ! Mais d'un autre côté, je ne me vois pas ne pas faire Chabbath... Qu'est-ce que je fais ?"

Guila me suggéra d'aller en parler à mon responsable, mais je ne me sentais pas la force. Déjà que je n'arrivais pas à en parler à ma meilleure amie, alors à mon boss... !

"Désolée Eva, je ne vois pas d'autre solution. Et puis, autant aller lui parler maintenant pour ne pas que la situation se reproduise."

Bon, jusqu'à présent, Guila avait toujours été de bon conseil. Et puis, elle s'y connaissait mieux que moi dans ces sujets-là (bon ok, elle était enseignante dans une école juive, pas sûre qu'elle ait déjà eu à batailler pour ne pas travailler Chabbath).

À la fin de la journée, mon angoisse n'avait pas diminué, au contraire ! Inès m'avait attribué ma tâche et j'étais en charge d'accueillir tous les invités le vendredi soir. Impossible de me défilier en cachette. Tout le monde me verrait... ou pas !

La suite la semaine prochaine...

Mia Atlan



## Que signifie "Hachem" ?

Que veut dire le mot "Hachem" exactement ? C'est l'équivalent de "Maître" ? "D.ieu" ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

Le mot "Hachem" signifie "Le Nom".

Étant donné qu'il est interdit de prononcer le nom du Créateur si ce n'est dans le cadre d'une prière ou d'une bénédiction, il a été habituel depuis des millénaires d'utiliser ce mot pour y faire allusion, et, ce, sans risquer d'enfreindre la moindre interdiction. (*Igrot Moché Yoré Dé'a* 2, 138 ; *Sdé 'Hémed Ma'arékhèt Haalef [Klalim]* 80 "Véhiné" ; *Guinzé Hakodech* 7, 5)

L'interdiction en question est mentionnée dans la Torah. (*Chémot* 20, 7 ; *Dévarim* 6, 13 ; 28, 58 ; *Talmud Tmoura* 4a ; *Rambam Hilkhot Chvou'ot* 12, 11)

## Entrer dans une maison sans Mézouza

S'il y a une maison sans Mézouza, peut-on y entrer ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

1. Dans une maison / pièce qui ne nous appartient pas :  
Il n'est pas interdit de pénétrer dans une maison où il n'y a pas de Mézouzat.

2. Dans une maison / pièce qui nous appartient :  
De nombreux décisionnaires pensent qu'il est interdit de résider dans une maison où il n'y a aucune Mézouza ou dans une pièce où il n'y a pas de Mézouza.

En cas d'extrême urgence / impossibilité, certains de nos maîtres pensent qu'il n'est pas obligatoire de quitter les lieux (si on n'a pas le choix), mais il faut tout faire pour en acquérir le plus rapidement possible ! (*Tsits Eli'ézer* 13, 53 ; *Cha'aré Mézouza* 24, 25 ; *'Aroukh Hachoul'han Yoré Dé'a* 285, 5 ; *Betsel Ha'hokhma* 5, 11...)

## Ségoula pour retrouver un objet perdu

Je voudrais savoir s'il existait une prière pour retrouver un objet perdu (ou volé), car j'ai laissé mes Téfilin à la synagogue, et le lendemain ils n'y étaient plus ?



Réponse de Binyamin Benhamou

Voici la Ségoula de nos Sages pour retrouver un objet perdu. Je témoigne personnellement qu'il m'est arrivé de l'utiliser à bon escient et de retrouver des objets improbables !

1. Dire: *Amar Rabbi Binyamin* : "Hakol Bé'hezkat Soumim, 'Ad ché Hakadoch Baroukh Hou Noten Réchout La'ayin Lirote, Chénéémar 'Vayifka'h Et 'Enéa, Vétére'" dont voici la traduction qui doit être comprise : "Rabbi Binyamin a dit : 'Tout le monde est en présomption de cécité, jusqu'à ce que Le Saint, béni soit-Il, donne l'autorisation aux yeux de regarder, comme il est écrit dans *Béréchit* : 'Il a ouvert ses yeux, et elle a vu' ;

2. donner une pièce à la *Tsédeka* pour l'élévation de l'âme de Rabbi Méir *Ba'al Hanes* ;

3. Ne jamais oublier de se tourner vers son Créateur, car *Ein 'Od Milévado* (Il n'existe rien d'autre que D.ieu).

## Quels *Téhilim* lire pour la réussite d'examens ?

Je passe demain mon concours de médecine, et j'aimerais savoir s'il y a un *Téhilim* pour la réussite des examens ? On m'a dit le *Téhilim* 24, est-ce correct ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

Lisez les *Téhilim* 1, 23, 24, 25, 27, 81, 86, 94, 150 avec la traduction.

