

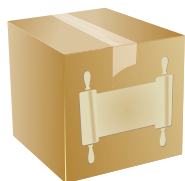
ATTENTAT MOSQUÉE
HARIRI

SENSIBILITÉ

LITZMANN
HAMOTSI

MONT HERMON
PKAILA RAMBAN

RAV DESSLER
CHÉHAKOL



Torah-Box

n°9 | 29 Nov. 2017 | 11 Kislev 5778 | Vayichla'h

M A G A Z I N E



**Le Prince
Albert**
protège
les Juifs de
Monaco
> p.7



Depuis
l'accouchement,
ma femme est
bizarre...
> p. 28



Vayichla'h :
utiliser son
Yétser Hara
pour le Bien
> p. 13



Chaque jour tout au long de l'année



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

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

22 508

paniers alimentaires

5 160

aides médicales

8 316

bourses pour nécessiteux

782

opérations urgentes

1 748

soins dentaires

4 292

veuves et orphelins

2 689

subventions scolaires

Appel gratuit de France :

0-800-106-135

Un reçu sera envoyé pour tout don.

5 possibilités pour transmettre vos dons au Vaad haRabanim :

1. Appelez ce numéro pour un don par carte de crédit : 0-800-106-135 en Israël: 00. 972.2.501.91.00
2. Envoyez votre chèque à : Vaad haRabanim 10, Rue Pavée 75004 Paris
3. Envoyez votre don à l'un des Rabbanim de votre région (demandez la liste au numéro 0-800-106-135).
4. Envoyez votre don dans l'enveloppe jointe.
5. Sur notre site : www.vaadharabanim.org Site sécurisé

Appel gratuit d'Israel :

1-800-22-36-36

Un reçu sera envoyé pour tout don.

5 possibilités pour transmettre vos dons au Vaad haRabanim :

1. Appelez ce numéro pour un don par carte de crédit : 1-800-22-36-36 en Israël: 00. 972.2.501.91.00
2. Envoyez votre chèque à : Vaad haRabanim 2, Rehov Yoel, Jerusalem
3. Envoyez votre don à l'un des Rabbanim de votre région (demandez la liste au numéro 1-800-22-36-36).
4. Envoyez votre don dans l'enveloppe jointe.
5. Sur notre site : www.vaadharabanim.org Site sécurisé



CALENDRIER DE LA SEMAINE

29 Novembre au 5 Décembre 2017

Mercredi
29 Nov.
11 Kislev

Daf Hayomi Makot 24
Michna Yomit Roch Hachana 4-6
Limoud au féminin n°53

Jeudi
30 Nov.
12 Kislev

Daf Hayomi Chvouot 2
Michna Yomit Roch Hachana 4-8
Limoud au féminin n°54

Vendredi
1^{er} Déc.
13 Kislev

Daf Hayomi Chvouot 3
Michna Yomit Taanit 1-1
Limoud au féminin n°55

Samedi
2 Déc.
14 Kislev

 **Parachat Vayichla'h**
Daf Hayomi Chvouot 4
Michna Yomit Taanit 1-3
Limoud au féminin n°56

Dimanche
3 Déc.
15 Kislev

Daf Hayomi Chvouot 5
Michna Yomit Taanit 1-5
Limoud au féminin n°57

Lundi
4 Déc.
16 Kislev

Daf Hayomi Chvouot 6
Michna Yomit Taanit 1-7
Limoud au féminin n°58

Mardi
5 Déc.
17 Kislev

Daf Hayomi Chvouot 7
Michna Yomit Taanit 2-2
Limoud au féminin n°59



Jeudi 30 Novembre

Rav Chlomo Ben Yé'hiehl Louria (Maharchal)



Vendredi 1^{er} Décembre

Rav David Chlouch
Rav Chalom Hedia
Rav Ra'hamim Mazouz



Samedi 2 Décembre

Rav David Abi'hssira (Atérèt Rochénou)



Dimanche 3 Décembre

Rabbi Yéhouda



Mardi 5 Décembre

Rav Yossef Yozel Horowitz
(le Saba de Novardok)



Horaires du Chabbath

	Jéru.	Tel Aviv	Ashdod	Natanya
Entrée	15:55	16:06	16:07	16:05
Sortie	17:15	17:16	17:17	17:15



Zmanim du 2 Décembre

	Jéru.	Tel Aviv	Ashdod	Natanya
Nets	06:22	06:24	06:24	06:25
Fin du Chéma (2)	08:55	08:57	08:57	08:57
'Hatsot	11:29	11:30	11:31	11:30
Chkia	16:35	16:36	16:37	16:35

Responsable Publication : David Choukroun - **Rédacteurs :** Elyssia Boukobza, Rabbi Mordekhaï Cazbi, Rav Yéhonathan Gefen, Binyamin Benhamou, Rav Avraham Garcia, Rav Gabriel Dayan, Rav David Haddad, Rav Avraham Kadoch, Rav Avraham Taieb, Rabbanite Bamberger, Joëlle Licha, Esther Sitbon - **Mise en page :** Dafna Uzan - **Secrétariat :** 077.466.03.32
Publicité : Emmanuel (emmanuel@torah-box.com / 058.50.50.112)

Distribution : diffusion@torah-box.com

- La rédaction de Torah-Box Magazine décline toute responsabilité quant au contenu des publicités
- Ce magazine contient des enseignements de Torah, ne pas le jeter dans une poubelle
 - Pour toute remarque ou conseil : support@torah-box.com

Un attentat dans une mosquée du Sinaï fait 305 morts et 128 blessés



Des hommes armés, appartenant probablement à la branche égyptienne de Daech, ont commis vendredi dernier un attentat meurtrier dans la mosquée de Bir al-Abed, un village situé dans la province du Nord-Sinaï, faisant 305 morts et 128 blessés.

La mosquée visée se réclame du soufisme, un courant mystique de l'Islam considéré comme hérétique par le groupe djihadiste.

Le transfert des victimes vers l'hôpital a été rendu extrêmement difficile du fait des nombreuses carcasses de voitures qui avaient été placées pour bloquer l'accès des principales routes.

Ce n'est pas la première fois que des attaques de ce type touchent le pays : depuis la destitution du président islamiste Morsi en 2013, elles se sont multipliées sans toutefois que ces groupes djihadistes ne parviennent à gagner du terrain.

Alors que la présidence décrétait trois jours de deuil national, le président égyptien a promis quant à lui une réponse "brutale" à cet attentat, qui est le plus meurtrier de l'histoire du pays et l'un des plus sanglants dans le monde depuis les attentats du 11 septembre.

Cuisine française & orientale

OPERA

אופרה

LA BOX DE CHABBAT

---2 REPAS---

- 2 salades
- 2 poissons
- 2 viandes
- 2 accompagnements
- 2 pains de Shabbat
- Bougies de Chabbat

90sh

Traiteur d'exception

pour vos réceptions

Chabbat Hatan, Askarot, Cocktail, Kiddoush, Plateaux de petits fours salés...

Plats prêts à emporter

Tous les vendredis, grand choix de plats cuisinés pour Chabbat à notre boutique de 8h30 à 14h30

Sur commande avant le vendredi 13h

Merkaz Shatner 5 · Guivat Shaoul · Jérusalem

073-2760488 opera.traiteur@gmail.com

אופרה

opéra catering

facebook

Sous le contrôle du Rav Ma'hfoud

Crise de colition autour du Chabbath : Litzman sera ministre-adjoint

On ignore pour l'heure si le dernier mot a été dit, mais en tout cas, c'est officiel : une rencontre entre Netanyahou et les partis orthodoxes à la Knesset a permis de parvenir à un accord suite à la démission de Litzman.

Cet accord permettrait le maintien du statut-quo autour du Chabbath, celui de Litzman au sein de la coalition et accessoirement, celui de tout le gouvernement. La formule proposée ?

L'élaboration d'une loi permettant à nouveau de conférer à un ministre-adjoint les mêmes prérogatives qu'un ministre (loi qui avait été précédemment annulée par la cour suprême).

Ce qui permettrait pour l'heure à Litzman de regagner son poste au ministère de la Santé (duquel il avait démissionné suite aux



profanations répétées du Chabbath lors des travaux ferroviaires) et aux esprits échauffés par cette crise de coalition de s'apaiser : "La coalition est forte et stable. Le gouvernement actuel avec à sa tête le Likoud est ce qu'il y a de meilleur pour notre Etat", a ainsi déclaré Netanyahou, visiblement satisfait, à l'issue de la

réunion avec les députés orthodoxes. Pour rappel, le bras de fer entre le ministère des Transports et le parti de Yahadouth Hatorah s'est aggravé ces dernières semaines.

Alors que Litzman menaçait de plus en plus explicitement de quitter le gouvernement si le Chabbath n'était pas respecté lors des travaux effectués sur les chemins de fer, le ministre des Transports continuait de déclarer que ces travaux relevaient d'une nécessité absolue.



Société de gestion Patrimoniale de plus de 20 ans d'existence, souhaite ouvrir un nouveau département pour

RETRAITÉS ACTIFS

Et met à leur disposition une plate-forme opérationnelle de gestion complète.

Si vous êtes retraités avec une carrière professionnelle bancaire ou financière, mais vous souhaitez rester en activité, complète ou partielle, n'hésitez pas à nous adresser votre CV à

DAVID BRAMI, DIRECTEUR GÉNÉRAL ADJOINT

✉ davidb@impact-inv.co.il

☎ 054-437 55 51



Graphologie
PROFESSIONNELLE

Orientation professionnelle ou scolaire

Portrait de personnalité

Analyse de dessins d'enfants

Choix rapide et efficace d'employés potentiels et amélioration de la dynamique de groupe!

Sur Jérusalem

Judith Mandelbaum
diplômée de l'Institut israélien de Graphologie Appliquée

054.845.69.18

Kotel : La cloison de séparation fait peau neuve



La cloison de séparation entre l'esplanade réservée aux hommes et celle réservée aux femmes du Kotel a fait peau neuve la semaine dernière.

Les panneaux de séparation ont été remplacés par d'autres panneaux de couleur bronze et gravés de grandes *Ménorot*.

Les travaux de rénovation ont été effectués par des ouvriers juifs qui ont tous travaillé la tête couverte, par égard pour la sainteté des lieux.

Baisse inquiétante du niveau du Kinéret

Le mois de novembre s'étant avéré particulièrement sec, le niveau du lac du Kinéret a



encore baissé, ont annoncé les responsables des lieux. D'immenses étendues de terre ont ainsi été mises à nu ces derniers jours aux alentours du lac : à Tsaalon, la jetée existante a augmenté de près de 100 dounams et le fameux îlot à proximité de Maagan est désormais accessible à pied !

A la Direction du Kinéret, on se montrait toutefois pragmatique, puisque cet inquiétant état était mis à profit pour effectuer d'importants travaux de réfection et de nettoyage de ces zones, où pullulent les déchets et les obstacles pour les baigneurs.

Projets garantis
clefs en mains



30 années
d'expérience

**La rénovation de Votre maison,
c'est Notre profession**

Construction Installation Dépannage Rénovation Extension

- Réalisation des plans en 3D par notre architecte
- Suivi des travaux par architecte
- Ouvriers qualifiés
- Devis très précis et détaillé
- Compte rendu quotidien avec photos
- Respect des délais et du devis
- Service après vente garanti

SUR TOUT ISRAEL

TOUT CORPS DÉTAT: maçonnerie, carrelage, climatisation, plomberie, serrurerie, électricité, menuiserie

Pascal Saadoun 053 708 76 20

www.mazalhome.com

mazalhome26@gmail.com

 **mazal.home**

Le plus grand yacht du monde accoste au port de 'Haïfa



Vendredi dernier, le port de 'Haïfa a reçu la visite d'un hôte plutôt prestigieux : le Sailing Yacht A, appartenant au milliardaire russe Andrey Melnichenko, a en effet accosté au port en début de matinée.

D'une longueur de 142,81 m et d'une superficie de 8 ponts, il serait le plus grand yacht privé à voile au monde et possède de nombreuses innovations.

Il a coûté à son propriétaire la coquette somme de 417 millions €, une bagatelle puisque sa fortune est estimée à 12 milliards.

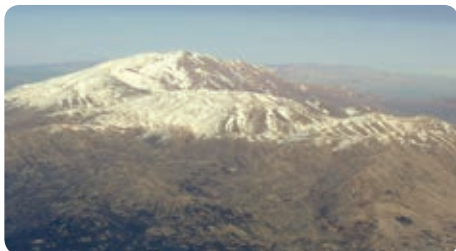
Le Prince Albert II aux Rabbins d'Europe : "Personne ne portera atteinte aux Juifs à Monaco"



C'est dans un climat fort chaleureux que le Prince Albert II de Monaco a reçu les rabbins de la Conférence des Rabbins européens, avec à leur tête le Rav Pin'has Goldschmidt et en présence du grand-rabbin de France, Rav 'Haïm Korsia et de nombreuses autres personnalités rabbiniques. Il a alors qualifié

d'"honneur sans précédent" la tenue de la Conférence dans la principauté. "Les Juifs sont une partie importante de la principauté et je suis content que vous ayez choisi de nous rencontrer. Bienvenue à Monaco !", a déclaré le Prince avant de rappeler que "personne ne [porterait] atteinte aux Juifs à Monaco". Le comité permanent de la Conférence des Rabbins européens était réuni pour discuter de questions à l'ordre du jour de la communauté juive européenne et mondiale telles que les tentatives du mouvement réformé de s'implanter au Kotel, les nouveaux critères pour la conversion et les menaces pesant sur l'abattage rituel en Belgique. Les rabbins ont conclu la conférence par l'inauguration d'un magnifique Mikvé dans les locaux de la communauté.

L'hiver est là : la neige est tombée au 'Hermon



Après la chute vertigineuse des températures la semaine dernière, qui furent accompagnées d'averses du nord du pays jusqu'au Néguev, ce sont des premiers flocons de neige qui sont tombés sur le 'Hermon en milieu de semaine.

Ces deux centimètres de neige ont recouvert le sommet du mont et furent accompagnés de vents forts, a indiqué la direction du site.

Pour rappel, les services météorologiques prévoient un hiver sec et ce, pour la cinquième année consécutive.

Votre agence Immobilière sur **ASHDOD** et ses environs

Binyan Missradim
Rogozine 3 Aleph
3^{ème} étage - Bureau 57
Ashdod

Tel Bureau:

089.260.260

Tel Port:

058.55.00.613

Tel Fr:

01.77.47.98.55



Grand choix d'appartements

Vente • Location • Investissement

EXPERIENCE - PROFESSIONNALISME

A VENDRE

City :

3+1 divisé du Kablan.

1.650.000Sh

City : 4 Pcs, 130m² invest.

1.580.000Sh

City : Duplex, Penthouse,

148m² invest.

1.850.000Sh

Dalet :

4,5 pcs, 3 balcons

1.400.000Sh

Têt : 3,5 Pcs,

Mamad Balcon

soucah. 1.250.000SH

H'et : 3,5 Pcs, Balcon,

Mamad. 1.330.000 Sh

Spécial investisseur ! Villa divisée en 6. Rentabilité 7%



Un avion militaire américain avec 11 personnes à son bord s'abîme en mer des Philippines



Un avion militaire américain transportant 11 personnes s'est abîmé en mer des Philippines alors

qu'il devait atterrir sur le porte-avions USS Ronald Reagan, a annoncé mercredi la marine américaine. Selon un communiqué de la marine américaine, "Un avion de l'US Navy transportant 11 passagers et membres d'équipage s'est écrasé dans l'océan au sud-est d'Okinawa", archipel du sud du Japon.

"Des opérations de sauvetage des personnels sont en cours et leur état de santé sera évalué par l'équipe médicale de l'USS Ronald Reagan", y était-il indiqué.

Russie : des diplomates israéliens exposés à un risque de radioactivité ?

Dans une note destinée à la Fondation pour la Santé, l'organisme en charge de la santé des employés du ministère des Affaires étrangères israélien, la consule Olga Slovet met en garde les diplomates israéliens contre un "éventuel risque de radioactivité" résultant d'une panne ayant eu lieu ces dernières semaines dans une centrale nucléaire à proximité du Kazakhstan.

De retour au pays, Hariri suspend sa démission



Dans ce qui semble n'être que le début de la crise libanaise, le Premier ministre Saad Hariri est donc rentré au Liban en milieu de semaine dernière, après une absence de 17 jours dont près de deux semaines en Arabie Saoudite, trois jours en France et un en Egypte et à Chypre.

Il s'est dès le lendemain matin entretenu avec le président Michel Aoun, entrevue à l'issue de laquelle il a annoncé qu'il avait accepté la requête du président en suspendant sa démission, donnée depuis Ryad quelques deux semaines auparavant dans des conditions mystérieuses.

Dans son discours donné à l'occasion de la Fête de l'indépendance, le président Aoun a ensuite appelé son peuple à "l'unité", prévenant que la dissension "provoquerait une destruction totale qui n'épargnerait personne".



בס"ד

L'ATELIER DE PEINTURE POUR ENFANTS

CLAUDIA RUTH AMSELLEM

052-705-2626

QUARTIER BAKA JERUSALEM

La lettre d'un déporté d'Auschwitz déchiffrée 70 ans après



L'histoire de ce précieux document aura donc connu plusieurs rebondissements. Marcel Nadjari, un Juif grec déporté à Auschwitz et chargé des dépouilles sortant des chambres à gaz, écrit et camoufle sous terre en 1944 une lettre où il décrit le calvaire de la vie à Auschwitz et de son travail au sein des Sonderkommandos. Bien que Nadjari ait été libéré à la fin de la guerre, il n'a jamais révélé l'existence de cette lettre enterrée à proximité du crematorium III. Ce n'est qu'en

1980 qu'un étudiant polonais effectuant des fouilles dans l'ancien camp de concentration la découvre. Mais rédigée en grec et illisible, elle semble condamnée aux oubliettes. Il aura fallu la détermination de l'historien russe Pavel Polain pour en déchiffrer le contenu grâce à l'emploi de techniques informatiques.

Offerte à la fille de Nadjari, Nelly, elle a été rendue publique à la synagogue de Thessalonique.

Accord Fata'h-'Hamas: des élections d'ici un an



Après un nouveau marathon de consultations au Caire, les représentants du Fata'h et 'Hamas ont annoncé que leurs mouvements s'étaient accordés sur la tenue de nouvelles élections, qui devraient donc avoir lieu d'ici la fin de l'année prochaine. D'après l'annonce délivrée au terme de ces discussions, le choix d'une date finale pour ces élections est entre les mains du président palestinien Ma'hmoud Abbas.

Dans la même foulée, les différentes factions ont dénoncé les menaces faites récemment par le gouvernement Trump de fermer l'ambassade palestinienne à Washington.



aluplast



N° 1 De La Vente de Menuiseries PVC



Volet Roulant PVC

+ 30 ans d'expérience

Alu sur mesure

Devis gratuit

Fenêtre PVC

Porte Fenêtre PVC

Baie Vitrée Coulissante

Volet Rénovation

Volet Traditionnel

LES BÉNÉFICES DES FENÊTRES CERTIFIÉES CE-NF

- ➊ Résistance au vent
- ➋ Perméabilité à l'air
- ➌ Isolation thermique
- ➍ Étanchéité à l'eau
- ➎ Essais mécaniques spécifiques
- ➏ Effort de manœuvre
- ➐ Endurance ouverture fermeture
- ➑ Affaiblissement acoustique

ACHETEZ À PRIX D'USINE Fenêtres et volets roulants directement auprès du fabricant.

Le prix ex-work est fixé à la sortie de l'usine et la **DIFFÉRENCE EST TRÈS SIGNIFICATIVE !**

INOV-A-SION®

Norbert Cohen : 054 7270977 Daniel Szpigelman : 054 8187338

www.aluplast.net ■ norbert.cohen@wanadoo.fr

La liste de Joël Mergui remporte haut la main les élections au Consistoire de Paris

Le leader de l'institution consistoriale francilienne, qui est à sa tête sans discontinuer depuis 2006, a été reconduit dans ses fonctions ce dimanche lors des élections qui se sont tenues au Consistoire de Paris.

Il a en effet remporté 12 des 13 sièges du conseil, sous la bannière de son mouvement "Osons le judaïsme", contre ses deux principaux adversaires David Revcolevski (1



siège) et Evelyne Gugenheim, ce qui lui assure la victoire pour les prochaines élections au Consistoire de Paris en

janvier prochain.

Ce vote a cependant été marqué par un fort taux d'abstention, puisque seuls 3.713 des 29.000 adhérents du Consistoire y ont participé, selon les chiffres communiqués par le Consistoire.

Le Syndicat des médecins menace d'une grève générale

Le Syndicat des médecins a annoncé en début de semaine que si aucune solution durable n'était apportée au conflit qui l'oppose au ministère de la Santé, une grève générale des médecins de Koupot 'Holim et d'hôpitaux serait décrétée dès mercredi.

En cause : les nouvelles restrictions liées aux clauses de non-concurrence entre les Koupot

'Holim fixées ces derniers mois par le ministère et qui selon Leonid Idelman (qui est à la tête du syndicat), "constituent un pas de plus dans l'atteinte portée au statut de médecin". Ces mesures interdisent notamment aux médecins de travailler pour une caisse concurrente dans un périmètre de 30 km du poste qu'ils ont quitté au sein de la précédente Koupot 'Holim.

Elyssia Boukobza



MR

EXPERTISE COMPTABLE

**ENTREPRISES
INDÉPENDANTS
ASSOCIATIONS**

Création d'entreprise et association
Comptabilité, salaires et bilans
Ouverture dossier indépendants
Déclaration fiscale et patrimoniale
Aides à l'obtention de crédits et subventions
Fiscalité des nouveaux immigrants

MYRIAM RABIH, C.P.A
Port: 054 6735906 | Fax: 02 5803277
Rabih.cpa@gmail.com | JERUSALEM - TEL AVIV - NETANYA



RAMET SHARET, Rehov EINO SHAKI

Appart, 5P 135m2 (Tabo)
Balcon Soucca 8m2 avec vue
Très lumineux et aéré
Suite parentale
6eme étage, Yunkers
Cave, Parking
Entièrement renové !!
Rue très calme
Prix : 3,250,000 NIS

**Vous cherchez à acheter, vendre ou louer?
Contactez nous dès à présent**

Chalom RAJZMAN
058-635-2628 - chalom.nadlan@gmail.com

Sans enfants, pas de boulot ou célibataire . Un peu de sensibilité !

Tout le monde a des revers dans la vie. Certains se font licencier, d'autres ont des difficultés à avoir des enfants, etc. Ce qui est certain, c'est que tous méritent notre sensibilité et de voir leur intimité préservée. En faisant preuve de bon sens et de réflexion, la chose est possible !



Rébecca scrute attentivement le rayon des céréales. Branflakes ou Kellogs ? La routine l'aide à oublier momentanément la période difficile que son mari et elle traversent : ils n'arrivent pas à avoir d'enfants. Tout en examinant les ingrédients sur la boîte, elle profite d'un bref répit et oublie son anxiété. Jusqu'à ce qu'elle soit interrompue...

"Toujours pas d'enfants ?!"

"Rébecca ? Coucou, comment ça va ?"

Cette voix, c'est celle d'une ancienne amie de fac perdue de vue depuis quelques années.

"Super, merci. Je finis mes études et mon mari travaille dans une start-up." Rébecca sait pertinemment que ce n'est pas la réponse attendue par son amie...

"Mais, à part ça... Tout le reste ? Je sais que Jonathan et toi avez du mal à avoir des enfants", reprend son ancienne amie. Rébecca sent des nœuds se former dans son estomac. Elle ignore ce qui la dérange le plus : qu'une ancienne amie pose une question si personnelle ou bien le lieu indiscret dans lequel elle a choisi de le faire.

"Cela doit être dur...", continue-t-elle. "Ton mari et toi avez des problèmes ? Je connais un Rav qui... Enfin, passe une bonne journée !", met-elle un terme abrupt à son monologue plein de compassion.

Rébecca souffle, le moment le plus difficile est passé.

Echecs professionnels

Benjamin a une merveilleuse épouse et quatre enfants. Tout s'est toujours bien passé dans sa



vie ; cependant il vient de se faire licencier et a désormais du mal à joindre les deux bouts.

Un ami proche, Manu, vient juste de conclure un contrat avec une grosse société. Il prévoit d'organiser un *Kiddouch* à la synagogue pour fêter l'évènement.

Au *Kiddouch*, Benjamin se sent un peu mal à l'aise. Il imagine que tout le monde pense : "Ouah, j'ai du mal à croire qu'il soit venu ! Ça doit être dur pour lui." Honnêtement, ça n'a pas été facile. Après avoir sincèrement félicité son ami, Benjamin s'apprête à partir. Mes ses espoirs de s'éclipser discrètement sont anéantis quand il se voit accosté par plusieurs fidèles.

"Si D.ieu veut, bientôt chez toi !", lancent quelques-uns à son encontre.

Il a l'impression qu'un peloton d'exécution chargé de le consoler a choisi de l'achever.

Même à la synagogue

À la fin de l'office Chabbath matin, Yoni est assis à sa place habituelle, écoutant les annonces faites par le *Gabbaï*, qui commence à énumérer tous les événements heureux des membres de la synagogue. Yoni sent qu'il appréhende ce moment. Bien qu'il ne soit marié que depuis deux ans, lui et sa femme n'ont pas encore d'enfants.

"*Mazal-Tov* à la famille Bensoussan pour la naissance de leur fille !"

Bien que ce soit difficile, il est heureux pour les Bensoussan. Alors que la liste des *Sma'hot* de la communauté s'allonge, les commentaires commencent à fuser.

Un ami de Yoni se tourne vers lui. "Alors, Yoni, qu'est-ce que tu attends ?" "Ouais, on essaye", répond-il avec un sourire forcé. Un autre, assis juste en face de lui, lui lance : "Nous attendons tous d'entendre des bonnes nouvelles pour toi !" Il sait que ses amis sont bien intentionnés, mais il aimerait bien qu'ils cessent de saisir chaque occasion pour lui rappeler ses propres difficultés.

Un peu de sensibilité !

Le but de cet article n'est pas d'établir une équivalence entre les difficultés vécues par les gens, mais plutôt d'inviter à la réflexion et développer notre sensibilité quant à celles-ci. Laissons à D.ieu le soin de classer les épreuves par ordre de difficulté. Pour notre part, contentons-nous juste d'essayer de rendre ces situations un peu moins douloureuses pour ceux qui les vivent.

Tout le monde connaît des revers dans la vie. Certains se font licencier, d'autres ont des difficultés à avoir des enfants, d'autres mettent plus de temps à se marier. Mais tous méritent notre sensibilité et ont droit qu'on respecte leur intimité. En faisant preuve de bon sens et de réflexion, la chose est possible !

Cessons de juger : "S'il n'est pas encore marié, c'est de sa faute", "S'ils n'ont pas d'enfants, c'est qu'ils ne savent pas régler leurs problèmes", etc. Nous ignorons les calculs de D.ieu !

Certains se marient à un stade plus tardif et sont heureux malgré tout. La seule chose qui les a retenus de trouver plus tôt un partenaire n'était que leur *Mazal* et non pas un trouble de la personnalité, une difficulté à s'engager ou tout autre pathologie chronique.

Assurez-vous que vos paroles d'encouragement soient sollicitées (explicitement ou implicitement) et essayez de ne pas faire constamment graver la conversation autour du revers vécu par votre ami/connaissance rencontrée au détour d'un supermarché.

Contrairement à ce que vous pensez, ces personnes n'ont parfois pas envie d'en parler. Ne dites pas à quelqu'un que l'épreuve qu'il vit constitue une *Brakha*, à moins d'être capable vous-même de vous souhaiter vraiment la même chose.

En bref, veillons à traiter les autres avec la même sensibilité que nous aimerions voir témoignée à notre égard. Et au fait... Bientôt chez vous !

Rabbi Mordekhaï Cazbi





Supplément spécial Chabbath

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

Vayichla'h : utiliser son Yétser Hara pour le Bien

"J'ai vécu avec Lavan et j'ai néanmoins respecté les 613 Mitsvot", assure Yaakov à Lavan à son retour en Erets-Israël. Quand il dit n'avoir pas appris de l'attitude de Lavan, il fait en fait allusion au fait de ne pas avoir mis dans ses bonnes actions le même zèle que Lavan en avait pour pécher...



Lors de son retour en Erets Israël, Yaakov Avinou envoie un message de réconciliation à son frère Essav. Il commence en ces termes : "J'ai vécu avec Lavan et j'y ai prolongé mon séjour jusqu'à présent" (Béréchit 32,5). Nos Sages interprètent les mots de Yaakov de la façon suivante : "J'ai vécu avec Lavan et j'ai néanmoins respecté les 613 Mitsvot ; je n'ai pas appris de son mauvais comportement" (Rachi ibid.).

Les commentateurs se posent la question suivante : ces paroles semblent quelque peu hostiles – en quoi sont-elles liées au reste du message de Yaakov à Essav, qui se voulait être un message de paix ?

L'empressement de Lavan

Le 'Hafets 'Haïm répond en expliquant les paroles de nos Sages de manière originale : lorsque Yaakov dit qu'il a observé les Mitsvot sans apprendre de la mauvaise conduite de Lavan, il s'adresse en fait une critique. Il assure Essav que celui-ci n'a rien à craindre de sa part, car bien qu'il ait observé les Mitsvot, il ne l'a pas fait avec autant d'empressement que Lavan, quand ce dernier se comportait mal.

Ainsi, quand il dit n'avoir pas appris de l'attitude de Lavan, il fait allusion au fait de ne pas avoir mis dans ses bonnes actions le même zèle que Lavan en avait pour pécher (Rav El'hanan Wasserman, rapporté par le Talel Orot, Béréchit



2nd volume, p. 63). Nous en déduisons de là que nos bonnes actions sont jugées par rapport à celles des pécheurs qui commettent leurs *Avérot*. Nous devons être conscients du fait que nous sommes l'objet d'une grande accusation s'ils accomplissent le Mal avec plus d'entrain que celui que nous manifestons quand nous faisons le Bien.

Se lever tôt ou se lever très tôt ?

Ceci peut nous aider à expliquer un autre passage difficile de la Torah. Lorsque Bilam l'impie (qui, de façon intéressante, est intrinsèquement lié à Lavan ; le *Targoum Yonathan* affirme qu'ils sont en réalité une seule et même personne !) se mit en route pour maudire le peuple juif, la Torah nous informe qu'il se leva tôt le matin ("*Vayakam*"). Le *Midrach Tan'houma* relate qu'en voyant cela, Hachem s'exclama : "Impie ! Avraham, leur père te surpassa", comme il est dit au sujet du Sacrifice d'Its'hak : "*Vayachkèm baboker*".

Les mots *Vayakam* et *Vayachkèm* signifient tous deux "se lever", mais *Vayachkèm* implique un lever plus matinal que *Vayakam*. Ainsi, Hachem dit à Bilam qu'Avraham s'était levé plus tôt encore pour aller faire Sa volonté que Bilam, dont l'intention était de maudire le peuple juif. Que veut nous enseigner ce *Midrach* ?

Le Rav 'Hanokh Harris d'Aish Hatorah explique que Bilam voulait montrer les enfants d'Israël sous un jour négatif, en prouvant qu'il faisait le Mal avec plus de zèle qu'ils n'en avaient dans leur service divin. Mais Hachem lui rétorqua que le patriarche du *Klal Israël*, Avraham *Avinou*, avait fait preuve d'une plus grande ardeur encore pour accomplir la volonté divine que celle qu'il manifestait à présent, dans le but inverse. Par conséquent, les descendants d'Avraham, héritiers de cet empressement à accomplir les Mitsvot, avaient assez de mérite pour résister aux accusations de Bilam.

Aimer D.ieu avec ses deux penchants

Dans le *Chéma Israël*, nous affirmons notre volonté d'aimer Hachem de tout notre cœur.

La *Guémara* déduit de ce verset qu'il nous faut aimer Hachem avec nos deux penchants – le bon ET le mauvais !

L'un des moyens d'exploiter la force du *Yétser Hara* consiste à observer l'empressement avec lequel nous suivons ses tentations et à tenter d'en manifester autant pour écouter notre *Yétser Hatov*. L'histoire suivante (véridique) illustre parfaitement le pouvoir du *Yétser Hara*.

Un groupe de jeunes américains qui étudiaient à la *Yéchiva* en Israël, se rappelaient un jour avec nostalgie la nourriture qu'ils aimaient en Amérique. Cotisant chacun 50 \$ pour la cause, ils désignèrent l'un d'eux comme émissaire pour retourner au pays, acheter un succulent repas dans l'un de leurs restaurants favoris et le rapporter aussitôt !

Leur envie d'un bon repas les poussa à déployer des efforts impressionnants, tout cela dans le seul but de satisfaire leurs désirs. En examinant cet exemple, nous pouvons peut-être apprendre à exploiter ce dynamisme à des fins spirituelles.

Le même principe s'applique à des gens qui consacrent des heures entières à tenter d'assouvir leur désir d'argent et d'honneurs. Ces individus passent souvent des nuits blanches afin d'atteindre leur objectif. Pourquoi ne pas en faire de même dans le service divin et nous surpasser dans l'étude de la Torah ou dans le bien prodigué à autrui, par exemple ?

Nous pouvons également analyser notre mode de vie. Il y a peut-être des domaines dans lesquels nous ressentons plus d'excitation et d'empressement que dans la *Avodat Hachem* – que ce soit la nourriture, le sport, le travail ou autre...

Nous devons tenter d'intérioriser une chose que nous savons déjà – à savoir, que l'observance des Mitsvot procure bien plus de satisfaction que toute autre plaisir terrestre.

Alors, nous pourrions nous aussi commencer à "apprendre du mauvais comportement de Lavan et de ses semblables".

Rav Yéhonathan Gefen



Pour les 4-9 ans

SHA BA TIK

N°50

Feuillet parents-enfants pour Chabbath

édité par  Torah-Box.com

Vayichla'h

1

LE DVAR TORAH

Le shabatik peut désormais se jouer par équipe.
Utilisez le barème proposé pour attribuer les points.

NOUVEAU

Le chef de table lit le Dvar Torah, mais s'interrompt à chaque blanc pour inviter les convives à compléter.

Après la vente du droit _____ (d'aînesse), Essav et Yaakov signent un _____ (contrat), selon lequel Essav utilisera le côté matériel du _____ (monde), alors que Yaakov se concentrera uniquement sur la _____ (Torah) et les _____ (Mitsvot).

Le Midrach explique que des années plus tard, en voyant toutes les richesses de son _____ (frère), Essav est très _____ (énervé). Il ne comprend pas pourquoi Yaakov a droit à tous ces biens _____ (matériels), alors qu'il ne devait toucher que des bénéfices spirituels !

Yaakov lui explique qu'en récompense pour ses efforts dans son service divin, Hachem lui a offert de nombreux cadeaux dans ce monde-ci. A ce moment-là, poursuit le Midrach, Essav se met à réellement regretter d'avoir abandonné le chemin d'Avraham et de _____ (Yits'hak), ses _____ (ancêtres). Il comprend alors qu'Hachem donne à ceux qui Le servent tous les outils nécessaires, et même _____ (davantage).

Mais malheureusement, son regret ne le pousse pas à faire Tcheouva.

A DONNEZ UN TITRE À CE DVAR TORAH.

B AVEZ-VOUS BIEN ÉCOUTÉ ? (POUR LES PLUS PETITS)

- Quel est le contrat entre Essav et Yaakov ?
Yaakov œuvre pour accomplir la Torah et les Mitsvot > Essav travaille pour obtenir des richesses matérielles, et > Après la vente du droit d'aînesse
- Quand établissent-ils ce contrat ?
Après la vente du droit d'aînesse > Enervé
- En un mot, comment se sent Essav devant toutes les richesses de son frère ?
Enervé > non
- Yaakov a-t-il poursuivi les richesses ?
non >

C QUIZ À L'ENVERS +1/RÉPONSE JUSTE -1/RÉPONSE FAUSSE

- D'avoir quitté le chemin d'Avraham et de Yits'hak.
Qu'est-ce qu'Essav regrette à ce moment-là ? >
- Il comprend qu'Hachem donne à ceux qui le servent tous les outils nécessaires.
Que comprend Essav ? >

D A TON TOUR (+3/RÉPONSE JUSTE)

A votre tour de faire un Dvar Torah. Par contre, respectez les conditions suivantes :

- A votre avis, quels sont les trois mots-clefs de ce Dvar Torah ?
- Résumez le Dvar Torah que nous venons de traiter en incluant les mots suivants (pour les plus petits) :
- Hachem, Torah et Mitsvot, regret
- Résumez le Dvar Torah en incluant les mots Avraham, Essav, spirituel, tout en évitant les mots : Yits'hak, Yaakov, matériel
- Jouez le Dvar Torah : la signature du contrat, la rencontre dans laquelle Essav est énervé, et l'explication posée de Yaakov.

- Non, il reste sur ses positions.

> Essav fait-il Tcheouva ?





SHA BATIK

2

HACHKAFA

Quand Essav et Yaakov se retrouvent, ils échangent quelques mots quant à leurs possessions. Essav dit qu'il a « beaucoup ». Yaakov, lui, a « tout ». Le commentaire démontre ici une différence entre deux perspectives : alors qu'Essav demeure constamment en quête de richesses matérielles, Yaakov réalise qu'il a déjà largement ce qu'il lui faut pour accomplir son service divin. Essav se concentre sur ce qui lui manque, tandis que Yaakov se focalise sur ce qu'Hachem lui a déjà donné. Suivons le chemin de Yaakov, et réalisons combien d'outils nous avons pour mener une vie heureuse dans le service d'Hachem.

A

QU'AVEZ-VOUS COMPRIS ? (POUR LES PLUS PETITS (+1))

A. Quel est le meilleur regard à porter sur sa vie matérielle ?

1. On a tous les outils pour une Avodat Hachem heureuse.
2. Hachem ne nous donne jamais assez.
3. On n'a rien, mais ça ne fait rien : on ne mérite pas.

< Réponse 1

B. Votre très bon ami vous annonce qu'il ne sera pas là pour votre fête d'anniversaire.

1. Quelles pensées négatives cela pourrait-il engendrer chez vous ?

(il ne m'aime pas ; mon anniversaire sera nul ; je ne serai pas heureux ; autant annuler...)

2. Comment voir cela de la bonne manière ?

(j'ai quand même de la chance d'avoir une fête d'anniversaire ; c'est toujours mon ami. Les imprévus, ça arrive ! Heureusement que j'ai aussi d'autres amis. Je ne suis pas tout seul)

(Pour 2, si votre réponse correspond à l'une de celles proposées, +2. Sinon, +1)

B

DÉFIS

1. Pour s'amuser

Jouez la scène suivante par deux, avec ces personnages :

- **Reouven** va chez l'épicier juste avant Chabbath avec une longue liste de courses. Il lui demande de lui fournir les articles un par un.

Imaginez le plus d'ingrédients possible, et demandez-les à l'épicier.

- Très calme, l'**épicier**, en rupture de stock totale, répond pour chaque ingrédient qu'il n'en a plus, et qu'il a été dévalisé par ses clients.

A la fin, l'épicier recommande chaleureusement à Reouven de préparer son Chabbath avec ce qu'il a en boutique, à savoir des crackers, du chou et anchois.

Le gagnant sera celui qui aura imaginé les ingrédients les plus farfelus.

Plus tard, Reouven doit convaincre sa famille qu'ils vont tous passer un excellent Chabbath avec ses courses.

2. Parlons-en

Votre ami n'a eu que 15/20 à un contrôle qu'il avait pourtant révisé à la perfection. Qu'allez-vous lui dire pour lui donner la bonne perspective ?

(c'est quand même très bien. L'essentiel, c'est l'effort. Tu connais plein de choses, maintenant. Ça te laisse une marge pour faire mieux)



SHABATIK

3

JEUX

A

QUE SUIS-JE ? (+2)

- Si on vous compare à moi, vous êtes vraiment gentil.
- J'ai des cheveux comestibles.
- J'ai une mission unique, que j'accomplis pour Hachem.
- Je représente Essav dans notre Paracha.

