



Torah-Box

n°172 | 22 Décembre 2021 | 18 Tévet 5782 | Chémot MAGAZINE

Grottes de Ménorah à Bet She'arim



**Attentat
meurtrier
en Samarie :
la cellule
terroriste
arrêtée**
> p.10



**A la
recherche
de la
confiance
en soi**
> p.22



**Question
au Psy :
Mon mari
travaille
trop !**
> p.24

MARC ELIE ASSOUS PRÉSENTE

BEN SNOF

SOUS LE HAUT PATRONNAGE DE



palaisdescongrèsdeparis

JEUDI 3 FEVRIER 2022 A 20H



BILLETTERIE :

PALAISDESCONGRESDEPARIS.COM - FNAC.COM
- TICKETNET.COM - SELECTICK.FR



PRODUCTION EXECUTIVE : DALIA BONAN



CALENDRIER DE LA SEMAINE

22 au 28 Décembre 2021

Mercredi 22 Déc. 18 Tévet	Daf Hayomi Meguila 10 Michna Yomit 'Ouktsin 3-7 Limoud au féminin n°88	Mercredi 22 Décembre Rav Moché Khalfon Hakohen
Jeudi 23 Déc. 19 Tévet	Daf Hayomi Meguila 11 Michna Yomit 'Ouktsin 3-9 Limoud au féminin n°89	Jeudi 23 Décembre Rav Arié Leib Hakohen Heller Rav Avraham Chmouel Binyamin Sofer
Vendredi 24 Déc. 20 Tévet	Daf Hayomi Meguila 12 Michna Yomit 'Ouktsin 3-11 Limoud au féminin n°90	Vendredi 24 Décembre Rabbi Ya'akov Abi'hssira Rabbi Moché Ben Maïmon (Rambam)
Samedi 25 Déc. 21 Tévet	Parachat Chémot Daf Hayomi Meguila 13 Michna Yomit Brakhot 1-1 Limoud au féminin n°91	Samedi 25 Décembre Rav Matslia'h Mazouz
Dimanche 26 Déc. 22 Tévet	Daf Hayomi Meguila 14 Michna Yomit Brakhot 1-3 Limoud au féminin n°92	Lundi 27 Décembre Rav Réfaël Its'hak Zar'hiya Azoulay Rav Vidal Hatsarfati Rav Avraham Falaggi
Lundi 27 Déc. 23 Tévet	Daf Hayomi Meguila 15 Michna Yomit Brakhot 1-5 Limoud au féminin n°93	Mardi 28 Décembre Rabbi Chnéor Zalman de Lyadi (Ba'al Hatanya) Rav Naftali Hakohen
Mardi 28 Déc. 24 Tévet	Daf Hayomi Meguila 16 Michna Yomit Brakhot 2-2 Limoud au féminin n°94	 Rav Vidal Hatsarfati



Horaires du Chabbath

	Paris	Lyon	Marseille	Strasbourg
Entrée	16:39	16:42	16:49	16:19
Sortie	17:53	17:52	17:56	17:33



Zmanim du 25 Décembre

	Paris	Lyon	Marseille	Strasbourg
Nets	08:43	08:20	08:09	08:20
Fin du Chéma (2)	10:46	10:30	10:24	10:24
'Hatsot	12:51	12:41	12:39	12:29
Chkia	16:58	17:01	17:08	16:38

Responsable Publication : David Choukroun - Rédacteurs : Rav Daniel Scemama, Elyssia Boukobza, Jérôme Touboul, Hidabroot, Sarah Rudolf, Nathalie Seyman, Binyamin Benhamou, Rav Emmanuel Bensimon, Rav Michaël Abehsera, Rav Yehiel Brand, Rav Gabriel Dayan, Déborah Malka-Cohen, Sos cuisine - Mise en page : Dafna Uzan - Secrétariat : 01.80.20.5000 -

Publicité : Yann Schnitzler (yann@torah-box.com / 04 86 11 93 97)

Distribution : diffusion@torah-box.com

- 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



LE PARTENAIRE **LEADS** DE LA COMMUNAUTÉ

**VOS LEADS DE QUALITÉ,
FRAIS ET EXCLUSIFS**

N'ATTENDEZ PLUS,

*Commandez avant
jeudi et recevez
vos premiers leads
dès lundi !*



ENERGIES
(PAC, ITE, TH, ISO ...)



CPF



ASSURANCE



AUTRES
(VMC, Chaudière)

LESLIE Z. : 06 52 52 79 52 - 01 84 88 71 88

WWW.FRANCE-SUBVENTIONS.FR



Sous le ciel et les étoiles



S'il y a une Mitsva difficile à accomplir, c'est bien la *Téfila* (prière). On y consacre plus d'une heure par jour, en répétant les mêmes textes et en cherchant désespérément la ferveur et la communion avec D.ieu. Pour le *Ba'al Téchouva*, on peut rajouter à cette liste le fait qu'il s'agit d'une pratique inhabituelle, complexe dans sa structure et exprimée en langue étrangère qu'il ne saisit pas toujours.

Le *Ram'hal* (Rabbi Yossef 'Haïm Luzzato) écrit dans son livre "*Derekh Hachem*" que D.ieu, dans Sa bonté, a prévu un moyen pour l'homme de ne pas se perdre dans les dédales de ses préoccupations matérielles : la prière, moment privilégié dans lequel il va se détacher de ses affaires pour s'adresser à son Créateur et s'élever.

Et c'est là que se trouve notre véritable problème : depuis longtemps, nous avons oublié qu'il existe un Créateur qui observe les actes de chaque individu, qui est parfait dans Sa bonté, que toutes les clés de la réussite dépendent de Sa volonté et qu'Il prête attention à toutes nos demandes. La réalité dans laquelle nous vivons aujourd'hui nous éloigne de la *Emouna*. Affairés et accaparés, il nous est difficile de trouver du temps libre. De plus, la société dans laquelle nous vivons a prévu toutes sortes de protections sociales et médicales qui font que face à une difficulté, on se tourne naturellement vers le corps qui devrait pouvoir nous apporter la solution, et non vers D.ieu. Enfin la vie urbaine, loin de la nature, la technologie moderne et le mode de vie adapté malgré nous comme référence universelle, tous ceux-là éteignent en nous tout sentiment qui nous amènerait au divin, à une dépendance à Lui. Quand avons-nous pour la dernière fois observé un coucher de soleil, prêté



attention au gazouillement des oiseaux, observé une fleur ou contemplé un beau paysage ? Trouvons-nous encore intérêt à marcher dans une forêt, à respirer de l'air pur, ou à visiter une ferme ?

Un des commentateurs du '*Houmach*', le *Kli Yakar*, relève un détail intéressant concernant Moché *Rabbénou* : il était un berger, comme le furent aussi nos Patriarches et la plupart de nos Prophètes. Pourtant il existait à l'époque d'autres métiers possibles et on peut s'interroger sur ce choix de garder des troupeaux. Le *Kli Yakar* répond qu'être berger, c'est vivre dans la nature, sous le ciel et les étoiles qui réveillent la *Emouna*, tout en ayant beaucoup

de temps libre pour méditer. Nos prophètes, avec à leur tête Moché, surent profiter de leur situation pour rechercher D.ieu intensément et parvenir à des niveaux de spiritualité qui leur a même donné accès à la prophétie.

Nos grands maîtres du *Moussar* et de la *'Hassidout* encouragent la *Hitbodéout*, à savoir s'isoler - si possible justement dans la nature, propice à ce genre d'expérience - et parler à D.ieu comme on le ferait avec son père ou son ami : Lui raconter ses soucis, Lui faire partager ses joies et ses peines, Lui demander de l'aide et décharger son cœur de tout ce qui nous pèse ; profiter de ces moments d'évasion pour réfléchir à notre vie, au sens à donner à l'existence et pour chercher à améliorer notre relation avec nos proches et notre Créateur.

Si on persévere dans ces "rendez-vous" avec l'Eternel, la *Emouna* va véritablement entrer en nous et faire partie de notre paysage, et nos prières vont prendre une toute autre dimension.

Rav Daniel Scemama





France : Suite au tollé de l'affaire Sarah Halimi, la réforme de l'irresponsabilité pénale adoptée

Jeudi, par un dernier vote du Sénat, le Parlement a définitivement adopté la réforme du régime d'irresponsabilité pénale, qui fait suite à l'affaire Sarah Halimi, dont le dénouement avait scandalisé l'ensemble du monde juif et de la classe politique française. Demandé en avril par le président Emmanuel Macron suite à la vive émotion suscitée par l'absence d'un procès dans l'affaire Sarah Halimi, le texte adopté à main levée, sans les voix de la gauche, prévoit deux exceptions à l'irresponsabilité pénale. "On ne jugera jamais les fous. Mais cette loi va permettre de poursuivre et de juger des actes qui n'étaient auparavant pas sanctionnables", a expliqué la secrétaire d'État Sarah El Haïry.

Les renseignements israéliens annoncent avoir arrêté deux individus pour espionnage pour le compte du 'Hamas

Les forces de sécurité israéliennes ont arrêté le mois dernier un Arabe israélien et un Palestinien de la bande de Gaza pour espionnage pour le compte du 'Hamas, a déclaré jeudi l'agence de sécurité intérieure du Chin-Beth. L'agence a déclaré que les deux hommes recueillaient des informations sur Tsahal et le Dôme de fer, son système de batteries de défense antimissile. Ces arrestations interviennent alors qu'un débat portant sur la question des autorisations d'entrée délivrées au Gazaouis est en cours en Israël, opposant l'armée, qui y est favorable, et les services de renseignement, qui y voient une tentative des groupes terroristes de Gaza de s'immiscer sur le territoire israélien.