## Lait Alpro protéines végétales, Cachère ?

Le lait Alpro protéines végétales (saveur chocolat) est-il autorisé ? Sinon, quelles sont les alternatives ? C'est pour un enfant qui est intolérant au lait (classique).



Réponse de Dan Cohen

La liste suivante est validée par Rav Wolff selon des critères identiques à ceux du Consistoire :

1. Soya Chocolate Chilled
2. Soya Chocolate Light
3. Soya Chocolate Shake
4. Soya Strawberry Shake
5. Soya Vanilla
6. Soya Vanilla Light

## En couple, comment être *Chomer Négui'a* ?

Comment ça se passe *Chomer Négui'a* quand on est en couple ?



Réponse de Rav Chalom Guenoun

Vous vivez une situation qui demande de vous et de votre compagnon de la maîtrise, car il n'est pas toujours facile de se retenir lorsque les sentiments et le désir s'en mêlent...

Mais sachez que vos efforts fournis avant votre mariage constitueront le vrai lien après le mariage et susciteront la *Brakha* de votre couple.

La solution est évidemment de se marier vite, sans se laisser arrêter par les contraintes techniques que la société établit comme normes (études, *Parnassa* etc.), car les modèles de couples mariés qui ont réussi sont nombreux, et dans tous les schémas sociaux, alors ne vous arrêtez pas à cela.

En outre, soyez décidés vous et votre futur mari ensemble à garder cette *Mitsva* qui vous conduira au bonheur, et vous trouverez les moyens de surmonter les obstacles (vos instincts).

Soyez intelligents et en accord sur ce comportement, et cela précipitera votre mariage et embellira votre vie.

Cacheroute · Pureté familiale · Chabbath · Limoud · Deuil · Téhouva · 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](http://www.torah-box.com/question)



## Jamais content !

*Les enfants, cette semaine, apprenons à moins nous plaindre et à voir les bonnes choses à chaque moment de la vie.*

### L'HISTOIRE

Hier, la grand-mère de David qui habite 'Haïfa est venue lui rendre visite et lui a offert un ballon. Aujourd'hui, David apporte son ballon à l'école et découvre que Yéhouda a presque le même.

"D'où vient ton ballon ?", demande David.

"C'est ma tante de 'Haïfa qui m'en a fait cadeau !" répond gaiement Yéhouda, "Il est magnifique, hein ?"

Mouais... Ça aurait été magnifique si David avait été le seul à en avoir un beau comme ça. Mais comme Yéhouda a pratiquement le même, David ne peut pas se vanter auprès des copains et attirer toute l'attention sur lui ! Yéhouda s'enthousiasme. "C'est un ballon exceptionnel ! Tu as vu comme il rebondit ?"

En effet, c'est plutôt impressionnant. Mais deux minutes passent et David n'est déjà plus content de son ballon. Il joue quand même dans la cour de récréation. Yossi lance le ballon qui va se nicher dans les arbres.

"Quel ballon nul !" s'indigne David.

Pendant ce temps, Yéhouda et ses amis jouent avec le deuxième ballon de l'autre côté de la cour. La partie est endiablée, et le ballon se retrouve lui aussi en haut d'un arbre, pas très loin du premier.

"Trop drôle !", s'exclame Yéhouda. "Qui est capable de le récupérer là-haut ?"

À la fin de la récré, les enfants rentrent en classe avec les deux ballons.

"Pfff... On a passé presque toute la pause à récupérer le ballon !" grogne David.

Yéhouda, lui, a une autre réaction. Il est super content : "Super ! On est arrivé à récupérer les ballons. On s'est bien amusés pendant cette récréation, hein ?"



**Les enfants, posons-nous les bonnes questions !**

**Est-ce que vous râlez pour un oui ou pour un non ? Ou avez-vous plutôt tendance à regarder le monde de façon positive ?**

### Des histoires qui inspirent !

Quatre malvoyants croisent un éléphant dans la rue en Inde.

Ils demandent au maître de l'éléphant s'il peut s'arrêter un instant pour qu'ils puissent toucher l'animal et s'imaginer son apparence.

Il accepte, et demande s'ils peuvent se représenter à quoi ressemble un éléphant.

