

BIDEN
CHOUL'HAN 'AROUKH

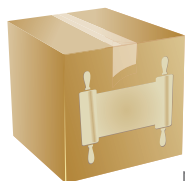
BRAKHA

POLLARD
EYTAN STIBBE

'HAZON ICH
VAYÉTSÉ

RIVLIN
CACHEROUTE

TSAHAL
YOSSI



Torah-Box

n°127 | 25 Nov. 2020 | 9 Kislev 5781 | Vayétsé

M A G A Z I N E



**Mike
Pompeo**
sur le
Golan :
"C'est
Israël"
> p.7



**Conseils du
Rav Margalit**
pour réagir
en cas de
coup dur...
> p.22



Recette :
Le saumon
téryaki et
légumes
sautés
> p.30



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: 06. 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 Rabanim 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: 06. 972.2.501.91.00
2. Envoyez votre chèque à : Vaad haRabanim 2, Rehov Yoel, Jerusalem
3. Envoyez votre don à l'un des Rabanim 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

25 Novembre au 1^{er} Décembre 2020

Mercredi
25 Nov.
9 Kislev

Daf Hayomi Pessa'him 4
Michna Yomit Kélim 26-3
Limoud au féminin n°46

Jeudi
26 Nov.
10 Kislev

Daf Hayomi Pessa'him 5
Michna Yomit Kélim 26-5
Limoud au féminin n°47

Vendredi
27 Nov.
11 Kislev

Daf Hayomi Pessa'him 6
Michna Yomit Kélim 26-7
Limoud au féminin n°48

Samedi
28 Nov.
12 Kislev

Parachat Vayétsé

Daf Hayomi Pessa'him 7
Michna Yomit Kélim 26-9
Limoud au féminin n°49

Dimanche
29 Nov.
13 Kislev

Daf Hayomi Pessa'him 8
Michna Yomit Kélim 27-2
Limoud au féminin n°50

Lundi
30 Nov.
14 Kislev

Daf Hayomi Pessa'him 9
Michna Yomit Kélim 27-4
Limoud au féminin n°51

Mardi
1er Déc.
15 Kislev

Daf Hayomi Pessa'him 10
Michna Yomit Kélim 27-6
Limoud au féminin n°52



Mercredi 25 Novembre

Rav Moché Chapira
Rav Dov Beer de Loubavitch



Jeudi 26 Novembre

Rav Isser Zalman Meltser



Samedi 28 Novembre

Rav Chlomo Ben Yé'hiehl Louria (Maharchal)



Dimanche 29 Novembre

Rav Moché Chetroug
Rav David Chelouch
Rav Chalom Hedia
Rav Ra'hamim Mazouz



Lundi 30 Novembre

Rav David Abi'hssira ('Atérèt Rochénou)



Mardi 1^{er} Décembre

Rabbi Yéhouda



Rav Moché Chapira



Horaires du Chabbath

	Jéru.	Tel Aviv	Achdod	Natanya
Entrée	15:55	16:16	16:17	16:15
Sortie	17:15	17:16	17:17	17:15



Zmanim du 28 Novembre

	Jéru.	Tel Aviv	Achdod	Natanya
Nets	06:19	06:21	06:21	06:22
Fin du Chéma (2)	08:53	08:55	08:55	08:55
'Hatsot	11:27	11:29	11:29	11:29
Chkia	16:35	16:36	16:37	16:35

Responsable Publication : David Choukroun - Rédacteurs : Rav Daniel Scemama, Elyssia Boukobza, Jérôme Touboul, Rav Israël Grossman, Binyamin Benhamou, Rav Gabriel Dayan, Dan Cohen, Rav Avraham Garcia, Déborah Malka-Cohen, Esther Sitbon - Mise en page : Dafna Uzan -
Secrétariat : 077.466.03.32 - Publicité : Daniel (daniel26mag@gmail.com / 054-24-34-306)
Distribution : diffusion@torah-box.com

- Les annonces publicitaires sont la responsabilité de leurs annonceurs
- Ce magazine contient des enseignements de Torah, ne pas le jeter dans une poubelle
 - Pour toute remarque ou conseil : support@torah-box.com

POUR LA PREMIÈRE FOIS À JÉRUSALEM

LE ADMOUR DE OUNGVAR SE DÉPLACE POUR TRANSMETTRE
SES CONSEILS ET BÉNÉDICTIONS AU PUBLIC



LE ADMOUR DE OUNGVAR

Descendant direct du 'Hatam Sofer et de Rabbi 'Akiva Eiger reconnus pour leur érudition et leur miracle. Son père, le Tsadik Rabbi Menaché Klein auteur du célèbre ouvrage Michné Halakhot cité par de nombreux décisionnaires, était un génie en Torah. Il a survécu à la Shoah et s'est installé en Israël pour développer la 'Hassidout de Oungvar en Israël et à New York. A l'instar de son père, l'Admour a rédigé de nombreux ouvrages d'une grande profondeur qui ont reçu l'approbation des plus grands maîtres de notre génération. Ses qualités humaines alliées à une perception et une approche hors du commun font qu'il est très apprécié du public auquel il prodigue bénédictions et conseils.

JÉRUSALEM

Dimanche 29 Novembre de 17h à 21h30

Au domicile de la **FAMILLE COHEN**

Rehov Avraham Ferrera. Holyland Immeuble 11. Appartement 3

Inscription obligatoire : www.torah-box.com/admour/tournee

Renseignements : 054 761 00 39



L'épreuve comme tremplin



Nous connaissons tous autour de nous des personnes qui ont été éprouvées et ont surmonté leurs épreuves en réalisant des choses grandioses.

A titre d'exemple, je pense à mon ami Its'hak Weingott atteint d'un cancer qui, après avoir guéri, va ouvrir un département d'aide aux personnes touchées par la maladie et à leur famille afin de les aider à tous les niveaux.

Lorsque Reb 'Haïm Perkal, père d'une enfant autiste, se rend compte qu'il n'y a pas vraiment de centre correspondant à ses exigences religieuses pour s'occuper de sa fille, il décide de fonder lui-même un organisme adapté, et ce sera la naissance de "Alé Sia'h", qui s'occupe aujourd'hui de milliers de jeunes handicapés.

Chlomo Buchner n'a pas eu d'enfant, mais des milliers de parents dans le monde lui doivent le bonheur de tenir un nouveau-né dans leur bras et ce, grâce à son organisation "Boné 'Olam" qui aide les couples a priori stériles.

Rav Yossef Hermann va tout au long de sa vie offrir l'hospitalité à ceux qui frapperont à sa porte, après avoir été, à 13 ans à peine, livré à lui-même dans la grande ville de New York, sans savoir où dormir ni où manger, et faisant le *Kiddouch* du Chabbath seul sur un banc avec le petit pain qui lui restait (rapporté dans le livre "Le patron avant tout").

La liste est longue et c'est ainsi que beaucoup de *Gma'him* (associations d'aide aux nécessiteux) se sont ouverts en reconnaissance d'une épreuve traversée et surmontée. Dans la même optique, de nombreux endeuillés encore assis par terre lors des *Chiv'a* décident en famille, dans ces moments où la peine est immense, de mettre en place une entreprise de *'Hessed* ou d'étude qui sera consacrée à la mémoire du défunt : offrir un *Sefer Torah*, organiser un cours de Torah hebdomadaire, distribuer l'étude de l'ensemble du *Chass Michnayot*, créer des bourses pour les jeunes mariées démunies, etc. Le point commun de toutes

ces personnes, c'est de sanctifier l'épreuve par un projet positif et constructif, et parallèlement d'apaiser leur douleur.

Il faut bien comprendre que l'homme ne recherche pas les épreuves, comme nos Sages l'ont exprimé : "[On ne souhaite] ni elles - les épreuves - ni leurs récompenses" (*Brakhot* 5b). Mais une fois que l'épreuve est présente, l'approche juive authentique est de chercher à la sanctifier.

L'exemple frappant dans le *'Houmach* est celui de Léa qui sera substituée à sa sœur Ra'hel lors de son mariage avec Ya'akov, tout cela, comme on le sait, manigancé par son père Lavan, l'escroc. Elle sera consciente de ne jamais avoir été désirée par son mari et se devra de justifier sa place d'épouse. Elle donnera naissance à elle seule à 6 des 12 fils de Ya'akov (chacune de ses trois autres femmes n'étant mères que de deux fils), et tous les noms qu'elle donnera à ses enfants seront l'expression de cette volonté de vouloir être acceptée et aimée par son mari, malgré des données de départ moins valorisantes : Réouven, (l'Eternel a vu ma peine de sorte qu'à présent mon époux m'aimera) ; Lévi (mon mari me sera attaché dorénavant), etc.

Léa - tout comme les personnes citées plus haut - aurait pu pleurer toute sa vie sur son destin tragique, celui d'être la femme "mal aimée" de Ya'akov, et empoisonner sa vie et celle de ses proches. Mais elle choisira la voie royale, celle de la construction, qui d'ailleurs lui donnera le mérite de résider auprès de Ya'akov dans le caveau commun pour l'éternité.

Dans notre vie, il nous est donné à une multitude d'occasions de relever des défis devant l'adversité, petite ou grande, et de transformer un événement pour en "faire quelque chose", à l'image de Léa qui a construit le *Klal Israël*.

Puissions-nous nous inspirer de son exemple !

Rav Daniel Scemama

Réclusion à perpétuité requise pour le néonazi de l'attentat de la Halle

Le parquet fédéral allemand a requis la réclusion à perpétuité à l'encontre du néonazi jugé pour le meurtre de deux personnes au cours d'une attaque antisémite l'an dernier contre la synagogue de Halle, dans l'est de l'Allemagne. "L'attaque de la synagogue de la Halle a été l'un des actes antisémites les plus répugnants depuis la Deuxième Guerre mondiale", a fustigé le procureur fédéral Kai Lohse.

Stephan Balliet, un Allemand de 28 ans adepte des théories racistes et antisémites, s'était filmé et avait diffusé en direct son assaut avorté contre la synagogue où environ 70 fidèles étaient réunis pour le jour de Kippour, pendant lequel il avait assassiné deux passants et blessé plusieurs autres.

Coronavirus/Israël : légère hausse des cas ; Israël signe des contrats avec les grandes firmes

Dimanche, le ministère de la Santé israélien a fait savoir que 2,8 % des échantillons prélevés samedi étaient revenus positifs, indiquant que le taux de contaminations au Covid-19 et le nombre de malades en état grave étaient à nouveau en hausse. S'exprimant au sujet de l'ouverture de l'économie, le ministre de la Santé Y. Edelstein a martelé : "On ne peut pas tout ouvrir. On ne veut pas en arriver à imposer un troisième confinement", ajoutant que malgré les accords conclus avec Pfizer, Moderna, AstraZeneca et Arcturus, Israël continuait les négociations avec les entreprises qui développent actuellement des vaccins. "Nous tentons de nous assurer que toutes les firmes – ou la majorité d'entre elles – concluront un contrat avec Israël", a dit Edelstein sur la chaîne Kan. Le ministre de la Santé a toutefois démenti des informations transmises la semaine dernière qui avaient laissé entendre qu'il examinait la possibilité d'une vaccination obligatoire. Le Premier ministre Binyamin Netanyahu serait lui aussi opposé à la vaccination obligatoire.

Israël : inondations et premières neiges !

Des dizaines d'Israéliens ont été évacués ce week-end lors d'importantes inondations provoquées par une tempête qui s'est abattue sur plusieurs régions du pays. Des gens ont été évacués de leurs maisons et de leurs véhicules après que des pluies diluviennes ont provoqué des inondations dans les villes de Tel-Aviv, Haïfa, Ness Ziona et d'autres régions de la côte méditerranéenne. Pendant ce temps au mont 'Hermon, dans le nord du pays, les premières rafales de neige de la saison hivernale sont tombées et ont recouvert la zone d'une épaisse couche de neige.



Pompeo sur le Golan : "C'est Israël"

Mike Pompeo est devenu jeudi le premier secrétaire d'Etat US à se rendre sur le Golan depuis que Washington y a reconnu la souveraineté israélienne l'an passé. Cette visite survient quelques heures après un déplacement sans précédent de sa part en Judée-Samarie. "Ce territoire fait partie d'Israël et il est une part centrale d'Israël", a déclaré Pompeo lors de son allocution sur le plateau du Golan. Avant cela, Pompeo s'était

rendu dans le domaine viticole de Psagot, lors de ce qui a été la première visite d'un haut-responsable américain dans une implantation israélienne. Dans une déclaration à l'issue de la visite, Pompeo a expliqué que son pays étiquetterait dorénavant les exportations en provenance des implantations comme produits israéliens, rapportant que Washington désignerait le mouvement BDS comme "antisémite".

Jonathan Pollard va pouvoir monter en Israël

Le département américain de la Justice a indiqué avoir levé les conditions de déplacement imposées à Jonathan Pollard, décision qui va lui permettre de se rendre en Israël et saluée par Israël.

Après 30 ans en prison, Pollard avait été libéré sur parole en novembre 2015 avec obligation de porter un bracelet électronique, de

respecter un couvre-feu et une interdiction de quitter le territoire américain pendant 5 ans.

"Nous sommes ravis que notre client soit enfin libéré de toute restriction et nous espérons le voir bientôt en Israël", ont indiqué dans un communiqué ses avocats, Eliot Lauer et Jacques Semmelman.



HAYA
PÉDICURE MÉDICALE

**PRENONS SOIN DE VOS PIEDS
SANS VOUS DÉPLACER !**

- ✓ Soin du pied diabétique
- ✓ Personnes sous anti-coagulants
- ✓ Ongles incarnés, même infectés
- ✓ Durillon, œil de perdrix, extraction jusqu'à la racine
- ✓ Mycoses
- ✓ Crevasses du talon
- ✓ Verrues plantaires

Semelles orthopédiques pour diabétiques



HAYA 050- 845 86 09

Hygiène stricte Matériel adéquat
Haute stérilisation



**HAÏM VICTOR
HALAG
AVOCAT**

- Droit immobilier
- Droit de la famille
- Dommages corporels
- Recouvrement
- Conférences juridiques pour groupes

 054 22 62 025  02 534 35 56
 halag.law@gmail.com
 26 Rue Rivka. Bakah. Jérusalem

Malgré les contestations républicaines, Biden va présenter certains de ses futurs collaborateurs

Joe Biden annoncera mardi les noms des premiers membres de son gouvernement, a annoncé dimanche Ron Klain, son proche conseiller. Biden, qui a promis un "gouvernement qui représente l'Amérique", poursuit ainsi l'installation de son équipe malgré les multiples recours en justice des avocats de Trump, qui refuse jusqu'ici de reconnaître les actuels résultats du scrutin. Après un nouveau décompte des voix en Georgie, Biden remportait toujours cet Etat

avec une légère avance. Dans ce contexte, le sénateur démocrate Chris Coons a déclaré qu'il ne soutiendrait pas une réintégration dans l'accord nucléaire iranien sans poser des limites en ce qui concerne le programme de missiles balistiques de Téhéran. L'ambassadeur d'Israël aux USA, Ron Dermer, a pour sa part déclaré lundi lors d'une réunion à Washington que l'administration Biden commettrait une erreur en cas de retour dans l'accord en question.

Gaza : Tsahal simule une guerre sur fond de tensions croissantes

Tsahal a entrepris dimanche un exercice de quatre jours simulant la guerre dans la bande de Gaza, alors que les tensions n'ont cessé d'augmenter ces dernières semaines. Malgré tout, l'armée a précisé que cet exercice était planifié à l'avance et n'était pas lié aux événements récents. Samedi soir,

des terroristes de l'enclave côtière ont lancé une roquette sur le sud du pays, frappant un entrepôt vide à Achkelon et causant des dégâts mais heureusement aucun blessé. En réponse, Tsahal a mené une série de frappes aériennes sur les positions du ' Hamas dans la bande de Gaza.



Luna Barros
-since 1947-

Chaussures à la française pour hommes 100 % cuir- semelles cousues- fait main- Cuir et semelles importées d'Espagne et d'Italie

Fin de séries

Une paire 250	Deux paires 400
-------------------------	---------------------------

Liquidation sur toute la collection 2020

35%

Heure d'ouverture Bayit Vagan: 111, A Rue Harav Ouziel (sur la gauche de la makolét Ouziel)
Dimanche-Jeudi 13:30-15:30 / 16:30-20:00 ,Jeudi soir Jusqu'à 21:00 | Vendredi 10:00 - Jusqu'à Hatsot
Pour plus d'informations: 054-713-9015 / 054-748-4966 | Mail: lunabshoes@gmail.com | Site Web: www.lunabarros.co.il

Réouven Rivlin décoré par l'Institut Washington

L'Institut Washington a remis la semaine passée au président israélien Réouven Rivlin la médaille d'honneur pour sa politique au Moyen-Orient. Cette distinction vise à récompenser les personnalités hors du commun ayant joué un rôle public favorisant la paix basée sur l'érudition et la connaissance historique. Le président s'est vu décerner la distinction lors d'une cérémonie qui s'est tenue à la résidence présidentielle et ayant réuni des responsables de l'Institut et des officiels. Le roi Abdallah II de Jordanie, lui aussi récompensé de la médaille par le passé, a fait parvenir une déclaration filmée où il félicite le président israélien à cette occasion.

Netanyahou et Yossi Cohen s'envolent secrètement pour l'Arabie saoudite

Le Premier ministre israélien Binyamin Netanyahou s'est secrètement envolé pour la ville de Neom en Arabie saoudite dimanche soir afin de tenir une réunion tripartite avec le prince héritier Mohammed Ben Salman et le secrétaire d'État américain Mike Pompeo. Cette information a été confirmée par une source saoudienne auprès d'i24NEWS, après avoir été rapportée dans un premier temps par le site d'informations WallaNews. Le chef du Mossad, Yossi Cohen, a accompagné Netanyahou lors de ce voyage et participé aux réunions. Le cabinet du Premier ministre a pour l'heure refusé tout commentaire, mais selon un responsable gouvernemental cité par WallaNews, les ministres de la Défense et des Affaires étrangères, Benny Gantz et Gabi Ashkenazi, n'auraient pas été informés de ce départ. Selon les données des sites de suivi des vols, Netanyahou aurait quitté Israël à bord d'un jet privé vers 20h00 dimanche soir, pour une visite d'une durée d'environ cinq heures.



ELI HADDAD
LAW OFFICE & NOTARY



DROIT IMMOBILIER ISRAËLIEN

Transactions Immobilières | Gestion Locative | Successions

Rédaction et signature
investissement locatif
Mise en ligne de la situation comptable
Assurances
Service clientèle francophone
Suivi du dossier à distance
sélection de locataires

ELI HADDAD AVOCAT ET NOTAIRE • YAI BEN SHABAT NISSIM AVOCAT ET NOTAIRE • AVITIT ZEHAVI AVOCAT ET NOTAIRE • SHLOMI ABUTZIRA AVOCAT ET NOTAIRE • DORIT ANTEBE AVOCAT ET NOTAIRE • SHAY ABUTZIRA AVOCAT ET NOTAIRE • LIRAZ ATTIAS BEN SHABAT AVOCAT • SAGET KEINAN AVOCAT • ARIE BRENING AVOCAT • MA'RYAN ZAGURI AVOCAT • SHANI ELMALLAH AVOCAT • MYRIAM LASCARRE AVOCAT • VINATAN DOUBÉ AVOCAT

www.elihaddad.com 87/30 Rue Atsmaut, Ashdod ISRAËL | Tel: +972 (8) 8679910 | Contact: avocats@elihaddad.com

Contestation populaire du pouvoir au Pérou : Une semaine, trois présidents

Lima : Pas moins de trois présidents se sont succédé à la tête du pays en une semaine, témoignant d'un intense chaos qui règne dans ce pays qui est en outre touché par une importante crise due au coronavirus.

Selon les analystes, c'est la lutte du président déchu Martín Vizcarra contre la corruption qui ronge le pays qui lui a coûté son poste.

Le Congrès péruvien a nommé la semaine dernière Manuel Merino (centre-droit) pour remplacer Vizcarra, mais un important mouvement de contestation a poussé celui-ci hors du pouvoir. Après son départ, le Congrès a finalement nommé mardi Francisco Sagasti, un politicien modéré, qui a assuré que les élections présidentielle et législatives prévues en avril se déroulent comme prévu.

Eytan Stibbe est le second israélien qui s'envolera pour l'espace

Israël enverra un astronaute dans l'espace l'année prochaine, pour la deuxième fois dans l'histoire du pays, ont annoncé les autorités lundi.

Eytan Stibbe, un ancien pilote de chasse, doit décoller fin 2021 pour une mission d'un peu plus d'une semaine sur la Station spatiale internationale.

"C'est un jour de joie nationale et de grande fierté", a déclaré le président Rivlin. Rivlin a ajouté que Stibbe sera "le représentant d'Israël dans l'effort humain pour comprendre le mécanisme miraculeux qui permet la vie sur ce globe, et pour percer les secrets de l'univers".

"Partez en paix et revenez en paix", a souhaité déclaré le président à Stibbe.



Laurence Cohen

Masseur-Kinésithérapeute D.E. de France
36 ans d'expérience

Rééducation périnéale
post-partum et ménopause
& toutes autres rééducations

Respect de la Tsniout

22 Zangwill, Kiryat Hayovel
Jérusalem

053.708.34.04

— Sur rendez-vous —

Le ministre des Affaires étrangères de Bahreïn pour la première fois à Jérusalem

Le ministre des AE du Bahreïn a atterri à Tel Aviv mercredi matin pour une visite éclair au cours de laquelle il a rencontré de hauts responsables israéliens et participé à une réunion trilatérale avec le Premier ministre Netanyahu et le secrétaire d'État américain, Mike Pompeo.

Abdullatif Bin Rachid Al-Zayani a passé près de 12h à Jérusalem mercredi, saluant la nouvelle amitié entre son pays et Israël lors de plusieurs réunions en divers endroits de la capitale. Il y "a souligné l'enthousiasme du Royaume de Bahreïn pour la paix..."

Ashkenazi et Al-Zayani ont annoncé lors de leur rencontre l'intention des deux pays d'ouvrir prochainement des ambassades réciproques.

France : Vers un confinement allégé "en trois temps"

France : Sixième jour consécutif dimanche où le nombre de nouveaux cas et de décès enregistrés dans le pays était en baisse. Voulant jouer tout en prudence, l'exécutif a exprimé la volonté de ne pas réitérer les erreurs du printemps et refuse pour le moment d'employer le terme de "déconfinement".

Le porte-parole du gouvernement Gabriel Attala ainsi parlé d'un assouplissement en trois

étapes. En parallèle, les autorités sanitaires françaises ont annoncé avoir détecté pour la première fois la présence de Covid-19 dans un élevage de visons, en Eure-et-Loir, découverte qui va entraîner "l'abattage de la totalité des 1.000 animaux encore présents sur l'exploitation et l'élimination des produits issus de ces animaux" selon un communiqué des ministères.

Maroc : pas de normalisation, mais le patrimoine juif local réhaussé

Selon les organisations juives et la Fédération séfarade américaine, le roi du Maroc Mohammed VI a validé une décision qui vise à inclure dans les programmes scolaires des écoles publiques du pays l'histoire et la culture juive. "Cette décision constitue un effort pour fixer le patrimoine juif marocain en tant que partie intégrante de l'identité

marocaine", ont expliqué les porte-paroles de ces associations.

Pour rappel, le roi Mohammed VI entretient une relation très chaleureuse avec la communauté juive de son pays même s'il se refuse pour l'heure à tout commentaire concernant une éventuelle normalisation avec l'Etat hébreu.

Elyssia Boukobza

DESTINATION RETRAITE

—— Stratégie, Engagement, Qualité ——

Il faut savoir battre en retraite, quand le boulot vous travaille.

Vous résidez en Israël et vous avez exercé une activité salariée, ou autre, en France?

Nous sommes là pour vous conseiller
et vous aider dans vos démarches

Nos services dédiés aux français

Bilan retraite | Liquidation retraite | Pension de réversion...

Appelez vite! **Nathalie +972 58-783-5753**

L'humilité du Gaon Rabbi Isser Zalman Meltser

*A l'occasion de la Hiloula du Rav Isser zalman Meltser qui tombe le jeudi 10 Kislev (16/11/20), Torah-Box vous propose une anecdote édifiante sur le Rav.
Allumez une bougie en son honneur !*

Le Gaon Rabbi Isser Zalman, auteur du *Even Haézel* sur le Rambam, excellait particulièrement dans l'humilité. Lorsqu'un élève de *Yéchiva* venait chez lui, il parlait d'étude avec lui et le traitait avec les mêmes égards qu'un vénérable érudit.

Et lorsqu'un élève posait de bonnes questions ou avançait un bon argument, Rabbi Isser Zalman sautait de joie, et exprimait son étonnement devant "ces merveilleux propos". J'ai souvent eu le privilège de m'entretenir avec lui sur différentes problématiques du Talmud.

Voici une prodigieuse histoire à laquelle j'ai assisté et qui témoigne de sa grande humilité : nous étions en veille de *Bédikat 'Hamets*, j'entrai dans une synagogue pour étudier mais le bedeau

s'approcha de moi en s'excusant : pouvais-je chercher un autre endroit pour étudier, car ce jour-là était consacré au nettoyage des lieux en l'honneur de *Pessa'h*. Je me rendis dans une autre synagogue et la même scène se reproduisit : le bedeau me demanda de chercher une autre synagogue pour y étudier. J'étais à court d'idées : où pouvais-je aller ?

Privé de choix, je gravis les marches menant à l'appartement du *Roch Yéchiva*, le Gaon Rabbi Isser Zalman.

Le Rav m'accueillit avec bienveillance et accepta joyeusement d'étudier avec moi. Sur la table étaient disposées une tranche de pain, de la confiture et une tasse de café. Jusqu'à aujourd'hui je ne me pardonne pas de ne pas avoir attendu quelques minutes jusqu'à ce qu'il ait fini de manger. Notre conversation dura près de 2h, le Rav répondit aux questions que je lui présentai, m'opposa des arguments et construisit une argumentation.

Vers midi, la Rabbanite Beila Hinda revint en portant des paniers remplis de courses en l'honneur de la fête.

Lorsqu'elle vit que l'assiette et la tasse étaient restées telles qu'elle les avait posées le matin, elle demanda à son époux : "Pourquoi n'as-tu rien mangé ?" Rabbi Isser Zalman répondit : "Un *Ben Torah* est venu me voir pour parler d'étude, comment pouvais-je m'arrêter au milieu ?" La Rabbanite rétorqua : "Il ne se serait rien passé de grave si tu avais dit au jeune homme de patienter quelques minutes jusqu'à ce que tu finisses de manger, et tu l'aurais reçu ensuite dignement..."

Le Rav Isser Zalman demanda alors sur un ton étonné : "Quoi... Suis-je un professeur pour que l'on doive patienter pour me voir ?!..."

Rav Israël Grossman

**NOUVEAU LIVRE DE
RAV BREISACHER**

Gouttes de Miel



100 SH
ou 150 SH prix de soutien

Contact
Tel : 052 765 83 09
ou par mail : bredash57@gmail.com



Supplément spécial Chabbath

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

La quête du bonheur au fil de la Paracha – Vayétsé

En réalité, Ya'akov n'avait en tête que son objectif final : épouser Ra'hel et fonder une famille. Chaque jour était à ses yeux un moyen d'arriver à son objectif. Les travaux des champs n'étaient pas une fin en soi, ils étaient un moyen de parvenir à un résultat beaucoup plus élevé et noble.



Rechercher le bonheur dans la vie quotidienne n'est pas une tâche aisée.

En effet, s'il est vrai que nous choisissons parfois d'accomplir certaines occupations par envie car elles nous apportent de la joie ou de la satisfaction, il n'en demeure pas moins que d'autres tâches s'imposent à nous.

Nous ne les avons pas choisies et elles représentent parfois un travail lourd, harassant. Comment percevoir du bonheur dans ces

activités qui n'ont bien souvent, de prime abord, rien de "spirituel" ?

C'est à cette question que nous allons essayer de répondre en nous appuyant sur la Paracha de cette semaine.

7 ans comme quelques jours

Cette dernière nous décrit le voyage entrepris par Ya'akov Avinou pour se rendre chez son oncle Lavan à 'Haran. Son voyage avait un double objectif : fuir 'Essav et rechercher une épouse dans la famille de sa mère Rivka.

A son arrivée, notre Patriarche fait la rencontre de Ra'hel, la fille de Lavan, qui lui plaît immédiatement. Il comprend alors que sa future épouse se trouve devant lui. Lavan accepte ce mariage en échange du travail que propose Ya'akov d'effectuer à son profit durant 7 ans. Ya'akov devra ainsi s'occuper des champs et des troupeaux de Lavan. Voici ce que nous dit le texte de la Torah : "Ya'akov servit, pour obtenir Ra'hel, 7 ans, et elles furent à ses yeux comme quelques jours" (Béréchit 29, 20).

Ce texte énonce en des termes simples une situation difficilement compréhensible. Rappelons que Ya'akov se caractérise par son assiduité dans l'étude de la Torah. Notre tradition le décrit comme "un homme intègre qui réside dans les tentes [de l'étude]".

Nous aurions donc pu penser que le travail des champs était pour Ya'akov une épreuve terrible et que ces 7 ans étaient interminables à ses yeux. Or ce n'est pas le cas : ces 7 années passent pour Ya'akov aussi vite que quelques jours !

Le secret du bonheur

Cette rapidité est précisément caractéristique du bonheur. Lorsqu'un homme est heureux, lorsqu'il prend plaisir à ce qu'il fait, le temps passe vite et les tâches qu'il accomplit s'allègent considérablement.

En réalité, Ya'akov n'avait en tête que son objectif final : épouser Ra'hel et fonder une famille. Chaque jour était à ses yeux un moyen d'arriver à son objectif. Les travaux des champs n'étaient pas une fin en soi, ils étaient un moyen de parvenir à un résultat beaucoup plus élevé et noble. Aussi, le désir ardent qu'il avait de fonder sa famille, famille fondatrice du peuple d'Israël, l'aidait à jeter un œil favorable sur les tâches difficiles qu'il devait accomplir.

Chacun le sait bien, la satisfaction intérieure que nous procure un travail, fut-il difficile et fatigant, permet d'alléger considérablement sa difficulté. Certains évoquent le cœur léger leurs longues années d'études tandis que

d'autres se souviennent avec angoisse des jours où ils devaient se rendre au travail sans n'avoir aucune tâche à accomplir.

Aussi, la recherche du bonheur impose-t-elle à l'homme de trouver du sens à ses activités matérielles. A travers celles-ci, il doit se demander quel est l'objectif spirituel qu'il vise, quelle est la finalité de son travail. Cette réflexion l'amènera non seulement à réévaluer la valeur de ses actes mais aussi à pouvoir les accomplir de la plus belle des façons.

Revaloriser nos gestes du quotidien

Essayons d'aller encore plus loin. Lorsque Ya'akov s'occupait des champs et des troupeaux de Lavan, il ne s'occupait en réalité de rien d'autre que de sa future famille. Il y avait donc une continuité entre ses années d'étude dans les tentes de Chem et 'Ever, et le travail des champs qu'il accomplissait à présent. Conscient de cela, Ya'akov a pu effectivement vivre les 7 années de travail comme "quelques jours" seulement.

A notre modeste mesure, nous pouvons également essayer de réfléchir aux objectifs spirituels que nous recherchons dans nos activités quotidiennes. Cet exercice permettra de redonner du sens à des gestes simples que nous avons banalisés, de redonner de la valeur à nos engagements et de nous aider à ressentir davantage de bonheur et d'apaisement dans notre vie.

Aussi la quête du bonheur passe-t-elle par une quête de sens, de spiritualité qui doit éclairer nos vies et nous permettre d'échapper à l'obscurité et à la pesanteur du mécanique, du banal, de la routine.

C'est là aussi probablement le sens de cette prière de David : "Je ne demande qu'une chose : vivre dans la maison d'Hachem tous les jours de ma vie" (*Téhilim* 23, 6), c'est-à-dire développer en soi un cadre mental qui nous permette de voir dans chacune de nos activités un pas de plus accompli en direction de l'Eternel...

Jérôme Touboul



SHA BATIK

N°198

Feuillet parents-enfants pour Chabbath

édité par  Torah-Box.com

1

Vayétsé 5781

JEU PAR ÉQUIPE

Formez deux équipes qui s'affronteront au cours des jeux de cette page !



A

IDENTIFICATION DES ÉQUIPES

2 points pour le slogan le plus sympa



1. Donnez un nom d'animal à votre équipe.
2. Trouvez un slogan à votre équipe. (★★ 2 points pour le slogan le plus sympa)
3. Expliquez pourquoi vous êtes les plus forts. (★★ 2 points pour le slogan le plus sympa, ★★ 2 points pour les plus drôles)

B

QUIZZ

Chaque équipe choisit un nombre entre 1 et 12 et répond à la question pour marquer des points.

- 1 Question en "u" : Purku luu pluru tut' lu jurnu (Pourquoi Léa pleurait-elle ?)
> Parce qu'elle se croyait destinée à Essav et elle en pleurait. Tout le monde disait: « Rivka a deux fils et Lavan a deux filles. L'aînée sera pour l'aîné et la cadette sera pour le cadet » 2 points★★
- 2 Citez au moins 5 noms de pays qui commencent par un "P"
> Pakistan, Panama, Papouasie, Paraguay, Pays-Bas, Pérou, Philippines, Pologne, Portugal... 2 points★★
- 3 Question aux initiales : Comment sait-on que L n'avait pas de G ? (Comment sait-on que Lavan n'avait pas de Garçons ?)
> Si Lavan avait des garçons, il les aurait envoyés faire paître les moutons et non sa fille. 2 points★★
- 4 Artistik : Faites une poésie en 4 vers qui riment pour décrire la mauvaise foi de Lavan qui est triste du départ de Yaakov. 2 points★★
- 5 La question rigolote : Reouven les a ramama et Rahel les a réclacla. De quoi s'agit-il ? (Reouven les a ramassés et Rahel les a réclamés.)
> Les mandragores - Doudaim.(Rachi 19-26) 2 points★★
- 6 La question tronquée : Qui a volé... (les idoles de Lavan ?)
> Rahel 2 points★★
- 7 Le nombre clé : A quoi correspond le chiffre 6 dans notre Paracha ?
> Le nombre de fils de Léa. 2 points★★
- 8 Plus ou moins : Combien de fois Lavan a-t-il trompé Yaakov selon le targoum ? (Répondre par "plus" ou "moins". 5 tentatives permises)
> 10 fois
- 9 Calcul mental : Quel nombre obtient-on en additionnant le nombre d'années que Yaakov a travaillé pour Lavan au nombre d'années où il a étudié avant après être parti de la maison paternelle ?
> 20+14=34 2 points★★
- 10 Plus ou moins : Combien de chiens fallait-il pour garder le troupeau de Yaakov après qu'il se soit enrichi ? (Répondre par "plus" ou "moins". 8 tentatives permises)
> 120000.(Béréchit Rabba) 2 points★★
- 11 Terminer la phrase : "S'il n'y avait pas d'acheteur de Lachone Hara...."
> ... il n'y aurait pas de vendeur. (Rav YH Sitruk) 2 points★★
- 12 Question : La Torah a mentionné que Yaakov est parti de 'Haran, car son départ de 'Haran fut une grosse perte pour la ville. A propos de qui la Torah utilise la même tournure pour formuler que leur départ a été un coup dur pour la ville.
> Na'omi et Ruth (Rachi 28-10) 2 points★★

C

LE SAVIEZ-VOUS ? QUESTIONS FAMILIALES.

- D'où provenaient les pierres que Yaakov avait mises sur sa tête ?
> Selon un avis, ces pierres provenaient de l'autel sur lequel Its'hak fut ligoté lors de l'épisode de la Akéda.
- Quel âge avaient Léa et Ra'hel lors de leur mariage avec Yaakov ?
> Après avoir travaillé 7 ans pour épouser Ra'hel, Yaakov dit à Lavan: « donne-moi la femme ... et je viendrai vers elle ». La guématria du terme « véavoa » (et je viendrai) est de 21. Ceci fait allusion que c'est à l'âge de 21 ans que Léa et Ra'hel épousèrent Yaakov.(elles étaient jumelles) ('Hida, Na'hal Kédoumim)
- « Ce fut lorsque Yaakov vit Ra'hel fille de Lavan le frère de sa mère et le troupeau de Lavan le frère de sa mère ». Pourquoi la Torah fait-elle cette répétition ?
> Le Ramban répond que Betouel, le père de Lavan n'était pas un homme important. De ce fait, Lavan préférait que les gens l'affilient à Nahor le frère de sa mère.





SHA BATIK

2

JEUX



QUI VEUT GAGNER DES MITSVOT ?

Vous posez une question à un candidat. Il a 3 options de réponses.

Blata : Le candidat choisit de répondre directement (vous ne proposez aucune des réponses qui sont sous la question) et s'il gagne, il marque 5 points ★★★★★.

Mccheunfa : Le candidat demande à ce qu'on lui propose les 4 réponses qui se trouvent et s'il gagne, il marque 3 points ★★★.

Roule : Le candidat choisit qu'on lui propose 2 des 4 réponses qui se trouvent sous la question et s'il gagne, il marque 1 point ★. (Vous devez lui proposer la bonne réponse et une autre réponse de votre choix.)

1. Comment s'appelle l'épouse de Lavan ? (Sefer Hayachar)

- A. Lévana C. Adina
B. Bianca D. 5 Guila

2. Qui de cette liste est né circoncis ?

- A. Moché C. Abraham
B. Yaakov D. Gad

3. Quel est l'autre nom de Béthel ?

- A. Louz C. Bet Chemech
B. Jérusalem D. Jericho

4. Quelle nouvelle avoda zara est apparue à l'époque d'Itzhak ? (Seder Hadorot du Rav Halperin)

- A. Saturne C. Jupiter
B. Mars D. Babou

5. Avec quel signe sur le corps, Essav est-il né ? (Tsiyouni, pirouch sur Yonathan ben Ouziel)

- A. des yeux de couleur différente
B. une tache brune sur le front
C. 6 doigts de pieds
D. un tatouage de serpent

6. En dehors du fait qu'il était à côté d'un rachat, pourquoi Yaakov ne supportait-il pas d'être à côté de Essav dans le ventre de sa mère ? (Tour)

- A. il avait une mauvaise odeur C. il ronflait
B. Ses poils piquaient Yaakov D. Il le frappait

7. Qui de cette liste n'était pas un géant ?

- A. Mitane C. Chechaï
B. Talmaï D. A'himan

8. Quel âge avaient Noa'h et Naama lors de leur mariage ? (En premier l'âge de Noa'h)

- A. 502 et 502 C. 505 et 404
B. 498 et 580 D. 436 et 424

9. Qu'a donné Hachem à Adam en le renvoyant du Gan Eden ? (Tana dévé Eliahou)

- A. un bâton de feu
B. une outre remplie d'eau
C. un acte d'acquisition du olam hazé
D. Un acte de divorce





SHABATIK

3

L'HISTOIRE

Rav Aharon Kotler est un Roch Yéchiva de Lakewood qui vivait encore il y a quelques années.

Très rigoureux et consciencieux, il s'efforce de ne jamais perdre un moment d'étude.

Ce matin, comme tous les matins, son chauffeur l'emmène au Beth Hamidrach. Or, en chemin, le Rav lance :

- Attends, j'ai oublié quelque chose. Peux-tu faire demi-tour et nous ramener à la maison ?

Le chauffeur fronce les sourcils, extrêmement étonné. Qu'est-ce qui pourrait bien être si important ? Quel motif pousse ainsi le Rav à manquer plusieurs minutes précieuses d'étude de la Torah ?

A

DEVINEZ

- *Quelle est la suite la plus proche de la réalité ?*
- *Quelle est la suite la plus drôle ?*

L'HISTOIRE CONTINUE

Le chauffeur arrête sa voiture devant la maison. Rav Kotler sort et frappe à la porte de chez lui. Il entre, et salue son épouse :

- Au revoir ! Passe une magnifique journée !

Puis il retourne à la voiture.

- Tu sais, explique-t-il au chauffeur, ce moment est essentiel. Je

souhaite à ma femme une bonne journée chaque jour, et ce matin, j'avais malheureusement oublié de le faire. Je ne veux en aucun cas heurter ses sentiments. Voilà pourquoi je t'ai demandé de me ramener. Merci !

B

LES ZEXPERTS

- *Comment s'appelle le Rav ?*
- *Qu'est-ce qu'il a oublié ?*
- *Pourquoi est-ce si important pour lui ?*

C

IMAGINEZ

- *En quoi cette discussion avec le Rav est-elle susceptible de changer la vie du chauffeur ?*





TROUVER L'OMBRE DE L'IMAGE CI-DESSOUS



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

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



Le tatouage 7-4-0-2

Sur ces mots, l'homme retroussa sa manche et dévoila un chiffre tatoué sur son bras. "J'ai perdu toute ma famille, mon père, ma mère et mes deux frères pendant la guerre !" Abasourdi, un autre détail retint l'attention d'Ariel. Il demanda : "Aviez-vous un frère qui s'appelait Chimon ?"



Quand Ariel Touvia était enfant, son numéro de téléphone se terminait par 7-4-0-1. Coïncidence ou pas, lorsqu'il reçut son numéro de Sécurité Sociale, les 4 derniers chiffres étaient aussi 7-4-0-1...

Ariel grandit aux Etats-Unis, au sein d'une famille non pratiquante. Une fois adulte, il s'enrôla dans l'US Army, puis il monta en Israël pour y faire du volontariat. C'est en 1967 que sa vie prit une tournure dramatique : un terrible accident de travail dans l'usine où il travaillait le priva de l'une de ses jambes. Grâce à D.ieu, il réussit à s'extraire et resta en vie...

Ariel devint pratiquant 10 plus tard. A ce stade, il se déplaçait soit sur chaise roulante, soit à l'aide de béquilles.

Prier la 'Amida debout !

Malgré tout cela, Ariel n'était pas en mesure de rester debout assez longtemps pour prier la 'Amida, son vœu le plus cher depuis sa Téchouva. Il rêvait de pouvoir enfin s'adresser à son Créateur comme tous les autres Juifs,

sans ressentir le besoin de s'asseoir quelques secondes seulement après avoir commencé sa 'Amida... Une frustration terrible pour lui.

En 1989, c'est presque par hasard qu'il entendit parler de cette nouvelle technologie en matière de prothèses, alors qu'il se trouvait aux Etats-Unis lors d'un voyage. L'affiche montrait des personnes jouant au basket. Ariel était émerveillé. Quand il avait perdu sa jambe 22 ans plus tôt, il n'avait jamais imaginé pouvoir retrouver une vie normale.

Après s'être renseigné, Ariel fut dirigé vers une clinique spécialisée en pose de prothèses située à Oklahoma City. Moins d'un an plus tard, Ariel reçut sa nouvelle prothèse, un véritable bouleversement dans sa vie. Tout heureux, il se précipita dans une synagogue pour pouvoir enfin réciter toute la 'Amida debout. Une joie indescriptible l'envahit alors.

Un chiffre étrange...

Ariel était aussi extrêmement sensible envers tous ceux à qui il manquait un membre. Avant



même d'avoir reçu sa prothèse, il s'était donné pour mission de mettre cette technologie révolutionnaire au service de tous ceux qui en avaient besoin en Israël. Pour cela, il s'était longuement entretenu avec les prothésistes de la clinique. Ces derniers acceptèrent de former des prothésistes israéliens dans leur propre établissement, mais aussi de voyager en Terre sainte pour y former des spécialistes locaux.

Et pourtant, ce n'est pas l'idéalisme qui avait poussé Ariel à l'action. C'est un sentiment bien plus puissant, celui d'avoir été autrefois investi par Dieu d'une mission extraordinaire, qui l'avait définitivement persuadé que toutes ces années de souffrance qu'il avait subies par le passé faisaient de lui un porte-parole privilégié de ceux que le monde délaisse. Quel était donc cet événement qui avait forgé en lui un tel dévouement pour les autres ?

Lorsqu'il était bénévole en Israël, un peu avant son accident, Ariel travaillait chez un charpentier, un homme robuste mais très discret. Ariel apprit alors que cet homme était un rescapé d'Auschwitz.

Un jour, Ariel entrevit le numéro tatoué sur le bras de l'homme et fut stupéfait de voir qu'il se terminait par... 7-4-0-1. Encore ces 4 chiffres... Mais quand il chercha à le questionner, le charpentier perdit le contrôle : "Ne t'avise pas de me parler de ça ! J'ai perdu toute ma famille, mes parents et mes deux frères. Je suis le seul survivant !" Ariel n'évoqua plus jamais ce numéro fatidique, à une seule petite exception...

"Je vous accompagne à une autre destination"

Après son bénévolat, Ariel travailla 5 ans pour réussir à intégrer une école de tourisme. C'était avant sa prothèse ; Ariel se débrouillait tant bien que mal pour se déplacer. Au terme de longues années de labeur, il devint guide touristique, un poste qu'il occupa pendant 15 ans.

Au tout début de sa carrière, il était chargé d'accueillir des touristes à l'aéroport Ben Gourion. Un jour, il conduisit un

touriste américain visiblement fortuné au comportement un peu rude. A un moment, celui-ci se met à crier :

"Vous pensez avoir affaire à un vulgaire Américain plein d'argent et matérialiste, n'est-ce pas ?! Eh bien détrompez-vous ! La vie ne m'a pas fait de cadeau, vous n'avez aucune idée de ce que j'ai vécu !"

Sur ces mots, il retroussa sa manche et dévoila un chiffre tatoué sur son bras. "J'ai perdu toute ma famille, mon père, ma mère et mes deux frères pendant la guerre !"

Abasourdi, un autre détail retint l'attention d'Ariel. Il demanda : "Aviez-vous un frère qui s'appelait Chimon ?"

Et là, le visage du touriste devient blême, livide. Il ne pouvait plus prononcer le moindre mot. C'était le prénom de son frère. Ariel lui dit alors : "Changement de programme, je vous amène à une autre adresse".

Pendant tout le trajet, un silence absolu régna dans la voiture. Arrivé sur les lieux, Ariel frappa à la porte de son ancien employeur : "Aviez-vous un frère qui s'appelait Réouven ?" Le visage du charpentier se vida lui aussi de ses couleurs. Comment Ariel pouvait-il connaître le prénom de son frère ?

Ariel regagna son taxi et déclara au touriste : "Suivez-moi, je vais vous conduire chez votre frère."

Sans mot dire, il accompagna le voyageur jusqu'à l'atelier du charpentier. Il resta dehors, laissant intacte l'intimité de ce moment historique. Ce n'est que lorsqu'il fut de retour dans sa voiture qu'Ariel s'accorda quelques sanglots d'émotion...

Comment Ariel avait-il deviné que ces deux hommes étaient frères ? Très simple. Quand le touriste américain lui a montré le numéro tatoué sur son bras, il a remarqué qu'il se terminait par... 7-4-0-2.

Equipe Torah-Box



HALAKHOT

1. Peut-on nettoyer un tapis avec une brosse, le Chabbath ?

> Non, c'est interdit. Par contre, on peut passer un balai aux poils mous sur un tapis pour y ramasser les déchets (*Chemirat Chabbath Kéhilkhéta*, 23-4).

2. Doit-on quitter le Kotel en marchant à reculons ?

> Oui, comme on le fait en sortant d'une synagogue, lieu d'une sainteté presque égale. Avant de sortir de la première esplanade du Kotel, on se retourne et on fait nos derniers pas à reculons face au Mur (*Yalkout Yossef* 151, p.274-6).

3. Réveiller son père pour la prière, permis ?

> Oui, pour une Mitsva obligatoire à délai limité comme par exemple la prière ou le *Kiddouch*. On demandera à une autre personne que nous de le réveiller, sauf si on est seul pour le faire. Mais pour une Mitsva facultative (*Tsédeka*, *Minyan*), c'est strictement interdit (*Yalkout Yossef* p.499).



Une perle sur la Paracha

Dans notre *Paracha*, il est rapporté que "Ya'akov sortit du Puits du Serment [*Beer-Chéva*]" ("וַיַּעֲקֹב יֵצֵא מִבְּאֵר שְׁבַע") (*Béréchit* 28,10). L'auteur du *Divré 'Amos* fait remarquer qu'il y a là une allusion au fait que si le peuple juif observait deux *Chabbatot* d'affilée, ils seraient immédiatement sauvés de l'exil. En effet, le nom du lieu d'où le Patriarche est parti s'appelle "*Beer-Chéva*", *Chéva*' pouvant aussi signifier "le septième jour" (*Chabbath* donc). De plus, le Patriarche Ya'aov portait également le nom d'Israël. Ainsi, notre verset peut se lire de manière allégorique : "Le peuple d'Israël sortira du puits de l'exil grâce au Chabbath".

Hiloula du jour



Le lundi 14 Kislev (30/11/20) tombera la *Hiloula* de Rabbi David Abi'hssira, connu sous l'appellation de '*Atéret Rochénou*' ("la couronne de notre tête"). Grand frère de Baba Salé, Rabbi David '*Atéret Rochénou*' était connu pour pratiquer abondamment la *Tsédeka* et le '*Hessed*'.

Après la mort de ses parents, il entreprit de s'élever davantage dans la sainteté au moyen de l'isolement. Pour ce faire, il se retira dans le grenier de sa maison 6 années durant pour s'adonner à l'étude de la Kabbale avec ses deux compagnons d'étude.

Ils n'en sortaient que pour aller au *Mikvé*. Le grenier possédait une petite lucarne donnant sur la synagogue à proximité, ce qui leur permettait de se joindre au *Minyan* et d'écouter le *Kadich* et la *Kédoucha* sans avoir à rompre leur isolement. Rabbi David fut cruellement assassiné par les Arabes.

N'oubliez pas d'allumer une bougie en son honneur afin que le *Tsadik* prie pour vous !



Les lois du langage

Si quelqu'un a dit du *Lachon Hara'* devant 3 personnes et souhaite que ses propos ne soient pas répétés, il est interdit à chacun de les répéter.

Si l'un des auditeurs venait malgré tout à répéter ces paroles interdites, il resterait interdit aux autres d'en faire autant.

Conseils du Rav Aharon Margalit pour réagir en cas de coup dur...

Notre train est obligé de poursuivre sa route, et avec l'aide de D.ieu, d'autres événements joyeux et allègres se préparent. Nous ne comprenons pas ce qui nous est arrivé, ni le pourquoi de cet événement, mais nous comptons sur Toi.

Peu d'hommes ont eu à affronter d'épreuves comme le Rav Aharon Margalit.

Petit, il contracta la polio, qui le laissa paralysé. Commença alors pour lui une longue réhabilitation qui exigea de lui des forces surnaturelles.

Après 5 ans d'hospitalisation (où il fut quasiment complètement coupé de sa famille, les transports n'étant alors pas ce qu'ils sont aujourd'hui), il garda une paralysie presque totale aux épaules et partielle dans les mains.

Quelques années après, encore enfant, il fut victime d'un accident dont le choc traumatique laissa sur lui de lourdes séquelles sous la forme d'un bégaiement sévère.

Ce n'est qu'après de très longues années de travail acharné qu'il parvint à s'en libérer.

Plus tard, Rav Margalit perdit son frère à la guerre. Adulte, il vainquit trois fois le cancer, alors qu'il se trouva plusieurs fois au seuil de la mort.

Cet ancien enfant paralysé et bègue donne aujourd'hui des centaines de conférences dans le monde dans le sillage de l'édition de son livre



"Tant qu'il y a de la vie" où il relate sa vie avec l'acuité et l'humour qui le caractérisent.

L'épreuve ultime

Dans une interview exclusive, le Rav Margalit évoque l'épreuve la plus difficile de toutes : la perte de son fils, tué dans un accident de la route environ un an après son mariage.

"J'aimerais vous raconter un moment dramatique que j'ai vécu le soir de l'enterrement", nous confie le Rav Margalit.

"Des milliers de personnes ont participé aux funérailles. L'enterrement dura de longues heures, et lorsque nous rentrâmes à la maison, la maison était pleine de monde.

J'entrai à la maison et je vis adossés au mur ma femme et mes enfants. Ils me regardaient.

A cet instant, sans y avoir pensé au préalable, j'entamai un long monologue : 'Jusqu'à aujourd'hui, nous étions assis dans le train de l'existence et étions persuadés que de nombreuses haltes joyeuses allaient ponctuer notre voyage. Or voici qu'un puits béant s'est formé dans notre wagon, notre 'Haïm Yankélé y est tombé et a été tué, et ce puits menace

Dépression - Conflits parentaux - Solitude - Négligence - Harcèlement - Violence - Dépendance etc...



La Ligne d'Écoute

Une équipe de Thérapeutes & Coaches à votre écoute du matin au soir de manière confidentielle et anonyme.



01.80.20.5000 (gratuit)



02.37.41.515 (gratuit)

www.torah-box.com/ecoute



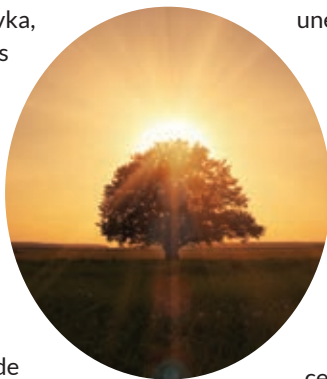
de nous faire sombrer tous. Rivka, ma chère épouse, je te promets qu'avec l'aide de D.ieu, je n'y tomberai pas. Je te le dois, je vous le dois, mes chers enfants et je le dois aussi à notre 'Haïm Yenkéle qui a quitté ce monde sans laisser de descendant."

Notre train est obligé de poursuivre sa route, et avec l'aide de D.ieu, d'autres événements joyeux et allégres se préparent.

Nous ne comprenons pas ce qui nous est arrivé, ni le pourquoi de cet événement, mais nous comptons sur Toi.

Et tu choisiras : la vie !

J'ai poursuivi mon discours : "Adressons une prière au Maître du monde, implorons-le : 'Papa, donne-nous la force de continuer à vivre



une vie chargée de sens. Nous avons reçu un coup dur et douloureux.

Ce n'est pas simple de se relever et avancer, mais nous y sommes enjoint. C'est un ordre du Créateur dans la Torah : 'Et tu choisiras la vie'.

Papa, nous choisissons la vie. Nous ne comprenons pas ce qui nous est arrivé ou pourquoi cela nous est arrivé, mais nous nous reposons sur Toi. Nous verrons le bien à l'avenir, et sommes persuadés que tout est pour le bien.

Mais de grâce, donne-nous des forces pour continuer une vie remplie, une vie heureuse'.

Tant qu'un souffle de vie nous anime, nous devons choisir la vie, parler, implorer et prier : nous choisissons la vie !"

Equipe Torah-Box

TÉLÉCHARGEZ L'APPLI TORAH-BOX RADIO ET ÉCOUTEZ VOTRE RADIO PRÉFÉRÉE

✓ **PARTOUT**
✓ **ET À N'IMPORTE QUELLE HEURE DE LA JOURNÉE**
TORAH & SIM'HA 24H/24

DISPONIBLE SUR Google Play Disponible sur App Store



Célibataires : le dessein d'Hachem se réalise envers et contre tout !

Vous pensez que vous n'êtes pas mariée parce que trop exigeante, trop ronde, trop intellectuelle ou je ne sais quel autre prétexte ? La magnifique et méconnue histoire de la fille du roi Salomon devrait vous prouver le contraire !

Le Midrach rapporte cette histoire fascinante...

Une princesse dans une tour d'ivoire

Le roi Salomon, que nos Sages surnomment "le plus Sage de tous les hommes", avait une fille d'une rare beauté et dotée de nombreuses qualités. Naturellement, il aspirait à la marier à l'un des princes des contrées avoisinantes ou à l'un des notables de sa connaissance.

Le roi, qui maîtrisait 70 langues et toutes les sagesses du monde, était également versé en astrologie. Un soir qu'il contemplait la constellation, il vit avec stupeur que sa vertueuse fille était destinée à épouser... un jeune homme pauvre d'une famille inconnue ! Pris de panique, il décida de voir s'il pouvait empêcher ce sombre présage de se réaliser...

Le roi fit construire une haute tour fortifiée sur une île isolée. Il érigea une imposante muraille, plaça des gardes, dota l'endroit de tout le nécessaire pour y vivre et y envoya sa fille. Les gardes devaient veiller à ce que personne ne s'approche de l'île.

La princesse n'eut d'autre choix que d'accepter son sort le cœur meurtri...

Non loin de là...

Peu après, un jeune homme originaire de la ville d'Akko, seul au monde et affamé, quitta sa ville et se mit en quête d'un moyen d'améliorer son sort. Errant dans les rues désertes, il

aperçut soudain une vieille carcasse de bœuf ; il s'y réfugia afin d'échapper à la tempête et accorder un peu de repos à ses membres épuisés...

Alors que le jeune homme dormait profondément, un aigle surgit et s'empara de la carcasse qu'il déposa en haut de la tour...



Au petit matin, l'homme se réveilla ; avant qu'il n'ait le temps de se poser la moindre question, une jeune fille d'une rare beauté – la princesse – l'accosta. Elle lui servit à boire, à manger et de quoi se laver. Ils discutèrent et la princesse s'aperçut qu'elle avait affaire à un jeune homme d'une grande intelligence, sensible et bon. Comprenant tous deux que leur rencontre avait été arrangée

du ciel, ils convinrent de se marier conformément à la loi de Moché et d'Israël. Ils établirent une *Kétouba* et prirent pour témoins D.ieu et les anges.

La princesse et son bien-aimé vivaient heureux. Pourtant, un beau jour, l'un des gardes entendit les gémissements d'un bébé – interloqué, il interrogea la princesse qui lui répondit : "Transmets à mon père que le dessein de D.ieu se réalise envers et contre tout ! Le jeune homme contre lequel il a tant voulu me protéger est arrivé jusqu'à moi d'une manière tout à fait miraculeuse. Nous nous sommes mariés conformément à la loi juive et voici que j'ai enfanté hier..."