★★★★ LUXE

PESSAH 2022

HOTEL OASIS PARK & SPA
COSTA BRAVA - ESPAGNE

Du 15 au 24 Avril
Possibilité de venir la veille le 14 (Soirée grillade)

 Remboursement de l'intégralité si interdiction de séjour

Piscines (extérieure - intérieure)
Chambre de luxe - Vue piscine
Activités et spectacles
Organisés à Hol Hamoed - Seder privé & collectif
Shourim & conférences - Excursions extérieures
Restauration Gastronomique en abondance
Thalasso & Spa - Proche plage & commerces
Salle de sport - Espace de jeux - Mini-club
Transfert aller - retour
Minyan Sépharade - Ashkénaze
Congrès médicaux dentaires juridique et informatique durant le séjour

Quatre heures de Marseille & cinq heures de Lyon

SHOCHER Holidays

Promotion spéciale jusqu'au 31 décembre 2021

1290€ 1490€
All inclusive* Hors vol*
Prix dégressifs enfants et familles







PortAventura World
One of the most visited parks in Europe



QR code: www.asher-holidays.com

Phone: +33 6 52 19 20 67 +1 347 707 48 48 +972 54 809 6686
Mail : asherholidays@gmail.com - www.asher-holidays.com

Hiver 5782 : Le mont 'Hermon habillé de blanc, une tempête attendue pour lundi



Des pluies et des vents violents se sont abattus sur le Nord d'Israël samedi 18 décembre, accompagnés de neige qui

a recouvert le mont 'Hermon pour la première fois de la saison. La station de ski devait ouvrir dimanche. Une tempête baptisée "Carmel" devait frapper la Grèce puis Chypre en début de semaine avant de s'étendre à Israël lundi et mardi, selon les prévisions des météorologues.

Les services de secours ont appelé les Israéliens à prendre des précautions pour se protéger des dangers liés à la tempête, notamment à éviter les ascenseurs en sous-sol et à conduire prudemment.

'Hévron : Un Israélien blessé dans un attentat au couteau, la terroriste arrêtée

Un homme de 38 ans a été légèrement blessé Chabbath matin après avoir été poignardé à un poste de contrôle près du Tombeau des Patriarches à 'Hévron par une terroriste palestinienne âgée de 65 ans.



La victime, un habitant de l'implantation de Kiryat Arba, était accompagné de son fils et s'est débattu avec l'attaquante avant que les troupes israéliennes ne la maîtrisent sans avoir à ouvrir le feu, a indiqué la police dans un communiqué.

Le radiodiffuseur public Kan a déclaré que la victime avait été soignée sur place pour des blessures subies au visage.



NOUVEAU NOUVEAU NOUVEAU

NOUVELLES CARTES

**A MARSEILLE
COMMANDÉZ
DÈS MAINTENANT
- EN LIGNE -**

**VIA
L'APPLICATION
SUCHIC**

SUCHIC
Restaurant

Disponible sur
PLAY STORE & APP STORE

04 91 02 55 66

6 RUE SAINTE VICTOIRE - 13006 MARSEILLE
suchic.restaurant

LIVRAISON OU VENTE À EMPORTER

© MAZAL Imprimerie 04 91 22 17 99 - Ne pas jeter sur la voie publique



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

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

Déménagement national et international.
Retourage à votre nouveau domicile.
Aucune sous-traitance.
Maitrise totale du processus de livraison

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

DEVIS GRATUIT

NOS AGENCEZ -
FRANCE : 01 49 43 00 20 - ISRAËL : 054-77 33 215
www.demenagementisrael.com/fr
fd.demenagement@wanadoo.fr

EMBALLAGES SPÉCIAUX





Nucléaire : De nouvelles caméras installées sur le site iranien de Karaj

L'Agence internationale pour l'énergie nucléaire (AIEA) a trouvé cette semaine un arrangement avec l'Iran consistant à installer de nouvelles caméras sur son site nucléaire à Karaj, où sont fabriquées des centrifugeuses. L'accord a été qualifié de "très important" par le directeur général de l'AIEA, Rafael Grossi.

L'instance onusienne n'a toutefois pas pu récupérer les cartes mémoire d'une caméra détruite dans l'incident du 23 juin, qualifié d'opération de "sabotage" de la part d'Israël, ni même des fragments, et M. Grossi a émis des doutes vendredi sur la disparition de certaines données. Jeudi, d'anciens hauts fonctionnaires américains ont exhorté le président Joe Biden à organiser des exercices militaires de haut niveau et d'autres actions en guise d'avertissements lancés à Téhéran. Selon eux, malgré l'approche diplomatique mise en place par les États-Unis, l'Iran continue d'enrichir son uranium et de violer l'accord sur le nucléaire de 2015. En l'état actuel des choses, disent-ils, les "négociations de Vienne risquent de devenir une couverture permettant à l'Iran d'avancer vers la réalisation d'un seuil de capacité d'armement nucléaire."

En parallèle, Gholamali Rachid, un haut responsable militaire cité lundi par une agence de presse iranienne liée au plus haut organisme sécuritaire du pays, a déclaré que son pays riposterait de "manière écrasante" contre toute attaque israélienne.

"Si Israël mène des raids contre l'Iran, nos forces armées attaqueront immédiatement tous les centres, les bases, les routes, tous les espaces", a-t-il affirmé, selon Nournews.

Coronavirus : Une 5^e vague à l'approche selon le gouvernement, de plus en plus de pays classés rouges



Lors de la réunion de son cabinet dimanche 19 décembre, Naftali Benett a déclaré qu'Israël était sur le point d'être traversé par une cinquième vague de coronavirus due au variant Omicron et que chaque famille devait "s'y préparer".

"Chaque personne doit s'assurer qu'elle est elle-même vaccinée avec trois injections et que ses enfants le sont également", a rappelé Benett, ajoutant qu'Israël constatait déjà "une augmentation du coefficient d'infection". Le Conseil des ministres a également débattu de mesures supplémentaires pour freiner la propagation du variant en Israël, notamment du resserrement des restrictions de voyage et l'extension du pass sanitaire.

Devant la Commission parlementaire des lois et de la constitution, un responsable du ministère a confirmé plus tôt que la liste des pays rouges, vers lesquels il est interdit de voyager et dont les ressortissants ne peuvent voyager vers Israël, inclut la France, l'Angleterre, les États-Unis, le Canada, la Suède, les EAU et l'Espagne, entre autres pays.

En parallèle, des experts américains ont mis en garde contre un nouveau défi posé par le variant Omicron du coronavirus : les deux médicaments habituellement utilisés pour lutter contre les infections, développés par Regeneron Pharmaceuticals et Eli Lilly, seraient peu susceptibles d'agir contre la nouvelle souche.

Abattage rituel : Face à la décision de l'UE, la Hongrie soutient la Ché'hita sur sol

Suite à la décision controversée rendue par la Cour de justice de l'Union européenne l'an passé, déclarant que les lois interdisant l'abattage rituel n'étaient pas anticonstitutionnelles, c'est la Hongrie qui s'est dressée aux côtés de la communauté juive pour défendre sa liberté de culte : son président Viktor Orban a en effet fait savoir au président israélien Its'hak Herzog qu'il voyait dans cette décision une tentative d'entraver la liberté de culte mais également une attaque portée aux traditions judaïques de son pays. Sa réponse ? Les abattoirs rituels sont désormais en partie financés par le gouvernement local et la Hongrie, en plus de fournir de la viande Cachère à sa communauté locale, a récemment commencé à exporter de la volaille Cachère vers les communautés juives d'Europe et même d'Israël.

HM Literie

Votre spécialiste des **Lits Cacher**

vous accompagne dans l'un des plus grands préceptes de la Torah

Cetteur sans Chantier

En exclusivité chez HM Literie:

- ✓ Système unique d'attache
- ✓ Facile à attacher et séparer

A partir de 799 €

Avec les recommandations des rabanims



www.hmliterie.com | Votre conseiller au: 06 64 47 89 64

LIASSURANCES
GROUPE GLS

TEL : 01 45 30 67 01

MUTUELLE SANTÉ

À PARTIR DE
79€
PAR MOIS

exemple pour une personne de 55 ans



-  HOSPITALISATION PRISE EN CHARGE
-  MÉDECINE REMBOURSÉE
-  DENTAIRE* JUSQU'À 3 000€
-  OPTIQUE* JUSQU'À 600€
-  AUDITION* JUSQU'À 800€
-  ASSISTANCE SANTÉ COMPRISÉ

ASSURANCE HABITATION

TOUS RISQUES*
RESPONSABILITÉ CIVILE SCOLAIRE OFFERTE !



STUDIO	126 €/AN	**
2 PIÈCES	189 €/AN	
3 PIÈCES	218 €/AN	
4 PIÈCES	257 €/AN	
5 PIÈCES	289€/AN	

RÉSILIEZ VOTRE CONTRAT DÈS AUJOURD'HUI AVEC LA LOI HAMON

ON S'OCCUPE DE TOUT !

liassurances.fr

*voir conditions avec votre conseiller

**à partir de



Torah-Box Magazine | n°172



Attentat meurtrier en Samarie : La cellule terroriste arrêtée

La cellule terroriste responsable de l'attentat meurtrier perpétré jeudi soir près de l'avant-poste 'Homech, en Samarie, a été capturée *Baroukh Hachem*. Les assassins et leurs complices ont été appréhendés sans opposer de résistance à Silat al-Harithiya, un village palestinien, au cours d'un raid nocturne mené conjointement par Tsahal et l'unité antiterroriste Yamam de la police israélienne.

"Il est impossible de se cacher longtemps. Les terroristes doivent savoir qu'ils ne sont qu'en sursis", a prévenu Naftali Bennett au terme de l'opération d'arrestation. Les ministres de la Défense et de la Sécurité intérieure, Benny Gantz et Omer Barlev, ont de leur côté salué une "action rapide et déterminée".



Lundi matin l'armée israélienne a annoncé que ses soldats avaient cartographié dans la nuit de dimanche à lundi les domiciles des terroristes en vue de leur démolition. Jeudi soir dernier, Yéhouda

Dimentman, un Israélien de 25 ans marié et père d'un enfant, a été tué et deux autres personnes blessées lors d'une attaque à l'arme à feu à proximité de 'Homech en Samarie.

Des centaines de personnes se sont rassemblées le lendemain matin afin de participer à ses funérailles, soulignant son dévouement, son assiduité à l'étude et son érudition. Cet attentat s'inscrit dans une série d'attaques perpétrées ces dernières semaines par des terroristes palestiniens à Jérusalem et dans sa région.

Elyssia Boukobza

ת"פכ



ELI HADDAD
LAW OFFICE & NOTARY



DROIT IMMOBILIER ISRAELIEN

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 • YAEL BEN SHABBAT NISSIM AVOCATE ET NOTAIRE • AVIVIT ZEHAVI AVOCATE ET NOTAIRE • SHLOMI ABUATZIRA AVOCAT ET NOTAIRE • DORIT ANTEBE AVOCATE ET NOTAIRE • SHAY ABUATZIRA AVOCAT ET NOTAIRE • LIRAZ ATTIAS BEN SHABBAT AVOCATE • SAGIT KEINAN AVOCATE • ARIE BRENING AVOCAT • MAAYAN ZAGUR AVOCATE • SHANI ELMALIAH AVOCATE • MYRIAM LASCAR JURISTE • AVINATAN DOUIEB JURISTE

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





EVENEMENTS



Torah-Box

VISITE EXCEPTIONNELLE DE L'ADMOUR DE OUNGVAR

À PARIS

Venez recevoir
ses conseils et bénédictions
dans tous les domaines
(Entretiens privés)

DU MERCREDI 5
AU MARDI 11 JANVIER

RÉCEPTION DU PUBLIC
DE 18H À 22H30



CONFÉRENCE TOUS LES JOURS
DU RAV **WERTENSCHLAG**
À 20H



BONNEUIL
Mercredi 5 janvier

A la Yechiva **TORAH OR**
54 BIS avenue de Choisy.
BONNEUIL sur Marne
06 60 15 26 26

SARCELLES
Jeudi 6 janvier

A la **GRANDE SYNAGOGUE**
74 avenue Paul Valéry
95200 Sarcelles
07 68 25 58 87

ROMAINVILLE
Dimanche 9 janvier

(de 13h à 17h)

Conférence du Rav **WERTENSHLAG** à 15h
Synagogue **TIFERET MOSHE**
23 rue d'Alembert 93230 Romainville
07 82 27 72 75

PARIS 19^e
Dimanche 9 janvier

A la synagogue

BETH HALIMOUD

12 villa Albert Robida 75019 Paris
06 58 33 35 19

PARIS 20^e
Lundi 10 janvier

A la synagogue

LES BENJAMINS

43 rue Pelleport 75020 Paris
06 50 78 40 01

PARIS 17^e
Mardi 11 janvier

Au **CENTRE EUROPÉEN
DU JUDAÏSME**

Place de Jérusalem 75017 Paris

RENSEIGNEMENTS : 054 761 00 39

PUBLIC MIXTE

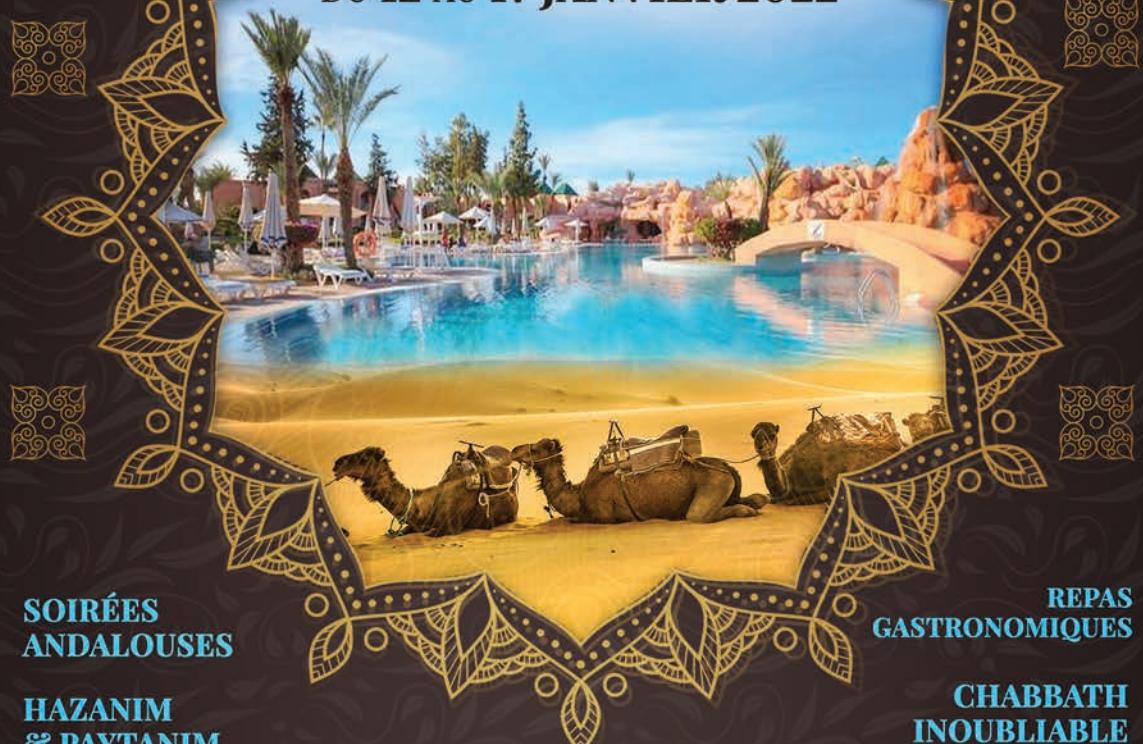
**EVENEMENTS****Torah-Box****الحلا**

Rabbi Itshak Abihissira

**PÈLERINAGES DE
NOS VÉNÉRÉS TSADIKIM**

LALA SOULIKA**CIMETIÈRE DE FEZ****HOTEL** ★★★★**RISSANI
Famille Abi'hissira****MARIOTT FEZ****XALUCA ERFoud****OUARZAZAT****OPERA PLAZA HOTEL
MARRAKECH****AGOUIM**

**PÈLERINAGE AU MAROC
DU 12 AU 17 JANVIER 2022**

**SOIRÉES
ANDALOUSES****REPAS
GASTRONOMIQUES****HAZANIM
& PAYTANIM****CHABBATH
INOUBLIABLE
À ERFoud****AMBIANCE EXCLUSIVE BY TORAH-BOX****Renseignements et inscriptions****01 80 20 50 02 02 372 09 55 +972 52 792 33 06****voyages@torah-box.com**



Supplément spécial Chabbath

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

La quête du bonheur au fil de la Parachat Chémot

Au cœur même de l'obscurité égyptienne, et en dépit des souffrances de l'oppression, des miracles ont pu avoir lieu de manière individuelle et les graines de la libération future ont été progressivement semées...



La Paracha de cette semaine, Chémot, nous présente les premiers temps de l'esclavage et le revirement d'attitude de l'Egypte à l'égard des Bné Israël.

Notre quête du bonheur ne pouvait faire l'économie, pour être véritablement complète, des heures sombres de l'histoire et des situations d'oppression et d'adversité que notre peuple a dû affronter au cours de son histoire.

Il s'agit bien sûr d'une question très profonde et complexe à laquelle on ne peut prétendre répondre de manière définitive. Nous pouvons

tout au plus essayer d'ouvrir quelques pistes de réflexion.

Quand la vitalité vient des enfants

L'esclavage et l'oppression représentent non seulement une souffrance physique, mais aussi une épreuve morale et psychologique. Ils contribuent notamment à supprimer toute forme d'espérance chez les individus qui sont accablés par les tâches gigantesques qui leur incombent et par la violence qui leur est infligée.



Comme nous le verrons dans la *Paracha* de la semaine prochaine, les *Bné Israël* étaient tellement épuisés par les travaux qu'ils accomplissaient qu'ils n'avaient plus la disponibilité d'esprit nécessaire pour entendre le message d'espérance apporté par Moché *Rabbénou*.

L'oppression vise également à détruire la dignité de l'homme et sa capacité à bâtir sa vie, faire des choix de manière autonome, préparer son avenir, penser au futur de sa famille. Lorsque l'homme est en proie au désespoir, tous ces sentiments peuvent sembler dérisoires.

Et précisément, nos Sages nous enseignent que lorsque Pharaon promulgua son troisième décret visant à jeter à la mer tous les enfants mâles, 'Amram, l'un des dirigeants des *Bné Israël* en Egypte, décréta que les hommes et les femmes devaient se séparer afin de ne plus donner naissance à de nouveaux enfants.

Toutefois, face au désespoir des adultes, un sursaut de vitalité viendra des enfants. En effet, ce décret suscita l'indignation de Myriam, la fille de 'Amram, qui contesta la décision de son père. Elle lui fit remarquer que Pharaon ne visait "que" les garçons, alors que lui empêchait même la naissance de filles...

Au cœur de l'obscurité, la lumière

Cette objection trouva grâce aux yeux de 'Amram. Il abolit son décret et se remaria à nouveau avec son épouse. Quelques temps après devait naître Moché dont Myriam avait prophétisé qu'il serait le futur libérateur d'Israël. Cette prophétie s'incarna notamment dans la grande lumière qui envahit le domicile de 'Amram et Yohéved à sa naissance.

La suite de l'histoire est connue, Moché sera recueilli par la fille de Pharaon, Batya, et élevé dans le palais royal. Ironie de l'histoire, celui qui souhaitait détruire toute possibilité de vie chez les Hébreux va élever à son insu leur libérateur...

Nos Sages y voient un exemple de ce verset dans Michlé (19, 21) : "Beaucoup de pensées

naissent dans le cœur de l'homme, mais seule la volonté d'Hachem s'accomplit".

Au cœur même de l'obscurité égyptienne, et en dépit des souffrances de l'oppression, des miracles ont pu avoir lieu de manière individuelle et les graines de la libération future ont été progressivement semées.

Ces petits actes porteurs de vie

Cet espoir n'a pu voir le jour que grâce au refus d'une petite fille d'hypothéquer tout l'avenir en raison de l'oppression.

Ce n'est pas un hasard si c'est précisément elle qui a prophétisé la naissance imminente d'un libérateur. L'inspiration divine ne repose en effet que sur ceux qui gardent un espoir dans l'avenir et qui refusent de céder au désespoir.

L'oppression égyptienne était terrible, elle échappait de manière radicale à l'entendement humain et pouvait conduire au désespoir. Toutefois, notre *Paracha* veut probablement nous indiquer que dans de telles situations, l'homme doit suspendre son raisonnement pour éviter de s'épuiser à essayer de comprendre l'incompréhensible pour un esprit humain.

En revanche, il peut investir son esprit et ses forces dans les petites ou grandes décisions qui lui permettent de préserver en lui un sentiment de dignité et de proximité avec Dieu.

Ces petits actes porteurs de vie et d'espérance peuvent contribuer à diffuser une grande lumière, à l'image de cette naissance de Moché *Rabbénou* qui fait reculer progressivement l'obscurité jusqu'à la libération finale de l'ensemble du peuple.

La foi en l'Éternel et l'espérance dans l'avenir ont permis finalement de faire échec à tous les plans funestes des ennemis de notre peuple et nous permettront de susciter très rapidement, avec l'aide d'Hachem, la délivrance finale.

Chabbath Chalom !

Jérôme Touboul

Programme AVOT OUBANIM

Parachat Chemot



Le moment hebdomadaire de partage, d'élévation et de joie des parents avec leurs enfants

1 HEURE

1 heure d'étude Parents - Enfants pédagogique et ludique

1 QUIZZ

1 Quizz hebdomadaire où les gagnants sont publiés

1 SOIREE

Une soirée organisée chaque mois dans une communauté avec des cadeaux à gagner

1 TIRAGE AU SORT

1 tirage au sort par mois pour gagner des super cadeaux

Pour faciliter la lecture

- ? précède la question
- La réponse est sur fond de couleur
- 🔎 les indices précédés d'une bulle
- 📖 Les remarques et commentaires sont en retrait

Ainsi, le parent pourra directement visualiser les questions, les points essentiels à traiter, et les parties qu'il souhaitera développer avec l'enfant.

PARACHA

Chapitre 2, Verset 1

Dans ce Passouk, la Torah nous dit qu'un homme de la tribu de Lévy s'est marié avec une fille de la tribu de Lévy.

? Qui était cet homme ?

Bravo ! **Amram**.

? Qui était cette femme ?

Bravo ! **Yokhéved**.

? Qui est né de cette union ?

Bravo ! **Moché Rabbénou**.

Nos Sages nous disent que ce mariage était, en fait, un deuxième mariage. Lors d'un premier mariage, Amram et Yokhéved étaient déjà mariés ensemble, et ils ont eu deux enfants.

? Qui étaient-ils ?

Bravo ! **Aharon et Myriam**.

📘 Cependant, suite au décret de Pharaon de tuer tous les nouveau-nés garçons, Amram s'est séparé de Yokhéved. Et ce n'est qu'après l'argumentation de sa fille Myriam qu'il s'est remarié avec Yokhéved.

? Qu'a dit Myriam pour convaincre son père de se remarier avec sa mère ?

Bravo ! Elle lui a dit : "Ta décision est plus dure que celle de Pharaon car :

- **Pharaon ne tue que les garçons** ; mais toi, en te séparant de maman, **tu empêches la venue au monde des garçons et des filles** ;

[Suite page suivante](#)



PARACHA SUITE

- les garçons tués par Pharaon auront droit au 'Olam Haba (monde futur) ; mais toi, en les empêchant de venir dans ce monde, tu les empêches aussi d'aller au 'Olam Haba".

Suite à cela, Amram s'est remarié avec Yohkéved. Et heureusement, puisque **Moché Rabbénou est né de ce remariage !**

? Quel âge avait Yohkéved lors de ce second mariage ?

Elle avait **130 ans** !

? Pourquoi la Torah ne parle-t-elle pas de ce miracle incroyable, comme elle l'a fait pour Sarah Iménou lors de la naissance d'Its'hak ? Pourquoi dit-elle simplement que Yohkéved était une fille de Lévy, pour indiquer par allusion qu'elle avait retrouvé sa jeunesse ?

Le Maguid de Douvno raconte, à ce propos, le Machal suivant :

Un jour, deux mendiants se sont rencontrés, et chacun a raconté à l'autre quelles sont les villes où il a réussi à ramasser beaucoup d'argent. A un moment, l'un d'eux a

mentionné le nom d'une certaine ville, dans laquelle il a réussi à ramasser énormément d'argent. Mais l'autre était étonné car il était, lui aussi, passé par cette ville, mais n'y avait ramassé que très peu d'argent... **Que s'était-il donc passé ?**

En vérité, le premier mendiant avait traversé cette ville le **jour de Purim** (où tout le monde distribue de l'argent aux pauvres), alors que le second y était allé un jour pluvieux et ordinaire, où les gens étaient plutôt d'humeur morose.

De même, à l'époque de la naissance de Moché Rabbénou, le peuple juif vivait chaque jour de nombreux miracles : les femmes accoucheaient six enfants à la fois, et ils étaient tous en parfaite santé ! Face à cela, le **miracle de Yohkéved qui a eu un enfant à 130 ans** est passé quasiment inaperçu...

Par contre, à l'époque de la naissance d'Its'hak, les miracles surnaturels n'étaient pas fréquents. Dans ce contexte, le fait qu'une femme puisse avoir un enfant à 90 ans est extraordinaire. C'est pourquoi la Torah écrite nous en parle explicitement.

Choul'han Aroukh, chapitre 65, Halakha 2

HALAKHA

Le Choul'han 'Aroukh dit que si une personne a déjà dit le Chéma Israël chez elle (à la maison) et qu'elle entre à la synagogue au moment où la communauté est en train de le dire, elle doit **dire le premier Passouk du Chéma Israël avec la communauté**, pour ne pas paraître comme quelqu'un qui refuse d'accepter le joug divin avec la communauté (elle doit montrer qu'elle veut l'accepter elle aussi).

communauté).

Le Michna Beroura précise que les décisionnaires ont écrit : "Malgré tout, **on devra s'interrompre pour dire le premier Passouk du Chéma**, afin de recevoir le joug divin avec l'ensemble de la communauté. Par contre, **si on se trouve dans les Berakhot du Chéma Israël lorsque la communauté est déjà en train de dire le Chéma Israël, on ne s'interrompt pas pour le dire avec elle**. On continue ce qu'on est en train de dire, mais on le dit en adoptant la mélodie du Tsibour".

Bien que le Michna Beroura ne le dise pas, j'ai appris du Rav Rottenberg zatsal que si, lorsque la communauté est en train de dire le Chéma Israël, on est soi-même à un endroit de la prière où il est interdit de s'interrompre, on met quand même la main droite sur les yeux lorsque la communauté dit le premier Passouk du Chéma Israël. C'est une manière de s'associer à la communauté dans son acceptation du joug divin. J'ai trouvé cette chose-là écrite dans le Kaf Haïm.

Dans la Halakha suivante, le Choul'han 'Aroukh dit que si une personne a dit le Chéma Israël, et qu'elle trouve la communauté en train de le dire lorsqu'elle arrive à la synagogue, **il est bon qu'elle dise de nouveau, avec la communauté, tout le Chéma Israël**. Et si elle le fait, elle recevra, pour cela, **la récompense d'une personne qui a la Torah**.

Et le Rama ajoute : "Mais l'**obligation n'est que de dire le premier Passouk**", comme nous l'avons expliqué plus haut.



HISTOIRE

Ce Chabbath, c'est la date du décès de Rabbi Matslia'h Mazouz zatsal.

A cette occasion, voici une petite histoire qui montre un peu de son immense grandeur :

Un jeune étudiant éloigné de la Torah est venu demander conseil au Rav sur le comportement qu'il devait avoir envers ses parents, qui étaient sur le point de se séparer.

Après avoir longuement écouté le Rav et répondu à ses questions, l'étudiant s'est rendu compte que le Rav était très intelligent, très fin, qu'il avait de grandes connaissances dans tous les domaines de la vie, qu'il comprenait réellement sa situation et celle de ses parents. Et, très impressionné par la personnalité du Rav, il a aussi discuté d'autres sujets avec lui.

Le Rav lui a montré le regard de la Torah sur différents domaines de la vie, et l'étudiant est resté bouche bée d'admiration en constatant son immense sagesse.

A un moment, il a dit au Rav : "En plus d'être un grand érudit en Torah, vous êtes un grand philosophe !". Le Rav a répondu : "Sache que tout est marqué dans la Torah. Je puiserai toute ma sagesse de notre sainte Torah, dont il a été dit qu'elle est plus grande que toute la circonférence de la terre, et plus large que la mer."

L'étudiant, qui croisait pour la première fois de sa vie un grand sage d'Israël, a été émerveillé par sa grandeur. Il



lui a dit : "Heureux soyez-vous de consacrer tout votre temps à l'étude de la Torah ! Et heureux soyez-vous d'avoir puisé d'elle toute votre sagesse ! Malheur à moi et à mes amis qui sommes allés chercher nos connaissances dans des champs étrangers, et qui puisons notre sagesse dans des puits félés, qui ne conservent pas l'eau qui y est versée !"

Posant son regard sur l'immense bibliothèque du Rav, il s'est exclamé : "Toute cette sagesse vient de la source pure d'Israël, et elle est sortie des entrailles de Yéhouda ! Elle est réellement notre vraie richesse !"

Le Rav a demandé à l'étudiant de lui parler un peu de lui. L'étudiant lui a alors parlé de son enfance, de son adolescence, de son entrée à l'université, des notions opposées à la Torah qu'on y enseigne...

Le Rav s'est alors senti dans l'obligation de lui parler de la transmission de la Torah, et de plusieurs autres sujets intéressants, parmi lesquels le comportement juif au quotidien.

Lorsque l'étudiant a quitté le Rav, il était profondément impressionné par cette conversation, et cela lui a donné envie de se rapprocher de la Torah.

Cette merveilleuse histoire montre l'écoute et la patience de Rabbi Matslia'h Mazouz, qui n'a pas perdu l'occasion de rapprocher un juif de la Torah.

CHMIRAT HALACHONE en histoire

Le 'Hafets 'Haïm nous enseigne : "Celui qui médit ou colporte perd le peu de Torah qu'il possède" (Kavod Chamaïm, chapitre 1)



LE CAS DE LA SEMAINE

C'est la soirée de la Bar Mitsva de Mickaël. A un moment de la soirée, il veut danser avec son copain Ruben, mais Aharon lui dit : "Mais non, Ruben ne sait pas danser, viens danser avec moi plutôt !"



QUESTION

Aharon peut-il dire cela à Mickaël ?



Réponse

Aharon n'a pas le droit de décourager Mickaël, qui veut danser avec son ami Ruben, en disant qu'il ne sait pas danser. Cela risque de lui causer de la peine et, à ce titre, c'est bien du Lachon Hara. En effet, Ruben aurait été sans doute heureux que son ami l'invite à participer à sa Sim'ha.



Question

Moché est le bedeau de la synagogue de son quartier. En l'honneur de 'Hanouka, il organise une fête communautaire et pour cela, il **commande** entre autres **150 beignets à la confiture**. Le jour de la fête arrive et tout se passe comme prévu jusqu'au moment où les beignets sont servis et qu'il se rend compte que ce sont des beignets à la crème pâtissière qui ont été livrés et leur prix est évidemment plus élevé. En effet, le lendemain, il reçoit un coup de téléphone de la boulangerie qui s'excuse de l'erreur mais qui prétend

que, malgré tout, une fois que les convives ont profité du beignet à la crème pâtissière, ils doivent les payer. Le boulanger s'explique et dit que bien qu'il comprenne qu'ils ne doivent pas payer plein pot, ils doivent tout de même payer la somme qu'ils auraient été prêts à payer pour avoir de la crème pâtissière à la place de la confiture. Bien évidemment, le bedeau répond tout de suite que du moment que l'erreur est la sienne, c'est à lui d'en porter les conséquences.



Les convives doivent-ils payer au boulanger au moins ce qu'ils auraient été prêts à ajouter pour avoir un beignet à la crème pâtissière ?



- Baba Kama 112a "Amar Rava Hinia Lahem" jusqu'à "Hayavim Lechalem". Ainsi que Rachi "Bezol".
- Choul'han 'Arouh ('Hochen Michpat) chapitre 341 alinéa 4 ainsi que le Sma alinéa 10.

RÉPONSE

Il semble que notre cas ressemble au cas décrit dans la Guemara susmentionnée et s'il en est ainsi, le boulanger est dans son droit et les convives devront payer deux tiers de la différence du prix qu'il y a entre un beignet à la confiture et un beignet à la crème pâtissière comme expliqué dans Rachi. Car, explique le Sma, c'est la somme évaluée par nos Sages jusqu'à laquelle un homme est prêt à ajouter pour avoir un produit de qualité au-dessus de ce qu'il aurait normalement payé.

KÉTOUVIM
HAGIOGRAPHES

Dans ce Passouk, le roi Chlomo déclare : "Le cœur du Tsadik réfléchit qui répondre, et la bouche des Réchaïm déverse des mauvaises choses".

Rachi explique que le **Tsadik réfléchit et comprend ce qu'il doit répondre**, avant de répondre à son interlocuteur.

Le Métsoudat David dit : "Vu que le Tsadik réfléchit dans son cœur avant de répondre, ses paroles sont courtes". Le Racha, par contre, parle sans réfléchir et déverse donc un flot continu de paroles, comme une source qui déverse son eau sans s'arrêter. Il dit tout ce qui lui vient à l'esprit au moment où cela lui vient, selon son humeur, sans réfléchir ; sans craindre les conséquences de ce qu'il va dire".

Le Malbim explique que le **fait de réfléchir avant de parler fait partie des lois de justice**. Ceci est valable pour ce que l'on répond à un interlocuteur, mais aussi pour ce que l'on dit en premier. Parfois, la réflexion mène à être d'accord avec son interlocuteur ou, au contraire, à le contredire. Mais d'autres fois, elle mène à ne pas lui répondre du tout, comme l'indique le Passouk qui dit : "Ne réponds pas au sot dans sa sottise".

Combien ce Passouk est d'actualité, à notre époque où tellement de gens parlent à tort et à travers, sans prendre le temps de réfléchir d'abord ! Comme le rappelle le fameux proverbe, prenons le temps de tourner sept fois notre langue dans notre bouche avant de parler !

Michlé, chapitre 15, verset 28

Cependant, un autre Passouk dit : "Sache quoi répondre à l'Apikoros". Par conséquent, **si un homme exprime une idée contraire à la Torah, il faut réfléchir pour savoir comment lui répondre**.

Parfois aussi, il y a une Mitsva de ne pas répondre, comme l'explique la Michna lorsqu'elle dit de **ne pas répondre à une personne qui ne veut pas entendre**. Chaque situation nécessite donc une réaction différente. Et le Tsadik prend son temps pour réfléchir à la réaction à avoir, en fonction de la situation dans laquelle il se trouve. Cela nécessite un temps de réflexion, que la Michna rattache au cœur.

A l'inverse, le Racha ne parle pas avec son cœur. Il parle avec sa bouche. Cette dernière débite un flot interminable de paroles, qui n'ont même pas été évaluées par le cœur, pour savoir si elles sont bonnes à dire ou pas. C'est pourquoi sa bouche le porte à dire des mauvaises paroles (exemple : de la médisance), qui ne sont même pas passées par le cœur.

Sous la direction spirituelle du Rav Eliahou Uzan

Responsable de la publication : David Choukroun

Rédaction : Rav Eliahou Uzan, Rav Elh'anan Moche Smitanski, Alexandre Rosemblum | Retranscription : Léa Marciano



Vous souhaitez dédicacer un numéro de Avot Oubanim : 04 86 11 93 97

Pour tous renseignements :

01 77 50 22 31

+972 54 679 75 77

avotoubanim@torah-box.com

GUEMARA





Grâce à la Mitsva du respect des parents

Tout mon corps se mit à trembler. J'avais très peur de me retourner, alors je regardai devant moi et aperçus 5 élèves de Yéchiva. J'observai leur visage et vis leurs yeux, qui étaient rivés sur la scène qui venait de se dérouler dans mon dos, écarquillés par la peur.



C'était un jour ordinaire de la semaine. Avant de partir à l'école, ma mère me dit : "Chira, tu chercheras aujourd'hui Yaël à l'école, je ne peux pas y aller. Je reste enseigner tard à l'école."

"D'accord, maman, répondis-je immédiatement. A plus tard."

Je dis à ma sœur : "Yaël, attends-moi à côté du portail au moment de la sonnerie, d'accord ?" Après avoir fixé l'heure et le lieu de rendez-vous avec elle, je pris mon cartable et mon manteau et je partis à mon tour à l'école.

"D'accord, Papa"

À la fin de la journée, je cherchai ma sœur à l'endroit qu'on avait fixé ensemble le matin,

mais je ne la vis pas. Je la cherchai au moins pendant une demi-heure, mais en vain. Elle avait tout simplement disparu !

J'allai dans une cabine téléphonique (qui existaient encore à l'époque) et téléphonai à mon père. Lorsqu'il décrocha enfin, je lui dis : "Papa, je ne trouve pas Yaël." Il me répondit : "Chira, cherche encore, peut-être qu'elle se trouve maintenant au lieu du rendez-vous." Je retournai à l'école et la cherchai ci et là, mais sans la trouver, elle avait tout simplement disparu. Et je commençai à perdre patience...

"Mais on a fixé un lieu de rendez-vous, pourquoi n'y est-elle pas ?!", pensai-je. Très bien, je vais rappeler Papa", décidai-je. Je téléphonai





de nouveau à mon père et lui dis sur un ton impatient : "Papa, j'y suis retournée, mais je ne la trouve pas !" Et lui de me rétorquer : "Retourne encore la chercher !"

L'espace d'un instant, je voulus commencer à argumenter et répondre : "Papa, c'est son problème si elle n'est pas là. Moi, je suis fatiguée, j'ai faim, je rentre à la maison !"

Mais je me suis retenue. Je décidai d'écouter la voix de mon père. J'ai répondu : "D'accord, Papa, je vais encore essayer !" Et vite, avant que je ne le regrette, j'avançai en direction de l'école, tout en pensant : "Je vais chercher Yaël, mais c'est bien la dernière fois". Je marchai à nouveau en direction de l'école...

Je me rappelle avoir fait dix pas lorsque, soudain, j'entendis derrière moi un terrible grincement de pneus, un bruit d'éclats de verre puis un silence effrayant. Toute la rue était silencieuse, ça faisait vraiment peur. Un silence mortel...

Une ambulance et deux voitures de police

Tout mon corps se mit à trembler. J'avais très peur de me retourner, alors je regardai devant moi et aperçus 5 élèves de Yéchiva. J'observai leur visage et vis leurs yeux, qui étaient rivés sur la scène qui venait de se dérouler dans mon dos, écarquillés par la peur. Deux autres passants s'immobilisèrent eux aussi pendant 5 secondes sans pouvoir bouger.

"Que s'est-il passé ?", pensai-je alors. Je voulus me retourner, mais j'avais peur de ce que je pourrais voir et je continuai d'avancer rapidement en direction de l'école. Et voilà, qui était là ? Ma sœur ! A l'endroit du rendez-vous, en train de manger tranquillement une glace qu'elle s'était achetée à l'épicerie d'à coté - sans doute la raison pour laquelle elle n'était pas au rendez-vous que nous avions fixé ensemble.

Je lui dis : "Yaël, viens, ne tardons pas. On rentre à la maison, tu es arrivée déjà assez en retard". Nous marchions côte à côte toutes les deux et j'étais toute à mes pensées. "Mais que s'est-il donc passé, que Dieu préserve ?!" Pour

rentrer à la maison, je devais passer devant la cabine téléphonique où j'avais téléphoné peu avant, et qu'est-ce que je vis ? La cabine était entièrement écrasée avec une voiture à ses côtés, dont toute la partie avant était elle aussi écrasée. Il y avait sur place une ambulance ainsi que deux voitures de police et une foule de gens abasourdis tout autour. J'entendis que, par miracle, le conducteur n'avait été que légèrement blessé.

"Hachem, merci à Toi !"

Après quelques secondes, je compris enfin. Je me dis : "C'est incroyable, quel miracle !" J'étais sous le choc en pensant que, si j'avais répondu à mon père "non", il aurait certainement continué à me convaincre de ne pas rentrer à la maison, et je serais restée encore quelques minutes à argumenter jusqu'au moment de l'accident. Et la voiture, que Dieu préserve, m'aurait heurtée... !

Après quelques minutes de réflexion sur le grand miracle qu'il venait de se produire, je poursuivis mon chemin avec Yaël et, pendant toute la route, je murmurai à voix basse : "Hachem, merci à Toi !"

J'ai ressenti alors quelque chose d'impossible à décrire. Et ce sentiment est merveilleux. Je n'ai aucune idée comment vous le décrire. C'était comme voir clairement et concrètement à quel point Hachem, ce merveilleux Dieu de bonté, m'aime, tel un père qui aime sa fille ! Et Dieu dans le ciel m'a montré que jamais, jamais on n'est perdant en accomplissant une Mitsva. Surtout en accomplissant la Mitsva de *Kiboud Horim*, du respect dû aux parents, pour laquelle la Torah prévoit comme récompense justement la longévité !

Je vous le dis, chers lecteurs : il n'est pas nécessaire d'assister à des miracles effrayants pour savoir que le Dieu de bonté nous aime ! Le fait même que nous nous levions le matin indique qu'Hachem veut que nous vivions et qu'il nous aime d'un profond amour.



1. Mettre du parfum sur mes mains le Chabbath, permis ?

> Oui, sur la peau c'est permis car la sueur fait disparaître l'odeur petit à petit. Mais il est interdit d'en mettre sur les vêtements qui conservent l'odeur ('Hakham Tsvi chap. 92).

2. Car en sac, happy-cola, nounours : Cachères sans tampon ?

> Non, ces gammes de bonbons cités contiennent des produits interdits. Seuls les Dragibus n'ont pas besoin de tampon de Cacheroute (Rav Michaël Gabison).

1. Un frère peut-il s'isoler avec sa sœur ?

> Oui, il n'y a pas de problème de Yi'houd entre un frère et une sœur. Par contre, il est interdit pour eux de cohabiter plus de 30 jours seuls dans un appartement ('Hokhmat Adam 126-12).

Les lois du langage

Le 'Hafets 'Haïm nous enseigne que dans certains cas, il peut être recommandé d'écouter du *Lachon Hara'* afin de disculper la victime auprès de celui qui la dénigre et interpréter les propos diffamatoires à son mérite.

Par exemple, si l'on souhaite apaiser notre interlocuteur et l'empêcher de propager sa médisance, cependant il ne faudra pas croire avec certitude les propos entendus.



Hiloula du jour

Ce mercredi 18 Tévet (22/12/21) tombe la *Hiloula* de Rabbi Moché Khalfon Hakohen.

Né en 1874 de l'ère commune sur l'île de Djerba, en Tunisie, il fut rapidement reconnu comme un érudit exceptionnel, alors qu'il était très jeune.

A 43 ans, il accepta un poste de juge rabbinique au *Beth Din* de Djerba, puis il fut grand-rabbin de la ville.

On raconte qu'il maudit les Nazis arrivés en Tunisie et parvint ainsi à les faire reculer.

Il mourut en 1950 en plein Chabbath à Djerba et sa dépouille fut transférée en 2006 à Jérusalem, au cimetière de Guivat Chaoul.

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



Une perle sur la Paracha

Notre *Paracha*, la première du second 'Houmach de la Torah, s'ouvre sur le verset: **וְאֵלֶּה שְׁמוֹת בְּנֵי יִשְׂרָאֵל הַבָּאִים מִצְרַיָּה** ("Ceux-ci sont les noms des enfants d'Israël qui vinrent en Egypte") (Chémot 1, 1).

Nos commentateurs soulignent le fait que même en Egypte, nos ancêtres ne modifièrent pas leurs noms. Or ceci apparaît en allusion dans le verset susmentionné.

En effet, les initiales de ses premiers mots forment le mot **שְׁבִיה** (exil), ceci pour nous enseigner que **même en exil**, les Hébreux ne modifièrent pas **leurs noms**...



A la recherche de la confiance en soi

Moché était extrêmement humble, mais il dut puiser en lui des forces pour réaliser sa mission. Alors comment nos héros ont-ils mis fin à leurs incertitudes ? Pouvons-nous nous inspirer d'eux pour surmonter nos propres faiblesses ?



Une recherche sur Internet de l'expression "confiance en soi" produit des pages et des pages de résultats, et ce sont tous des articles sur l'idée de relever sa faible estime de soi. Visiblement, nous avons plus tendance à manquer de confiance en nous-mêmes que l'inverse.

Nos prophètes confrontés à l'incertitude

Ce combat n'est pas nouveau. Nous le trouvons également chez nos héros bibliques, dont un grand nombre d'entre eux expriment une incertitude sur leurs aptitudes - bien qu'ayant été choisis par Dieu Lui-même pour ces aptitudes.

Par exemple, Avraham demanda : "Que me donnerais-Tu, alors que je m'en vais sans postérité ?" (Béréchit 15, 2) et "comment saurai-je que j'en suis possesseur ?" (ibid, 8), bien qu'il eût déjà reçu la promesse d'avoir des enfants et d'hériter de la terre plus d'une fois. Ou encore le prophète Yirmiyahou qui, après que Dieu lui a assuré le connaître intimement et l'avoir choisi comme prophète, déclarera : "Je ne sais point parler, car je suis un enfant !" (Yirmiyahou 1, 6)

Le plus célèbre et celui qui a poussé ce trait le plus loin est sans doute Moché, qui déclara : "Qui suis-je pour aborder Pharaon ?", "Que leur dirai-je lorsqu'ils voudront savoir qui Tu es ?", et

même : "Ils ne me croiront pas et ils n'écouteront pas ma voix", "Je ne suis pas habile à parler... Donne cette mission à quelque autre !" (Chémot ch. 3 & 4). Il continue à exprimer des doutes sur ses facultés, même après avoir réussi à faire sortir le peuple d'Egypte. "Où vais-je obtenir de la viande pour tous ces gens ? (...) C'est trop dur pour moi" (Bamidbar, 11, 13-14).

Nous serions tentés de voir ce manque de confiance en soi comme un trait de caractère positif ; après tout, nous apprécions l'humilité. Moché lui-même est tenu pour être un modèle d'humilité.

D'un autre côté, lorsqu'une telle "humilité" est un manque de confiance en soi, on court le risque de paralysie et d'être empêché d'atteindre nos objectifs. Moché était extrêmement humble, mais il puise en lui des forces pour réaliser sa mission !

Alors comment nos héros ont-ils mis fin à leurs incertitudes ? Pouvons-nous nous inspirer d'eux pour surmonter nos propres faiblesses ?

L'incertitude dans le palais du roi

Il est un personnage dans la Bible qui réussit à surmonter ses doutes et nous rassure que nous en sommes capables ; qu'il vaut la peine de prendre des risques de faire ce que nous "entendons" Dieu nous dire, même si nous

ne sommes pas certains de "L'entendre" correctement. Ce personnage, c'est Esther.

Lorsque nous rencontrons Esther pour la première fois, c'est une enfant, une enfant extrêmement obéissante. La *Méguila* nous répète plus d'une fois qu'Esther fit exactement ce que Mordékhai lui demanda.

"Car si tu persistes à garder le silence à l'heure où nous sommes", lui dit-il alors que le décret d'annihilation pèse sur le peuple juif, "la délivrance et le salut surgiront pour les juifs d'autre part, tandis que toi et la maison de ton père vous périrez. Et qui sait si ce n'est pas pour une conjoncture pareille que tu es parvenue à la royauté ?" (*Esther* 4, 14)

Comment ce manque de connaissances est-il censé la motiver, en particulier si quelqu'un d'autre pourrait se charger de cette tâche ?

La réponse est la suivante: en enseignant à Esther la capacité à reconnaître l'incertitude et à accepter la responsabilité d'agir malgré tout.

Agir, malgré tout

Hachem n'est pas explicitement présent dans la *Méguila*. Il ne prescrit jamais à Esther une manière d'agir, et n'envoie aucun signe miraculeux évident la rassurant qu'Il l'aidera à agir. Mais implicitement, Il est partout, même si les signes sont moins évidents et en l'absence d'une communication ouverte dont d'autres héros ont bénéficié.

Nous ne pouvons savoir avec certitude pourquoi Hachem nous place où Il nous place ni pourquoi Il nous donne les outils spécifiques et aptitudes dont Il nous gratifie. En l'absence de

communication prophétique, nous ne pouvons avoir une totale confiance en nous-mêmes.

Le message de Mordékhai à Esther est que nous devons agir malgré tout.

Il n'est pas question de certitude, ni d'être la seule personne pour réaliser une tâche. Il est question de prendre ce qui nous a été donné et d'agir le mieux possible dans notre situation, avec les outils dont nous disposons.

Nous ne savons pas, nous risquons peut-être d'échouer. Mais nous avons chacun la responsabilité d'analyser notre vie, de prendre en compte les ressources et aptitudes qui nous ont été conférées et de concevoir ce que nous pourrions faire avec ces outils, ce que Hachem avait à l'esprit en nous les donnant. Nous devons agir et accepter les possibilités dans toutes les directions.

Le risque d'échec est présent. Mais si nous ne faisons même pas l'effort d'essayer - si nous laissons aux autres ce privilège - alors Hachem a Ses plans et a d'autres moyens de les réaliser ; "le salut viendra d'ailleurs". Dans ce cas, nous pouvons être assurés d'une seule chose : "tandis que toi et la maison de ton père vous périrez." Pas une destruction physique, peut-être (pourquoi périraient-ils si le salut était assuré pour les Juifs dans leur totalité ?), mais la destruction d'une responsabilité personnelle. Quelqu'un d'autre accomplira la tâche, car Dieu a des moyens infinis à Sa disposition - mais toi, tout ce qui t'a conduit jusqu'ici et tout ce que tu aurais pu faire avec les moyens dont tu disposais, seras perdue.

Sarah Rudolf

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



La Ligne d'Ecoute

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



01.80.20.5000 (gratuit)

www.torah-box.com/écoute



02.37.41.515 (gratuit)



Torah-Box

Magazine | n°172



Question au psy : Mon mari travaille trop !

J'ai un problème qui m'affecte beaucoup, ainsi que mes enfants. Mon mari travaille énormément : il quitte la maison tous les jours à 8h et revient tous les soirs vers 21h. Le week-end, il retourne de temps en temps au bureau le dimanche après-midi pour finir des dossiers. Lorsque je lui fais part de ma solitude et du ressenti négatif des enfants, qui ne voient pas leur père le soir, il se vexé. "Je me bats pour notre famille, pour que vous ayez du confort matériel, et tu me fais des reproches ?" Telle est sa réaction. Je me sens coupable... et toujours aussi seule ! Que faire ?



**Réponse de Mme Nathalie Seyman,
psychologue**

C'est un problème qui touche beaucoup de femmes, d'autant plus à notre époque où nous voulons toujours plus, toujours mieux.

Nous sommes devenus d'éternels insatisfaits qui ne voient pas que la plupart du temps, l'essentiel se trouve à portée de main. Jusqu'à quel point la recherche de la *Parnassa* peut dominer au sein de la famille ? Quand arrive-t-on à la conclusion qu'elle empiète sur notre

vie et celle de nos enfants ? Que dit la Torah à ce sujet ? Comment en parler avec son mari et prendre les mesures qui s'imposent ? Développons le sujet.

La recherche de la *Parnassa*

Le travail n'est pas qu'une nécessité mais elle est aussi chez l'homme une valeur morale. Un homme travailleur et ambitieux est considéré et à juste titre comme une personne de qualité et dont la femme et/ou la mère peut être fière. Il renvoie l'image d'une personne solide sur les épaules de qui sa femme et ses enfants peuvent s'appuyer.



Et le fruit de son travail lui permet d'offrir une vie confortable à sa famille. Hachem n'a-t-il pas dit : "Tu te nourriras à la sueur de ton front" ? Il faut savoir qu'il ne s'agissait pas d'une punition ou d'une malédiction. Hachem a donné une chance à l'homme de parfaire le monde qu'il a créé, par ses actions. On remarque pourtant ici que c'est le verbe nourrir qui a été utilisé et non travailler.

En effet, la finalité du travail qu'a ordonné Hachem à l'homme n'est finalement qu'avoir le minimum matériel pour être heureux. Le mot "travail" en hébreu se traduit par 'Avoda qui a un sens tout à fait positif. Mais ce mot a aussi une autre signification : "esclavage". Et c'est à ce moment qu'il prend une dimension négative et qu'il en devient une punition.

Quand cela devient un problème

Le travail doit rester un moyen et non un but. Le but du travail est la qualité de la vie de famille. Quand il n'y a plus de vie de famille, à quoi sert le moyen ? Quand le travail dessert le *Chalom Bayit*, l'éducation des enfants, le fait de vivre à proprement parler, c'est qu'il est devenu un problème.

Votre mari doit en prendre conscience et ce n'est pas parce qu'il se donne des raisons que cela veut dire qu'il a raison. Oui, son travail est important et il doit vous assurer un bonheur matériel, mais vous et vos enfants êtes bien plus importants ! Rien ne doit passer avant Hachem Lui-même S'efface pour préserver le *Chalom Bayit*. C'est dire son importance !

Les solutions

- Le Chabbath nous donne la chance d'arrêter chaque semaine la spirale infernale de la vie quotidienne pour se recentrer sur les choses importantes que sont la prière et le cocon familial. Il permet de se ressourcer auprès de sa famille sans les éléments toxiques que sont les écrans ou le téléphone.

- On ne pose pas d'ultimatum mais on fait des compromis : Tu finis tard deux soirs par semaine et normalement le reste du temps, ou

bien tu finis tard mais tu gardes un après-midi pour aller chercher les enfants... Il faut que chacun avance d'un pas, tout ne peut pas se faire du jour au lendemain.

- Ne culpabilisez pas ! C'est la femme qui donne l'impulsion à l'homme de se parfaire ! Continuez à communiquer votre ressenti face à son absence mais sans reproches et en soulignant positivement chaque effort qu'il fera dans votre sens.

- Octroyez-vous une soirée par semaine ou toutes les deux semaines ensemble afin de vous retrouver et prendre ensemble des résolutions pour avancer.

- Organisez avec lui une petite heure par semaine au minimum seul avec ses enfants, sans vous, afin de lui permettre de se reconnecter avec eux, de recréer une complicité, des liens, une affection qu'ils avaient peut-être perdus.

Conseil à votre mari

Ne gaspillez pas votre temps à détruire ce que vous construisez ! La chose la plus précieuse que vous avez n'est pas votre emploi qui pourrait être le meilleur du monde mais aurait tout de même la possibilité d'être remplacé.

Non, la chose la plus précieuse que vous ayez c'est votre famille. Votre but est de rendre votre femme heureuse et de faire de vos enfants des individus pleins de valeurs et armés pour affronter leur vie. C'est de vous qu'ils ont besoin et pas plus tard que tout de suite !

Et gardez en tête que quoi qu'il arrive, on ne veut pas se souvenir de nous du fait qu'on a été un bon employé ou un bon patron, qu'on a gagné beaucoup d'argent, qu'on avait une belle maison, mais plutôt qu'on a été un bon père et un bon mari.

Béhatsla'ha !

Nathalie Seyman



Bougies de Chabbath : il faut allumer la majorité de la mèche ?!

Une femme qui allume les bougies de Chabbath peut-elle se suffire de les allumer en touchant légèrement les mèches avec l'allumette ou pas ? On m'a dit que cela invalidait peut-être l'allumage de faire ainsi et qu'il faudrait les allumer longtemps mais je ne suis pas sûre. Merci de me donner des détails.



Réponse de Binyamin Benhamou

1. Il faut bien veiller à ne pas retirer sa main lorsqu'on allume les bougies, jusqu'à ce que la majorité de la mèche (au-dessus de l'huile) soit embrasée, au même titre que dans le Temple lorsque le *Kohen* allumait le candélabre "jusqu'à ce que la flamme monte d'elle-même" (*Choul'han 'Aroukh* 264, 8, *Chémot* 27, 20 ; *Rachi* dans le *'Houmach* et dans le traité *Chabbath* 20a, titre "*Tané Rabbi 'Hiya*").
2. Malgré tout, si une femme n'a pas pu l'allumer parfaitement ainsi, d'après la majorité des décisionnaires, elle sera tout de même acquittée (*Halakha Broura* vol. XV, 264, p.515 ; *Michna Broura Ich Matsli'ah* III sur 264, 8).
3. D'après le *Ben Ich 'Hay*, si la femme n'a pas allumé parfaitement (comme expliqué plus haut), elle n'est pas quitte de son allumage car cela ne lui a pas été attribué. C'est d'ailleurs la même règle pour un homme qui allumerait les bougies de *'Hanouka* (*Halikhot Chabbath* II p.32 ; *Ben Ich 'Hay* 2^{ème} année, *Noa'h*, 15 ; *Sia'h Its'hak* 346). Il faut donc bien faire attention à être patient quand on les allume. Sinon, les allumer et les éteindre une fois avant, de sorte à ce que pendant l'allumage officiel, elles s'embrasent plus vite.

Poser une Mézouza le soir

Peut-on fixer une Mézouza le soir ?



Réponse de Rav Emmanuel Bensimon

La Mitsva de la Mézouza s'applique aussi bien le jour que la nuit. Par conséquent, vous pouvez la fixer la nuit avec la bénédiction (voir *Halikhot 'Olam* 8).

Evier en granit, cachérisable ?

Je prends un appartement avec un évier en granit. Est-ce cachérisable ? Si oui, comment ?



Réponse de Rav Michaël Abehsara

Il faut savoir qu'il y a différentes sortes d'éviers. Un évier en métal ou en acier inoxydable est cachérisable en ne l'utilisant pas pendant 24 heures et en y versant ensuite de l'eau bouillante sur toutes ses parois. Un évier en porcelaine ou poterie n'est pas cachérisable. Toutefois, on pourra l'utiliser en y faisant une utilisation strictement à froid (c'est-à-dire que l'on n'utilisera pas d'eau chaude pour laver la vaisselle) après ne pas l'avoir utilisé pendant 24 heures. On devra également faire attention à ne pas laisser d'ustensiles mouillés pendant 24 heures dans ce type d'évier. Pour l'évier en granit, s'il s'agit de granit réel, on se comportera comme pour l'évier en métal. S'il s'agit d'un granit de reconstitution, le granit sera considéré comme de la porcelaine et on agira comme susmentionné.

Maguen David, interdite ?

Il est écrit dans Chémot : "Tu ne te feras point d'image taillée, ni de représentation quelconque des choses qui sont en haut dans les cieux, qui sont en bas sur la terre, et qui sont dans les eaux plus bas que la terre." L'étoile de David représente le *Machia'h* (en plus des autres significations), donc selon ce verset, cela semble interdit. Comment comprendre ce verset ?



Réponse de Rav Yehiel Brand

La Torah n'interdit la fabrication ou la possession des formes sculptées, ou des desseins, uniquement si elles font parties de celles-ci :

- 1) Si les gens prennent ces formes sculptées ou ces dessins pour un dieu, et qu'ils se prosternent devant.
- 2) Des formes sculptées d'anges ou qui contiennent ces quatre éléments ensemble : un lion, un taureau, un aigle et un homme. Par contre, en dessin, ces choses sont permises.
- 3) Le soleil, la lune, ou les étoiles ; ils sont interdits soit sculptés, soit dessinés. Pour une étude, cela est permis.
- 4) La forme humaine sculptée, entière, avec tous ses membres.

En-dehors de ces représentations, tout est permis. Ainsi, la fabrication ou la possession des formes sculptées ou des dessins d'animaux, d'oiseaux, de poissons, d'arbres etc. est permise (*Choul'han Aroukh Yoré Déa 141, 4, 7*).

Lors du *Kiddouch*, mon père dit "Sabré Kohanim"

Mon grand-père et mon père disent "Sabré Kohanim" au lieu de "Sabré Maranane" lors de la prière du *Kiddouch* du vendredi soir. Je pense que c'est lié au fait que ma grand-mère est une *Kohen* ainsi que son père, sa mère, ses frères et leurs enfants et petits-enfants et sa sœur. Toutefois, je me demande si cette substitution influe sur la prière de Chabbath ? Pouvez-vous s'il-vous-plait m'apporter votre avis et des précisions ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

1. Il est fort possible que votre supposition soit la bonne.
2. Cette substitution n'influe en rien sur la validité du *Kiddouch* puisqu'elle ne fait pas partie intégrante du *Kiddouch*. C'est uniquement une invitation adressée aux membres de la famille afin qu'ils concentrent leur esprit à l'occasion de cette grande Mitsva.
3. *Savré Maranane* signifie : "Ecoutez, mes maîtres".
4. "Savré Kohanim" peut, également, faire allusion aux enfants d'Israël qui sont qualifiés de *Kohanim* (princes). Voir Rachi sur Chémot, 19, 6.

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



Torah-Box Magazine n°172



Chronique d'une famille presque comme les autres

Chapitre 1 : Départ mouvementé !

Chaque semaine, Déborah Malka-Cohen vous fait découvrir les aventures passionnantes et intrigantes d'une famille... presque comme les autres ! Entre passé et présent, liens filiaux et Téchouva...

“Myriam ! Myriam ! Tu as bien mis les passeports dans la pochette avant du bagage à main, oui ? !

- Oui, je te l'ai dit avant de partir.

- Mais alors pourquoi je ne les retrouve plus ?

- Je ne sais pas. Attends. Laisse-moi voir. Oh mince, tu as raison ! Je ne les trouve pas non plus !

C'est bizarre... Pourtant, je me revois parfaitement les mettre à cet endroit précis.

- Pas de rush, Mami. Tu as beaucoup de choses à gérer !", m'avait répliqué cette hôtesse très compréhensive qui, malgré la longue queue de voyageurs derrière-nous, nous conseillait de prendre notre temps.

C'est vrai que dans cette file d'attente, ma famille et moi-même prenions pas mal de place. Je fouillai encore dans notre petite valise à roulettes que nous avions achetée spécialement pour le voyage. Avec effroi, à mon tour, je ne trouvai rien. Commençant réellement à paniquer, je décidai de poser carrément la valise à même le sol, en enlevant une à une les choses qui s'y trouvaient. En poursuivant cette fouille minutieuse, une petite voix interne me soufflait que j'avais eu raison depuis le départ : ce voyage en dehors d'Israël n'était pas une bonne idée !

“Ma... man... Ma... man...

- J'arrive mon Yokélé. Je cherche juste quelque chose. Mais enfin, ce n'est pas possible ! Je vais devenir folle !, explosai-je à voix haute.

- Au pire, je peux demander à notre voisin d'aller à la maison et de nous les rapporter. Je lui ai donné un double des clés avant de partir.

- Écoute, je crois que nous n'allons pas avoir le choix, mais j'aurais juré..."

Heureusement tout à coup, j'eus un déclic !

“Rivka ?

- Oui, maman ?

- Viens voir un peu par ici ma chérie."

Du haut de ses 8 ans, ma petite princesse et ses multiples barrettes dans les cheveux s'éloigna de ses quatre frères pour venir à ma hauteur.

“Est-ce que par hasard, tu aurais touché aux passeports ?

- Un peu.

- Un peu comment ?

- Un peu beaucoup.

- C'est-à-dire ?

- Ça veut dire que je les ai mis dans ton sac à main.”

Ne perdant pas une seconde, je priai pour que ma petite coquine de fille dise vrai. Je plongeai ma main dans mon sac bandoulière en toile et avec soulagement, je butai contre nos sept passeports apostillés d'une Ménora.



Immédiatement, je les tendis à Rivka. Rivka les tendit à Yossi et Yossi qui tenait notre bébé de cinq mois dans les bras, les déposa sur le comptoir d'enregistrement. Aussitôt, l'hôtesse s'en empara et nous étions tous les 7 enregistrés pour le vol Tel-Aviv-Paris.

L'avion n'était qu'une étape dans notre périple car nous devions ensuite prendre le train afin de nous rendre à la montagne, et plus précisément dans les Alpes. Quelques semaines avant, un ami de Yossi lui avait parlé de cet hôtel qui proposait la pension complète pour les gens religieux comme nous, mangeant strictement Cachère et respectant scrupuleusement la Halakha.

C'était la première fois depuis des années que nous nous octroyions des vacances. Avant, les enfants étaient trop petits. Ensuite, il m'avait semblé impossible de m'absenter du travail plus de trois jours d'affilée. Et puis, c'était compliqué de trouver un endroit aménagé en fonction de notre Yokéhé.

Sortant de mes pensées, je n'oubliai pas ma petite Rivka. Elle me fixait de ses grands yeux bleus, avec son pouce dans la bouche, manie qu'elle avait depuis sa naissance et dont elle n'arrivait pas à se défaire. Ce n'était pas la première fois qu'elle m'avait joué le tour de cache-cache des objets. Je dirais même que c'était la spécialiste en chef dans le domaine. C'était sa façon à elle de me seconder.

“Maman, tu es fâchée ?

– Jamais, pourquoi ?

– J'ai pensé que c'était mieux pour toi de les mettre là, vu que tu pousses la grosse poussette.

– Je le sais ma princesse, mais comme je te le dis à chaque fois, préviens-moi quand tu fais une aussi belle Mitsva.

– C'était pour te faire une surprise.”

Ne pouvant résister, je pris ma fille dans mes bras et la serrai fort contre moi. Parfois, quand je suis envahie par cette bouffée de bonheur, je remercie Hachem de tout cet amour que je

reçois chaque jour au travers de mon mari et de mes enfants.

Lorsque je fis mon 'Alya, il y a 12 ans maintenant, je n'avais jamais pensé avoir une telle vie un jour. Je peux affirmer que tous les jours, je vis de nouvelles aventures aussi émouvantes qu'intéressantes. La séquence d'hier en est un bel exemple. Afin que la surprise soit totale pour les enfants, avec Yossi, nous avons attendu la dernière minute pour leur annoncer que nous partions en vacances. Nous avions mis au point toute une mise en scène. Nous avons attendu qu'ils soient tous rentrés de l'école pour les réunir dans le salon, en les faisant asseoir sur le canapé.

Alors que je m'étais mise à parler de Paris, vaste ville dans laquelle j'avais grandi, j'avais fait exprès de les assommer avec un monologue au cours duquel je leur décrivais mes souvenirs avec des précisions fastidieuses, en utilisant délibérément des mots compliqués. Je leur avais décrit l'ancienne pâtisserie Zazou, l'ancien restaurant Les Ailes, avec juste à côté le fameux Chez Douieb. Mes petits israéliens ne m'écoutaient absolument pas, étant donné qu'ils étaient perturbés par les va-et-vient incessants de leur père.

En effet, Yossi apportait toutes les valises de la maison et les posait les unes à côté des autres devant la porte. Les enfants ne savaient plus s'ils devaient m'écouter ou m'interrompre pour me demander quel était ce remue-ménage très inhabituel. Au bout de cinq minutes, n'en pouvant plus de les faire marcher, réprimant mon fou rire qui menaçait à tout instant d'explorer, j'avais fini par leur dire d'une voix monotone :

“C'est pour cette raison qu'avec papa, on a décidé de vous emmener à la montagne. Du coup, il va falloir remplir ces valises des affaires que vous souhaitez emmener avec vous. Sinon, vous vous contenterez de votre simple tenue de voyage pendant 15 jours !”

Déborah Malka-Cohen



Mug cake tout chocolat !

Une recette à savourer pour un encas-éclair ou pour apaiser les appétits de nos petits affamés après l'école !



Pour 1 tasse



Temps de préparation : 5 min



Difficulté : Facile



Temps de cuisson : 2 min



Ingrédients

- 30 g de farine
- 2 c. à soupe de sucre
- ½ sachet de levure chimique
- 2 c. à soupe de cacao en poudre
- 1 pincée de sel
- 65 ml de lait/lait végétal
- 2 c. à soupe d'huile
- 1 c. à soupe de pépites de chocolat



Réalisation

- Mélangez bien les ingrédients secs dans une grande tasse allant au micro-ondes.
- Mélangez l'huile et le lait dans une autre tasse et incorporez-les ensuite à la première. Mélangez bien (important !) à l'aide d'un fouet, pour ne pas avoir de grumeaux. Ajoutez encore les pépites de chocolat.
- Faites cuire au four micro-ondes, à puissance maximale, pendant environ 90 secondes. Le temps de cuisson exact dépendant de la puissance de votre four, il vaut mieux vérifier après 60 secondes si le gâteau est bien levé et ne semble pas brûlé. Au besoin, poursuivez la cuisson par tranches de 10 secondes. Savourez immédiatement !

Bon appétit !

SOS cuisine



Deux bonnes blagues & un Rebus



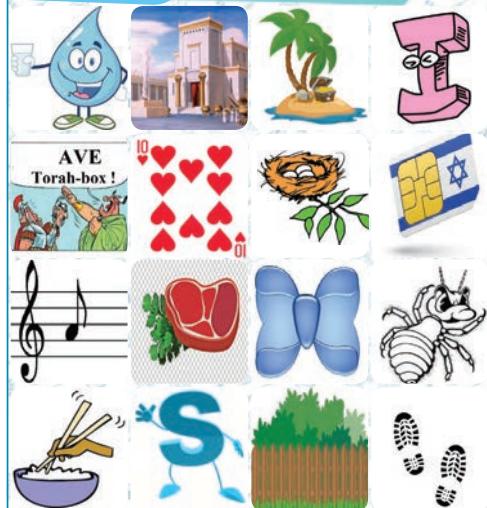
Après 'Hanouka, une femme dit à son mari: "Chéri, je viens de comprendre la signification du proverbe 'un de perdu, 10 de retrouvé.' Je crois qu'ils parlaient des kilos en fait."

Un ivrogne rentre en titubant à la mairie et fait irruption dans le bureau du maire : "Mr le maire, vous me connaissez ?!"

- Oui, répond le maire.
 - Bon et qu'est-ce que je bois toute la journée ?
 - Euh, de la vodka...
 - Très bien et mon père, il boit quoi ?
 - De la vodka aussi, répond le maire.
 - Et mes enfants, ils boivent quoi ?!!
 - Eux aussi de la vodka... répond le maire décontenancé.
 - Dans ce cas, reprend l'ivrogne, expliquez-moi pourquoi je reçois 1500 Chékels de facture d'eau ??!"

Rebus

Par Chlomo Kessous



Au *béit Hamikdash* il y avait 10 Nissim, la viande ne



REFOUA-CHELEMA

POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

POUR LES MALADES D'ISRAËL

Prions pour la guérison complète de

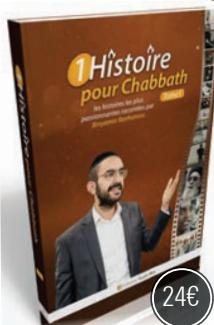
Patrick Yossef ben Myriam Dvora	Haim Makhlof Shmouel ben Sol	Rebecca Henriette bat Sandrine Rahele
Roger Yaacov ben Johar	Sabine Haya Tania bat Simha	Valerie bat Aicha
Rachel bat Sarah	Perla bat Judith	Dani ben Rostein
Kamouna Mona Hannah bat Sim'ha	Prosper ben Rina	Corinne Esther bat Ghislaine Nedjma
Esther bat Simha	David ben Chantal	Tehila bat Myriam

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



 Editions Torah-Box
présente

1 HISTOIRE POUR CHABBATH TOME 1



Depuis 8 ans déjà, vous avez eu l'occasion d'écouter plus de 300 émouvantes et désormais célèbres histoires pour Chabbath préparées et contées par Binyamin Benhamou. Parce que ces récits authentiques et vécus vous ont ému, touché, parfois mis les

Commandez dès maintenant !

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

2 Téléphone 01.80.91.62.91 (France) - 077.466.03.32 (Israël)



EVENEMENTS



Torah-Box

LE GRAND WEEKEND

EST DE RETOUR

Venez vivre un grand moment !

Un Chabbat d'une rare envergure,
prolongé par une soirée inoubliable !

MANOIR DE GRESSY

À
40 MIN
DE PARIS

3 jours / 2 nuits

DU 7 AU 9 JANVIER 2022

280€

Places
limitées



Avec la présence exceptionnelle du
ADMOUR DE OUNGVAR



Renseignements et inscriptions

01 80 20 50 02 02 372 09 55 +972 52 792 33 06

Perle de la semaine par Torah-Box

*"Certains pensent qu'il est difficile d'arriver à être un ange.
En vérité, ce qui est difficile, c'est d'arriver à être un homme."*
(Rabbi Moché de Kobryn)