

Torah-Box

n°49 | 24 Octobre 2018 | 15 'Hechvan 5779 | Vayéra

M A G A Z I N E



Le consulat américain
bientôt
rattaché à
la nouvelle
ambassade
> p.10



"Mon
nom sera
désormais
Eleazar
Ména'hem
Man
Chakh !
> p.11



Guide
pratique
pour
retrouver
son calme
et sa
sérénité
> p.23



Hidabroot
France



À JÉRUSALEM

AFRACHAT HALLA

géante

AVEC LA RABBANIT

YEMIMA MIZRAHI

LE MEKOUBAL RAV ITS'HAK BATSRI
RAV YAACOV SITRUK - RAV ELIYAHOU UZAN
RABANIT PNINA ELKRIEF

JEUDI 25 OCTOBRE 2018 À 19:00
AUX SALONS BETH ISRAËL

Rehov Ezra Torah 18, Jérusalem

Café Gâteaux - Public féminin

Réservez votre stand !

Diffusion sur écran de la soirée en l'honneur du Chabbat Mondial en Afrique du Sud !

Prévente 30 nis - 50 nis sur place - 65 nis avec les ingrédients pour la halla uniquement sur réservation

Inscription et paiement sur www.hidabroot.fr - Tél : 053.420.71.21 - 077.602.14.32



CALENDRIER DE LA SEMAINE

24 au 30 Octobre 2018

**Mercredi
24 Octobre
15 'Hechvan**

Daf Hayomi Mena'hot 75
Michna Yomit Kidouchin 1-10
Limoud au féminin n°25

**Jeudi
25 Octobre
16 'Hechvan**

Daf Hayomi Mena'hot 76
Michna Yomit Kidouchin 2-2
Limoud au féminin n°26

**Vendredi
26 Octobre
17 'Hechvan**

Daf Hayomi Mena'hot 77
Michna Yomit Kidouchin 2-4
Limoud au féminin n°27

**Samedi
27 Octobre
18 'Hechvan**



Parachat Vayéra

Daf Hayomi Mena'hot 78
Michna Yomit Kidouchin 2-6
Limoud au féminin n°28

**Dimanche
28 Octobre
19 'Hechvan**

Daf Hayomi Mena'hot 79
Michna Yomit Kidouchin 2-8
Limoud au féminin n°29

**Lundi
29 Octobre
20 'Hechvan**

Daf Hayomi Mena'hot 80
Michna Yomit Kidouchin 2-10
Limoud au féminin n°30

**Mardi
30 Octobre
21 'Hechvan**

Daf Hayomi Mena'hot 81
Michna Yomit Kidouchin 3-2
Limoud au féminin n°31



Mercredi 24 Octobre

Rav Avraham Yechayahou Karelits ('Hazon Ich)
Matityahou Ben Yo'hanan Kohen Gadol



Jeudi 25 Octobre

Rav Eleazar Ména'hem Man Chakh



Vendredi 26 Octobre

Rav Binyamin 'Hechen



Samedi 27 Octobre

Rav Réfaël Baroukh Tolédano
Rav Israël Odesser
Rav Avraham Roznis



Lundi 29 Octobre

Rav Mordekhai Charabi



Mardi 30 Octobre

Rabbi David Ben Zimra (Ridbaz)
Rabbi Avraham Azoulay



Rav Avraham Yechayahou Karelits ('Hazon Ich)



Horaires du Chabbath

	Jéru.	Tel Aviv	Achdod	Natanya
Entrée	17:15	17:26	17:27	17:26
Sortie	18:32	18:33	18:34	18:33



Zmanim du 27 Octobre

	Jéru.	Tel Aviv	Achdod	Natanya
Nets	06:51	06:53	06:54	06:53
Fin du Chéma (2)	09:37	09:38	09:39	09:38
'Hatsot	12:23	12:25	12:25	12:24
Chkia	17:54	17:55	17:56	17:55

Responsable Publication : David Choukroun - Rédacteurs : Elyssia Boukobza, Rav 'Haïm Zaïd, Rav Yehonathan Gefen, Vanessa T., Myriam H., Rav Gabriel Dayan, Rav Morde'hai Bitton, Dan Cohen, Rav Avraham Garcia, Rav Avraham Taieb, Déborah Malka-Cohen, Esther Sitbon - Mise en page : Dafna Uzan - Secrétariat : 077.466.03.32

Publicité : Emmanuel (emmanuel@torah-box.com / 058.50.50.112)

Distribution : diffusion@torah-box.com

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

APPEL DES RABBANIM FRANCOPHONES DE BAYIT VAGAN, GIVAT MORDECHAI, RAMOT ET HAR NOF EN FAVEUR DU RAV SHEMOUEL MARCIANO

Chers amis francophones,

A l'approche des élections municipales du 30 octobre, nous vous appelons à vous mobiliser et à soutenir notre dévoué **Rav Shemouel Marciano** pour le conseil municipal. Déjà très actif au cours des deux dernières années de son mandat, il continuera à soutenir les différents projets en faveur des francophones de Jérusalem (activités communautaires et culturelles, organisation de cours...), ainsi qu'à développer les aides de la municipalité (Arnona, système éducatif etc.).