"À un serpent qui se contorsionne", dit le premier en tenant la trompe.

"Non, à un poteau", dit le second en tâtant la patte de l'animal.

Le troisième touche le ventre de l'animal et dit : "Il ressemble plutôt à un énorme tonneau rempli d'eau !

- Vous vous trompez", conclut le quatrième en tenant la queue de l'animal. "Un éléphant, c'est comme les cordes qui amarrent un bateau."

Aucun n'a pu réaliser qu'un éléphant ressemble à un éléphant, et à rien d'autre.

Nous devons comprendre que s'il y a des choses "mauvaises" dans le monde, il y en a surtout des bonnes. Appréhendons chaque situation dans son ensemble ; et plutôt que de nous lamenter, prêtons attention aux bonnes choses qu'Hachem nous envoie !

## L'ENSEIGNEMENT

*Rabbénou Yona* appelle "grognon" une personne qui voit tout en négatif. Un grognon a toujours des objections à exprimer. Il se sent opprimé ou exploité par les autres. Sa bouche est souvent remplie de récriminations sur le monde entier. Il pense invariablement que les autres trament de mauvaises choses à son encontre.

*Rabbénou Yona* ajoute qu'une personne de ce type émet également des plaintes envers Hachem. Et même lorsque Hachem lui prodigue Ses bontés, il les interprète comme quelque chose de mauvais.

Les grognons excellent dans le fait de trouver les défauts d'autrui. Chaque situation est pour eux négative. Ils se trompent systématiquement dans la compréhension de leur environnement et distordent la vérité.

Le fait de ne jamais être content de son sort, de râler pour tout, est un terrain fertile à l'amertume. Cette mauvaise *Mida* est à la source du comportement des explorateurs qui, comme cela est rapporté dans notre *Paracha*, sont revenus de leur mission avec des critiques négatives.

Malgré tous les bienfaits qu'Hachem a dispensés aux *Bné Israël* lorsqu'il les a fait sortir d'Égypte, ils se sont plaints. Le peuple a en effet interprété négativement toutes les bonnes choses qu'Hachem lui a prodiguées, en disant que "c'est par haine qu'Hachem nous a fait sortir d'Égypte, pour nous livrer aux mains des Amoréens, afin qu'ils nous exterminent."

Hachem a dit : "J'ai agi pour leur bien et ils ont pensé que c'était mal" (*Guémara Sota 35a*).

Hachem avait tout planifié pour le bien des explorateurs. Lorsque ceux-ci ont visité la terre d'Israël, Il a fait en sorte que les habitants soient occupés à enterrer leurs morts. Ainsi affairés, ils ne prêtaient pas attention aux explorateurs qui pouvaient observer le pays sans être inquiétés.

Les explorateurs ont interprété cette situation négativement en pensant que ce pays "mangeait" ses habitants.

La *Guémara* nous apprend la racine réelle de ces pleurs : le '*Ayin Hara*' des explorateurs, c'est-à-dire leur vision négative des choses. Au lieu de remercier Hachem de les avoir sauvés pendant leur exploration, leur approche erronée les a incités à se plaindre de la situation.

Rav Méir 'Hadach expliquait que tous les pleurs ont une raison. Les *Bné Israël* ont pleuré pour des raisons qu'ils pensaient justifiées, mais qui ne l'étaient pas.

La *Guémara* explique que parce que les *Bné Israël* ont pleuré sans raison le 9 Av, Hachem a décidé de leur envoyer – ainsi qu'à leur descendance – des raisons de s'attrister à cette même date.

### L'exercice de la semaine

➔ Les enfants, essayons chaque jour de cette semaine en rentrant de l'école de raconter à nos parents les bonnes choses que nous avons vécues.



## Tortilla croustillante au shawarma - classe et délicieuse !

*L'un des plats préférés des Israéliens est le shawarma. Lorsque vous le placez dans une tortilla et que vous faites frire le tout à la manière d'un shnitzel, vous obtenez un délice !*

### Ingrédients



- 500 g de shawarma de dinde tranché finement
- 30 à 50 g de graisse (agneau ou autre matière grasse)
- 1 cuil. à soupe d'épices shawarma
- 1 demi-cuil. à café de poivre noir
- 6-7 grosses tortillas
- Chapelure (dorée)
- 1 tasse de farine ou tempura
- 1 verre d'eau froide
- Huile pour friture
- Sel



Pour 6-7 personnes



Temps de préparation : 30 min



Temps de cuisson : 1h15



Difficulté : Facile



### Réalisation

- Etalez les escalopes de shawarma sur une plaque de four recouverte de papier cuisson. Enduisez-les de graisse et des épices.

- Faites cuire au four en mode turbo, à 170°C pendant 50-60 minutes. Au sortir du four, tranchez-les finement avec un couteau bien aiguisé.

- Garnissez chaque tortilla d'une quantité généreuse de shawarma.

- Mélangez l'eau et la farine. Prenez-en un peu pour coller la tortilla afin qu'elle ne s'ouvre pas pendant la friture. Trempez la tortilla dans ce mélange, puis roulez-la dans la chapelure.

- Faites frire la tortilla dans l'huile, 2 minutes de chaque côté ou jusqu'à ce qu'elle soit bien dorée.

- Répétez l'opération avec chaque tortilla.

**Bon appétit !**

Murielle Benainous

אוצר התורה



OZAR HATORAH

Intègre un  
**LYCÉE**  
D'EXCELLENCE  
au cœur de Jérusalem

Un parcours éducatif conçu pour que chaque élève réalise pleinement son potentiel pour un avenir épanouissant.

• SEDER DE LIMOUD DE HAUT NIVEAU  
LE MATIN ET HAZAROT EN FIN D'APRÈS MIDI.

• BAC ISRAËLIEN HAUT DE GAMME (5 YEHDOT)



ACCOMPAGNEMENT ET  
SUIVI SCOLAIRE PAR DES  
PROFESSEURS EXIGEANTS  
ET BIENVEILLANTS



OULPAN INTENSIF  
POUR LES OLIM  
RÉCENTS



EDUCATION  
INFORMELLE  
LE JEUDI SOIR



PETIT DÉJEUNER  
ET DÉJEUNER  
SUR PLACE

DE LA 3<sup>ème</sup>  
À LA TERMINALE

כיתות ט' עד י"ב  
סדר לימוד  
ובגרות  
(5 יחידות)

Bac Israélien  
(5 Yehidot)

אוצר התורה משלבת לימודי קודש ברמה גבוהה, לצד בגרות ברמת 5 יחידות לימוד.

חווית לימוד מיוחדת ומיטוי היכולת האישית של כל תלמיד.

- סדר לימוד ברמה גבוהה בבוקר
- סדר לימוד (חזרות) בסוף הצהריים
- אולפן אינטנסיבי לעולים חדשים
- ליווי צמוד לכל תלמיד
- חינוך בלתי פורמלי בימי חמישי בערב
- ארוחות בוקר וצהריים

Avec l'approbation de :

Rav Yehia Teboul *chlita*  
Av Beit-Din de Lyon et Région,

Rav Alain Shlomo Senior *chlita*  
Grand Rabbin de Paris 16<sup>e</sup>,

Rav Yossef Eliahou *chlita*  
Dayan et Rosh Collel à Jerusalem.

INFOS ET INSCRIPTIONS

M. Nissim BENTSVI

+972 (0) 58 699 9036

+33 (0) 6 06 59 81 81

Téléphone et Whatsapp

23 Juin 2024

Quand je vois l'empire de Torah que l'équipe Torah-Box a construit avec l'aide de D.ieu en si peu de temps, je ne peux que m'émerveiller et vous féliciter. Par la force de votre volonté, grâce à un travail incessant et parce que vous n'avez jamais douté, Hachem vous a ouvert des portes insoupçonnées.

Standing Ovation! Torah-Box est sans doute la plus belle réalisation de ce dernier siècle. En quelques années, vous avez réussi à ouvrir une autoroute pour le Machia'h, qui devait se demander comment il allait arriver dans une telle génération.

Savez-vous pourquoi Hachem vous aime et vous fait réussir? C'est parce que vous ne vous arrêtez jamais, et avant même de terminer une mission de Torah, vous vous lancez dans de nouvelles aventures.

Je suis sûr que lorsque le Machia'h se révélera, il viendra vous voir pour vous dire merci et bravo d'avoir su connecter chacune de vos actions à l'éternité, et surtout, merci d'avoir préparé la planète à sa venue.



Pour activer la venue du Messie :  
**[torah-box.com/soutien](https://torah-box.com/soutien)**

Perle de la semaine par  Torah-Box

*"Tout le monde se plaint de manquer d'argent, mais personne ne se plaint de manquer d'intelligence." (Rav Yigal Avraham)*