La colère du roi

Lorsque le roi Salomon fut informé de la chose, il fut pris de colère. Il embarqua immédiatement sur l'un de ses navires en direction de l'île. Il réprimanda vertement les gardes, qu'il accusa de n'avoir pas gardé l'île comme il se doit. Finalement, il monta en haut de la tour pour trouver sa fille en compagnie d'un adorable bébé et... d'un jeune inconnu au visage bon et gracieux.

"Sa majesté, mon père !, dit la princesse. Celui que D.ieu m'avait destiné est arrivé ici, transporté dans une carcasse de bœuf portée par un aigle...

- Sa Majesté, intervint le jeune homme. C'est par miracle que j'ai été amené ici. Voici la *Kétouba* qui prouve que j'ai épousé votre fille en bonne et due forme. En effet, le dessein d'Hachem se réalise envers et contre tout !"

Le roi sut lire la grâce, la douceur, la sagesse et la bonté dans les yeux du jeune homme. Il vit que ses paroles étaient vérité et que son langage respirait la crainte du Ciel. Il approuva le mariage et bénit le jeune couple qu'il ramena avec lui au palais de Jérusalem...

Nous sommes toutes des princesses

Chères amies, si vous comptez parmi ces princesses qui n'ont toujours pas trouvé chaussure à leur pied, il est probable que le Satan, déguisé sous la forme du doute et du désespoir, vienne insidieusement vous assaillir et semer la confusion dans votre doux cœur...

"Mon *Mazal* viendra-t-il un jour ou continuerai-je à vivre mes jours isolée dans ma tour d'ivoire?", ne pouvez-vous vous empêcher de vous demander. "Mon *Zivoug* arrivera-t-il jusqu'à moi alors que... et... et..." Telles sont les questions qui vous hantent.

Certes, votre inquiétude est bien naturelle et facilement compréhensible. Mais n'oubliez pas qu'Hachem ne lèse jamais personne ! Le *Zivoug* d'une personne n'est-il pas fixé 40 jours avant sa naissance, au moment où Hachem divise une

âme en deux moitiés appelées à se retrouver des années plus tard ?

Combien d'années ?, demanderez-vous... Nous l'ignorons, car les voies de D.ieu sont impénétrables. Mais ce qui est sûr et ce sur quoi aucun doute ne doit planer, c'est que chacun et chacune possède son âme sœur !

Lorsque le doute commence à s'immiscer dans votre esprit, lorsque le désespoir menace de vous submerger, souvenez-vous de l'histoire prodigieuse de la fille du roi Salomon. La haute tour, la muraille fortifiée et les gardes armés et vigilants ne furent d'aucune utilité face à l'ingéniosité de la Providence, qui contourna tous ces obstacles avec une créativité sans pareille !

Alors gardez l'œil ouvert, ne cessez pas de prier et soyez certaine que votre bien-aimé est en chemin !

**Elyssia Boukobza,
d'après le Midrach Tan'houma**

ELISHA'S
Robes d'un jour

GRAND OPENING
AU COEUR DE BAIT VILAN

- Robes de mariée • שמלות כלה
- Robes de soirée • שמלות ערב
- Accessoires pour danses • אקססוארים לריקודים
- Robe de henné • שמלת חנה • brodée au fil d'or

DB
Création/vente de chapeau/ foulard, bibi, toque et encore... sur mesure

www.elishastudio.com

PROMUPTER PROMOVAS HavaMazal

ao586627332@gmail.com 0586627332



Ouvrir un fruit infesté de vers avant la bénédiction ?

J'ai appris grâce à vous 2 choses à faire avant de réciter une bénédiction sur un fruit ou légume : qu'il doit être entier (*Chalem*) et qu'il faut l'éplucher avant de faire la *Brakha*. Mais qu'en est-il pour un fruit susceptible de contenir des vers ? Je ne vais pas faire la *Brakha* puis ensuite remarquer qu'il y a des vers et faire une *Brakha* en vain ? Mais problème : le fruit ne sera pas entier une fois coupé. Alors quoi faire ?



Réponse de Binyamin Benhamou

1. En effet, nous savons qu'entre une bénédiction et une consommation, on ne doit pas s'interrompre ni par un silence dépassant une seconde et demi, ni par des paroles ou des gestes. D'autre part, en l'honneur de la Mitsva, l'aliment doit a priori être entier au moment où l'on récite la bénédiction.

2. Pour un fruit qui est susceptible d'être infesté de vers, il faut le vérifier avant la bénédiction, donc en l'ouvrant... comme les dattes qui prennent du temps à vérifier. Avant la bénédiction, on les refermera afin qu'elles aient l'air entières. (*Cha'aré Téchouva* 202, 1 ; *Kaf Ha'haim* 202, 4 ; *Kovets Mibeth Levi* XVII, p.55)

Le beau-frère de ma sœur peut-il être le témoin de mon mariage ?

J'aimerais savoir si je peux choisir comme témoin le frère du mari de ma sœur pour mon mariage si D.ieu veut ? J'ai entendu dire qu'il ne fallait pas de liens familiaux avec les témoins des mariés, mais est ce valable pour les liens par alliance ou seulement pour les liens du sang ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

Le beau-frère de votre sœur (le frère du mari de votre sœur) est Cachère pour être l'un des deux témoins lors de votre mariage (*Beth 'Hatanim*, vol. 1, p. 149, 29). Attention, il faut vérifier s'il ne transgresse pas Chabbath. Si tel est le cas, il faut choisir un autre témoin (*Choul'han 'Aroukh*, *'Hochen Michpat*, 34, 1-2).

Confiture d'Etrog vendue en grande surface, Cachère ?

La confiture de cédrat du supermarché est-elle permise ?



Réponse de Dan Cohen

La confiture d'*Etrog* vendue en supermarché est autorisée sous les mêmes conditions que n'importe quelle confiture. Il faut vérifier l'absence d'ingrédients interdits. Il faut également s'assurer que les *Etroguim* ne proviennent pas d'Israël (auquel cas il n'est pas certain que les prélèvements rituels aient été réalisés). Dans ces conditions, je dirais même que cette confiture est préférable à une confiture maison. C'est assez exceptionnel : d'habitude, en matière de Cacheroute, les aliments maison sont souvent plus fiables. Cependant, pour les *Etroguim* vendus pour la fête de *Souccot*, il y a un problème méconnu : les pesticides utilisés pour ces récoltes dépassent de loin les seuils autorisés à la consommation. En effet, les producteurs ne les cultivent que pour l'accomplissement de la Mitsva et non pour la consommation. Alors que pour des confitures commercialisées, évidemment, le taux de pesticides est respecté.

Sortir Chabbath avec la gouttière Invisalign

Est-il permis de sortir Chabbath avec la gouttière Invisalign ? On doit normalement la retirer pour manger, mais la garder 22 heures sur 24.



Réponse de Rav Gabriel Dayan

Durant Chabbath, il est permis de sortir dans le domaine public avec un appareil dentaire tel que la gouttière Invisalign, même si lors des repas, vous le retirez - à condition que vous n'ayez pas de douleurs en le portant (si tel est le cas, il y a un risque que l'appareil soit retiré en étant dans la rue et que l'on fasse quelques pas). (*Or Létsion*, vol. 2, 23, 10 ; *Or'hot Chabbath* 28, 132 ; *Chemirat Chabbath Kéhilkhata*, nouv. éd. 5770, 18, 15 et 34, 29 ; *Piské Techouvot*, 301, 37 ; *Menou'hat Ahava* vol. 3, 27, 38 ; *Choul'han Chlomo* - 'Erké Refoua, vol. 2, 165).

Participer à un essai de vaccin, permis ?

Supposons qu'en Israël soit mis au point un vaccin contre un dangereux virus susceptible de causer la mort ou des séquelles aux personnes qui s'en remettraient malgré tout. Supposons que, pour vérifier l'efficacité et l'innocuité de ce vaccin avant d'être largement distribué, seule une population juive puisse participer à l'essai.

D'un point de vue halakhique, pourrait-on participer à cet essai permettant (ou non) la validation du vaccin et ainsi protéger et sauver des vies (dont la sienne) ou bien devrait-on s'abstenir de peur qu'il n'occasionne lui-même des troubles de santé (et donc laisser continuer le virus d'accomplir ses méfaits) ?



Réponse de Rav Avraham Garcia

Puisque les essais sont réalisés sans mettre personne en danger, cela est autorisé sans aucun problème, et même si parfois la personne risque d'être malade alitée (*Nichmat Avraham* du Rav Avraham Sofer *Yoré Dé'a* 349,3 p. 266).

Par contre, si l'essai met en danger une personne, il faudra se poser la question à nouveau, et il y aura de quoi débattre. En effet, bien qu'en général, on ne puisse pas se mettre en danger, même pour sauver autrui (*Hochen Michpat* fin de 426), il est possible de considérer cette épidémie comme une "guerre" pour laquelle nous avons le droit de mettre des soldats en danger, pour sauver leur peuple. Il existe encore d'autres paramètres à ce genre de questions, qui ne peuvent être tranchées que par les Grands de notre génération (*Min'hat Chlomo* 2, responsa 82-12 ; *Hazon Ich Ohalot* 22-32).

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 :



01.80.20.5000 (gratuit)



02.37.41.515 (gratuit)

www.torah-box.com/question



La Yéchiva Episode 36 : Epilogue

Chaque semaine, Déborah Malka-Cohen vous fait plonger au cœur du monde des Yéchivot pour vivre ensemble les intrigues passionnantes de quatre étudiants, sur fond d'assiduité et d'entraide...

Résumé de l'épisode précédent : Sur le point d'être exécuté, David est miraculeusement sauvé lorsque des agents du Chabak font irruption dans le garage et abattent l'Arabe chargé de le tuer. Au même moment, c'est une Ménou'ha apathique et impuissante qui est menée à la cérémonie de son mariage, mais là encore, des hommes armés empêchent le funeste dessein de Wajdoud de se réaliser...

♦♦♦

Cinq mois plus tard....

"Es-tu sûre ma sœur que c'est cette robe que tu veux acheter ?

– Avraham, je t'ai dit que celle-ci ou une autre, cela m'est égal !

– Alors Maman va choisir pour toi. Pour ma part, je n'ai aucune préférence entre les deux. À quelle heure tu as rendez-vous avec Madame Shimtzt ?

– 11h. Je crois que je vais ralentir mes séances de thérapie avec elle. Baroukh Hachem je me sens... un peu mieux et..."

Ménou'ha ne finit pas sa phrase, comme cela lui arrivait souvent depuis que la famille Lévy avait retrouvé avec une immense émotion leur fille. Cela ne leur avait pas échappé qui lui arrivait aussi de mettre du temps à répondre aux questions qu'on lui posait. Certaines fois c'était carrément de longues absences qui happaient complètement son cerveau. Les spécialistes les avaient prévenus que c'était un fait courant post-traumatique.

Au milieu d'une conversation, Ménou'ha pouvait se montrer tantôt enjouée, tantôt triste. Ses humeurs pouvaient changer d'une seconde à l'autre. Conséquence directe des traumatismes dus à ses mois de captivité. Seul David réussissait à la comprendre vraiment et l'acceptait telle qu'elle était, en faisant preuve d'une patience d'orfèvre. D'ailleurs pour lui, elle était de l'or. Un mois après ce qu'il lui était arrivé, David avait fait appel à la même Chadkhanit que Yona et Éden avaient pris pour eux. Par son intermédiaire, il avait demandé aux parents de leur fille retrouvée une rencontre en bonne et due forme.

Quand ils avaient reçu ce coup de fil, Monsieur et Madame Lévy en avaient conclu qu'il était beaucoup trop tôt pour que leur fille pense à se

Yael Benchetrit
— Ostéopathe D.O. —

Spécialisée pour femme, enfant et nourrisson

TRAITEZ ENFIN, GRÂCE À L'OSTÉOPATHIE

Douleurs articulaires, maux de tête, stress, concentration, troubles liés à la grossesse, nourrissons (reflux, pleurs inexplicables)...

ET RETROUVEZ VOTRE BIEN-ÊTRE !

CABINET D'OSTÉOPATHIE
JÉRUSALEM. RAMAT SHARET
— SUR RENDEZ-VOUS —

POSSIBILITÉ DE VISITE À DOMICILE
📞 058-468 26 26



marier, avec tout ce qu'elle avait traversé. Sauf que lorsqu'on posa la question à l'intéressée, aussi surprenant que cela pouvait paraître, elle accepta. À dire vrai, si David n'avait pas entamé lui-même cette démarche, elle aurait formulé à son père et sa mère le désir d'organiser avec lui un *Chidoukh*. L'expérience traumatisante qu'ils avaient traversée ensemble avait créé un lien indescriptible entre eux. Il leur avait fallu très peu de temps pour commencer à planifier leur mariage. Et c'était avec une joie immense que tous les amis et la famille allaient le fêter dignement la semaine suivante.

Quant à Yossef, il avait pris plaisir à retrouver un quotidien parsemé d'étude. Les épreuves qu'il avait traversées avec ses amis de la *Yéchiva* lui avait permis de comprendre qu'étudier paisiblement, l'esprit libre, était un luxe.

Un cadeau du Ciel. Depuis, chaque jour quand il ouvrait sa *Guemara*, il marquait un temps de

pause pour remercier Hachem pour ce cadeau quotidien qu'Il lui faisait.

Plusieurs mois auparavant, Éden était rentrée de son voyage. Elle avait revu Yona et ensemble, ils avaient projeté de passer eux aussi sous la '*Houpa*' d'ici quelques semaines. Avraham avait revu les hommes du *Chabak* mais seulement en présence de son *Roch Yéchiva*. Celui-ci, après avoir consulté plusieurs autres *Rabbanim*, conclut que notre jeune étudiant pouvait collaborer sur quelques missions à la condition qu'elles ne viennent pas trop perturber ses études en Torah et qu'elles ne l'emmèneraient jamais trop loin de la *Yéchiva*.

L'accord fut signé. Avraham travaille jusqu'à ce jour pour l'Etat d'Israël tout en continuant sa vie de *Ba'hour Yéchiva*.

FIN

Déborah Malka-Cohen



PIZZ'EVENT

LE BAR À PIZZA
 QUI SE DÉPLACE CHEZ VOUS
pour un moment inoubliable

BAR À PIZZA POUR TOUT ÉVÈNEMENT FAMILIAL OU PROFESSIONNEL
 Anniversaire, Coupe de cheveux, Soirée à thème, Cheva berahot,
 Évènements communautaires, etc...

LAMEHADRINE HALAV ISRAEL
 Sous la stricte surveillance du Rav Meir Hiléwitch
 (Rav du Yichouv Brouhin)

MOCHE DJIAN 053 233 76 12



Le saumon téryaki et légumes sautés

Avec sa poêlée de légumes sautés et sa sauce savoureuse, voici une délicieuse recette de poisson qui viendra agrémenter vos tables de Chabbath d'une nouveauté exquise !

Ingrédients



- 6 pavés de saumon
- 2 gousses d'ail
- 1 petit tronçon de gingembre
- Sauce soja
- Miel
- Huile d'olive
- Huile de sésame grillé
- Poivre
- 1 verre d'edamame ou de petits pois
- 6 mini-courgettes
- 2 poignées de feuilles d'épinards lavées et vérifiées



Pour **6 personnes**



Temps de préparation : **10 min**



Cuisson : **15 min**



Difficulté : **Facile**

Réalisation

- Hachez l'ail et râpez le gingembre frais et mettez le tout dans un bol. Ajoutez-y 6 cuillères à soupe de sauce soja, 3 cuillères à soupe de miel, 2 cuillères à café d'huile de sésame et mélangez bien.
- Mettez les pavés de saumon dans un plat et versez la marinade dessus. Réservez au frais pendant au moins 30 min.
- Pendant ce temps, préparez les légumes. Coupez les courgettes en rondelles.
- Faites cuire les pavés de saumon dans une poêle bien chaude afin qu'ils soient saisis, mais restent rosés à l'intérieur.
- Dans une autre poêle, mettez une cuillère à soupe d'huile d'olive et jetez-y les légumes verts lorsque l'huile est bien chaude. Faites-les revenir 5 min pour qu'ils restent croquants, ajoutez du poivre et un filet de sauce soja.
- Servez un filet de saumon avec sa poêlée de légumes et arrosez de sauce.

Bon appétit !

Esther Sitbon

Deux bonnes blagues & un Rebus !



La femme tunisienne :

elle parle, elle parle, elle parle, ensuite elle reparle, rereparle, elle parle, parle parle...

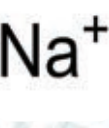
Puis à la fin elle dit : *Khalini sekta khir* ("Je préfère me taire, c'est mieux").

"Papa, ça fait quoi d'avoir le fils le plus merveilleux du monde ?

- Aucune idée, mais demande à Papi, il te dira !"



Rebus
Par Chlomo Kessous

pas.
Ne méprise personne, ne dis pas cette chose n'arriveras

 **REFOUA-CHELEMA**
POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

Prions pour la guérison complète de

**Avraham
ben Julie**

**Ingrid Ève bat
Messaouda**

**Freha
bat Sarah**

**Marciano
ben Léa**

**Clarisse
Nedjma
bat Chochana**

**Meir
ben Léa**

**Amram
ben Ra'hma**

**Emmanuelle
bat Madeleine**

**Avraham
ben Maha**

**Yossef
ben Moché**

**Yossef
ben Cohava**

**Elie
ben Mazaltov**

**Mazal
bat Rachel**

**Léon Elie
ben Aziza**

**Hassiba
bat Fiby**

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



Editions Torah-Box
présente

LES SÉGOULOT DU PEUPLE D'ISRAËL



Il est aujourd'hui devenu difficile de différencier les Ségoulot authentiques de celles plus fantaisistes.

Dans ce recueil bien pensé et rigoureusement sourcé, ont été regroupées pour vous des dizaines de Ségoulot et de prières ayant fait leurs preuves ainsi que des histoires fascinantes sur leur pouvoir insoupçonné

Commandez dès maintenant !

1 Internet (carte bancaire) www.torah-box.com/editions

2 Téléphone +1.80.91.62.91 (France) - 077.466.03.32 (Israël)

URGENCE



ELSA

maman hospitalisée et licenciée à cause du Covid-19

Nous avons récemment reçu un **appel de détresse d'une maman de 4 enfants**, qui, depuis son licenciement dû à la crise sanitaire actuelle il y a plusieurs mois déjà, n'arrive plus à subvenir aux besoins essentiels de sa famille. Par ailleurs, cette maman a subi **plusieurs interventions chirurgicales sur une tumeur au cerveau** qui occasionnent des séquelles persistantes. Pour conclure, le mariage de son fils aîné approche à grands pas et elle n'a absolument rien pour l'aider ou même offrir un petit cadeau aux mariés.

L'association Torah-Box est le relais des Grands Rabbanim pour **soutenir en urgence cette famille en grande difficulté**, afin que chaque Juif ait une part dans cette grande Mitsva !

www.torah-box.com/go/elsa

Perle de la semaine par  Torah-Box

**"L'amour de D.ieu et la crainte de D.ieu sont les deux ailes
avec lesquelles un acte s'élève vers le ciel."**

(Rabbi Chneur Zalman de Lyadi - Baal Hatanya)