Nous sommes convaincus que le **Rav Shemouel Marciano**, qui est un Talmid 'Hakham, une personne droite et honnête, sera le meilleur représentant pour les français de Jérusalem, toutes tendances confondues, et qu'il se dévouera corps et âme, comme il l'a déjà fait dans le passé, afin de résoudre nos divers problèmes. Jamais les enjeux n'ont été aussi importants, jamais les risques n'ont été aussi grands. Nous comptons sur votre soutien.

Rav Yechaya Arrouas Rav Avraham Bloch Rav Yaakov Sitruk Rav Eliahou Uzan Rav Ariel Bijaoui

Yechaya Arrouas

Avraham Bloch

Yaakov Sitruk

Eliahou Uzan

Ariel Bijaoui

Rav Itshak Assuli Rav Yossef Bentata Rav Elie Perez Rav Shemouel Cohen Arazi Rav Yossef Loria

Itshak Assuli

Yossef Bentata

Elie Perez

Shemouel Cohen Arazi

Yossef Loria

Rav Yossef Simoni

Rav Gabriel Hacoun

Rav Eliahou G.Sebbah

Rav Yossef Hai Abergel

Yossef Simoni

Gabriel Hacoun

Eliahou G.Sebbah

Yossef Hai Abergel

APPEL DES RABBANIM FRANCOPHONES DE RAMOT

EN FAVEUR DU PARTI CHASS ET DE MR MOCHÉ LÉON

Chers amis francophones,

A l'approche des élections municipales du 30 octobre, il est impératif, voire capitale, de nous unir derrière le parti Chass pour le conseil municipal, qui comportera un francophone, notre dévoué **Rav Shemouel Marciano**, déjà très actif au cours des deux dernières années de son mandat, qui continuera avec tous ses compagnons à soutenir les différents projets en faveur des francophones de Jérusalem ainsi qu'à développer les aides de la municipalité.

De même, nous vous appelons à vous mobiliser et aller voter pour **Mr Moché Léon**, qui s'est engagé à être à nos côtés pour nous permettre de continuer de développer toute activité éducative, communautaire et sociale, à défendre nos valeurs afin de faire barrage à ceux qui y sont opposés. Jamais les enjeux n'ont été aussi importants, jamais les risques n'ont été aussi grands.

Nous comptons sur votre soutien.

Rav Ouri Banon

Rav Ariel Fhima

Rav Ariel Monsonégo

Ouri Banon

Ariel Fhima

Monsonégo Ariel

Rav Itshak Fitoussi

Rav Meir Skouri

Rav Itshak Attali

Rav Chalom Hazan

Itshak Fitoussi

Meir Skouri

Itshak Attali

Chalom Hazan

**POUR
L'INTÉGRATION**

Donner aux francophones une véritable place dans les services de notre ville.

**POUR
L'ÉDUCATION**

Donner à chacun la chance d'intégrer l'école de son choix, sans discrimination.

**POUR
LES BUDGETS**

Donner à toutes nos communautés les moyens de bâtir et se développer.

**POUR
LA ARNONA**

Donner à tous les moyens d'accéder aux aides et réductions leur revenant de droit.

Donner une place à chacun dans le respect, sans faire de concession aux valeurs de la Torah.

**POUR
L'UNITÉ**

**POUR
LES FRANCOPHONES
RAV SHEMOUEL MARCIANO**



La Jordanie va récupérer des terrains prêtés à Israël



Le roi Abdallah II de Jordanie a annoncé dimanche que son pays avait informé Israël de sa volonté de récupérer des zones prêtées à Israël pour une période (renouvelable) de 25 ans en vertu de l'accord de paix de 1994.

"Nous avons informé Israël que nous mettons fin à l'application des annexes du traité de paix concernant Bakoura et Ghoumar", a affirmé le roi. Ces deux zones frontalières ont été exploitées par des agriculteurs israéliens, qui les avaient fait refleurir ces 25 dernières années.

Les USA quittent un accord de non-prolifération nucléaire signé avec la Russie



Le président Trump a annoncé samedi que son pays allait se retirer d'un traité sur les armes nucléaires conclu avec la Russie pendant la Guerre froide, accusant Moscou de le violer "depuis de nombreuses années". Le texte portait sur les missiles au rayon de 500 à 5.500 kilomètres. