



# Torah-Box

n°284  10 juillet 2024 | 4 Tamouz 5784 | Houkat

M A G A Z I N E

**LA FRANCE A  
PARLÉ : L'AVENIR  
DU PAYS SE FERA  
SANS SES JUIFS**

**MA GRAND-MÈRE,  
MOI ET LE  
FÉMINISME**

**CHEMIRAT  
'ENAÏM -  
GARDER SES  
YEUX PROPRES**



**וְשָׁבוּ בְּנֵי לַגְּבוּלִים**

**LIBÉREZ LES 120 OTAGES ISRAËLIENS**

CET ÉTÉ FAMILY HOLIDAYS VOUS PROPOSE  
UN SÉJOUR EXCEPTIONNEL

FAMILY  
HOLIDAYS

# les 2 alpes

HÔTEL LA BRUNERIE \*\*\*



DU 11 AU 25 AOÛT 2024

EMPLACEMENT IDÉAL AU CŒUR DE LA STATION

PENSION COMPLÈTE GLATT CACHER

*Sous la surveillance de Rav Cremisi, Dayan à Montréal*

PISCINE INTÉRIEURE ET SAUNA

CLUB ENFANTS ET BABY CLUB (À partir de 6 mois)

ANIMATIONS TOUS LES SOIRS

SYNAGOGUE SUR PLACE

690€/adulte  
par semaine.  
Enfant: tarif dégressif



Infos & réservations:

☎ 07 67 30 11 07 • 01 88 61 42 42

contact@familyholidays.fr

ATOUT  
FRANCE  
Agence de développement  
touristique de la France

ancv  
CHÈQUE-VACANCES

APST  
#1 des postes  
voyages  
2024

WWW.FAMILYHOLIDAYS.FR



## Réflexions après les résultats des élections 2024

Les dernières élections de l'Assemblée Nationale française ont révélé d'importants changements dans le paysage politique de la France. Deux partis extrémistes rivaux, l'un de droite et l'autre de gauche, se sont imposés et ont tour à tour surpassé (au premier et au second tour) le parti actuellement au pouvoir, situé plus au centre. Ce changement ne doit pas être perçu comme un simple changement politique, mais bien comme un véritable bouleversement des valeurs, nous ramenant plusieurs décennies en arrière.

Depuis les années 60, de nouvelles conceptions se sont développées en Occident, formant un nouvel ordre où l'on accepte l'étranger et la différence, et où les conflits sont abandonnés au profit de relations tolérantes et pacifiques. De nombreuses stars de la musique, des écrivains et des philosophes ont œuvré dans cet esprit, afin de déraciner le nationalisme et l'impérialisme. Plusieurs générations ont grandi avec ces messages de "Peace and Love", accompagnés de révolutions sociales bouleversant des valeurs ancrées : celles de la famille, de la position de la femme, de l'autorité, du devoir, de l'obéissance, de la morale, du bien et du mal et de la religion.

Tout cela aurait pu fonctionner, si le monde entier avait accepté ce nouvel ordre. Cependant, une partie de l'humanité est restée étrangère à ces conceptions, en a rapidement décelé les faiblesses et les a exploitées. De grandes puissances comme la Russie, la Chine ou l'Iran, ainsi que des dictateurs envieux de leurs voisins, ont perçu la passivité des pays occidentaux et l'ont utilisée pour concrétiser leurs ambitions impérialistes. C'est dans cette perspective qu'en Europe et aux États-Unis, le nationalisme ressurgit, réalisant que seule la force peut créer un rempart contre les "envahisseurs" et les profiteurs. En fait, nous revenons 60 ans en arrière, car

l'esprit conciliant qui régnait jusqu'à présent s'avère peut-être attrayant en théorie, mais inconsistant face à la réalité.

Concrètement, si au premier tour nous avons l'impression que ce retour au nationalisme allait s'opérer, au second tour, il n'en est rien car l'extrême gauche a réussi à surprendre en réalisant le meilleur score. Il semble que les Français, face à de grands changements, ont choisi la passivité. Mais le monde bouillonne et ne nous permet pas de rester dans notre zone de confort, absorbés par nos smartphones, projetant de sortir au théâtre, à un concert, en vacances, rêvant d'amour et de nouvelles sensations. En réalité, ces bouleversements politiques sont révélateurs d'un changement universel, où des guerres et de graves affrontements peuvent être envisagés.

Si pour tout le monde l'inquiétude monte, pour un Juif, cette préoccupation est doublée par la montée d'un antisémitisme d'une ampleur inconnue depuis la Seconde Guerre mondiale. La montée de l'extrême gauche en France confirme ces sentiments. Ce qui est certain, c'est que la quiétude qui régnait à l'aube du troisième millénaire a disparu, et que le juif, de près ou de loin, est concerné par tous les bouleversements planétaires.

Pour toutes ces raisons, nous devons nous efforcer de comprendre le sens de notre histoire, de connaître notre patrimoine, de clarifier notre particularité, de trouver la source de cette haine inexplicable et de comprendre le secret de l'existence de l'homme sur terre. Nous possédons dans la Torah toutes les réponses à ces questions, et il est crucial, surtout à une époque comme la nôtre avec les défis qui se profilent, de creuser nos textes et de nous abreuver des paroles de nos Maîtres. C'est la seule façon d'aborder sereinement l'avenir, car il est certain qu'en finalité, nous déboucheurons vers l'ère messianique !

Rav Daniel Scemama



**BIENVENUE À LA MAISON !**

N.D.D.E.S.I.G.N



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

## L'AVENIR EN ISRAËL !

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

À partir de **12.118 Shekels / m<sup>2</sup>**

**5% à la signature**

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



Nouveau quartier  
résidentiel



À 10 min  
de Beer Sheva



Garantie  
bancaire



Forte rentabilité  
locative



Haut potentiel  
de plus-value



Appartements  
très spacieux



Parking  
privé

Pour plus d'informations, contactez moi:

**SHIMONE HALFON 054-7007326**

ou depuis la France au

**01.77.38.08.27**

En coopération avec le cabinet de maître Eli Haddad



ELI HADDAD  
LAW OFFICE & NOTARY



ש.ח. חנסיים  
שיווק ותיווך פרויקטים

# SOMMAIRE

**03** Rav Daniel Scemama  
L'Édito - Réflexions après les résultats des élections 2024

**07** Actualités

**12** Rony Hayot  
La France a parlé : L'avenir du pays se fera sans ses Juifs

**14** Histoire juive  
Tragédie juive parisienne au XIII<sup>ème</sup> siècle : les 2 "brûlements"

**18** Rav Raphaël Benzaken   
Le message d'un rabbin de Jérusalem

**20** Binyamin Benhamou  
Assure ta place dans le monde futur en devenant un calculateur

**23** Rav Yehonathan Gefen  
'Houkat - Éviter l'interruption dans notre génération smartphone

**25** Shabatik

**29** Histoire  
Anatole, le Juif assimilé de Kovno

**31** Flash Chabbath

**33** Devinettes sur la *Paracha*

**34** Pensée juive  
Chemirat 'Enaïm - Garder ses yeux propres

**37** Chants du Chabbath expliqués  
*Yédid Néfèch*

**40** Saga d'un été  
Étudier en vacances

**42** Femmes  
Ma grand-mère, moi et le féminisme

**44** Histoire à suivre - La vie en Froum  
Episode 6 : Un mariage féérique...

**46** Questions au Rav

**48** La *Paracha* pour les enfants  
Je fais du bien, je reçois du bien

**50** Recette  
Boulettes de poisson et pommes de terre en sauce rouge



Responsable publication  
David Choukroun

## Rédacteurs

Rav Daniel Scemama,  
Alexandre Roseblum,  
Elyssia Boukobza, Rony  
Hayot, Binyamin Benhamou,  
Rav Yehonathan Gefen, Rav  
Raphaël Benzaken, Rav Ariel  
Fhima, Moshé Haïm Sebbah,  
Mia Atlan, Rav Gabriel Dayan,  
Rav Avraham Garcia, Rav Gad  
Allouche, Rav Ichai Assayag,  
Rav Fernand Klapisch, Murielle  
Benainous

Mise en page  
Dafna Uzan

Secrétariat  
01.80.20.5000

Publicité  
Yann Schnitzler  
yann@torah-box.com  
04.86.11.93.97

Distribution  
diffusion@torah-box.com

Remarques & commentaires  
magazine@torah-box.com

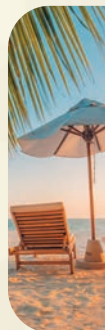
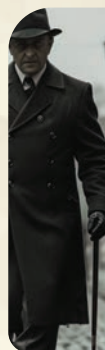
Abonnement  
torah-box.com/magazine



• Les annonces publicitaires sont sous la responsabilité de leurs annonceurs

• **Ne pas lire pendant la prière**

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



# CALENDRIER DE LA SEMAINE

MER	10 juillet 4 Tamouz	Daf Hayomi Baba Batra 15 Michna Yomit Guitin 8-10
JEU	11 juillet 5 Tamouz	Daf Hayomi Baba Batra 16 Michna Yomit Guitin 9-2
VEN	12 juillet 6 Tamouz	Daf Hayomi Baba Batra 17 Michna Yomit Guitin 9-4
SAM	13 juillet 7 Tamouz	 <b>Parachat 'Houkat</b> Daf Hayomi Baba Batra 18 Michna Yomit Guitin 9-6
DIM	14 juillet 8 Tamouz	Daf Hayomi Baba Batra 19 Michna Yomit Guitin 9-8
LUN	15 juillet 9 Tamouz	Daf Hayomi Baba Batra 20 Michna Yomit Guitin 9-10
MAR	16 juillet 10 Tamouz	Daf Hayomi Baba Batra 21 Michna Yomit Kiddouchin 1-2



## Horaires du Chabbath

	Paris	Lyon	Marseille	Strasbourg
Entrée	21:33	21:11	21:00	21:10
Sortie	22:53	22:25	22:10	22:30

## Zmanim du 13 Juillet

	Paris	Lyon	Marseille	Strasbourg
Nets	06:02	06:04	06:11	05:41
Fin du Chéma (2)	09:58	09:55	09:57	09:37
'Hatsot	13:56	13:47	13:44	13:35
Chkia	21:50	21:28	21:17	21:28



## CONCOURS de la SEMAINE

HOUKAT 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](https://torah-box.com) (page du concours)



Le gagnant de la semaine dernière est Michael Benichou

La réponse était :

"Le calomniateur ressemble à un serpent : il fait du mal sans en tirer le moindre bénéfice."  
(Ta'anit 8a - 'Arakhin 15b)



### Biden rejette l'idée d'abandonner la course mais ne réussit pas à convaincre lors de sa première interview post-débat

Le président Joe Biden a accordé une interview à ABC News, une semaine après sa performance catastrophique lors du premier grand débat présidentiel



face à Donald Trump. Biden a fermement rejeté l'idée d'abandonner la course à la présidence, déclarant que seul "le Tout-Puissant" pourrait le convaincre de se

retirer. Malgré les efforts de Biden, il est peu probable que cette tentative de rattrapage suffise à rassurer les Démocrates et les électeurs.

Au moment même où l'interview était diffusée, un quatrième membre démocrate du Congrès appelait publiquement Biden à se retirer de la course.

### Frappe israélienne sur une école de l'ONU à Gaza : Tshal a visé un centre opérationnel du 'Hamas

L'armée israélienne a confirmé samedi avoir mené une frappe aérienne contre une école gérée par l'ONU dans le centre de la bande de Gaza.

Selon les responsables militaires, cette installation était utilisée par des opérateurs du 'Hamas comme centre de commandement. Tshal affirme avoir pris de nombreuses précautions pour minimiser les dommages civils, notamment en utilisant la surveillance aérienne.

Selon l'armée, des bâtiments du complexe scolaire servaient de cachette aux terroristes du 'Hamas qui y planifiaient et menaient des opérations contre les forces israéliennes opérant dans la bande de Gaza, et qu'ils s'y trouvaient au moment de la frappe.

### Dr. Its'hak Yifat, célèbre parachutiste de la Guerre des Six Jours, meurt à 81 ans



Dr. Its'hak Yifat, 81 ans, l'un des trois parachutistes qui figuraient sur la photo emblématique du mur

Occidental après sa prise par Israël lors de la Guerre des Six Jours de 1967, est décédé, ont rapporté en fin de semaine les médias israéliens.

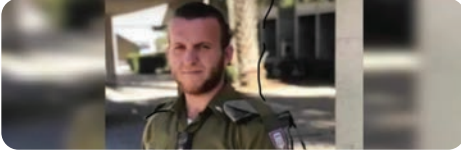
Yifat, gynécologue à Kiryat Malakhi, avait été immortalisé sur une photographie de David Rubinger comme le jeune garçon au visage frais au milieu, regardant le mur Occidental après la victoire de l'armée israélienne sur l'important lieu saint. Il a été inhumé dimanche dans sa ville natale de Guéa, près d'Achkélon.

### Meyer Habib battu dans la 8<sup>ème</sup> circonscription des Français de l'étranger

Le député de la 8<sup>ème</sup> circonscription des Français de l'étranger Meyer Habib (apparenté LR), a été battu ce dimanche 7 juillet par la députée Renaissance Caroline Yadan. Habib a été largement en tête dans les bureaux de votes israéliens, mais nettement battu dans les autres, dans cette circonscription qui

comprend outre Israël, l'Italie, Malte, Saint-Marin, le Vatican, Chypre, la Grèce, et la Turquie. De son côté, Meyer Habib a posté une vidéo prise devant le mur Occidental pour évoquer sa défaite, se disant "inquiet pour la France" suite aux résultats du second tour de ces élections législatives.

## Un capitaine druze de l'armée israélienne tué lors des combats à Rafia'h ce dimanche



Un officier de Tshal a été tué au cours de combats à Rafia'h, dans le sud de Gaza, plus tôt ce dimanche, a annoncé l'armée israélienne. Le soldat tué - druze - est le

capitaine Jalaa Ibrahim, 25 ans, commandant de compagnie dans le 601<sup>ème</sup> bataillon du Corps du génie de combat, originaire de la ville druze de Sajur.

Sa mort porte à 326 le nombre de victimes israéliennes dans l'offensive terrestre contre le 'Hamas à Gaza et dans les opérations militaires le long de la frontière avec la bande de Gaza.

## Accord Israël-Hamas : Les négociations se poursuivent cette semaine, les parties "optimistes"

Les efforts pour obtenir la libération des otages retenus à Gaza se sont accélérés vendredi, alors que le chef du Mossad David Barnéa a fait l'aller-retour au Qatar pour des négociations et que le 'Hamas a indiqué renoncer à son exigence d'un cessez-le-feu permanent avant la signature d'un accord. Une source de l'équipe de

négociation israélienne, s'exprimant sous le couvert de l'anonymat, a déclaré qu'il y avait désormais de réelles chances de parvenir à un accord. Israël estime que 116 personnes sont toujours aux mains du groupe terroriste palestinien, bien que des dizaines d'entre elles ne soient plus en vie.

### Du nouveau chez l'entrepreneur

ת"ם



## À vendre à Netanya

Dans le quartier Galé Yam



**Mini Penthouse**  
5 pièces  
Luxueux et très spacieux  
Cuisine moderne  
Grandes salles de bain  
Vue panoramique sur la mer  
156 m2 construits  
26 m2 de terrasse Souca  
6,500,000 shékels

**Appartement penthouse**  
6 pièces  
pour ceux qui aiment la vie,  
cuisine luxueuse  
Vue panoramique sur la mer  
Immenses salles de bain  
230 m2 construits  
70 m2 de terrasse Souca  
Cave, parking, 32ème étage  
12,400,000 shékels

À proximité d'une  
plage officielle,  
des synagogues,  
écoles et centre  
pour retraités.

**Appartement 5 pièces, très spacieux,**  
vue panoramique sur la mer, 146 m2 construits,  
22 m2 terrasse, parking, cave, 28ème étage  
4,900,000 shékels

# BASE

בייס. תיווך והשבחת נכסים

Pour plus de renseignements :  
☎ 053-31-000-16 / BASE05331@GMAIL.COM  
(Whatsapp ou mail uniquement).



Its'hak Grinstein-Agent immobilier certifié | ☎ 053-31-000-16 | BASE05331@GMAIL.COM



## Salve de roquettes sur le nord d'Israël : Un homme de 28 ans grièvement blessé



Le groupe terroriste du 'Hezbollah a envoyé dimanche matin une lourde salve de roquettes sur le nord d'Israël. Au moins 20 roquettes ont été envoyées sur le territoire israélien lors de ce tir. Un homme de 28 ans, sérieusement blessé par des débris de roquette, a été évacué vers le centre médical *Poria* près de Tibériade.

La veille, Tsahal avait annoncé l'élimination de Maytham Moustafa Al-Attar, un membre éminent de l'unité de défense aérienne du 'Hezbollah, lors d'une frappe de drone dans le nord-est du Liban. Al-Attar, considéré comme une "source importante de connaissances" pour le 'Hezbollah, aurait acquis son expertise lors de visites en Iran.

## Le ' Hamas bat des Gazaouis qui tentent d'accéder à l'aide humanitaire

L'armée israélienne a diffusé ce vendredi la vidéo d'hommes du 'Hamas battant à coup de bâton des hommes ligotés et aux yeux bandés, accusés d'avoir volé de la nourriture dans un entrepôt du 'Hamas, qui l'avait lui-même volée aux Gazaouis.

Dans la vidéo, on voit un terroriste du 'Hamas inscrire à la bombe le mot "voleur" sur le dos de deux hommes, avant de les battre à coups de bâton devant la foule.

Malgré cela, les récents sondages menés dans la bande de Gaza montrent que la majorité des Gazaouis sont satisfaits du 'Hamas et souhaitent le voir reprendre le contrôle du territoire après la guerre.

# L'assurances

Groupe GLS

☎ 01 88 60 79 52

## VOTRE MUTUELLE SANTÉ 100%



### 100% PRIS EN CHARGE

voir conditions avec votre conseiller(e)

## VOTRE ASSURANCE HABITATION TOUT RISQUE



à partir de

POUR UN STUDIO  
**139€/an**

POUR UN 3 PIÈCES  
**226€/an**

NOTRE OFFRE  
COUP DE CŒUR

POUR UN 2 PIÈCES  
**199€/an**

POUR UN 4 PIÈCES  
**260€/an**

POUR UN 5 PIÈCES  
**299€/an**

Responsabilité civile scolaire offerte !

### ON S'OCCUPE DE TOUT !

[l'assurances.fr](http://l'assurances.fr)

Devis immédiat en ligne

## Le NFP premier parti de France; LFI compte reconnaître rapidement un Etat palestinien

L'alliance de gauche du Nouveau front populaire (NFP) est sortie en tête du second tour des élections législatives en France (alliance PS-LFI-Verts), devant la coalition du président Emmanuel Macron (Ensemble) et l'extrême droite qui arrive troisième, aucun de ces trois blocs n'obtenant la majorité absolue à l'Assemblée nationale.

Le Rassemblement National avait pourtant été annoncé vainqueur, certains sondages lui prédisant une majorité absolue.

Dès l'annonce de leur victoire, les députés LFI ont réitéré leur souhait de reconnaître le plus rapidement possible un "Etat de Palestine", l'un des points-clé de leur programme.

## Victoire du Labour : Une candidate juive élue ; George Galloway perd son siège

Keir Starmer est devenu le nouveau Premier ministre britannique vendredi, après que le Parti travailliste a remporté les 326 sièges nécessaires pour obtenir la majorité parlementaire, marquant ainsi une défaite historique pour le parti conservateur de Rishi Sunak. Starmer s'est efforcé d'éradiquer l'antisémitisme au sein du parti et a suspendu son ancien leader d'extrême gauche, Jeremy Corbyn.

Le parti travailliste de centre-gauche est en passe de remporter 410 des 650 sièges du Parlement, ce qui représente un étonnant retournement de situation par rapport à la situation d'il y a cinq ans, lorsque le parti avait enregistré ses pires résultats depuis 1935 sous Corbyn.

בס"ד

נדל"ן ושיווק פרויקטים

## TIVOUR BUILDING

AGENCE IMMOBILIERE

# IMMOBILIER ACCESSIBLE À TOUS EN ISRAËL

**Seulement 57 000 shekels d'acompte (14 200€), solde à la livraison**

Dans la ville de Dimona en pleine expansion, programme neuf avec appartements 3 pièces au prix fixe et sans indexation résidence de standing, terrasse, parking...

**1 140 000 shekels**

(285 000€)

Accompagnement jusqu'à la livraison

Obtention de crédit

Gestion du bien

Plus value

052 591 60 75 07 57 99 03 58

Hagdoud Aivri 5/12, Gan Hayir, 77456 Ashdod

Dov Uzan

## Massoud Pezeshkian, candidat "réformateur", a remporté les élections présidentielles en Iran

Remportant 53,6% des voix, Massoud Pezeshkian, le candidat du camp "réformateur", a remporté les élections présidentielles en Iran. Des figures de l'opposition en Iran et à l'étranger avaient appelé à boycotter du scrutin, jugeant que les deux camps, conservateur et réformateur, ne présentaient que des

différences mineures. Ce père de famille, qui a élevé seul trois enfants après la mort de son épouse et d'un autre enfant dans un accident de voiture en 1993, se présente comme la "voix des sans-voix". L'élection devrait n'avoir que des répercussions limitées, le président iranien n'ayant que des pouvoirs restreints.

## Adoption de coupes budgétaires à hauteur de 500 millions de Chékels pour les Israéliens évacués

Le Conseil des ministres a donné le feu vert à la réallocation d'un demi-milliard de Chékels (plus de 124 millions d'Euros) en faveur des Israéliens évacués de leur maison au Nord et au Sud du pays.

Cette décision touche notamment les ministères de la Santé, du Bien-Etre social

et de l'Education, qui verront leurs budgets réduits de plusieurs dizaines de millions de Chékels.

Ces aides seront allouées aux résidents des communautés du Sud situées dans un rayon de 7 km de la bande de Gaza et de 5 km du Liban.

*Elyssia Boukobza*



ELI HADDAD  
LAW OFFICE & NOTARY

בס"ד



### DROIT IMMOBILIER ISRAELIEN

TRANSACTIONS  
IMMOBILIERES

GESTION  
LOCATIVE

SUCCESSIONS



Hagdud haivri 5 Ashdod | Malki 16 Jerusalem

Tel: +972 88679910 | 01 77 47 38 06

Contact: [avocats@elihaddad.com](mailto:avocats@elihaddad.com)

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



## La France a parlé : L'avenir du pays se fera sans ses Juifs

*Non vous ne rêvez pas, il y a bien eu 60% des votants en France qui ont décidé de ne pas se préoccuper de l'antisémitisme, de ne pas se préoccuper de l'avenir des Juifs de France, de ne pas se préoccuper des problèmes gravissimes que vivent aujourd'hui les Juifs dans ce pays.*

Il est trop tôt pour analyser les conséquences des résultats définitifs des élections législatives de 2024. A l'heure où j'écris, les résultats du second tour viennent juste d'être publiés, alors essayons de prendre de la hauteur et jugeons les choses plus globalement.

Nous avons tous assisté aux alliances à droite et à gauche, ces alliances se sont toutes faites en cachant les antisémites, les islamistes, les antisionistes, les pro palestiniens, les pro terroristes du 'Hamas... Il y a même quelques Juifs de cour qui sont venus vous expliquer que voter antisémite, c'est bon pour vous, mais en se bouchant le nez. En tout cas, la stratégie a très bien fonctionné. Si on additionne les voix du premier tour du 30 juillet dernier de l'extrême droite lepéniste et alliés, avec les voix Lfistes et alliés (Front Populaire), on arrive à un résultat de 60% de votants.

Non vous ne rêvez pas, il y a bien eu 60% des votants en France qui ont décidé de ne pas se préoccuper de l'antisémitisme, de ne pas se préoccuper de l'avenir des Juifs de France, de ne pas se préoccuper des problèmes gravissimes que vivent aujourd'hui les Juifs dans ce pays. Les 60% de Français qui ont voté pour les extrémistes et leurs alliés l'ont fait malgré l'explosion des agressions antisémites, les agressions de plusieurs femmes juives à la Défense, à Garges, à Saint Brice et j'en passe, le taggage de bâtiments, l'incendie de synagogues, l'agression d'étudiants juifs au sein même des universités, les insultes antisémites à l'encontre de députés à l'Assemblée nationale et de candidats aux européennes... Pendant que la France assiste au spectacle de la dégradation des conditions de vie de ses Juifs à la vitesse de la lumière, elle choisit de voter à 60% pour les partis qui ont décidé d'utiliser le vote antisémite comme outil afin de récupérer le pouvoir. Cette stratégie fonctionne et à ce titre, il n'y a aucune

raison pour que les alliances avec les partis antisémites cessent.

Mais que pensent les Juifs de France de cette situation? Quels sont leurs projets, comment voient-ils leur avenir, comment comptent-ils protéger leurs enfants, arrivent-ils à se projeter à moyen terme? Que peut faire un groupe lorsqu'il se rend compte que l'ensemble a décidé d'avancer sans lui?

Je vais prendre un seul exemple pour illustrer mon propos, celui de l'insécurité. La jeune fille juive de 12 ans sauvagement agressée à Courbevoie. Pour être précis, cela s'est passé dans le quartier de La Défense, appelé "Arche Nord" près du CNIT. Non, on n'est pas à La Courneuve, ni aux Minguettes près de Lyon, ni dans les quartiers Nord de Marseille. On est bien dans le plus grand centre d'affaires de France, deuxième quartier d'affaires le plus attractif en Europe après la cité de Londres, et quatrième dans le monde. Un quartier entouré de villes parmi les plus bourgeoises de France telles que Neuilly, Puteaux, Courbevoie, etc. Des quartiers et des villes où sont venus se réfugier les Juifs chassés du 93 et de l'ensemble des zones de non droit en France, zones pudiquement appelées zones urbaines sensibles (ZUS). Il y en a 750 en France.

Que nous apprend cette malheureuse histoire?

Nous découvrons que les enfants juifs de France apprennent très vite qu'il faut cacher leur judaïté pour avoir une vie sociale normale, que ces enfants fréquentent des monstres élevés à l'islamisme dès leur plus jeune âge, qu'il n'y a plus de zones protégées pour vivre son judaïsme et qu'un enfant juif a une vie sociale risquée. Mettre ses enfants dans une école juive et habiter dans les beaux quartiers ne suffit plus pour protéger les siens.

Que répondre à ceux qui nous disent : "Tout le monde ne peut pas faire la 'Alyah' ?

A cette question je ne peux apporter qu'une réponse pragmatique, de bon sens et une attitude de bon père de famille. Dans toute l'histoire de l'humanité, à chaque fois qu'un groupe se sentait en danger, il mettait les femmes, les enfants et les anciens en sécurité, les autres allaient au combat pour défendre le groupe. Malheureusement les victimes de l'antisémitisme en France sont précisément les jeunes, les vieillards et les femmes. Alors vous savez ce qu'il vous reste à faire, commencez par protéger vos enfants et les plus fragiles d'entre vous ; de grâce, ne faites pas prendre de risques à vos proches. Nous sommes tous responsables du bien être des membres de nos familles.

Que se passe-t-il dans la tête d'un parent lorsqu'il sait que son enfant vit dans le 19ème arrondissement à Paris, à Sarcelles ou à Créteil en banlieue parisienne, des quartiers où Juifs et non-juifs vivent ensemble, quartiers ratissés par des partis politiques antisémites, où les Frères musulmans forment leurs jeunes à la haine, quartiers chauffés à blanc par tout un tas d'organisations, d'associations et de bandes, que l'Etat laisse faire afin d'avoir une "paix sociale" ? Ces dernières élections ont montré aux Juifs de France que ce ne sont pas les hommes ou les femmes politiques qui vous sauveront, la grande majorité d'entre eux viennent de se donner en spectacle ces dernières semaines. Et quel spectacle !

Quelle France pour demain, sachant ce qu'elle est aujourd'hui ?

Dans les manifestations contre l'antisémitisme, il n'y a plus que des Juifs.

L'influenceuse Kenza Benchrif, suivie par plus d'un million de personnes, vient de lancer un boycott contre les Juifs de France.

L'Etat français vient d'inaugurer le boycott d'Etat, jugé illégal par la Cour d'appel et le Tribunal de commerce de Paris, en interdisant à Israël et aux Israéliens de participer au salon du matériel de défense Eurosatory, alors qu'aucune remarque n'a été faite à la Chine.

Manifestation monstre contre l'antisémitisme à Paris où le président de la République se cache à l'Elysée pour ne pas "gêner" les Musulmans.

Le maire de Bruxelles, capitale de l'Europe, vient d'interdire aux footballeurs israéliens de jouer dans sa ville par peur des islamistes belges.

Esther Benbassa, ancienne sénatrice du Val-de-Marne exclue du groupe écologiste, franco-israélienne, déclare que ce n'est pas grave si la gauche négocie avec les antisémites puisque la gauche n'a que de bonnes intentions.

L'ONU, à travers Francesca Albanese, qualifie la libération des 4 otages israéliens à Gaza d'opération génocidaire.

Et je m'arrête là.

Mais au fond, vous les Juifs d'Europe, vous n'êtes pas vraiment surpris par tout cela. La politique politicienne, lors de cette élection, vous a vendus en 4 jours pendant que l'extrême droite, l'extrême gauche et les islamistes continuent à progresser.

Savez-vous combien vous valez pour vos élus ?  
ZERO, rien, ils viennent de vous le prouver.

Rony Hayot

VOTRE **PUBLICITÉ** SUR



**Torah-Box**  
MAGAZINE

Une **visibilité** unique

- 10.000 exemplaires distribués en France
- Dans plus de 500 lieux communautaires
- Publié sur le site Torah-Box
- Envoyé aux abonnés Whatsapp et newsletter
- Magazine hebdomadaire
- Des prix imbattables

Contactez-nous : **Yann Schnitzler**  
✉ [yann@torah-box.com](mailto:yann@torah-box.com) ☎ 04 86 11 93 97



## Tragédie juive parisienne au XIII<sup>ème</sup> siècle : les 2 "brûlements"

*Face au spectacle désolant des flammes qui dévoraient le Talmud sous le regard satisfait des ecclésiastes, Rabbénou Yona de Gérone ne put s'empêcher d'établir un lien de causalité avec un autre brûlement qui avait eu lieu seulement 40 jours auparavant, celui des œuvres de Maïmonide qu'il avait initié.*



Il y a près de 800 ans à la même période, un événement tragique vint bouleverser la communauté juive du royaume de France : le brûlement du Talmud en place de Grève à Paris. Cet épisode marqua un tournant si décisif dans les relations entre Juifs et chrétiens au XIII<sup>ème</sup> siècle qu'il provoqua même le départ de Rabbi Yé'hriel de Paris et de ses disciples vers la terre sainte. Face au spectacle désolant de centaines, voire peut-être même de milliers de saints ouvrages livrés au feu, le *Maharam* de Rottenbourg immortalisa l'événement dans une *Kina*, un texte de lamentation : "Demande, brûlée par le feu, comment vont ceux qui portent ton deuil..."

Ce qu'on sait moins, c'est que quarante jours avant cet événement, un autre brûlement eut lieu au même endroit : celui des œuvres de Rabbi Moché Ben Maïmon, le Rambam, surnommé aussi Maïmonide. Cette fois, ce ne sont pas les Gentils qui furent à l'origine de l'affaire, mais les Juifs eux-mêmes, la polémique

autour des écrits du Rambam étant vive à cette époque.

La proximité temporelle entre les deux événements interpella fortement les esprits des Sages de France, qui ne manquèrent pas de la souligner et d'en tirer les conclusions qui semblaient s'imposer pour eux.

### **La disputation en place publique**

A l'origine du brûlement du Talmud, on trouve une certaine disputation – pratique somme toute banale à cette époque – qui se tint à Paris en 1240 à l'initiative de Nicolas Donin de La Rochelle, un juif renégat converti au christianisme. Ancien élève de Rabbi Yé'hriel de Paris, Donin avait quitté le *Beth Hamidrach* avec fracas pour des raisons qu'on ignore encore. Plein d'animosité envers son ancien maître et ses coreligionnaires, il provoqua le massacre de 3.000 Juifs d'Anjou et du Poitou durant la sixième Croisade et alla convaincre

le pape Grégoire IX que le Talmud était la cause principale du refus des Juifs d'accepter la foi chrétienne. "Texte blasphématoire, le Talmud comporte de nombreuses attaques à l'encontre de notre messie et de sa mère", argua-t-il. Il n'en fallait pas plus au pape pour se laisser convaincre d'organiser un débat public où textes et arguments des deux camps seraient confrontés, dans une égalité qu'on pourrait qualifier de discutabile.

L'idée plut fort au roi Louis IX de France, qui se pressa d'ordonner une disputation publique pour examiner les accusations de Donin. Ce fut tout naturellement Rabbi Yé'hieï de Paris, accompagné de trois autres Sages – Rabbi Yéhouïa fils de Rabbi David de Melun, Rabbi Chemouel Bar Chlomo de Château-Thierry et Rabbi Moché de Coucy – qui fut désigné pour lui faire face.

Egalement connu sous le nom de Sire Vives (une traduction de *Yé'hieï* en hébreu), Rabbi Yé'hieï était un éminent talmudiste et une figure centrale de l'école talmudique française. Né à Meaux, il avait étudié auprès de grands maîtres tels que Rabbi Its'hak *Or Zaroua'* et Rabbi Yéhouïa de Sens. A cette époque, Rabbi Yé'hieï dirigeait une *Yéchiva* à Paris qui comptait quelque 300 élèves, dont certains resteront célèbres dans le paysage des Sages français du Moyen-âge : citons Rabbi Its'hak de Corbeil et Rabbi Mordekhaï.

La discussion savante qui se tint en présence de Blanche de Castille – qui affiche pourtant une certaine sympathie pour le camp juif – tourne rapidement au procès, malgré la remarquable ténacité de Rabbi Yé'hieï. Le renégat Donin expose passage après passage du Talmud, s'employant à démontrer le mépris avec lequel le messie des chrétiens est tenu par les Sages juifs. Rabbi Yé'hieï et ses compagnons lui tiennent tête avec courage et détermination.

Ils apportent preuves et démonstrations afin de démontrer que la plupart des passages incriminés ne traitent pas de l'homme en question, mais d'autres personnages de l'époque talmudique.



Il n'en fallait pas plus au pape pour se laisser convaincre d'organiser un débat où textes et arguments des deux camps seraient confrontés.

Les conclusions précises de la disputation restent floues. D'un côté, le tribunal tarde à émettre une décision, visiblement en raison des arguments forts avancés par Rabbi Yé'hieï et ses compagnons. Mais en dépit de leur excellente prestation, ces Sages ne pourront pas empêcher la destruction du Talmud, ni un peu plus tard l'expulsion des Juifs de France.

La disputation entre Rabbi Yé'hieï et Donin fut soigneusement transcrite, certainement pour servir aux générations futures. Outre la version hébraïque, les questions sur le Talmud présentées par Nicolas Donin devant le pape nous sont également parvenues. Ce texte, nommé "*De Extractiones des Talmut*", fut rédigé par le renégat pour démontrer les "blasphèmes" du Talmud et justifier sa destruction.

### Le Talmud en cendres

Aussitôt la disputation terminée et le triomphe du christianisme autoproclamé, le pape fit expédier des missives aux rois et princes d'Europe, exigeant d'eux de saisir et brûler les ouvrages incriminés. Si tous les souverains n'avaient pas de réel intérêt à appliquer les ordres et manifestèrent une certaine nonchalance à s'y conformer, Louis IX quant à lui les exécuta avec zèle, allant même au-delà des exigences papales en incluant tous les ouvrages religieux juifs. Les témoignages qui restent de cette époque parlent de 18, peut-être même 24 charretées de livres saints détruits par les flammes en place de Grève, actuelle place de l'Hôtel de Ville à Paris.



Le brûlement du Talmud eut des répercussions immédiates et dévastatrices. Les ouvrages talmudiques, qui étaient à la base de la sagesse des Maîtres français, furent interdits et censurés en France et en Europe. Le "De Extractiones des Talmut", compilé par Donin, servit de manuel pour les censeurs, influençant même la propagande antisémite des siècles suivants. Ce texte, rédigé sous les ordres d'Eudes de Châteauroux, visait à éclairer les théologiens chrétiens sur les "erreurs" du Talmud. L'interdiction du Talmud fut un coup dur porté aux communautés juives, limitant leur accès à des textes essentiels pour la jurisprudence.

#### 40 jours avant, au même endroit...

Le Sage qui était à l'origine de la plus vive opposition aux écrits de Maïmonide en France était un certain *Rabbénou Yona* de Gérone, resté célèbre comme l'un des maîtres les plus anciens de l'école du *Moussar*. Face au spectacle désolant des flammes qui dévoraient le Talmud sous le regard satisfait des ecclésiastes, il ne put s'empêcher d'établir un lien de causalité avec un brûlement qui avait eu lieu seulement 40 jours auparavant, celui des œuvres de Maïmonide qu'il avait initié.

Avec son Guide des Egarés, dont la publication remontait à 1190, le Rambam avait en effet intégré la philosophie aristotélicienne dans la pensée juive, une démarche absolument inédite pour l'époque. Il avait été également le

premier à interpréter certains textes bibliques de manière allégorique, en particulier lorsqu'il s'agissait de récits qui semblaient contredire la raison.

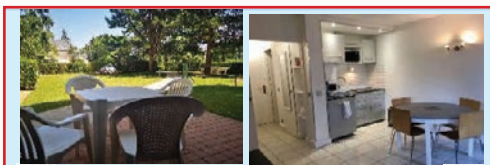
Dans son *Michné Torah*, qui se voulait une compilation de l'ensemble du code de lois juif, Maïmonide avait parfois omis la mention de débats et d'opinions contradictoires et sa méthode de travail lui fut reprochée. Le Raavad, Rav Abraham Ben David de Posquières, notamment, lui reprocha de simplifier le débat talmudique et, tout en reconnaissant la valeur inestimable de l'œuvre comme de l'auteur, attaqua vigoureusement la démarche du Rambam.

D'autres, fidèles au principe de *'Hadach assour min hatorah* (toute innovation est interdite par la Torah), fustigèrent l'absence de sources talmudiques dans certaines des prises de position du Rambam, craignant que la chose n'ouvre la porte à d'autres innovations délébiles et périlleuses.

Persuadé de leur hérésie et craignant que l'approche innovatrice du Grand Aigle n'ouvre une brèche dans la compréhension traditionnelle des textes, *Rabbénou Yona* avait ainsi obtenu des Dominicains et des Franciscains qu'ils brûlent ses ouvrages publiquement. Le 3 mars 1240, sur la place de Grève à Paris, les ouvrages philosophiques et halakhiques de Maïmonide furent livrés aux flammes, en présence de religieux chrétiens et de membres de la communauté juive.

*Rabbénou Yona* se repentit publiquement de son acte et passera ses jours à réhabiliter l'œuvre de celui à qui il s'était jadis si vigoureusement opposé. *Rabbénou Yona* fit même vœu de se rendre en *Erets Israël* pour demander pardon à Maïmonide sur sa tombe. S'il ne put mener sa mission à bien, il rédigea deux ouvrages sur le repentir qui marqueront d'une empreinte indélébile la littérature juive jusqu'à ce jour : *Iguéret Hatéhouva* et *Cha'aré Téhouva*.

Elyssia Boukobza



 **Partez vous détendre à Deauville !** 

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



# Vous déménagez en Israël ?

**Concentrez-vous sur l'essentiel  
laissez le reste aux professionnels**

- ✓ Un seul interlocuteur du début à la fin
- ✓ Des tarifs tout compris, sans surprise à l'arrivée
- ✓ Suivi online du déménagement 24/24
- ✓ Respect des délais
- ✓ Des déménageurs expérimentés
- ✓ Compagnies maritimes directes et rapides
- ✓ Emballage adapté
- ✓ Pensez à votre Alyah, nous pensons au reste



**Terre**



**Aériens**



**Mer**



14, Ha-Yetsoul Street 7863557 Ashkelon, Israel

Tel 🇫🇷 : 01 86 26 00 00 - Tel 🇮🇱 : 08 684 64 93



+972 58-606-1162



info@demeco-isradem.com

[www.isradem.ltd](http://www.isradem.ltd)



## L'idolâtrie du 21<sup>ème</sup> siècle

La *Parachat 'Houkat* expose une loi de la Torah qui dépasse la compréhension rationnelle de l'homme : celle de la vache rousse. Ce commandement consiste à consommer une vache rousse, dont les cendres servaient à purifier les personnes devenues impures au contact d'un mort. Le paradoxe de cette loi réside dans le fait que ceux qui étaient purs devenaient impurs au contact de cette eau, tandis que ceux qui étaient impurs devenaient purs après l'aspersion. Cette contradiction est inexplicable à notre niveau de compréhension, mais elle nous offre des enseignements précieux, comme l'explique le Sforno.

Le Sforno souligne qu'en plus de la consommation de la vache rousse, la Torah nous demande d'ajouter du bois de cèdre et de l'hysope, tous deux liés par un fil écarlate. Ce qui semble être un détail est en réalité porteur d'un enseignement pour nous. Le cèdre, cet arbre haut et puissant, représente la force et la grandeur ; l'hysope quant à lui symbolise l'humilité et la faiblesse. Le fil rouge, couleur de la faute dans la Torah, rappelle que les extrêmes ne sont pas souhaitables.

La Torah nous enseigne au contraire à rechercher un équilibre, la voie médiane dans notre service divin. Le Rambam développe cette idée en prônant le "chemin du milieu".

Rav Dessler, citant le Zohar, explique que le mauvais penchant de l'homme change d'apparence selon les générations. À l'époque du Talmud, la tentation principale était par exemple l'idolâtrie, si puissante que les Sages de la Grande Assemblée durent intervenir pour demander à Hachem de l'éradiquer du cœur de l'homme.

Aujourd'hui certes, plus personne n'est attiré par l'idolâtrie. Mais Rabbi Miller, se basant sur les enseignements de Rav Dessler, énonce quel est le *Yétser Hara'* de notre époque moderne : l'attrait pour l'argent et les plaisirs matériels.

*Rabbénou* Bé'hayé, dans le "*Hovot Halévavot*", critiquait déjà en son temps la recherche effrénée des plaisirs de la table, des vêtements luxueux, des biens matériels. Les gens cherchent à bien manger, bien s'habiller et bien se loger, sans comprendre que cela les détourne de la spiritualité et des valeurs essentielles de la Torah !

Rav Miller déplore cette situation, rappelant que la Torah doit rester la priorité du Juif, comme nous le proclamons chaque soir dans la prière de '*Arvit* : "Car [ces préceptes] sont notre vie... et nous les étudierons jour et nuit".

Beaucoup célèbrent *Pessa'h* dans des hôtels de luxe. Rav Miller déplore cette situation, en cela qu'elle éloigne les enfants des valeurs spirituelles. Comment dès lors leur inculquer la Torah et les vraies valeurs de notre patrimoine ?

Rav Dessler explique que tout élément matériel est intrinsèquement impur ; cependant la matérialité peut être purifiée lorsqu'on la met à profit par un usage spirituel. Les parents, explique-t-il, en particulier les mères, doivent inculquer cette perspective spirituelle à leurs enfants. Mais si les parents eux-mêmes sont attirés par la superficialité, ils échoueront dans leur mission !

En renforçant notre engagement dans la Torah, rappelle Rav Miller, nous préparons la base pour l'avenir spirituel pour nos enfants. En cultivant un environnement où la Torah est au centre de nos préoccupations, et non plus les plaisirs matériels, nous pouvons espérer transmettre ces valeurs à nos enfants et assurer un avenir riche sur le plan spirituel pour les générations à venir.

Que Dieu protège et guide tous les enfants d'Israël vers un retour aux sources spirituelles. Amen !

Retranscrit d'après un cours de  
**Rav Raphaël Benzaken, Roch Yéchiva "Shaaré Shalom" à Jérusalem, paru sur torah-box.com**



**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/>



### Assure ta place dans le monde futur en devenant un calculateur

*Quelles sont les conséquences de l'offensive du roi Si'hon contre les enfants d'Israël ? Quelle est la signification du proverbe "Venez à 'Hechbon" et comment peut-il vous guider vers le succès dans ce monde ? Qui sont les Mochlim et comment peuvent-ils vous aider à prendre les bonnes décisions ? Découvrez comment réfléchir et calculer avant d'agir peut changer votre vie.*

Peu avant que les Hébreux entrent enfin en terre d'Israël après 40 ans dans le désert, il y avait là-bas deux territoires appartenant à deux peuples : Emor et Moav. Un jour, Si'hon, le roi des Emoréens, décide de lancer une offensive contre son voisin Moav. Après plusieurs batailles, il gagne et s'empare notamment d'une belle et grande ville appelée 'Hechbon, qu'il développe pour en faire sa nouvelle capitale et la vitrine de son royaume.

À cette époque, il était courant que des *Mochlim* (des poètes) se rassemblent dans les rues pour divertir les gens par des poèmes plaisants. Pour célébrer la victoire du roi, ils composèrent et chantaient ce proverbe : "Venez à 'Hechbon, la ville de Si'hon, qu'elle se relève et s'affermisse" (*Bamidbar 21, 27*). Ces troubadours invitaient les gens à contempler la victoire de leur roi, ils se moquaient de Moav et de la confiance qu'ils avaient placée dans leur divinité qui ne les avait pas aidé à gagner.

Quelque temps après, les enfants d'Israël traversent la terre d'Israël. Ils n'ont aucune intention de provoquer Si'hon et passent leur chemin... mais Si'hon décide de leur faire la guerre. Israël gagne : "Si'hon est tué, le pays est conquis" (*Bamidbar 21,24*). Les *Bné Israël* récupèrent ainsi un immense territoire, de manière imprévue. Tout ce que le roi Si'hon avait gagné, bâti, annexé, a finalement bénéficié à d'autres.

Le célèbre proverbe "Venez à 'Hechbon, la ville de Si'hon" est réutilisé par d'autres poètes pour se moquer du roi déchu et en tirer des leçons de vie. D'aucuns pensaient : "Voilà comment

un homme travaille toute sa vie pour offrir à d'autres le produit de son effort..."

#### **Self-control**

Mais chez les Juifs, comme l'explique Rav Avigdor Miller, le seul poète apte à nous interpréter ce proverbe, c'est D.ieu Lui-même, qui a du reste inscrit cette phrase dans la Torah. Voici comment nous est dévoilée l'explication de ce proverbe dans le Talmud (*Baba Batra 78b*) :

- "**Ainsi disent les Mochlim**" : en hébreu, le *Mochel* est un poète mais veut aussi dire "dominateur", dans le sens de celui qui exerce une maîtrise de lui-même, qui ne commence rien avant d'avoir fait appel à sa raison. Ces personnes veulent nous révéler comment réussir notre vie, et nous conseillent donc en disant :

- "**Venez à 'Hechbon**" : en hébreu, *'Hechbon* signifie "calcul". Pour réussir votre vie, réfléchissez et calculez avant d'agir. Les personnes qui réussissent dans ce monde et qui ont part au monde futur ont appris à ménager de leur temps pour réfléchir. C'est le conseil des *Mochlim*, ceux qui dominent leurs émotions.

Rabbi Moché 'Haïm Luzzatto, dans son œuvre *Messilat Yécharim*, nous offre une parabole pour nous expliquer que seuls ces gens ayant vaincu leur mauvais penchant peuvent nous guider dans la vie - et personne d'autre. Imaginez un grand jardin labyrinthe rempli d'arbres, de buissons, de murs et de chemins sinueux. Des aristocrates observent les visiteurs depuis un endroit surélevé. Les visiteurs ont de grandes

chances de s'égarer, reviennent sur leur chemin, se trompent à nouveau, ne trouvent pas la sortie, certains ne s'en sortent jamais... Dans cette histoire, seuls les propriétaires de ces châteaux, les aristocrates tranquillement assis sur leurs terrasses, ont une vue d'ensemble et peuvent guider les visiteurs vers le bon chemin.

### **Faire les bons choix**

Il en va de même dans nos vies. Ce sont les personnes qui ont appris à surmonter leur mauvais penchant qui sont les mieux placées pour nous aider. Et que disent ces personnes ? Venez à 'Hechbon, réfléchissez sur vous-mêmes. Vous voulez arriver à destination du monde futur ? Réfléchissez à tous vos choix, car tout se calcule et se réfléchit. Êtes-vous aligné avec votre mission dans ce monde, avec vos valeurs, vos aspirations ?

» **Votre activité professionnelle :** vous rapporte-t-elle assez ? Est-elle Cachère, n'entraîne-t-elle pas de péchés ?

» **Votre lieu de résidence :** êtes-vous situé près d'une communauté juive assez dynamique et engagée ou non ? Y a-t-il un *Mikvé* à proximité, un *Collel*, une école juive pour les enfants ?

» **Votre alimentation :** jusqu'à quand boire ce poison que sont les sodas sucrés ? Mangez-vous varié, remplissez-vous votre ventre à chaque repas ou vous arrêtez-vous à temps ?

» **Votre couple :** prenez cinq minutes pour réfléchir à votre vie conjugale. Vous pensez être un *Tsadik*, mais peut-être êtes-vous un tyran ! La plupart des criminels pensent être de bonnes personnes. Nous avons tendance à ne pas voir nos propres erreurs. Peut-être écrasez-vous votre conjoint ?

» **Votre attitude envers les autres :** comment vous comportez-vous avec vos parents, votre propriétaire ou votre locataire, votre employeur ou vos employés ?

» **Remboursez-vous vos dettes ?**

» **Faites-vous Chabbath comme il faut ?** Est-ce que vous passez votre temps à dormir le Chabbath ?

» **Vous arrive-t-il de regarder des vidéos futiles ou pire, des vidéos indécentes ?**

» **Votre pratique religieuse :** pendant la répétition de la *'Amida*, je consulte mon téléphone en pleine synagogue ou je reste concentré comme la *Halakha* le demande ? Au réveil le matin, ai-je récité *Modé Ani* avec concentration ? Quand je me suis lavé les mains le matin, ai-je fait *Nétilat Yadaïm* avec concentration, comme le *Cohen* dans le Temple ? Sais-je être heureux de ce que je possède ou je ne pense qu'à ce que je n'ai pas ?

Dieu nous parle à travers ce proverbe. Ceux qui ont réussi leur vie se posent ces questions quelques minutes chaque soir avant de dormir, ils ont appris l'art de l'introspection. En prenant le temps de réfléchir chaque jour à la direction que nous prenons dans notre vie, nous nous transformons en bien.

### **Rapport gain / perte**

Comment vivre le principe du calcul, comment réussir notre vie, comment appliquer le "Venez à 'Hechbon" ? Le Talmud répond clairement : posez-vous toujours la question avant de faire quoi que ce soit - qu'est-ce que je perds en accomplissant cette *Mitsva*, et combien je gagne ? Mais aussi, qu'est-ce que je gagne en commettant une faute, et surtout qu'est-ce que j'y perds ? Si j'arrive à la synagogue un peu plus tôt le matin et que j'ai le temps de réciter tous les psaumes d'avant la prière avec concentration, que vais-je gagner ? Et si j'arrive en plein milieu de la prière, après *Barékhou*, combien vais-je perdre ?

Notre imagination nous fait croire que nous perdons du temps, du confort et de la facilité avec la Torah et les *Mitsvot*, alors qu'en réfléchissant un tout petit peu - et c'est à ça que devraient servir les vidéos courtes de nos jours -, vous réalisez combien vous allez y gagner !

Alors oui, il vous faudra peut-être vous lever tôt le matin, éviter de proférer des paroles vaines. Les *Mitsvot* coûtent parfois un peu d'argent, comme une bonne paire de *Téfilin* Cachères par exemple. Mais ce qui n'est pas cher... n'est souvent pas Cachère ! Je me rappelle de la première maison que j'ai habitée en Israël, son propriétaire y avait habité pendant 15 ans. Lorsque j'ai ouvert le boîtier de *Mézouza* qu'il avait, j'y ai trouvé un parchemin imprimé *Made in China* : l'ancien propriétaire est resté pendant 15 ans sans bénédiction, sans protection et dans la faute : pourquoi ? Pour un manque de réflexion et une économie de 30 €.

À chacune de nos actions, nous devons toujours considérer le gain par rapport à la perte. Le gain ne relève pas de l'imaginaire. Un bon comportement se traduit en un bienfait infini dans le *'Olam Haba*, le monde futur qui est le but de notre création. Pensez toujours au monde futur ! C'est le seul calcul qui compte pour vous : considérez tous vos projets dans ce monde en termes de valeur éternelle ! Ayez toujours cette idée présente à l'esprit : quel sera l'impact de mon action dans le monde futur ? Les *Mochlim*, les "gagnants", pensent comme cela ! Ce que je fais de maintenant à ce soir, les mots que je prononce vont-ils me rapporter dans ce monde et dans le monde futur, ou l'inverse ? Que vais-je gagner en me consacrant à telle activité, à étudier la Torah, à développer de bons traits de caractère, à aider une association de charité ou de diffusion de Torah à rapprocher des Juifs vers la lumière ? Que vais-je perdre à procrastiner tous les jours devant un écran à *swiper*, *scroller* jusqu'à devenir un vieil homme sénile sur le point de quitter ce monde ?

## Monde fini, monde infini

Le roi Si'hon a passé sa vie à construire uniquement dans ce monde en vain, et tout lui fut repris. Tout ce que l'on construit ici-bas se transforme tôt ou tard en ruine. Même la plus belle des maisons dans laquelle nous avons investi tous nos efforts finira un jour détruite par un bulldozer pour en construire une

autre. En revanche, le palais éternel que nous construisons dans le monde futur à travers nos *Mitsvot*, nos bonnes paroles, nos belles actions... aucun bulldozer ne pourra le raser. Un homme qui réfléchit à ses actions les rend pérennes.

Vivons à fond le moment présent en méditant sur nos actions pour passer notre vie éternelle dans le monde futur à compter nos diamants et à profiter de cette félicité. Évitions-nous une vie éternelle à devoir regretter sans fin, à contempler et jalouser ceux qui auront mieux réussi leur vraie vie. Le *Messilat Yécharim* explique que la nature humaine dans ce monde est un parallèle à celle que l'on aura dans le monde futur. Nos actions sont éternelles, elles nous accompagneront dans le monde futur. Le désir de gloire ne s'achève pas dans la tombe, ceux qui seront assis tout au fond dans le monde futur seront rongés éternellement par la jalousie en regardant ceux qui auront réussi.

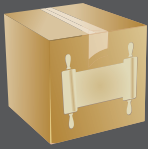
Imaginez-vous ce petit Juif, avec son chapeau, votre voisin discret assis au fond de la synagogue, ou cette femme simple de votre quartier être au sommet dans le monde futur alors que êtes tout en bas de l'échelle... Qui sait combien ces personnes, en apparence simples, ont fait de calculs et de réflexion dans ce monde avant d'agir ?

Beaucoup de personnes ordinaires ont compris le sens de "Venez à *'Hechbon*", alors lancez-vous dans la pratique réflexive comme le conseille Rav Miller. Ayez constamment conscience du monde à venir dans votre existence. Toutes nos pensées doivent se diriger vers la réussite dans le monde à venir : il s'agit d'une clé de la réussite ici, c'est notre rôle pour le monde futur, alors... à tout à l'heure !

**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...

### 'Houkat - Éviter l'interruption dans notre génération smartphone

*L'individu est tellement submergé par ses activités qu'il n'a jamais l'opportunité de faire une pause et d'analyser le sens que prend son existence. Le mauvais penchant nous occupe afin que l'on n'ait aucun temps libre pour penser à la vie.*



La Parachat 'Houkat termine par l'histoire de la conquête de la ville de 'Hechbon par le peuple juif. Elle appartenait à Moav jusqu'à ce que Si'hon, roi des Emoréens prenne le pouvoir sur Moav et conquière 'Hechbon. À propos de cette guerre, la Torah nous raconte : "C'est pourquoi les *Mochlim* (poètes) disaient : 'Venez à 'Hechbon ! Et la cité de Si'hon sera reconstruite et rétablie !' "(*Bamidbar* 21, 27)

D'après le sens simple, ce verset indique que les *Mochlim* sont ceux qui disent des *Machalim* (des poèmes, des analogies) : Bil'am et Bé'or, et ils disaient à Si'hon d'aller s'emparer de 'Hechbon.

Mais la *Guémara* voit une allusion dans ce verset : "C'est pourquoi ceux qui maîtrisent leurs instincts diront : 'Venez, faisons un compte-rendu ; la perte (causée par l'accomplissement)

d'une *Mitsva* par rapport à ses bénéfiques, ainsi que les intérêts d'une faute contre ce qu'elle fait perdre." (*Baba Batra* 78b)

#### Les vertus de l'introspection

Les commentateurs demandent pourquoi seuls ceux qui maîtrisent leurs penchants déclarent qu'il faut faire une introspection. Le *Messilat Yécharim* explique que ceux qui dominent leurs instincts analysent leur *Yétser Hara'* en profondeur et sont conscients de la nécessité d'une extrême vigilance quant à ses tactiques, grâce à un '*Hechbon Hanéfech* (introspection) régulier. Par conséquent, ils exhortent les autres à entreprendre une réflexion. Pour ce faire, la personne doit inspecter les objectifs

qu'elle s'est fixés dans sa vie et se demander s'ils se concrétisent dans son quotidien.

Celui qui ne maîtrise pas ses inclinations ne sait pas que le *Yétser Hara'* cherche constamment à le piéger et à l'entraîner vers le bas. Il est tellement aveuglé par la force du mauvais penchant qu'il trébuche tout au long de sa vie comme quelqu'un qui marche dans l'obscurité, totalement inconscient des nombreux dangers qui le guettent. Il ne réalise pas l'importance du *'Hechbon Hanéfech*, et c'est donc quelqu'un qui se contrôle qui peut le motiver à cela.

## **Vie bien remplie, et le mauvais penchant s'en mêle**

Le *Messilat Yécharim* note les différents éléments qui poussent une personne à se tromper quant au véritable but de la vie. Tout d'abord, l'individu est tellement submergé par ses activités qu'il n'a jamais l'opportunité de faire une pause et d'analyser le sens que prend son existence. C'est l'une des tactiques les plus efficaces du *Yétser Hara'* – il sait que ce genre d'arrêt incitera la personne à réaliser que de nombreux changements sont nécessaires. C'est pourquoi il nous occupe afin que l'on n'ait aucun temps libre pour penser à la vie. À l'instar de Pharaon qui, lorsqu'il s'aperçut que les Juifs pensaient à leur liberté, les força à travailler encore plus dur pour qu'ils n'aient pas le temps de songer à une éventuelle rébellion.

Ainsi, le *Yétser Hara'* nous envoie toutes sortes de distractions au point que l'on n'arrive jamais à se poser et à réfléchir. Il existe une différence entre action et réalisation : malgré nos activités, nous risquons d'être bien déçus, si nous nous arrêtons pour examiner nos résultats.

Cette occupation se manifeste de diverses façons.

On raconte l'histoire d'un père qui travaillait énormément, même le dimanche. Chaque dimanche, le fils souhaitait que son père passe un peu de temps avec lui. Un jour, l'enfant demanda à son père combien il gagnait en une heure de travail le dimanche. Réponse : 100 \$.

Le garçon dit alors qu'il avait économisé 50 \$ et qu'il voulait les donner à son papa pour qu'il reste une demi-heure avec lui !

Le père avait peut-être de nobles intentions quand il faisait ces heures supplémentaires, mais il ne se rendait pas compte qu'il sacrifiait un lien étroit avec son fils et que les avantages de ce travail étaient supplantés par le tort qu'il causait.

Si cette épreuve était forte du temps du *Messilat Yécharim* il y a près de trois siècles, elle l'est d'autant plus dans la société moderne. Le monde est saturé de gadgets et de nouveautés technologiques qui peuvent occuper les gens et les distraire toute la journée. Rares sont les conversations qui ne sont pas interrompues par un appel téléphonique ou par la réception d'une notification sur son smartphone.

## **Réfléchir au sens de sa vie**

Pour vaincre le *Yétser Hara'*, le *Messilat Yécharim* conseille vivement de faire une introspection régulière, pour se souvenir des objectifs de la vie et pour s'assurer que l'on vit en accord avec eux. Le Chabbath est un moment propice à ce genre d'analyse, où l'on peut se détacher de toutes ces distractions et faire le bilan de la semaine passée.

Le *Yétser Hara'* fait tout son possible pour nous empêcher d'entreprendre une introspection. Il peut ainsi nous paraître plus difficile de consacrer 5 minutes par semaine au *'Hechbon Hanéfech* que 10 heures par jour à l'étude ! Certes, le mauvais penchant ne veut pas que l'on étudie la Torah, mais s'il ne peut éviter ceci, il s'efforcera d'empêcher l'individu d'utiliser ce qu'il apprend pour vivre en conformité avec la Torah. Il commence par s'opposer à ce qu'il prenne du recul pour réfléchir au sens de sa vie, en faisant du *'Hechbon Hanéfech* une tâche pénible.

**Cependant, celui qui tente de se purifier bénéficie d'une grande aide du Ciel et connaîtra certainement une grande réussite.**

*Rav Yehonathan Gefen*





# SHA BA TIK

N°384

Feuillet parents-enfants pour Chabbath

édité par  Torah-Box.com

## 'Houkat 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 qui contient un mot et son contraire (ex : les grands petits). 2. **Trouvez un slogan à votre équipe.** (★★ 2 points pour le slogan le plus sympa) 3. Expliquez pourquoi vous êtes les plus forts. (★★ 2 points pour les plus convaincants, ★★ 2 points pour les plus drôles)

2

## L'UN, L'AUTRE OU LES 2 ?

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

*La vache - la poule - les deux - aucune des deux*



- Elle pond des œufs.
- > La poule.
- On boit son lait.
- > La vache.
- Son mari nous réveille.
- > La poule.
- Elle fait meuh.
- > La vache.
- Elle vit dans la ferme.
- > Les deux.

- C'est un animal Cachère.
- > Les deux.
- Elle vole très haut.
- > Aucune des deux.
- Elle rumine.
- > La vache.
- Elle a quatre pattes.
- > La vache.
- Elle vole très bas.
- > La poule.

- Elle pèse jusqu'à trois kilos.
- > La poule.
- Elle a un bec.
- > La poule.
- Elle sait nager.
- > Aucune des deux.
- Elle a des plumes.
- > La poule.
- Son fils, c'est le veau.
- > La vache.





## 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.

**?** Nommez un instrument de musique souvent associé au jazz.

Saxophone
Trompette
Piano
Contrebasse
Batterie

**?** Quelle est la meilleure façon de se déplacer en ville ?

Transports en commun
Vélo
Marche à pied
Voiture
Trottinette électrique



**?** Pour quelles raisons quelqu'un pourrait être en retard au travail ?

Embouteillage
Panne de réveil
Problème de santé
Problèmes de garde d'enfants
Changement d'heure

### JEU

### 4

## LES DÉFIS DE LA SEMAINE

Répète sans te tromper, 7 fois, la phrase



*Qu'a bu l'âne au quai ? Au quai, l'âne a bu l'eau.*

- Monsieur et Madame **Alavanisivouplai** ont un fils, comment s'appelle-t-il ?  
> **Douglas.**
- **Terminez la phrase** : "L'amour pour son prochain est la clé..."  
> **...de la paix (Rav Mendel de Kotzk).**
- **Le saviez-vous** : Qu'a fait construire Richard Nixon à la Maison Blanche en 1969 ?  
> **Une piste de bowling.**
- **Énigme** : Numéro à 3 chiffres. Le chiffre du milieu est 4 fois plus grand que le troisième et dernier chiffre. De plus, le premier est plus petit de 3 unités que le second. Qui suis-je ?  
> **Le 141.**

- Cite au moins 5 animaux qui commencent par un "V".  
Ex : Vache, vautour, ver, vipère, veau, veuve noire, vison
- Comment s'appelle la ville de France qui s'écrit avec une seule lettre ? (5 réponses permises.)  
> **Y dans la Somme.**
- 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

Une personne a dans une main un nombre pair de grains de riz et dans l'autre, elle en a un nombre impair. En utilisant une opération mathématique utilisant les chiffres 2 et 3, vous pouvez deviner dans quelle main se trouve le nombre pair de grains et dans quelle main le nombre impair.

**Réponse :** Il faut lui demander de multiplier le nombre de la main droite par un nombre pair (2 par exemple) et celui de la main gauche par un nombre impair (comme 3) et de vous donner le total. S'il est impair, alors le nombre pair de grains est dans la main droite; s'il est pair, il est dans la main gauche.



### 2<sup>ème</sup> énigme

Mamie Gaufrette avait une habitude très particulière. Lorsque quelqu'un frappait à sa porte, elle enfilait son manteau et son chapeau avant d'aller lui ouvrir.

**Sais-tu pourquoi ?**

**Réponse :** Si la personne qui venait la visiter était quelqu'un qu'elle apprécie et avec qui elle voulait discuter, elle prétendait qu'elle venait d'arriver et elle la faisait entrer. Dans le cas contraire, elle prétextait qu'elle allait justement sortir et conseillait à la personne de revenir éventuellement une prochaine fois.



## 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.



Pourquoi nos Sages ont-ils interdit de demander à un non-juif de réaliser un interdit pour nous ?

1. Pour ne pas parler de choses profanes le jour du Chabbath.
2. Car on peut croire par là que le non-juif est l'envoyé du Juif.
3. Pour ne pas tirer profit de ce qu'il a fait pour nous.

Réponses : 1, 2 et 3



Qu'est-ce que la notion de "Marit Ha'ayne" ?

1. Interdiction de faire un acte permis dans la mesure où celui-ci pourrait être perçu par l'entourage comme interdit.
2. Autoriser de faire un acte interdit.
3. Interdiction de faire un acte permis qui porterait à confusion et pourrait entraîner son auteur à fauter dans des conditions similaires ultérieurement.

Réponses : 1 et 3



## 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 l'époque du *Michkan* et du \_\_\_\_\_ (*Beth Hamikdash*), quiconque entrait en contact avec un \_\_\_\_\_ (*mort*) était tenu de passer par une procédure de \_\_\_\_\_ (*purification*) qui durait sept jours. Cela inclut, entre autres, l'aspersion des cendres de la \_\_\_\_\_ (*vache rousse*).

On utilise pour cela une vache rousse sans \_\_\_\_\_ (*défaut*), et qui n'a jamais eu à \_\_\_\_\_ (*travailler*). On l'abat à l'extérieur du \_\_\_\_\_ (*campement*), et on la brûle en y ajoutant du bois de \_\_\_\_\_ (*cèdre*), de l'hysope et un fil \_\_\_\_\_ (*rouge*).

Ses cendres, mélangées à l'eau d'une source \_\_\_\_\_ (*courante*), serviront à asperger la personne \_\_\_\_\_ (*impure*), et rendront impur celui qui les aura préparées.

B

### QUI SUIS-JE ?

(Jeu de rapidité.)

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

1. Je suis la tribu la plus nombreuse.

> La Tribu de Yéhouda.

2. Je suis la tribu la moins nombreuse.

> La Tribu de Chim'on.

3. De quelle couleur est le lait de la vache rousse ?

> Blanc.

4. Nous sommes les animaux qui attaquent les *Bné Israël* à la fin de la *Paracha*.

> Les serpents.

5. Je suis le roi d'Emor.

> Si'hon.

6. Je suis morte dans cette *Paracha*.

> Myriam.

7. Je suis le roi de 'Hechbon.

> Og le géant.

8. Je suis mort dans cette *Paracha*.

> Aharon.

9. Je suis le nouveau *Cohen Gadol*.

> El'azar, le fils d'Aharon.

10. J'ai frappé le rocher.

> Moché avec son bâton.



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



## Anatole, le Juif assimilé de Kovno

*"Je vous remercie infiniment de m'avoir sauvé. Je venais d'être placé sur la liste des nazis pour être déporté et cela n'augure rien de bon. Mais dites-moi, vous, vous avez fait comment pour passer entre les griffes des nazis ?"*



Rav Mordekhai Pogromanski vit dans un ghetto lituanien pendant la Seconde Guerre mondiale. Il est parqué dans le ghetto de la ville de Kovno, l'actuelle Kaunas, dont un quart de la population de la ville est juive avant la guerre.

Avant la mise en place de la solution finale et des camps de la mort, les Lituanais et les nazis tuent les Juifs avec des armes, la tristement célèbre Shoah par balles. Puis la solution finale se met en place.

À partir de 1942, les griffes des nazis se resserrent sur la population juive terrorisée. Semaine après semaine, les Allemands opèrent des sélections et déportent les Juifs innocents en masse vers le camp d'extermination de Birkenau.

### Quand papa vient en rêve

Anatole habite aussi Kovno. C'est un Juif assimilé qui a totalement abandonné le judaïsme, il s'est marié à une non-juive et habite dans la partie de la ville dite *Judenrein*, sans juifs. Il s'est assimilé à un tel point que les nazis ne le remarquent même pas. Et pourtant,

à quelques pas de chez lui, ses frères du ghetto vivent un véritable supplice.

Une nuit, alors qu'Anatole dort profondément, son défunt père lui apparaît en rêve, et il lui dit avec force : "Anatole, mon fils, c'est papa, tu dois sauver Rav Pogromanski du ghetto !" Anatole ne prête aucune attention à ce rêve qui revient pourtant de temps en temps, puis de manière systématique.

Une nuit, dans un nouveau rêve, son père lui crie dessus : "Anatole, réveille-toi, ça suffit, va sauver Rav Pogromanski du ghetto !" Toujours dans le même rêve et pour la première fois, Anatole répond : "Mais père, je ne connais pas cet homme ! Comment le retrouver ?" Son père lui répond : "C'est simple : approche-toi pendant la nuit de la barrière qui sépare le ghetto du reste de la ville, et la première personne que tu vas rencontrer, ce sera lui, Rav Mordekhai Pogromanski. Tu lui diras de se rendre dans le *Mikvé*, le bain rituel du ghetto à côté de la fosse et du réservoir d'eaux pures. Là-bas, il y a un souterrain creusé qui relie la partie juive à la partie non-juive de la ville." Anatole se réveille



en sursaut, et cette fois, il est convaincu que tous ces rêves ne sont pas un hasard. Il se dit aussi qu'il n'a rien à perdre à faire ce que son père lui a demandé.

Le lendemain, en pleine nuit, Anatole se rend à côté du ghetto. Une silhouette apparaît de l'autre côté de la barrière.

## S'échapper pour mieux tomber

Anatole l'interpelle : "Excusez-moi, êtes-vous le rabbin Mordekhai Pogramanski ?" L'homme lui répond par l'affirmative. Anatole lui explique ce que son père lui a révélé en rêve, et Rav Mordekhai fait exactement ce qu'Anatole lui dit. Près d'une heure plus tard, le Rav parvient à sortir du ghetto par le souterrain secret. Anatole fait venir le rabbin à son domicile, et une fois arrivé à bon port, le Rav dit à Anatole : "Je vous remercie infiniment de m'avoir sauvé. Je venais d'être placé sur la liste des nazis pour être déporté et cela n'augure rien de bon. Mais dites-moi, vous, vous avez fait comment pour passer entre les griffes des nazis ?"

Anatole répond avec gêne. "En fait, je me suis éloigné de toute pratique, et je me suis marié il y a longtemps avec une non-juive de Kovno." Rav Pogramanski est troublé : "Comment ça, tu es en train de me dire que tu as échappé aux nazis en adoptant un mode de vie totalement non-juif ? Et que tu t'es mariée à une non-juive ? Que tu condamnes ta descendance juive ?"

Anatole baisse les yeux, en éprouvant une certaine honte.

Rav Pogramanski s'exclame : "Dans ce cas, je ne reste pas un instant de plus chez toi !" Anatole est soufflé par la réaction du Rav. Il sait que si le rabbin sort seul de chez lui, il court le risque de se faire attraper par la Gestapo, la police nazie à la recherche de Juifs.

## Sur un coup de tête

Anatole supplie son hôte de rester, mais rien n'y fait. La réaction du Rav est tellement inattendue, et dangereuse même, qu'elle déstabilise Anatole dans son mode de vie.

Il voit sa vie défilier devant lui : l'abandon de son judaïsme, son mariage avec une non-juive, le rêve de son père, et maintenant ce rabbin qui préfère prendre le risque d'une arrestation par les nazis que de rester dans la maison d'un juif qui a totalement rejeté son judaïsme...

Il se dit que tout ça n'est certainement pas dû au hasard ! Sur un coup de tête, Anatole appelle le Rav qui est en train de descendre les escaliers de cet immeuble cossu de Kovno : "Écoutez, monsieur le rabbin, si c'est aussi grave que ça, je suis prêt à me séparer de ma femme." Le Rav est stupéfait par les propos d'Anatole, qui ajoute : "Le problème, c'est qu'elle va sans aucun doute me dénoncer aux Allemands." Le Rav le rassure d'une voix apaisée : "N'aie pas peur, il ne t'arrivera rien."

Le lendemain, Anatole se sépare de sa femme, et le miracle s'opère : malgré sa colère, elle lui promet de ne pas le dénoncer. Cependant, elle monnaie lourdement son silence, exigeant d'Anatole qu'il lui cède l'appartement. Les deux hommes s'enfuient et parviennent à se cacher dans la partie lituanienne de la ville. À la Libération en 1945, ils ont la vie sauve.

Après la guerre et grâce au Rav, Anatole fait une grande *Téchouva* et reprend la pratique de sa religion, il s'installe en Amérique d'où il dévoile son histoire impressionnante.

De son côté, Rav Pogramanski ouvre une Yéchiva dans les environs de Paris pour les jeunes en France avant leur départ vers Israël ou les États-Unis, avant de décéder quelques années plus tard, le 28 Chevat 1950.

**Cette histoire nous montre à quel point les grands hommes de Torah sont prêts à courir de gros risques et à renoncer à tout pour l'âme de leurs frères juifs. Rav Pogramanski a sauvé la vie spirituelle d'Anatole au risque de perdre sa propre vie ici-bas. Nous aussi, à notre échelle, nous devons nous inspirer de cette magnifique histoire pour repousser les limites et ne pas nous censurer quand il s'agit de sauver la *Néchama* de nos frères et sœurs.**

*Alexandre Roseblum*

**1. Regarder la télévision sur minuterie le Chabbath, permis ?**

> Non, c'est un mépris de la sainteté de Chabbath même si elle a été réglée avant. La bénédiction d'une vie dépend de notre niveau de déconnexion du monde pendant Chabbath... (*Yalkout Yossef, Chabbath 1, 87*)

**2. Faire du sport près de livres de Torah, permis ?**

> Oui, faire du sport est une *Mitsva* et ne porte pas atteinte au respect dû aux livres saints. (*Michna Beroura 45, 5*)

**3. Déménager pendant Ben Hametsarim, permis ?**

> Oui, mais seulement du 18 Tamouz au 1er Av. Certains déconseillent. (*Né'hamat Israël 4-6*)

**Hiloula du jour**

Ce mercredi 4 Tamouz (10/07/2024) tombe dans le calendrier hébraïque la *Hiloula* de Rabbi Ya'akov Ben Meïr, plus connu sous le nom de *Rabbénou Tam*, en référence à sa perfection et à son intégrité.

Petit-fils de Rachi, il vécut à Ramerupt et à Troyes durant la période des Croisades.

Il fut grièvement blessé par les Croisés. Cela ne l'empêcha pas d'être l'un des Sages les plus importants de tous les temps et on lui doit la matière principale des *Tossafot*, les commentaires du Talmud doublant ceux de Rachi. Il est aussi souvent cité au sujet de son opinion sur l'heure de passage du jour à la nuit, à tel point que l'on parle souvent de "sortie de Chabbath *Rabbénou Tam*".

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

**Une perle sur la Paracha**

"וַיִּתְפַּלֵּל מֹשֶׁה בְּעַד הָעָם [...]"

"Et Moché pria en faveur du peuple." (*Bamidbar 21,7*)

Le Rav Tana, juge rabbinique à Tel Aviv de mémoire bénie, pose la question suivante: nous savons que la raison pour laquelle nous ne récitons que 7 bénédictions dans la *'Amida* du Chabbath au lieu de 18 en semaine, est de ne pas se fatiguer en ce jour saint. Pourquoi nos Sages n'ont pas également décidé de réduire les *Psouké Dézimra* afin de ne pas fatiguer les gens ?

Il répondit que puisqu'il s'agit de versets liés à des chants et des louanges au Créateur, il est évident que cela ne viendrait pas à l'esprit d'un homme de penser que c'est fatiguant.

Un érudit en Torah se rendit chez Rav Steinman pour recueillir son conseil au sujet de graves problèmes qui le perturbaient dans sa vie. Le Rav répondit: "Avant de commencer ta *Téfila*, réfléchis un instant à ce que tu vas demander à Hachem et notamment concernant tous tes problèmes. Et immédiatement après cela, tu enchaînes avec ta *Téfila* qui sera avec beaucoup plus de concentration et sera acceptée dans le Ciel."

**Les lois du langage**

Le *'Hafets 'Haïm* nous enseigne que si une personne a dénigré notre père ou notre mère et que nous leur rapportons ces propos uniquement parce qu'il nous déplaît que le médisant leur ait manqué de respect, cela constitue de la *Rékhilout*, du colportage.

# Signature

## ÉTÉ 2024

Vivez une expérience inédite

*Séjour adults only*

Exclusivement réservé aux plus de 12 ans

**les 2 alpes**  
3600



### 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** Aharon est décédé le premier jour de **ce mois**.

Av

**B** Pour purifier l'impur, le Cohen trempe **cela** dans les eaux lustrales et l'asperge.

Bouquet

**C** Si c'est celui d'un être humain, il est ce qu'on appelle le Grand-père de l'impureté.

un Cadavre

**D** **Cela** dépasse le cadre de l'entendement humain et ne peut être compris de manière rationnelle.

un Décret

**E** Il a succédé à Aharon au poste de *Cohen Gadol*.

Elazar

**F** Elles ont aussi pleuré la mort d'Aharon, car il faisait tout pour faire régner l'harmonie dans les foyers.

les Femmes

**G** Hachem peut faire en sorte que le serpent fasse mourir, ou l'**inverse**.

Guérir

**H** Sur **cette montagne**, Hachem a dit à Aharon de rendre l'âme.

Hor Haar

**I** Dans notre *Paracha*, Moché et Aharon ont commis une faute qui fera qu'ils ne rentreront pas dans **cette terre**.

Israël

**J** La vache rousse n'est Cachère que si elle n'en a jamais porté **un**.

Joug

**K** **Nom** du lieu où s'est produit l'épisode des eaux de la discorde.

Kadech

Les *Bné Israël* ont dû contourner la terre d'Edom car ces derniers ne leur en ont pas accordé **un**.

Laissez-passer

**M** C'était par **son** mérite que les *Bné Israël* ont eu de l'eau pendant 40 ans dans le désert.

Miryam

**N** Les *Bné Israël* se sont plaints d'être dans le désert sans **cela** ni sans eau.

Nourriture

**O** Moché, en s'armant d'une lance et en sautant, est arrivé au niveau du talon de **ce géant**.

Og, roi de Bachan

**P** Il ne fallait pas frapper le rocher pour qu'il donne de l'eau, il fallait juste lui ...

Parler

**R** Si on **lui** avait parlé, on se serait dit : "Si déjà lui qui n'entend pas, ne parle pas et n'a pas besoin de gagne-pain exécute la Parole divine, nous devons le faire à plus forte raison".

le Rocher

**S** Les *Bné Israël* qui se sont plaints du goût de la Manne ont été punis par ces animaux qui ne trouvent pas de goût à ce qu'ils mangent.

les Serpents

**T** Si un cadavre se trouve sous **elle**, tout ce qui s'y trouve est contaminé par l'impureté.

Tente

**V** **Elle** ne doit pas avoir deux poils d'une autre couleur.

la Vache rousse



## Chemirat 'Enaïm - Garder ses yeux propres

*Jusqu'à où un homme est-il capable de se préserver ? D'où Yossef puisait-il une telle force ?*

*La réponse à cette question est à aller chercher du côté de son regard.*

A la fin du livre de *Béréchit*, la Torah rapporte que Yossef, 17 ans, fils chéri de son père Ya'akov, fut un jour vendu par ses frères et emmené en Égypte. Là-bas, il subit 22 ans de souffrance, de rejet et d'éloignement de sa famille. Orphelin de mère, séparé de son père et rejeté par ses frères, Yossef, cet homme droit et pur, se retrouve soudain seul dans un monde hostile, étranger, aux antipodes des valeurs puisées auprès de son père.

Nos Sages expliquent que l'Égypte de l'époque était un pays excessivement corrompu sur le plan moral. Maïmonide, dans son *Yad Ha'hazaka*, explique que l'homme est inéluctablement influencé par son entourage. Pour rester droite, une personne doit baigner dans un environnement propice à la morale. Or la Torah rapporte que Yossef, en dépit de la dépravation qui l'entourait et des épreuves auxquelles il fut soumis, resta intègre dans ses voies. Nos Sages témoignent qu'il compte même parmi les sept bergers d'Israël, aux côtés d'Avraham, Its'hak, Ya'akov, Moché, Aharon et David. Non seulement il resta intègre, mais Yossef surpassa même ses frères en moralité et en droiture.

### Le même Yossef

Le *Midrach* rapporte qu'un jour, une princesse vint interroger Rabbi Yossé au sujet de l'intégrité de Yossef en Égypte. "Comment croire que dans de telles circonstances, Yossef ne commit effectivement aucune faute avec les femmes, comme l'affirme votre Torah ?", demanda-t-elle, sceptique. Face à ces interrogations, Rabbi Yossé admit que la ténacité de Yossef n'était pas logique, pourtant il était certain que la Torah disait vrai. La preuve ?, poursuit-t-il. La Torah n'a pas hésité à nous relater l'histoire de Tamar et Yéhouda, peu flatteuse pour ce dernier, ni celle de Réouven qui déshonora la couche de son père, récit qui lui aussi place Réouven dans une posture difficilement justifiable, en tout cas

pas à son niveau. Ainsi, expliqua Rabbi Yossé, si Yossef avait trébuché en Égypte, la Torah n'aurait pas hésité à le rapporter. Si ça n'est pas le cas, c'est que Yossef maintint sa vertu et sa droiture en dépit des terribles épreuves auxquelles il fut confronté.

Le verset dans *Chémot* 1, 5 dit : "Yossef était en Égypte" et Rachi d'expliquer sur la base du *Midrach* que si la Torah mentionne ce fait, c'est pour nous renseigner sur l'intégrité de Yossef. Le même Yossef qui fut proche de son père et s'abreuva aux sources de sa Torah, fut le même qui fut vendu en Égypte, réduit en esclavage, séduit par une Égyptienne, jeté en prison puis élevé au rang de vice-roi d'Égypte. Yossef, droit, pur, intègre, ne s'écarta jamais de sa conduite malgré les vicissitudes que l'existence lui réserva.

### A chaque membre sa récompense

Dans un autre *Midrach*, nos Sages rapportent que lorsque Yossef fut promu vice-roi d'Égypte par Pharaon après avoir réussi à interpréter avec justesse ses rêves, Yossef bénéficia de marques d'honneur qui, précisent nos Sages, furent toutes "amplement méritées". Rabban Chim'on Ben Gamliel enseigne ainsi que chaque partie de son corps avait en effet préservé son intégrité : sa bouche, qui ne céda pas aux avances de la femme de Potiphar, fut récompensée en dictant dorénavant sa conduite au peuple égyptien ; son corps, qui ne se souilla pas par la faute, fut désormais vêtu d'appareils royaux ; son cou, qui ne se pencha pas vers la faute, porta désormais une chaîne royale ; ses mains, qui ne touchèrent pas la femme de Potiphar, portèrent désormais la bague de Pharaon ; ses pieds, qui furent la tentation, foulèrent le char royal. Et le texte de conclure : "Et la pensée [de la faute] qu'il n'eut pas fut désormais couronnée de sagesse, ce qui lui permit de diriger le pays d'Égypte".



# Les Mées

HÔTEL CLUB ★ ★ ★ ★ ARCS 2000

649€ la semaine  
les 25 premières  
chambres !  
Dégressif enfant

Du 4 au 28 août  
Sous la surveillance du RAV Cremisi



ANIMATION BY  
LEVI BELLAÏCHE



Avec la présence exceptionnelle  
du Rav David Izbay  
\*DU 8 AU 18 AOUT

- Espace détente SPA
- Synagogue et offices sur place
- Mini club - Baby club
- Cuisine gastronomique
- Conférences et activités organisées
- Animations
- Chambres charme et confort



07 66 03 63 80



odemevent@gmail.com



Le Midrach relate que lorsque Yossef servait son maître Potiphar, qu'il s'adonnait à ses tâches quotidiennes de rangement et de nettoyage, la femme de son maître le harcelait sans cesse. "Ne me dis pas non", menaçait-elle sans honte. "Si tu refuses, je te ferai souffrir par d'autres moyens. Tu devras me servir comme esclave", prévenait-elle, mais Yossef résistait. Elle changeait alors d'approche: "Tu as confiance parce que tu es un serviteur dans une maison royale, tu as à manger en abondance. Mais je te jetterai hors de cette maison, tu seras livré à la faim et au vagabondage." Yossef répliquait: "C'est D.ieu, et non toi, qui donne du pain à ceux qui ont faim". Elle disait alors: "Je te jetterai en prison si tu refuses!" Là encore, Yossef répondait: "D.ieu sauve les opprimés, je ne crains rien." Mais elle poursuivait ses menaces: "Je te crèverai les yeux!" Yossef ne flancha pas. Finalement, elle s'empara d'un morceau de fer pointu qu'elle plaça sous la bouche de Yossef et qu'elle enfonça dans sa chair, lui disant: "Regarde-moi!" Malgré la douleur et les menaces, Yossef ne leva même pas les yeux pour regarder la femme de son maître!

## Le secret de Yossef

Jusqu'où un homme est-il capable de se préserver? D'où Yossef puisait-il une telle force? La réponse à cette question est à aller chercher du côté de son regard.

En fait, la force de Yossef, ce qui permit à ce *Tsadik* de se préserver, est sa capacité à protéger ses yeux. C'est parce qu'il a su préserver ses yeux et n'a pas contemplé la femme de son maître que Yossef n'a pas été tenté par le péché. Il n'a même pas eu de pensées impures! Le Midrach explique que cette attitude est d'une importance capitale car toutes les tentations prennent leur source dans les yeux. En maintenant le contrôle sur son regard, en le

préservant de visions prohibées par la Torah, on empêche les désirs impurs de naître dans notre cœur.

Nos Sages précisent que Yossef était si beau que lorsqu'il se déplaçait dans les rues d'Egypte, les femmes se pressaient sur les murailles pour contempler sa beauté, elles lui jetaient leurs bijoux afin d'attirer son regard. Mais Yossef ne levait pas les yeux. Or cette capacité surhumaine à garder ses yeux pour préserver sa vertu lui valut une protection contre le mauvais œil, ainsi que nos Sages l'ont enseigné: "Le mauvais œil n'a aucune emprise sur Yossef et ses descendants".

▼▼  
C'est parce qu'il a su préserver ses yeux et n'a pas contemplé la femme de son maître que Yossef n'a pas été tenté par le péché.

Lorsqu'un homme préserve son regard, il réduit le *Yétser Hara'* à néant; celui-ci ne peut plus avoir d'emprise sur lui. En concentrant ses yeux sur l'étude de la Torah et les *Mitsvot*, le cœur devient naturellement incliné vers la droiture. C'est ainsi que Yossef, par sa maîtrise des yeux, nous offre la clé de la résistance aux tentations vers la faute.

Nos yeux sont la porte de l'âme et de l'esprit. En les protégeant des visions interdites, on peut espérer grandir en Torah, en crainte du Ciel et en moralité, à l'instar de nos grands *Tsadikim*.

Les Grands de la Torah n'ont cessé de mettre en garde notre génération contre les dangers engendrés par l'utilisation immodérée des nouvelles technologies. Celles-ci exposent nos yeux à des contenus contraires à la Torah. Or ce que les yeux voient pénètre le cœur, influence nos pensées et nos désirs! A l'inverse, ceux qui préservent leurs yeux bénéficieront de la *Brakha* dans toutes leurs actions.

Retranscrit d'après un cours du  
Rav Ariel Fhima paru sur [torah-box.com](http://torah-box.com)



## Yédid Néféch

## יְדִיד נֶפֶשׁ

Rav El'azar Azkari



Ne pas scanner  
pendant Chabbath

*L'auteur est un des kabbalistes de Tsfat du 16<sup>ème</sup> siècle, descendant des expulsés d'Espagne. Dans les communautés ashkénazes, on le chante avant d'accueillir le Chabbath et pendant la Sé'ouda Chlichit (le 3<sup>ème</sup> repas de Chabbath). Ce chant, rempli d'aspiration et de nostalgie pour le rapprochement divin, est composé sous forme d'acrostiche, les initiales de chaque strophe formant le nom de D.ieu.*

יְדִיד נֶפֶשׁ אָב הַרְחֵמֵן. מְשׁוּךְ עֲבָדְךָ אֶל רְצוֹנְךָ. יְרוּיַן עֲבָדְךָ כְּמוֹ אֵיל. וְשִׁתְּחַוֶּה אֵל מוֹל  
הַדְרָךְ. כִּי יַעֲרֹב לוֹ יְדִידוֹתְךָ. מִנְפֹת צוּרָה וְכֹל מַעַם:

Hachem Ami de l'âme, Père miséricordieux. Attire Ton serviteur (qui représente ici le peuple d'Israël) vers l'accomplissement de Ta volonté. Ton serviteur courra rapidement comme un cerf. Il se prosternera devant Ta splendeur. Car Ton amitié (Ta proximité) lui sera plus douce que le miel qui coule des alvéoles et de toute autre saveur.

הַדְרֹר נָאָה זֵיו הָעוֹלָם. נִפְשִׁי חוֹלֵת אֶהְבֶּתְךָ. אֲנִיא אֵל נָא רַפָּא נָא לָהּ. בְּהִרְאוֹת לָהּ  
נַעַם זֵיוְךָ. אִז תִּתְחַזַּק וְתִתְרַפֵּא. וְהִיְתָה לָהּ שְׂמֵחַת עוֹלָם:

Hachem qui est Splendeur, beauté, éclat du monde. Mon âme est malade de Ton amour. "S'il Te plaît, ô Dieu, guéris-la" de sa maladie (formule employée par Moché pour obtenir la guérison de sa sœur Myriam) et exauce ses demandes en lui montrant la douceur de Ton éclat. Alors elle [mon âme] se renforcera et guérira et elle aura une joie éternelle.

וְתִיק יִהְיֶמוּ נָא רַחֲמֶיךָ. וְחוּסָה נָא עַל בֶּן אֶהוּבְךָ. כִּי זֶה כְּמָה נִכְסוּף נִכְסַפְתִּי. לְרְאוֹת  
בְּתַפְאֵרַת עוֹדְךָ. אֲנִיא אֵלֵי חֶמְדַּת לְבִי. וְחוּסָה נָא וְאַל תִּתְעַלֵּם:

Hachem qui est Ancien, que Tes compassions s'émeuvent et aie pitié, s'il te plaît, de Ton fils Avraham bien-aimé et délivre-le. Car depuis longtemps j'aspire ardemment à voir la splendeur de Ta puissance. S'il Te plaît, mon Dieu, désir de mon cœur. Aie pitié de moi en exauçant ma requête et ne détourne pas Ton regard.

הַגְּלֵה נָא וּפְרוֹשׁ חֲבוּבִי עָלַי. אֶת סִפְת שְׁלוֹמְךָ. תִּאִיר אֶרֶץ מִכְבוֹדְךָ. נְגִילָה וְנִשְׂמָחָה  
בְּךָ. מִהָר אֶהוּב כִּי בָא מוֹעֵד. וְחִנְנֵנוּ בְיָמֵי עוֹלָם:

Révèle-Toi maintenant (en référence à la Délivrance finale) et étends sur moi, mon bien-aimé, le Tabernacle de Ta paix. Illumine la terre de Ta gloire et alors nous nous réjouissons et nous nous réjouissons en Toi. Hâte-Toi la Délivrance, mon bien-aimé et désire-nous, car le moment est venu et accorde-nous Ta grâce par le biais du service dans le Beth Hamikdash comme aux jours anciens.

Traduit et expliqué par Moshé 'Haïm Sebbah

# DIRCHOU POUR VOUS PARTOUT EN FRANCE

COUR DU DAF HAYOMI



COUR DU 'AMOUD HAYOMI



COUR DE HALA'HA



**POUR ORGANISER UN CHIOUR  
DANS VOTRE SYNAGOGUE OU COLLEL**

☎ Rav N. LÉVY 06 79 06 21 60 | ☎ Rav C. ELHADAD 06 10 20 40 76

dirshufr@gmail.com

D

## CHIOURIM DAF HAYOMI

**MICHKAN AVRAHAM**  
32 BD FLANDRIN 75016 PARIS

6H45

Rav Meir SITRUCK 07 83 05 12 34

**MERKAZ BABA SALE**  
134 AV DE VILLIERS 75017 PARIS

8H30

Rav Chlomi EILHADAD 06 10 20 40 76

**TORATENOU**  
4 RUE DE THIONVILLE 75019 PARIS

7H30

Rav Yaacov BLOCH 06 20 34 57 37

**CENTRE ALEF**  
27 RUE GARNIER 92200 NEUILLY SUR SEINE

7H30

Rav Netanel ULMAN 07 35 61 51 95

**CENTRE RACHI**  
21 815 AV ST MARIE  
94160 ST MANDE

6H15

Rav Arié BELLITY 06 99 95 69 53

**OR THORA**  
24 AV DU GENERAL DE GAULLE  
94160 ST MANDE

08H00

Rav Yossi SENEOR 06 59 95 33 99

**GCI**  
54 RUE CARNOT 95360 MONTMAGNY

9H00

Rav Baroukh FRADJI 06 60 89 72 27

**BET EL**  
67 RUE PIERRE CURIE 93230 ROMAINVILLE

20H30

Rav Yehezkel COHEN 06 59 56 20 31

**ACIP**  
74 AV PAUL VALERY  
95200 SARCELLES

7H30

Rav Betsalel BAUER 07 70 08 98 06

**BET HAMIDRASH**  
26 AV DU 8 MAI 1945  
95200 SARCELLES

19H45

Rav Moche UZAN 06 46 10 21 31

**BET HAMIDRASH**  
26 AV DU 8 MAI 1945  
95200 SARCELLES

21H00

Rav Mikael CHITRIT 06 51 83 80 87

**NAHALAT YEHOCHOUA**  
98 RUE DE LA REUNION  
75020 PARIS

19H00

Rav Refoel KATZ 07 67 74 79 09

**MICHKAN AVRAHAM**  
32 BD FLANDRIN 75016 PARIS

14H00

Rav Ovadia GUEDJ 07 83 76 88 38

**COLLEL**  
43 CHEMIN DU VALLON DE TOULOUSE  
13010 MARSEILLE  
**1H AVANT MINHA**

Rav Nathan BREISACHER 06 15 87 64 59

**BET MIRYAM**  
60 CHEMIN DU VALLON DE TOULOUSE  
13010 MARSEILLE

7H30

Rav Emmanuel SUISSA

**ETS HAIM**  
18 BD MICHEL 13010 MARSEILLE

18H00

Rav Shmouel FREUND 07 82 22 21 13

## CHIOURIM 'AMOU'D HAYOMI

A

**OHHEL MOCHE**

4 RUE DE THIONVILLE 75019 PARIS

20H30

Rav Avraham CORCOS 06 10 76 25 44

**CENTRE ESCHEL**

23 RUE DE SELLENIC 67000 STARSBOURG

18H40

Rav Refael ELGRABLI

**ESH DAT**

11 RUE FINKMATT 67000 STARSBOURG

20H30

Rav Betsalel LANDAUER 07 86 39 76 08

**DARKEI CHALOM**

IMPASSE EHRMANN 67000 STARSBOURG

10H00

Rav Ezra RAFOUL 07 81 18 83 46

**ACIE**

47 RUE MALLEVILLE 95880 ENGHEN LES BAINS

9H30

Rav Ilan TOLEDANO 06 62 51 34 72

**YSMAH LEV**

14 RUE PIERRE LOTI 69100 VILLEURBANNE

10H00

Rav Chalom LEVY 07 67 66 18 32

**ECOLE JUIVE**
37 RUE ALEXANDRE BOUTIN  
69100 VILLEURBANNE

8H45

Rav Chmouel KAHN 06 50 44 32 76

**MAHZIKEI HADASS**

7 AV KRIEG 1208 GENEVE - SUISSE

20H40

Rav Yossef CUBY 07 69 55 10 67

H

## CHIOURIM HALA'HA

**YAD MORDEKHAÏ**

10 RUE PAVÉE 75004 PARIS

9H30

Rav Mordekhai ROUBIN 06 10 63 31 58

**KINYAN AVRAHAM**

145 RUE ST MAUR 75011 PARIS

6H30

Rav Dov OHAYON 06 14 52 28 25

**MICHKAN AVRAHAM**

32 BD FLANDRIN 75016 PARIS

8H30

Rav GOLDENBERG 06 62 72 82 94

**F.C.M.Z.**

10 RUE BARYE 75017 PARIS

19H30

Rav David COHEN 06 11 88 50 06

**OHALEI YAACOV**

11 RUE HENRY MURGER 75019 PARIS

9H00

Rav Binyamin SAGHROUN 06 52 55 38 61

**ACCIL**

10 RUE BAUDIN 92300 LEVALLOIS

8H45

Rav Chaouel COHEN 06 50 38 22 07

**BET EL**

67 RUE PIERRE CURIE 93230 ROMAINVILLE

9H45

Rav Chmouel CALVO 06 20 15 88 99

**CCIM**
92 RUE VICTOR HUGO  
94700 MAISON ALFORT

9H00

Rav Meir Nahman WEILL 06 65 32 71 35

**COLLEL EREV**
55 RUE PASTEUR  
94380 BONNEUIL SUR MARNE

21H00

Rav Avi LUGASSY 06 29 82 01 98

**ATERET MOÛCHE**
35 AV DE LA FRANCE LIBRE  
94000 CRETEIL

21H15

Rav Dan DOUILLEB 06 79 62 26 25

**BET HAMIDRASH**
26 AV DU 8 MAI 1945  
95200 SARCELLES

6H45

Rav David FEDIDA 06 52 47 07 01

**ACIE**

47 RUE MALLEVILLE 95880 ENGHEN LES BAINS

9H00

Rav Ilan TOLEDANO 06 62 51 34 72

**BETH HATEFILA**

7 ALLEE DES MAISONNETTES 93220 GAGNY

**APRÈS MIN'HA**

Rav Israël BETTAN 06 64 38 12 93

**CEJ**

26 RUE SIDI BRAHIM 38000 GRENOBLE

9H30

Rav David OUALID 04 76 49 55 25

**TORAH OR**
64 BIS AV DE CHOISY  
94380 BONNEUIL SUR MARNE

21H30

Rav Mordekhai ABITBOL 06 38 74 98 95

**COLLEL**
43 CHEMIN DU VALLON DE TOULOUSE  
13010 MARSEILLE

9H00 / 20H15

Rav Chlomo LASRY 06 24 63 82 80

**CEJ**

31 AVENUE HENRI BARBUSE 6000 NICE

18H00

Rav Ariel KHALFON 07 45 62 61 02

CENTRES  
D'EXAMENS

73100 AIX LES BAINS

Rav Israël HAMOU  
06 18 55 18 33

67000 STARSBOURG

Rav Mikael BENICHOU  
06 67 51 73 38



## Étudier en vacances

*Si toute l'année, avec nos obligations, les créneaux d'étude de Torah valent cher, pendant les vacances, il est souvent plus facile d'y consacrer du temps.*

Après une année bien remplie, on est enfin ravi d'arriver sur son lieu de villégiature. Mais c'est sans compter sur notre compagnon de route indésirable, le *Yétser Hara'*, qui s'est faufilé dans nos valises. Dès qu'on préparait les valises, il nous proposait déjà une alternative peu amicale : "Ne prends pas tes livres d'étude, ça va t'encombrer, tu sais très bien que tu vas lire 10 minutes de toutes tes vacances maximum ! Prends juste ton *Sidour*, ça suffira, et encore, tu as l'appli sur ton téléphone." Le mauvais penchant sait bien que notre temps libre utilisé à bon escient peut être dangereux pour lui ; aussi s'efforce-t-il de nous écarter de l'idée de prendre un peu de notre temps pour le consacrer à l'étude de la Torah.

Pourtant, c'est précisément pendant les vacances qu'on pourrait prendre notre mauvais penchant à rebours. En effet, si toute l'année, entre nos obligations professionnelles et familiales, les créneaux d'étude de Torah valent cher, pendant les vacances, il est souvent beaucoup plus facile de consacrer du temps pour se plonger dans l'étude, quel que soit notre niveau.

D'autant plus que la période des vacances d'été et la rentrée coïncident avec des échéances majeures de notre calendrier : *Ben Hametsarim*, la période des 3 semaines de la destruction du *Beth Hamikdash*, Eloul et les *Seli'hot* pour le monde Séfarde, et peu après, les fêtes de Tichri. Ces moments forts requièrent une préparation mentale et une révision des lois, pour une *Téchouva* réussie.

### Étudier en vacances, mode d'emploi

Tout est une question de préparation : des vacances juives se planifient rigoureusement, qu'on parte à Jérusalem ou à Marbella ;

on conseillera modestement la première destination !

#### 1 Prévoir une synagogue

Ou un point d'ancrage juif à proximité de sa location ou de l'hôtel. Quelle que soit la destination, les centres '*Habad* dans le monde assurent les bases du judaïsme dans une centaine de pays. Mais il faut bien y penser avant, et non pas après avoir réservé son nid douillet. Éloigné d'une synagogue, les vacances peuvent prendre une tournure spirituelle désagréable : pas de prière en communauté, Chabbath inclus,, pas d'étude dans un lieu approprié, sans compter tous les problèmes de *Cacheroute*, de pureté familiale...

#### 2 Prévoir un programme d'étude

Exactement comme on a planifié l'organisation de ses vacances, ou toute autre activité de la vie quotidienne en général (payer ses impôts, préparer une présentation orale), l'étude de la Torah requiert un programme rigoureux, pas seulement pendant les vacances d'ailleurs. Sans *Séder* d'étude, on prend le risque de s'éparpiller, on peut avoir l'impression d'étudier un peu de tout sans véritablement progresser.

#### 3 Aérer son programme de vacances

Par exemple, réduire un peu l'étude du Talmud – dans le cas où on étudie seul en vacances, sans son partenaire d'étude – et ajouter beaucoup de lecture de pensée / d'éthique juive, de *Moussar*, d'histoires qui nous renforcent, ou encore de livres sur l'éducation, sur le respect des parents...



#### 4 Maintenir ou fixer un temps d'étude quotidien

Ce temps pourra être après la prière du matin, le soir après le coucher des enfants, ou avant d'aller manger le soir. Il faudra en déterminer la durée selon nos objectifs, tout en étant réaliste. Mieux vaut un peu chaque jour que 3 heures un beau jour et rien après.

#### 5 Dynamiser son étude

Pourquoi ne pas étudier en binôme avec son épouse ou son meilleur ami, afin de rester motivé et de compter sur son partenaire pour nous rappeler à nos bonnes résolutions ? Étudier avec son épouse certains thèmes de *Halakha* ou de *Moussar* est une excellente façon de réviser et de progresser en couple. Les domaines à étudier ensemble ne manquent pas : Chabbath & fêtes, lois du langage, Cacheroute etc.

#### Je n'ai jamais étudié la Torah : commencer en vacances ?!

Il est certain que des vacances à Jérusalem seraient plus propices qu'un séjour aux Baléares pour s'attacher à l'étude. Mais même dans ce second cas, absolument rien, si ce n'est notre *Yétser Hara'*, ne nous empêche de prendre dans nos bagages un ou deux ouvrages de Torah pédagogiques et motivants. Les vacances offrent un cadre différent et du temps devant soi, un espace-temps idéal pour réfléchir à sa vie, aux directions que l'on souhaite emprunter à l'avenir et amorcer des changements. Encore une fois, tout est une question de volonté.

**Conclusion :** les vacances, c'est précisément le moment rêvé pour une étude inspirante !

Comme l'explique Rav Ben Tsion Abba Chaoul, les vacances sont nécessaires pour l'homme, et donc voulues par la Torah. Rav Yossef Chalom Elyashiv, géant de notre génération, avait lui-même l'habitude de se rendre en famille à Netanya pendant les vacances, sans rien changer à ses habitudes d'étude intensive. Le Rav appréciait particulièrement cette période car il pouvait étudier des journées et des nuits entières sans être dérangé, contrairement à

son quotidien dans le quartier de Méa Ché'arim de Jérusalem en raison de ses obligations quotidiennes vis-à-vis du public.

Sans avoir évidemment la prétention de l'imiter, nous pouvons toutefois nous en inspirer grandement : dans le fond, qu'est-ce qui nous empêche d'étudier comme il faut en vacances ? En se posant très sérieusement et sereinement la question, et en s'y préparant, on pourra faire de nos vacances un moment de repos bien sûr, mais aussi un moment de spiritualité rafraîchissant et ressourçant afin de se préparer à la rentrée, pétri de bonnes résolutions !

Pensez à composer vos lectures de vacances avec les livres Torah-Box, pour tous les âges et tous les niveaux !



#### Le regard du Rav Gabriel Dayan

"As-tu fixé des temps d'étude pour la Torah ?" Telle sera l'une des questions à laquelle il faudra répondre lors de notre arrivée au Tribunal céleste, après 120 ans. Une question essentielle et fondamentale, dont la réponse aura probablement une influence décisive sur la nature de notre jugement.

Nos Sages enseignent en effet que l'étude de la Torah est comparable à l'accomplissement de l'intégralité des 613 *Mitsvot* présentes dans la Torah. Dans l'absolu, il s'agit de la plus grande *Mitsva* que nous puissions réaliser.

Il est impossible d'être exhaustif sur les innombrables références faisant l'apologie de celui qui s'adonne à l'étude de la Torah, sans parler des bienfaits illimités qu'elle procure.

Cette *Mitsva* a une valeur toute particulière dans un contexte difficile, comme pourrait l'être les vacances, car nos Sages nous enseignent que "la récompense dépend de l'effort".

Alexandre Roseblum



## Ma grand-mère, moi et le féminisme

*Au lieu de systématiquement tout remettre en question, il faudrait peut-être commencer par se remettre en question, ce qui est un travail beaucoup plus complexe.*

J'ai grandi dans le culte de l'intellect, de la remise en question et de la philosophie. Lorsque, adolescente, j'ai lu Sartre pour la première fois, ses idées existentialistes furent pour moi une révélation.

Pour ceux qui ne connaissent pas cette pensée, ce n'est pas grave, je vous rassure, c'est globalement une doctrine qui prône que chaque personne née sans aucun but ni valeurs prédéfinies, se définira au cours de sa vie par ses actes pour essayer de trouver un sens dans un monde absurde dans lequel nous n'avons pas choisi de naître. Le contraire du judaïsme à travers lequel nous ne naissons pas par hasard, mais bien avec un but prédéfini par le Créateur du monde.

### **Pensées littéraires contemporaines et... ma grand-mère**

De Sartre à Simone de Beauvoir, il n'y a évidemment qu'un pas et j'ai continué mes lectures par des livres traitant du féminisme. À défaut d'avoir fait le choix d'être née femme, battons-nous pour l'égalité hommes-femmes dans la société - une pensée qui avec le recul, ne donne pas tellement de valeur à la femme.

En parallèle de toutes ces lectures, grâce auxquelles je me croyais intelligente, j'ai eu le mérite de grandir aux côtés de ma grand-mère que j'affectionnais profondément...

C'était une femme "simple" comme beaucoup de nos grands-mères venues d'Afrique du



Nord. Elle accomplissait chaque jour ses tâches ménagères, élevait ses neuf enfants dont deux handicapés, travaillait comme nourrice et couturière, pas si "simple" que ça, n'est-ce pas ? Elle ne se posait aucune question existentielle, trouvait sa joie dans des choses basiques, n'avait pas de grandes exigences envers les autres.

Savoir que son mari et ses enfants allaient bien, s'étaient nourris grâce à ses repas était suffisant pour elle. Son respect sans faille pour mon grand-père était interprété par l'adolescente légèrement arrogante que j'étais comme de la soumission. Moi, je ne laisserai personne me dicter ma conduite, je serai indépendante et je me battrai contre cette société patriarcale !

### **Une quête de sens inassouvie**

À 17 ans, j'ai commencé des études universitaires, le cœur et surtout le cerveau pleins d'attentes de nouvelles connaissances. J'avais soif d'apprendre, d'échanger, et je poursuivais mes enseignants avec mes innombrables questions. Je me suis bien vite rendue à l'évidence : leurs réponses étaient décevantes, elles manquaient de pertinence, d'âme... bref, elles étaient vides de sens, tout comme leurs personnalités.

Je me souviens particulièrement d'une discussion animée avec deux de mes professeurs qui me soutenaient qu'il était très



égoïste de vouloir avoir des enfants, dans cette société incertaine et dans un monde qui court à sa perte. Ma déception fut à la hauteur de mes attentes et je compris bien vite que si je souhaitais véritablement répondre à ma quête de sens, il fallait que je cherche ailleurs.

Hachem répond toujours à celui qui cherche vraiment, et c'est précisément à cette époque que j'ai rencontré des personnes qui m'ont ouverte à de nouveaux horizons de pensée.

Ces femmes étaient inspirantes, nos discussions étaient profondes, empreintes de sagesse et de discrétion. La chose qui m'impressionnait le plus était la douceur et la sérénité qui émanaient d'elles. Elles n'avaient pas besoin de combattre pour leurs idées, car elles étaient déjà convaincues. Celui qui détient un trésor et qui a conscience de sa valeur n'éprouve pas le besoin de convaincre qui que ce soit. J'ai alors compris qu'au lieu de systématiquement tout remettre en question, comme on me l'avait appris, il fallait peut-être commencer par se remettre en question, et c'est un travail beaucoup plus complexe. J'ai donc commencé un processus de *Téchouva*, parce que lorsque l'on recherche le *Émet* (la vérité), on ne peut pas faire autrement.

### Connaissances vs intelligence

Cette *Téchouva* m'a fait percevoir ma grand-mère d'un autre point de vue : même si elle ne lisait pas beaucoup, elle avait une intelligence de vie peu commune.

À quoi bon amasser des connaissances si ça ne nous aide pas à vivre comme il se doit ? Si elle ne vivait pas dans la recherche de nouvelles découvertes, c'est parce qu'elle avait déjà tout ce dont elle avait besoin. Je l'ai accompagnée lors de son seul voyage en Israël et je lui ai demandé si elle était heureuse de voyager. Elle m'a répondu simplement : "Je suis bien chez moi". Moi qui aurais voulu faire le tour du monde, j'étais déçue par sa réponse. Avec le temps, je l'ai comprise. Il y a moins de dix ans, elle a rendu son âme pure au Créateur

et elle a laissé une forte empreinte sur ses enfants et ses petits-enfants.

Et Simone de Beauvoir dans tout ça ? Il y a bien longtemps que ce n'est plus un idéal pour moi. Je ne veux plus être l'égal de l'homme, mais j'aspire à assumer mon rôle de femme pleinement, même si la génération dans laquelle j'évolue et bien des choses ont changé depuis le temps de ma grand-mère. Aujourd'hui, il me reste de mon féminisme un respect et une admiration profonde pour toutes ces femmes discrètement influentes qui travaillent, s'investissent pour leur couple et leur famille, et qui trouvent encore le temps et la force de perpétuellement grandir et se remettre en question.

Léilouy Nichmat Zéharie Rosette bat Esther  
15 Chevat 5775

Rivka Melki

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

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

Déménagement national et international  
Re livraison à votre nouveau domicile.  
Aucune sous traite  
Maîtrise totale du processus de livraison

De domicile à domicile  
Groupages & Containers

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)  
fdidemenagement@wanadoo.fr

EMBALLAGE SPÉCIAL



## La vie en Froum – Episode 6 : Un mariage féérique...

*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 a réussi à imposer son respect du Chabbath au travail, créant même l'admiration chez son directeur, une victoire à plus d'un titre !

En sortant du bureau de Franck, c'est limite si je ne tremblais pas sur mes jambes ! Je n'en revenais pas ! J'avais réussi à dire que je ne serais pas présente à l'évènement de l'année pour cause de Chabbath. C'était un sentiment presque euphorique ! A croire qu'affirmer mes convictions vis-à-vis d'Hachem déculpait mes forces.

Je me sentais tellement fière de moi. En sortant du travail ce soir-là, je ne m'étais pas remise de mes émotions et je me repassais la scène en boucle. D'un coup, c'était comme si le décor d'une pièce de théâtre tombait devant mes yeux. Combien de fois avais-je tremblé juste à l'idée de prévenir que je devais partir plus tôt pour cause de rendez-vous médical. Maintenant seulement, je prenais conscience de ce que ma mère m'avait répété de nombreuses fois : j'accordais beaucoup trop d'importance à mon travail.

Grâce à D.ieu, je réalisais enfin que j'avais mis mon responsable et toute cette agence sur un piédestal et qu'Hachem m'avait envoyé un petit test pour m'aider à ouvrir les yeux et à réaliser ce qui était vraiment important dans la vie.

Je me sentais comme une guerrière capable de relever tous les défis ! Alors pour sûr, à partir de maintenant, il n'y aurait plus jamais d'hésitation sur la question du Chabbath ou d'un jour de fête.

Pour me récompenser, je décidais d'aller faire une séance de shopping en quête d'une robe pour le mariage de Guila. Le temps avait filé et on était déjà à une semaine du mariage.

Dès que j'avais reçu le faire-part, je m'étais empressée de réserver mon billet de train pour Strasbourg où aurait lieu la cérémonie. Guila m'avait expliqué que ce serait un mariage où hommes et femmes seraient séparés pour le repas et les danses et, depuis, je n'arrêtais pas d'y penser. Comment serait l'ambiance ? Est-ce que je devais m'attendre à une soirée morose où les hommes dansent et les femmes se contentent de regarder ? Comment elle pourrait avoir une belle salle de mariage avec des paravents érigés en plein milieu comme un mur de séparation ?

Quoi qu'il en soit, j'étais touchée de son invitation et j'avais hâte de découvrir la ville de Strasbourg que je ne connaissais pas. Sur le faire-part était écrit : "Une tenue en accord avec la pudeur juive réjouira le cœur des mariés", je m'étais donc appliquée à chercher une robe qui ne révèle ni mon décolleté ni mes genoux... Eh bien, c'était en réalité un vrai défi ! Qui aurait cru que trouver une robe somme toute classique serait plus difficile que de trouver un saroual à jupons ?

Mais je n'étais pas une Princesse Parisienne pour rien ! Je ne m'avouais pas vaincue et je finis par trouver une belle robe longue en satin d'un vert profond avec manches ballons et col montant. Une pure merveille ! On aurait dit le chic des années 50. Très Jacky Kennedy !

Dimanche matin, je pris le train en direction de Strasbourg et j'eus l'agréable surprise de me trouver dans le même wagon que Sarah, une amie de Guila que j'avais rencontrée chez elle plusieurs fois. Sarah, qui connaissait bien Strasbourg, m'expliqua que c'était courant d'organiser la cérémonie en fin de matinée et de la poursuivre par un cocktail-déjeuner. Ça tombait bien, je mourrais de faim, n'ayant pas

eu le temps de prendre de petit-déjeuner par peur de rater le départ du train. D'habitude, quand j'ai faim, je ne pense qu'à ça !

Mais là, à peine arrivée dans la grande synagogue, j'oubliais mes rêves de petits-fours, bluffée par le lieu.

La décoration était simple mais élégante, mais c'était surtout la chaleur humaine et la joie qui m'avait frappées dès mon entrée. J'étais portée par cette ambiance qui réchauffait les cœurs dans cette grande synagogue.

Quand la musique retentit, Guila fit son entrée. Elle était majestueuse, on aurait dit une reine ! J'étais comme hypnotisée par sa grâce et la douceur avec laquelle elle s'avavançait vers la 'Houpa, entourée de ses parents. Je m'attendais à ce qu'elle s'assoit ensuite sur la chaise sous la 'Houpa, mais elle se mit à tourner lentement autour de son fiancé, qui lui



gardait les yeux fermés et priait. Très étonnée, je posais la question à Sarah, qui m'expliqua la symbolique de chacun des 7 tours qui ont une forte résonance d'après la Kabbale et qui signifient que la mariée consacra dorénavant ses forces spirituelles à la construction d'un foyer juif.

Moi qui avais assisté à de nombreuses cérémonies, je n'avais jamais vu ça ! Ni même ressenti autant de spiritualité. J'en avais les larmes aux yeux !

A la fin de la cérémonie religieuse, quand le marié cassa le verre, ce fut un éclatement général d'applaudissements, de cris ! Les copains du marié se précipitèrent et se mirent à danser en ronde autour de lui. C'était fou ! Tout le monde participait à leur joie comme si cette union était aussi la nôtre.

La suite la semaine prochaine...

Mia Atlan

**6<sup>ème</sup> année consécutive**

# CALENDRIER Torah-Box

2024/2025

2 éditions  France &  Israël

Torah-Box prépare la distribution d'un calendrier hébraïque exceptionnel à retrouver dans toutes les maisons juives.

## INSÉREZ

*votre dédicace ou publicité*

✓ Gratuit dans près de 800 lieux de distribution sur Jérusalem, Tel Aviv, Netanya, Ashdod et sur Paris, Lyon et Marseille

✓ Distribué à 20.000 exemplaires\*

Tarif exceptionnel de soutien à **2150 Nis / 526 € la pleine page/édition**

 Réservez-vite et choisissez votre emplacement !

Date de bouclage **5 septembre**

Contactez Yann SCHNITZLER :

 04 86 11 93 97 ou 053 82 83 837  [yann@torah-box.com](mailto:yann@torah-box.com)

\* 10.000 ex. par édition



## Bénédictio de la tapenade

Quelle *Brakha* récite-t-on sur de la tapenade ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

1. Si vous en consommez au cours d'un repas de pain, elle ne nécessite aucune *Brakha*.
2. Si vous en consommez en dehors d'un repas de pain et que vous en posez sur des crackers, des biscottes, des légumes, etc., elle ne nécessite aucune *Brakha* car la *Brakha* de ces aliments acquitte celle de la tapenade étant donné qu'elle ne constitue pas la partie essentielle du "mélange", telle une cerise sur un gâteau ou du beurre sur une biscotte.
3. Si vous en consommez à la cuillère, en dehors d'un repas, la *Brakha* est : *Baroukh Ata ... Chéhakol Nihya Bidvaro* étant donné que les composants (olives, anchois, câpres, ail, herbes, huile, etc.) sont très finement mixés / pilés, et donc, plus tellement reconnaissables.
4. Si la préparation est différente, contactez-nous de nouveau.

## J'ai découvert que ma femme prend des antidépresseurs !

Je viens de me rendre compte que ma femme prend des antidépresseurs suite à la naissance de notre quatrième enfant. Que dois-je faire ? Je suis un peu perdu.



Réponse de Rav Gabriel Dayan

Il n'y a presque "rien" d'alertant. Il s'agit d'un phénomène "naturel".

Il peut s'agir de la dépression post-partum désignant une intense dépression, soutenue et souvent handicapante, survenant chez les jeunes mères après avoir donné naissance. L'incidence de la dépression post-partum s'élève entre 10 à 15% chez les jeunes mères.

Le DSM-IV note que pour diagnostiquer la dépression post-partum, les symptômes surviennent dans le mois après la naissance. Il est possible que la dépression post-partum puisse durer plus de trois mois.

Il faut être à ses côtés dans ces moments difficiles et lui venir en aide dans les tâches ménagères.

Il faut être à son écoute et considérer le moindre de ses souhaits.

Bien que vous ayez l'obligation d'avoir des yeux de hibou, il vous est interdit de faire la sourde oreille.

## Commémorer l'anniversaire de décès de son père non-juif

J'ai une amie qui est convertie depuis longtemps et qui voudrait commémorer l'anniversaire de décès de son père qui était Goy... Est-ce possible et, si oui, comment ?



Réponse de Rav Gad Allouche

On peut réciter une *Hachkaba* pour lui et réciter le *Kaddich*.

Dans votre cas, puisque c'est une femme, elle demandera à un homme de le réciter le jour de son décès. (*Séfer 'Hassidim* 790 ; *'Hazon Ovadia* 1, 359 ; 3, 238 ; *Techouvot Véhanhagot* 2, 43)

## Ouvrir un coffre-fort pour prendre une arme le Chabbath

J'habite en Israël et ai obtenu le port d'armes il y a peu. Ma question est de savoir si le Chabbath je veux prendre mon arme, puis-je ouvrir le coffre fort qui est à code, donc électrique ?



Réponse de Rav Avraham Garcia

Si, 'Has Véchalom, il y a un danger, vous pouvez ouvrir votre coffre pour prendre votre arme. Par contre, si vous voulez prendre votre arme par mesure de précaution, vous ne pouvez pas ouvrir votre coffre. Il faudra donc préparer votre arme dans un coffre avec ouverture manuelle par exemple, pour vous permettre de prendre votre arme.

Au passage, je sais que c'est étonnant, mais il faut savoir qu'une arme n'est pas *Mouktsé* du tout.

## Rêves, envoyés par Hachem ?

Je voulais savoir si c'est Hachem qui nous envoie nos rêves pendant la nuit ?

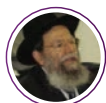


Réponse de Rav Gabriel Dayan

Rabbi Moché 'Haïm Luzzatto traite de ce sujet dans *Dérékh Hachem* (3, 1, 4-6). Il explique que le rêve est un processus naturel mis en place par le Créateur au cours duquel certaines parties de l'âme s'attachent avec des créatures / forces situées dans les sphères supérieures. (*Talmud Brakhot* 55a). Ce "contact" est à l'origine des images aperçues durant le sommeil. La clarté du rêve, sa teneur et le sens qu'il faut lui donner sont le résultat de plusieurs facteurs assez complexes : le niveau spirituel de la personne, ses expériences durant la journée, par exemple.

## Je n'ai pas vu mon fiancé depuis 2 mois, le voir juste avant le mariage ?

J'aimerais savoir s'il est permis pour des fiancés de se voir moins d'une semaine avant le mariage quand ça fait presque deux mois qu'ils ne se sont pas vus à cause de la différence de pays et du Coronavirus qui empêche les voyages.



Réponse de Rav Fernand Klapisch

Selon la *Halakha*, les sept derniers jours, il n'est pas bien de se revoir par rapport à la purification, surtout dans un cas pareil où il y a une certaine impatience à se revoir. Mais il y a plusieurs coutumes à ce sujet, et Rav 'Ovadia Yossef permet jusqu'à la veille du mariage.

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

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

  01.80.20.5000

  02.37.41.515

 +33 6 24 44 66 07

[www.torah-box.com/question](http://www.torah-box.com/question)



## Je fais du bien, je reçois du bien

*Les enfants, cette semaine, apprenons à bien nous comporter et à regarder notre entourage d'un œil favorable, car le bien entraîne le bien.*

### L'HISTOIRE

Vendredi soir, David rentre de la synagogue les poches pleines de bonbons. Il en a reçus parce qu'il a rangé les *Sidourim* dans l'armoire.

Rav Lévi a distribué des bonbons à tous les enfants après la prière, et David en a aussi reçus. Sur le chemin du retour, David et son papa ont rencontré 'Haïm qui, à son tour, a donné une friandise. Arrivé à la maison, David sort son butin et le dispose sur la table. Quels beaux trésors ! Sa sœur entre dans la pièce. Vite ! Il se dépêche de tout remettre dans sa poche, mais trop tard, elle a déjà eu le temps de voir les délicieuses sucreries.

"Où tu as reçu tout ça ?

- À la synagogue... Mais toi, tu as déjà eu des bonbons à l'allumage des bougies !"

C'est vrai, mais sa sœur a déjà tout mangé... et David en a tellement !

Elle ne dit plus rien. David sent cependant le poids de son regard qui en dit long... David sort de sa poche une sucette et la lui tend.

"Tu la veux ?"

Sa sœur ne cache pas sa joie : "Oui, merci beaucoup David !"

Le lendemain matin, il y a une *Bar-Mitsva* à la synagogue. Les femmes lancent des sachets entiers de friandises à la fin de la lecture de la Torah. Mais David n'a pas réussi à en attraper un seul ! Il regarde ses copains, chacun a ramassé deux ou trois paquets. Lui aucun !

Moché passe à côté de lui et comprend immédiatement ce qui se passe. Il lui tend deux paquets : "Tu en veux ?" David connaît bien cette situation : Moché a employé exactement le même ton que lui-même a utilisé hier avec sa sœur !



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

➤ **Est-ce que vous avez des exemples où vous avez agi d'une certaine manière (en bien ou en mal), et où plus tard vous avez vu que Hachem a agi de la même manière avec vous ?**

### L'ENSEIGNEMENT

Dans notre *Paracha*, il est écrit "Hachem envoya contre le peuple des serpents brûlants qui le mordirent, et une multitude périt en Israël." (*Bamidbar* 21,6).

Rachi explique qu'Hachem a envoyé des serpents aux *Bné Israël* "*Mida Kénéqued Mida*", mesure pour mesure.

Les *Bné Israël* se plaindront auprès de Moché de la manne, aliment à l'infini de goûts délicieux. Hachem les punit avec des serpents, pour qui tous les aliments ont le goût insipide de la terre.

Les *Bné Israël* dirent du mal de la manne envoyée miraculeusement par Hachem.

Ils furent punis par le serpent, qui lui-même avait été puni pour avoir dit du mal de son Créateur.

Le serpent a fauté par la parole, et il punit celui qui faute par les mauvaises paroles.

Nos Sages disent qu'une personne est jugée selon le jugement qu'elle porte sur les autres. Ce principe est valable à toutes les époques, en tout temps et en tous lieux.



## Des histoires qui inspirent !

Un juif nécessiteux n'avait rien mangé alors que le jeûne de *Kippour* allait commencer.

Il décida que, puisqu'il n'avait rien à manger, il respirerait au moins un peu de tabac. À cette époque, les gens prisait du tabac, c'est-à-dire en respiraient pour se revigorer.

Il alla voir un des notables qui se trouvait à la synagogue et lui demanda un peu de tabac. Le notable en question, occupé à réciter la prière du *Vidouï*, refusa de s'interrompre.

Le refus du notable de donner un peu de tabac à un pauvre qui n'avait rien mangé de la journée provoqua un grand tumulte dans le Ciel. Il fut décidé que le riche et le pauvre échangeaient leurs destins. Et il en fut ainsi : le pauvre s'enrichit, tandis que le riche s'appauvrit.

L'ancien riche se désola de la situation et alla demander conseil à son Rav.

Après avoir posé de multiples questions, le Rav comprit la situation. Il lui répondit : "Sache que c'est parce que tu as refusé de donner un peu de tabac à ce pauvre homme qui n'avait rien mangé de la journée que tu as reçu cette punition."

L'ancien riche demanda au Rav comment il pouvait réparer une telle erreur. Le Rav lui répondit : "En essayant de recréer la même situation, mais à l'inverse. Ainsi, si tu

arrives à demander à l'ancien pauvre devenu riche un peu de tabac et qu'il te le refuse, les choses redeviendront comme elles étaient avant."

L'ancien riche essaya donc de trouver des circonstances propices à la réalisation de son projet, et le moment opportun se présenta enfin.

Un jour, l'ancien pauvre était particulièrement occupé. Il mariait sa fille et était fort affairé à recevoir ses invités. L'ancien riche aborda alors l'ancien pauvre et lui demanda une pincée de tabac. Le père de la mariée

tira aussitôt de sa poche une tabatière argentée et la tendit généreusement à l'ancien riche. "Prenez-en autant que vous voulez !", dit-il.

En entendant sa réponse, l'ancien riche s'évanouit. Lorsqu'il revint à lui, on lui demanda les raisons de son malaise. Il

expliqua alors toute l'histoire, ainsi que le conseil qu'il avait reçu du Rav.

A partir de ce jour-là, le nouveau riche invita à sa table l'ancien riche et pourvut à tous ses besoins.



### L'exercice de la semaine

➤ Les enfants, essayons cette semaine de juger nos amis avec indulgence, en gardant à l'esprit que le Ciel nous jugera de la même façon, mesure pour mesure.



## Boulettes de poisson et pommes de terre en sauce rouge

Voici une recette de boulettes de poisson et de pommes de terre cuites dans une sauce rouge épaisse, idéale pour votre table de Chabbath.

### Ingrédients



#### Pour les boulettes :

- 650 g de poisson haché (à votre goût)
- 5 gousses d'ail hachées
- 1 gros bouquet de coriandre hachée
- 1 bouquet de persil haché
- 1 cuil. à café de jus de citron frais
- 1 pomme de terre finement râpée
- 1 pomme de terre cuite et écrasée en purée
- 1 œuf
- ¼ tasse d'huile mélangée avec du sel, du poivre noir, du cumin, du paprika et du paprika concassé

#### Pour la sauce :

- 5 pommes de terre coupées en cubes
- 8 gousses d'ail entières
- 3 gousses d'ail écrasées
- 1 tomate pelée et hachée
- 1 poivron coupé en fines lamelles
- 1 piment fort coupé en deux (facultatif)
- 2 cuil. à soupe de concentré de tomate
- Coriandre hachée
- 5 poivrons rouges séchés
- Sel & poivre
- Curcuma
- 1 cuil. à soupe de paprika concassé
- 1 cuil. à café de paprika
- ½ cuil. à café de cumin
- Huile de friture



Pour 6 personnes



Temps de préparation : 30 min



Temps de cuisson : 40 min



Difficulté : Facile

### Réalisation

- **Préparez les boulettes de poisson :** mélangez tous les ingrédients et formez des boulettes.

- Faites frire les boulettes dans un fond d'huile 2 min de chaque côté.

- **Préparez la sauce :** faites revenir les lanières de poivrons jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Ajoutez les gousses d'ail, la moitié de la coriandre et la tomate puis le concentré de tomate et laissez cuire avec un couvercle pendant 5 min.

- Ajoutez les cubes de pommes de terre, les épices, l'ail écrasé, les poivrons séchés et la coriandre et mélangez bien pendant plusieurs minutes, jusqu'à ce que les pommes de terre prennent une teinte dorée.

- Ajoutez 1 à 1,5 litre d'eau et portez à ébullition. Ajoutez les boulettes frites et faites cuire à feu vif pendant 10 min puis 45 min à feu doux.

- Laissez cuire encore 10 min sans le couvercle jusqu'à obtenir une belle sauce épaisse.

*Chabbath Chalom !*

Murielle Benainous



# 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)





"Cher M. Benhamou et toute l'équipe Torah-Box,

Je ne sais pas si vous vous souvenez de moi, je vous ai contactés il y a quelques mois pour savoir si je pouvais avorter à cause de ma maladie de grossesse et de notre situation financière. Bien que nous ayons eu une autorisation, vous et le Rav Ankri avez pris le temps de m'écouter, de me conseiller... et bien sûr, Torah-Box nous a aidés financièrement à plusieurs reprises.

Je voulais vous annoncer que, B'H, j'ai accouché d'un petit prince en bonne santé. Je ne sais pas ce qu'aurait été ma vie sans lui, il nous apporte déjà tellement de bonheur. Merci infiniment, grâce à vous, j'ai évité de commettre une erreur monumentale. J'ai évité de commettre la pire chose et d'avoir des regrets et des remords toute ma vie. Même si la grossesse a été un véritable combat et calvaire, je suis aujourd'hui la plus heureuse !

Depuis mon accouchement, je ne fais que remercier Hachem et il m'arrive même parfois de pleurer en me demandant comment j'ai pu penser à l'avortement. Je suis tellement contente d'avoir réussi à me battre pour le garder. Merci mille fois pour tout.  
Merci à vous et à l'équipe de Torah-Box."

Prenez part à un mérite infini :

**[torah-box.com/soutien](https://torah-box.com/soutien)**

Perle de la semaine par  Torah-Box

*"Ne pas pouvoir, c'est négatif. Ne pas vouloir, c'est positif."*

*(Rav Sim'ha Zissel - Saba de Kelm)*