< ange

D

MULTIMOTS +1/RÉPONSE JUSTE

Yaakov a affaire à l'ange d'Essav.

Citez d'autres rencontres avec des anges dans le Tanakh.

> Avraham et ses invités, Lot et ses siens, Hagar dans le désert, Bilam et son ânesse, Yehochoua et l'ange à l'épée dégainée...

E

MOKISKASH JEU COLLECTIF

Les convives doivent deviner chacun des mots suivants en posant des questions auxquelles le meneur de jeu ne répondra que par OUI ou par NON.

- Cadeaux
- Blessure
- Deux

B

CHARADE JEU COLLECTIF

- Mon premier est une boisson. (ne) <
- Mon deuxième est une bougie en hébreu. (Ner) <
- Mon troisième coupe le bois. (scie) <
- Mon quatrième est synonyme d'excitation et d'anticipation. (hâte) <
- Mon cinquième est un réflexe dont on a du mal à se défaire. (tic) <
- L'ange d'Essav touche Yaakov à mon tout. (au nerf sciatique) <

C

CHASSEZ L'INTRUS (+1)

Prière, division du camp, cadeaux, testament

> testament : cela ne fait pas partie des préparatifs de Yaakov avant sa rencontre avec Essav





SHABATIK

4

L'HISTOIRE

Un jour, le roi demande au Baron de Rothchild :

- Alors, Baron, dis-moi un peu. Combien tu vaux ?

Le baron réfléchit.

- Combien je vaux ? Euh... 50 millions de francs, je dirais.

Le roi le remercie pour sa réponse et le congédie. Cependant, il n'est pas satisfait. 50 millions de francs ? C'est tout ? Non. Le roi n'y croit pas.

Il mène donc son enquête et, très vite, il découvre que le baron possède en fait 500 millions de francs.

Il le fait donc appeler pour lui demander des comptes :

- Pourquoi m'as-tu menti sur les chiffres ? Ne me fais-tu donc pas confiance ?

A DEVINEZ

Quelle est la suite la plus proche de la réalité ?

Quelle est la suite la plus drôle ?

SUITE DE L'HISTOIRE

- Eh bien, répond le baron, vous ne m'aviez pas demandé combien j'avais, mais combien je

valais. Je donne un dixième de mon argent à la Tsedaka. Or, ce sont les Mitsvot qui restent vraiment. Ce sont elles qui définissent ma valeur. Un dixième de 500 millions, c'est 50 millions. Le reste, mon Roi, n'est que passager, et ne fait donc pas partie de ce que je vaux.

B LES ZEXPERTS DE L'HISTOIRE

(POUR LES PLUS PETITS)
(+1/RÉPONSE JUSTE)

Comment s'appelle le baron ?

Qu'est-ce que le roi demande au baron ?

Qu'est-ce que le baron explique au roi ?

C IMAGINEZ

Chaque convive établit la liste la plus longue possible des Mitsvot de son convive de droite.

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

Shabatik est une publication hebdomadaire éditée par l'association Torah-Box

Textes : Yémima Guedj | Mise en page : Cynthia Sebbah | Responsable : Rav Michael Allouche



"Coïncidences" ? Non, c'est D.ieu Qui dirige...

En tant que Juifs croyants, nous savons que D.ieu n'a pas seulement créé le monde en six jours mais qu'Il continue de le diriger à chaque instant, selon Sa volonté. Pourtant, nous voyons en même temps que les lois de la nature semblent régir le fonctionnement de l'univers ... Si l'on renverse un verre d'eau, celui-ci se répandra sur le sol. Alors, où s'exprime la volonté divine ?



Cela s'était passé deux mois après son licenciement. Alors que Raphy s'était habitué à mener une vie tranquille et facile avec un bon salaire, il s'était trouvé du jour au lendemain réduit à économiser chaque Chékel et à réfléchir à deux fois avant de faire ses courses au supermarché du coin. Malgré tous ses efforts, le coût de la vie s'était avéré plus cher que ce qu'il avait imaginé et Raphy s'était retrouvé pris dans un engrenage de plus en plus oppressant.

Raphy n'oubliera jamais ces deux journées du 9 et 10 octobre derniers. Après que le débit de sa carte bancaire soit passé, Raphy s'était retrouvé sans un seul sou sur son compte. Il était complètement désespéré et s'était déjà mis à imaginer tous ses chèques rejetés, son compte bloqué et les lettres de menaces expédiées. Pétrifié de peur et de honte, il avait soudain connu un revirement de situation, qu'il ne savait toujours pas comment expliquer... Puis, sortie d'on ne sait où, une vieille connaissance le contacta par téléphone. Raphy avait par le passé tenté de faire quelques affaires avec

elle et lui avait même prêté un peu d'argent à l'époque.

"Raphy, tu te souviens de l'affaire qu'on avait essayé de faire ensemble ? Je t'annonce que tu vas toucher ta part, parce qu'on a fait des bénéfices !"

Raphy fut alors stupéfait de recevoir la somme de 24 000 Chékels, ce qui représentait exactement le montant dont il avait besoin pour finir le mois...

Des histoires comme celles-ci, on en entend tous les jours. Une cascade de coïncidences étranges qui se produisent en faveur d'individus, au bon moment et au bon endroit, avec une précision déconcertante.

Vous avez dit "coïncidences" ?

Et si ces "coïncidences" n'étaient pas dues au hasard ?

A l'occasion de la fête de 'Hanouka, c'est le moment pour nous de prêter attention à ce





que nous disons dans la deuxième bénédiction précédant l'allumage : "Béni sois-Tu, Hachem notre D.ieu, Roi de l'univers, Qui a opéré des miracles pour nos ancêtres en leur temps, en ces temps-ci". De quels miracles opérés "en ces temps-ci" parlons-nous ?

En tant que Juifs croyants, nous savons que D.ieu n'a pas seulement créé le monde en six jours mais qu'Il continue de le diriger chaque jour et à chaque instant, selon Sa volonté. Pourtant, nous voyons en même temps que les lois naturelles (la force de gravité, la photosynthèse, le cycle de l'eau, etc.) semblent régir son fonctionnement. Si l'on renverse un verre d'eau, celui-ci se répandra sur le sol. Alors, où s'exprime la volonté divine dans ce cas ?

Nos Sages nous apportent la réponse. Ils nous enseignent que tout, y compris les choses les plus banales, ne se produisent que si, et seulement si, D.ieu en a décidé ainsi. Mais, il y a un mais...

Un décor en trompe-l'œil

D.ieu a choisi de diriger le monde en ne s'y dévoilant pas de manière claire, d'une manière telle que les hommes peuvent penser que le monde fonctionne de façon autonome. Ce qu'on nomme les fameuses lois de la nature... D.ieu a ainsi bâti un immense système en trompe-l'œil : des phénomènes "naturels" qui semblent régir le monde, de sorte que celui qui souhaite nier l'existence de D.ieu puisse vraiment le faire. C'est de cette façon qu'Il permet aux êtres humains d'exercer leur libre-arbitre et donc d'agir de leur plein gré pour le Bien et acquérir ainsi du mérite.

A nos yeux, le monde semble suivre sa marche naturelle, mais la vérité est qu'une main invisible tire les ficelles à chaque instant. Pour illustrer cette idée, rappelons qu'en hébreu, l'anagramme des lettres du mot "hasard" (*Mikré*) forme l'expression "Tout vient de D.ieu" (*Rak MéHachem*) !

Lorsque besoin est, il arrive que D.ieu déroge aux règles de la nature qu'Il a lui-même instaurées

et dirige le monde de façon "surnaturelle" par le biais de miracles tellement contraires à la "nature" que tout le monde les remarque. C'est ce qui se passa tout au long de notre histoire, notamment lors du miracle de *'Hanouka*.

Des miracles partout !

Ainsi, peu importe les coïncidences, D.ieu fait toujours en sorte que Sa volonté se matérialise dans les faits. Cela signifie qu'en réalité, le monde fonctionne toujours sur un mode "surnaturel", mais que nous ne le voyons pas. Et c'est précisément la raison pour laquelle nous prononçons la bénédiction "Qui a opéré des miracles pour nos ancêtres en leur temps, en ces temps-ci", car même aujourd'hui, ce sont des miracles, certes cachés, qui permettent au monde de fonctionner au quotidien !

Le Ramban (Na'hmanide), qui vécut il y a mille ans, affirmait ainsi que le fait de reconnaître que le monde est géré par Hachem, même quand il fonctionne apparemment de façon naturelle, constitue la base de la *Emouna*.

Nos Sages ne se contentent pas de décrire la façon dont Hachem gère Son monde ; ils nous enseignent aussi la manière dont nous devons nous comporter pour que le monde fonctionne d'une façon qui nous soit favorable ! Ils affirment ainsi que lorsque l'homme place toute sa confiance en Hachem, il mérite que le monde évolue d'une façon positive, ainsi que le dit le roi David dans ses Psaumes : "Celui qui a confiance en D.ieu sera entouré de Sa bonté" (32,10). Ce sentiment de confiance absolue permet à l'homme de se décharger du poids de sa vie et de comprendre que tout est entre les mains de D.ieu., Qui l'entoure de Sa bienveillance.

Si nous vivons avec cette conscience profondément ancrée en nous, il n'y a dès lors plus lieu de se mettre en colère, plus de raison de se plaindre, plus de prétexte pour se décourager. Souvenons-nous à nouveau du cri d'espoir lancé par le Talmud (*Brakhot* 10a) : "Même si une épée tranchante est placée sur son cou, que l'homme ne désespère pas de la miséricorde divine !"



Horizon Torah, la communauté qui voit toujours plus loin !

Au cœur de la ville sainte, sur les collines paisibles et ensoleillées de Bayit Végan, gît une communauté aux accents délicieusement français orchestrée avec brio par le Dr Jean 'Haïm. Un lieu à la fois dynamique, ambitieux et plein de vie que nous vous proposons de découvrir !

Alors que je parle avec le Dr 'Haïm au téléphone, je me demande comment je vais bien réussir à compiler la multitude d'activités et d'œuvres en faveur de sa communauté sur seulement deux doubles-pages de Torah-Box Magazine. "Non, on ne peut pas ajouter une demi-page", m'entends-je répondre à la rédaction.

Bon. J'espère juste qu'en plus d'être Rav, dentiste, éducateur, coach, chef de communauté, chercheur en psychologie et éthique à l'université de Bar-Ilan et aussi père de famille, il ne fait rien d'autre, Dr 'Haïm.

"Je vous en prie, inutile de vous étendre sur mes activités, ce qui compte, ce sont les jeunes de la communauté", m'annonce-t-il en guise d'introduction. Ouf, je suis rassurée ! Enfin, pas si sûr...

J'ai entendu qu'Horizon Torah fêtait ses quatre ans. Mazal Tov !

Merci. Oui, effectivement. Il y a quatre ans, j'ai fait le constat navrant du repli presque systématique des gens au sein de leur propre tendance. Pour moi qui suis animé à la fois d'idéalisme (qualité que j'ai puisé dans la 'Hassidout) et d'une réflexion profonde (démarche acquise lors des années où j'ai étudié au Kollel du 'Hazon Ich à Bné-Brak), il s'agissait d'une dynamique inquiétante, à freiner absolument. C'est ainsi que j'ai décidé de créer une communauté jeune, fédératrice, qui vit les valeurs de la Torah et où chacun ferait profiter l'autre de ses richesses. Horizon Torah était né.

Pourquoi avoir choisi ce lieu en particulier ? Bayit Végan n'est pourtant pas un quartier qui manque de communautés...

C'est vrai, mais en fait, notre public provient aussi bien de Bayit Végan que des quartiers alentours tels que Ramat Charet et Guivat Mordekhaï. Il y avait besoin d'un lieu chaleureux



pour accueillir tous ces jeunes intégrés à la société israélienne, qui travaillent, servent à l'armée, ces universitaires du Makhon Lev ou d'ailleurs, qui souhaitaient intégrer une communauté à la fois orthodoxe, ouverte et chaleureuse.

On sent que les jeunes tiennent une place privilégiée dans votre communauté, est-ce exact ?

Tout à fait. Ils constituent 80% de notre public. En tant que Rav et coach, j'accompagne principalement les jeunes dans l'édification de leur vie. Un peu à l'image d'un parent ou d'un guide, je les aide à trouver leur vocation à travers la Torah et à acquérir l'ambition de se réaliser pleinement. Je crois en l'esprit d'initiative, optimiste et motivé de la jeunesse et c'est ce potentiel que j'essaie d'épanouir.





Concrètement, à quoi ressemble une journée à Horizon Torah ?

Tout d'abord notre synagogue est un lieu où il fait bon vivre. L'office de *Cha'harit* y débute généralement à 7h00. De suite après, le *Beth Midrach* ouvre ses portes pour toute la journée.

Les étudiants s'y succèdent, chacun étudie en fonction de ses possibilités et de son emploi du temps. On y étudie le *Daf Hayomi*, des *Havroutot* se forment, etc. Mais c'est à partir de 19h00 que notre communauté prend vie au plein sens du terme. Après que les gens qui travaillent ou qui étudient sont rentrés chez eux, ils affluent ensuite au *Beth Midrach* pour s'abreuver aux sources vives de la Torah.

Selon l'emploi du temps, des cours dispensés par différents intervenants ont lieu, sinon l'étude en groupes se tient sous la houlette de l'un des Rabbanim de notre synagogue. Comme je l'ai dit, j'aime produire des vocations : c'est pourquoi nous donnons

l'opportunité à chacun de prendre la parole pour faire des exposés de Torah (des *'Habourot*, dans le langage yéchivatique), ce qui constitue pour nous une source de grande fierté !

Le Chabbath, notre espace revêt la parure majestueuse de ce jour saint et reprend son visage traditionnel. Après la *Kabbalat Chabbath* et l'office de *Arvit*, différents orateurs prennent la parole sur des sujets variés. Puis le Chabbath midi, après l'office, se tient un *Kiddouch* convivial autour du cours de *Halakha* du Rav Michaël Cohen-Scali, que tout le monde apprécie et qui est en quelque sorte notre "rabbin de Chabbath"...

C'est bien pour les hommes, tout cela.

Oui, mais les femmes aussi tiennent une place importante au sein de notre plateforme. Elles assistent aux cours mixtes qui sont donnés notamment le vendredi soir et des cours leur sont consacrés également en semaine.

Nous espérons ouvrir bientôt à leur intention un cours hebdomadaire sur une base régulière. Elles prennent également part de manière active au sein de toutes nos activités communautaires. C'est d'ailleurs l'occasion de les en remercier, elles ainsi que toute l'équipe et en particulier mon plus proche collaborateur Réouven Benamara, qui font vivre notre *Beth Midrach* et sans lesquels rien de tout cela n'aurait été possible.





Puisque nous parlons des femmes, j'aurais aimé ajouter un point : en tant que dentiste, je suis souvent amené à discuter avec les mamans qui amènent leurs enfants se faire soigner et j'ai constaté que nombre d'entre elles se plaignaient du fait que leurs enfants et jeunes ados n'avaient pas la motivation nécessaire pour se lever et aller à la *Téfila*. C'est triste à dire, mais un office long, suivi d'un exposé parfois compliqué, peut sembler rébarbatif aux yeux de ces jeunes.

C'est pourquoi j'ai lancé il y a 3 ans l'idée d'un "Minyan de jeunes", qui commence à 10h00, dure une heure top chrono et qui est suivi par un petit déjeuner sympathique, mais pas trop long.

Tout ce qu'il fallait pour leur plaire, en clair...

Exactement. Et la formule fonctionne ! Mon objectif est que l'exercice de la *Téfila* devienne pour eux un vrai moment de bonheur et de joie, dans la simplicité et la convivialité.

J'ai cru comprendre que vous étiez aussi éducateur...

Aussi, oui. Mon action consiste à aider les jeunes à trouver leur voie à travers la Torah.

Depuis plusieurs années, j'accompagne ainsi les enfants qui se cherchent ainsi que leurs parents, qui ont besoin qu'on leur redonne confiance en leurs valeurs éducatives. Je crois au potentiel enfoui en chacun et je pense qu'en

chaque jeune motivé, se cache un leader pour la génération de demain.

La jeunesse d'aujourd'hui est-elle encore attirée par ces hautes aspirations ?

Excellente question.

Merci !

Je vous répondrais par une parabole : de la même manière que des parents croient en les capacités de leurs enfants et désirent ardemment les voir réussir, ainsi je crois en la capacité des jeunes à assurer la transmission de nos valeurs pour les générations futures. Chacun peut prendre part à cette noble entreprise ! D'ailleurs, pour la petite anecdote, l'un de nos fidèles est un honorable rabbin de Miami à la retraite, âgé de 101 ans ! Il ne rate aucun de nos Chabbatoth et constitue un modèle vivant de ce que la Torah peut apporter à l'homme...

Un dernier mot pour nos lecteurs ?

Oui, vous êtes conviés à nous rendre visite, le temps d'une soirée, d'un Chabbath ou même davantage à Horizon Torah, au 43 rue David Mérets à Bayit Végan.

Propos recueillis par Elyssia Boukobza

Si vous souhaitez nous parler de votre communauté : support@torah-box.com



Poisson cachère qui mange pas cachère

Des amis qui aiment la pêche m'ont fait remarquer que même les poissons cachères se nourrissent d'aliments considérés comme impurs (ex : des moules, des crevettes, etc.) et du coup je me retrouve un peu bête ne sachant pas quoi leur répondre. Un animal pur mangeant des aliments impurs est-il "contaminé", ce qu'il le rendrait impropre à la consommation ?



Réponse de Binyamin Benhamou

On ne définit pas la Cachेरoute d'un animal selon son alimentation (si ce qu'il mange est cachère ou pas). Exemple : la viande de vache est autorisée, bien que cet animal mange des insectes non-cachères ou de la farine à base de porc ; idem pour de nombreux poissons cachères qui consomment des crustacés qui ne le sont pas ! Donc pour savoir ce qu'il est permis de manger, il faut uniquement regarder les critères de Cachेरoute de l'animal ou du poisson en question !

Cours sur Internet considérés comme de l'étude ?

J'aimerais savoir si regarder un cours de Torah sur Internet est considéré comme étant du *Limoud*.



Réponse de Rav Avraham Garcia

L'étude de Torah sur Internet est considérée comme une étude de Torah à part entière et il faudra dire les *Birkot Hatorah* avant. Néanmoins, il est vrai que l'étude parfaite est celle réalisée dans une *Yéchiva* ou un *Kollel*. C'est une expérience unique à ne pas rater.

J'ai trempé mes ustensiles avec des étiquettes !

Nous avons trempé des bols en porcelaine au *Mikvé* et je me suis aperçu plus tard que nous avions oublié d'enlever deux étiquettes sous le bol, à l'extérieur. Faut-il les retremper ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

Il faut les tremper de nouveau sans réciter la bénédiction préalable.

Hamotsi : lancer le pain aux convives ?!

Le Chabbath, est-il permis de lancer les tranches de pain aux convives assis en bout de table ? Je vois beaucoup de gens le faire...



Réponse de Rav David Haddad

Il est interdit de lancer le pain car ceci constitue un manque de respect envers les aliments. On le posera dans une assiette et on le fera passer ainsi jusqu'aux convives assis en bout de table (*Choul'han Aroukh* 171, 1).

Je viens d'apprendre que je suis juif

Ayant découvert récemment une synagogue vers chez moi, j'ai eu la chance de pouvoir renouer avec la religion. Je suis juif de par ma mère, j'ai un certificat de judéité délivré par le consistoire, mais je n'ai pas encore fait ma *Brit-Mila* (mais c'est en projet) ni ma *Bar-Mitsva*. Je voulais savoir si j'avais le droit monter à la Torah et de mettre les *Téfilin* et le *Talith* ?



Réponse de Rav Avraham Kadoch

Si vous êtes né d'une mère juive, il n'y a aucun doute sur le fait que vous êtes juif et par conséquent, vous pouvez et devez accomplir toutes les Mitsvot. Par contre, il est inconcevable de rester ne serait-ce qu'un seul jour dans cette situation de non-circoncis. Nous pouvons vous aider à effectuer votre circoncision d'une façon très professionnelle, sans douleur et gratuitement. Contactez-nous afin que nous puissions vous aider à effectuer cette Mitsva capitale dans les plus brefs délais.

Pourquoi réciter *Chéhakol* sur les champignons ?

Pourquoi dit-on la bénédiction de "*Chéhakol*" sur les champignons ?



Réponse de Rav David Haddad

La bénédiction des champignons est "*Chéhakol*" car ceux-ci ne puisent pas leurs ressources à partir de la terre mais à partir de l'air. Et même de nos jours, où les champignons sont cultivés à la manière des légumes, leur bénédiction reste néanmoins "*Chéhakol*" (*Choul'han Aroukh* 204, 1 ; *Chévet Halévi* 8, chap. 248).

Manger "*Glatt*" pour un Séfarade

Les Séfarades peuvent-ils manger a priori des aliments certifiés "*Glatt*" ?



Réponse de Rav Avraham Taieb

"*Glatt*" est la traduction Yiddish de "*Halak*". Les Séfarade sont tenus a priori de manger *Glatt* ou '*Halak* - c'est la même chose ! Cependant, il ne suffit pas qu'il soit inscrit sur l'emballage de l'aliment "*Glatt*", mais il faudra aussi s'assurer de la qualité du certificat de Cachेरoute en question. De même, certains certificats de Cachेरoute utilisent l'appellation de "*Badats*", mais cela ne veut pas dire que le certificat est fiable ! "*Badats Haéda Ha'harédit*" est en effet une très bonne *Hachga'ha*, mais "*Badats*" tout court ne sont que les initiales de "*Beth Din Tsédèk*" ("tribunal de justice").

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



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



0825.566.661 (0.15 cts/min)



03.721.90.85 (gratuit)

www.torah-box.com/question



Torah-Box Magazine | n°9



2 conditions pour un mariage heureux !

C'est en donnant que l'homme s'affirme en tant qu'être supérieur, explique le Rav Dessler. Cela se concrétise plus que jamais dans le mariage, ce monde miniature qui se crée à chaque 'Houpa. Ainsi, chacun jouira de ce qu'il a reçu, se rapprochera de l'autre, cherchera à s'améliorer et à donner davantage !

Le mariage fut très joyeux, les invités ont souhaité de chaleureux "Mazal Tov !" au jeune couple radieux, en bref le grand jour tant attendu s'est merveilleusement bien passé....

Mais à présent, où en sont les jeunes mariés ? Quels sont leurs sentiments au seuil de leur vie commune ? Quelles sont leurs appréhensions et surtout qu'attendent-ils l'un de l'autre ? Lorsqu'on pose ces questions aux jeunes gens qui se préparent au mariage, ils vous répondent en général ce que sont leurs attentes : amour, sentimentalité, soutien, appréciation, respect et gâteries. Quant à eux-mêmes, envers leur conjoint, ils espèrent arriver à le rendre heureux tant bien que mal... Grave erreur ! Car ainsi que l'enseigne le Rav Eliahou Dessler dans son *Mikhtav Mééliehou*, le mariage revient à donner et encore donner.

Des droits et surtout des devoirs

Aussitôt que l'on cherche à prendre et à recevoir, on commence à créer problèmes et difficultés. Dans un autre contexte, le Rav Dessler fait remarquer que la Torah nous ordonne 613 Mitsvot, 613 devoirs du Juif envers Hachem et les hommes. Certes de ces obligations découleront certains droits, mais le texte de la Torah parle clairement de Mitsvot, de devoirs, dans tous les domaines de la vie. Par contre, on remarque que la législation humaine énumère les droits de l'homme et que la société qui nous entoure nous endoctrine dans ce sens : nous devons savoir revendiquer nos droits. Mais si les lois civiles ne cessent de changer et de se renouveler, ce sont celles de la Torah qui ont perduré au cours des siècles. Car on ne peut bâtir en étant preneur, ce n'est qu'en donnant que l'homme s'affirme en tant qu'être supérieur.

Cela se concrétise plus que jamais dans le mariage, ce monde miniature qui se crée à



chaque 'Houpa. C'est en donnant que l'on bâtit son foyer, en cherchant à connaître ses devoirs religieux et moraux envers Hachem et envers son conjoint. Alors, comme conséquence naturelle, chacun jouira de ce qu'il a reçu, se rapprochera de l'autre, cherchera à s'améliorer et à donner davantage.

Deux conditions !

Toutefois il existe quelques conditions indispensables pour arriver à réussir ce grand projet qu'est le mariage.

1. Tout d'abord il faut accepter l'autre tel qu'il est. Avant le mariage on avait encore le choix, une fois ce moment dépassé, il faut savoir faire face à tout ce qu'implique cette décision. Il est vrai que le divorce est une option permise par la Torah, mais uniquement lorsque les circonstances sont inacceptables. De nos



jours, il apparaît clairement que l'on se tourne très – trop – rapidement vers cette solution qui semble être la facilité. Mais cela laisse trop souvent parents et enfants malheureux pour la vie. Par contre, ceux qui ont compris qu'une fois mariés, il faut savoir s'accepter mutuellement, ceux-là effectuent un travail de réflexion et de raffinement de leurs *Midot* qui avec le temps, aplanira la plupart de leurs difficultés.

2. Pour bâtir son foyer, pour tisser ce lien solide qu'est le mariage, il faut un minimum de disponibilité réciproque. Dans une société "métro-boulot-dodo", on n'a plus le temps de se retrouver calmement dans ce "nid douillet" que doit être le foyer. Lorsque homme et femme ne rentrent chez eux qu'en soirée, épuisés par leur travail et leurs déplacements pénibles, ils pourront difficilement bâtir une relation sereine et constructive. Or un jeune couple se doit de pouvoir se retrouver dans la détente et la joie, plusieurs heures par jour. On entend trop souvent les personnes actives se plaindre : "Nous nous voyons à peine", ou encore : "Le soir je n'ai plus qu'une envie, c'est d'aller dormir".

Pour ceux qui se sont mariés en France, à Paris de surcroît, il peut être bon de passer au moins la première année dans un cadre calme et stable loin de l'agitation des grandes villes. Et pourquoi ne pas décider carrément de démarrer votre vie de couple en Israël, où par la même occasion,

le jeune marié pourra consacrer une année à l'étude de la Torah avant de se lancer dans la vie active ? Quoiqu'il en soit, il faut chercher une solution positive à ce problème largement répandu.

S'éduquer à l'aune de la Torah

En dernier lieu, et bien que l'on ne puisse en quelques lignes exprimer tout ce qu'implique la construction d'un foyer, il faudrait ajouter qu'étant donné le nombre de notions erronées et souvent non juives qui ont bâti la personnalité des jeunes gens concernant tout ce qui touche à la notion de mariage et de famille, il semble indispensable que se fasse un certain travail de "rééducation" dans un chemin de Torah et de vérité. Il existe aujourd'hui de nombreux cours organisés, des disques et des livres sur le sujet dont les auteurs se sont abreuvés aux sources vives de la Torah. Seule une réflexion sincère et droite basée sur les paroles de la Torah, peut reformer l'esprit de ceux qui cherchent la vérité.

Pour conclure, puisse le mariage être pour chacun un point de départ vers une vie heureuse et harmonieuse dans l'esprit de notre Torah et puissent ainsi tous les couples du peuple juif mériter de mettre au monde une génération de vrais *Bné Israël*, dignes serviteurs de Hachem.

Rabbanite Bamberger

VOTRE **PUBLICITÉ** SUR  **Torah-Box**
MAGAZINE

Une visibilité unique

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

CONTACTEZ-NOUS: **058-5050-112**



"Depuis l'accouchement, ma femme est bizarre..."

"Je suis l'heureux mari d'une femme extraordinaire ; nous sommes parents depuis quelques semaines. Je ne comprends plus mon épouse, elle n'a jamais été comme ça. Elle qui est si sûre d'elle, elle semble dépassée et angoissée..."

"Bonjour,

Jesuis l'heureux mari d'une femme extraordinaire ; nous sommes parents depuis quelques semaines.

Je ne comprends plus mon épouse. Depuis 10 jours, elle est vraiment bizarre. Elle est très fatiguée et très angoissée. Elle a du mal à s'occuper du bébé et insiste pour que je le fasse entièrement, se désintéresse de lui, délire en me disant qu'elle sera punie parce qu'elle est une mauvaise mère. Elle refuse de manger, ne peut plus allaiter. Elle semble dépassée et je l'ai surprise tout à l'heure en train de parler toute seule. Je ne comprends rien, elle n'a jamais été comme ça. Elle qui est si sûre d'elle, qui a une Emouna si forte ! Je ne sais plus quoi faire."

Réponse :

Chalom,

Je comprends votre inquiétude.

De nombreuses études ont montré que quatre-vingt pourcent des nouvelles mamans ressentent de la fatigue, de la tristesse, de l'instabilité, mais aussi de l'anxiété et des sautes d'humeur. C'est ce que l'on appelle communément le baby blues ou le "syndrome du troisième jour".

Ce n'est pas grave en soi, c'est même totalement banal et courant ! De tels symptômes surviennent en général à partir du troisième jour après l'accouchement. Ils s'expliquent par la chute hormonale très importante qui s'opère à ce moment et aussi par le manque de sommeil. Heureusement, ces symptômes



ne durent généralement que quelques heures, voire quelques jours. La plupart du temps, ils s'estompent d'eux-mêmes sans intervention. Grâce à l'aide, au soutien, et à la valorisation de ses proches, la maman reprendra rapidement sa vie en main.

Toutefois, dans 8% des cas, l'état ne s'améliore

pas au fil des semaines et la maman se met à développer des idées noires, ses émotions sont décuplées, ce qui a des conséquences néfastes sur sa relation avec son bébé. D'après ce que vous décrivez dans votre message, votre femme semble faire une dépression postpartum. C'est une vraie maladie qui nécessite un traitement médical adapté. Je vous conseille donc de l'amener à l'hôpital de toute urgence pour qu'un psychiatre lui fasse un diagnostic précis.

On ne connaît pas précisément les raisons de la dépression postpartum, cependant, certaines situations associées au bouleversement hormonal de fin de grossesse peuvent en être la cause. Cette dépression peut surgir jusqu'à un an après l'accouchement.

Comment s'est passée la grossesse de votre femme ? Dans quel climat ? Votre femme a-t-elle été soumise à du stress ? Avez-vous eu des problèmes de couple ?

Enceinte, une femme prend de la valeur aux yeux de son mari, de sa famille. Cette valeur est importante, surtout si la valeur et l'estime d'elle-même lui font en général défaut.

Vous dites qu'elle a confiance en elle, qu'elle est extraordinaire...

Dans nos sociétés, nous n'évaluons la vie qu'en fonction de deux critères établis : le critère fonctionnel et le critère esthétique. On se définit soit à travers notre fonction (mère, enseignante, médecin, etc.), soit à travers l'image que l'on projette à l'extérieur (religieuse, révoltée, etc.) et nous nous percevons à la lumière de ces critères.

Dès que la femme accouche, au niveau émotionnel, une séparation s'opère par rapport à la valeur qu'elle avait acquise. Imaginons que c'est une dirigeante d'entreprise qui mène sa vie familiale et professionnelle sans faille ; dans ce cas, elle a une excellente estime de soi, elle arrive à s'en sortir brillamment sur tous les fronts.

Quand ce n'est pas le cas et que sa réussite n'est qu'un combat qu'elle mène à l'intérieur pour masquer son manque de valeur et d'estime d'elle-même, elle aura physiquement et mentalement du mal à se remettre d'un accouchement. Elle finit par se décourager, se sent coupable, anxieuse et irritée. La fatigue et le manque de sommeil exacerbent tous ces ressentis.

Elle ne se voit plus de la même façon, n'arrive plus à se regarder avec la même valeur et la même estime.

Difficile en effet de gérer un bébé, son mari, ses autres enfants, sa maison et son travail, tout cela sans dormir et avec en prime la sensation d'échec de son couple et de sa famille !

Les plus petits conflits intérieurs deviennent vite insurmontables.

Chaque femme a besoin d'être énormément valorisée par son conjoint. C'est là que vous pouvez intervenir : en étant plus attentif, présent, même si elle ne vous le demande pas, et surtout si elle ne le demande pas. En lui expliquant que c'est ensemble que vous viendrez à bout de cette maladie qui est, somme toute, rare.

Vous dites qu'elle avait une grande *Emouna* quand elle était enceinte.

Sachez que lorsque la peur, la tristesse, la culpabilité et la frustration nous submergent, nous guident et nous dirigent, alors il n'y a plus de place pour le Divin. Nous ne voyons plus Hachem dans chaque instant de notre vie et la solitude s'installe.

Le plus grand défi posé à l'être humain dans ce monde est, entre autres, de ne pas cultiver les sentiments négatifs, et d'avancer avec confiance dans la vie.

De la façon dont nous nous percevons, nous percevons le monde et les autres nous perçoivent.

Apprendre à connaître ses qualités, être conscient de ses défauts pour les corriger, sont autant de choses qui nous permettent d'augmenter notre capacité à nous dépasser. C'est ce qui permet de sortir de la maladie.

Aucun homme, aucune femme n'est coupable de sa maladie ou de son mal être.

Allons, retroussons nos manches et n'oublions pas les paroles du verset "Celui qui est confiant en Hachem est enveloppé de Sa bonté".

Joëlle Licha



TORAH-BOX
entre Femmes
WWW.TORAH-BOX.COM/FEMMES



La vraie Pkaïla tunisienne !

Que vous l'écriviez Pkaïla ou Bkaïla, elle est LE met d'excellence sur la table de toute famille tunisienne qui se respecte (mais pas que) !

Ingrédients

- 10 cuillères à soupe de confit d'épinards frits
- 10 morceaux de basse-côte ou de jarret de bœuf
- 3 os à moelle
- 1 ½ bouquet de menthe fraîche vérifié et ciselé
- ½ verre de menthe séchée
- 1 bouquet de coriandre fraîche vérifiée et ciselée
- 1 bouquet d'aneth vérifiée et ciselée
- 1 cuillère à café de coriandre moulue
- 8 gousses d'ail pressées
- 1 grosse cuillère à soupe de Harissa (en fonction de votre goût)
- 500 g de haricots blancs en boîte soigneusement égouttés et rincés
- Sel



Pour 8-10 personnes



Temps de préparation : 15 min



Temps de cuisson : 2h30 min



Difficulté : facile

Réalisation

- L'étape la plus longue dans la préparation de la Pkaïla est la vérification des herbes, alors pour gagner du temps, vérifiez auprès de votre supermarché Cachère s'il propose des herbes déjà vérifiées ou certifiées sans insectes.

- Dans une grande marmite, mettez tous les ingrédients à froid à l'exception des haricots et couvrez d'eau. Laissez cuire à couvercle fermé pendant 1h30 avant d'y ajouter les haricots.

- Vérifiez l'assaisonnement et salez de nouveau si besoin est (la Pkaïla a besoin d'être bien salée pour que le goût des herbes soit relevé). Laissez mijoter à découvert encore une bonne heure.

- L'idéal est de préparer ce plat la veille, car comme tous les plats familiaux, il est encore meilleur réchauffé !

- Conseil : pour ne pas que la sauce soit trop liquide, n'hésitez pas à l'épaissir à l'aide d'une cuillère de maïzena délayée dans un peu de sauce et versée dans la marmite.

- La Pkaïla se sert avec du couscous et s'accompagne également bien d'une salade de navet frais et bien sûr d'un petit verre de boukha.

Chabbath Chalom !

Esther Sitbon

Trois bonnes blagues !

Un Juif et un Chinois sont calmement assis sur un banc dans un parc. Soudain, le Juif se lève, passe derrière le Chinois et lui met une petite tape derrière la tête. "Ça, dit-il, c'est pour l'attaque de Pearl Harbour.

- Mais enfin, Pearl Harbour, c'étaient les Japonais !

- Chinois, Japonais, tout ça c'est la même chose...", lui répond le Juif.

Le Juif retourne tranquillement s'asseoir. Alors le Chinois passe derrière le Juif et lui met une petite tape derrière la tête. "Ça, dit-il, c'est pour avoir coulé le Titanic !

- Mais le Titanic, c'est un iceberg qui l'a coulé !, rétorque le Juif.

- Iceberg, Goldberg, Greenberg, tout ça c'est la même chose..."

Un homme s'adresse au responsable de la poste de Tel Aviv : "Je désire déposer plainte, car depuis plusieurs jours, je reçois des lettres de menaces.

- C'est très grave, lui répond l'employé. C'est même un délit. Savez-vous qui peut vous les avoir expédiées ?

- Oui... Elles viennent toutes du service des impôts !"

Dans les rues d'une grande ville, un Juif cherche un restaurant cachère. Il en trouve un, à l'entrée duquel est posé un grand portrait de Baba Salé. L'homme interroge le propriétaire du restaurant : "Chalom, est-ce que c'est cachère chez vous ?

- Bien sûr ! Comment osez-vous demander si mon restaurant est cachère, alors que j'ai ici le portrait de Baba Salé ?

- Justement, je ne vous aurez pas posé la question si c'était Baba Salé qui recevait et votre portrait accroché à l'entrée..."



REFOUA-CHELEMA
POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

Prions pour la guérison complète de

**Elliot Haim
ben Virginie**

**Marie-Aline
bat Luce**

**Esther
bat Sultana**

**Israel Itshak
Besancon
ben Fortuné**

**Alter Harel
ben Solange
Chochana**

**Elisabeth Ruth
bat Allegrine
Daisy Aimée**

**Israel Yaacov
ben Rivka**

**Louina
bat Ida Esther**

**Solange
bat Messou**

**Elka
bat Sarah
Iménou**

**Henriette
Hava Sarah
Bat Chaya**

**Gabriel
Elyahou ben
Penina**

**Shimon
Haim
ben Yael**

**Zerhra
Jacqueline
bat Myriam**

**Jeanne
bat
Madeleine**

Vous connaissez un malade ? Envoyez-nous son nom
www.torah-box.com/refoua-chelema



Editions Torah-Box
présente

BIRKAT HAMAZONE



Le fait de s'alimenter constitue aussi bien un besoin élémentaire qu'une source de plaisir. La Torah, qui sonde et connaît la nature humaine, a précisément choisi le domaine de la nourriture afin d'établir

une relation épanouissante avec notre Créateur, par l'entremise du Birkat Hamazone. **80**

Commandez dès maintenant !

- Internet** (carte bancaire) www.torah-box.com/editions
- Chèque** établi à l'ordre de Torah-Box, BP 23520, 91235 Jérusalem, Israël
Pour un suivi de votre commande joindre également votre adresse Email et votre n° de mobile
- Téléphone** 01.80.91.62.91 (France) - 077.466.03.32 (Israël)



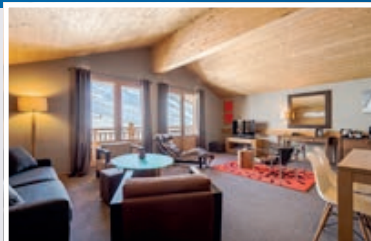
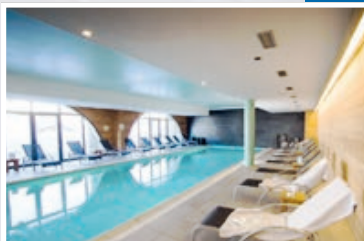
D'holydays

ORGANISE

**LES MENUIRES -
LES 3 VALLÉES***

Plus grand domaine au monde
(600 km de piste)

HANOUKA AU SKI



Un séjour de luxe dans un domaine d'exception

DU 11/12 AU 19 DÉCEMBRE

[Hôtel Kaya** Luxe]**

"skis aux pieds"

Chambres et suites de luxe | Piscine et SPA
Glatt cacher lamehadrine Rav Rottenberg (Paris)

**PACKAGE TOUT COMPRIS :
Hôtel + vol direct + transfert
à partir de 1470€**



+33 6.28.250.250 • (Israël) 03-7217974

www.dholydays.com ■ dholydays.ski@gmail.com

*Les 3 vallées : Val Thorens, Courchevel, Les Menuires, La Tania, Bride-les-bains, Orelle

Perle de la semaine par  **Torah-Box**

"Il n'existe pas de Juif solitaire : là où il va, D.ieu Est avec lui !"

(Baal Chem Tov)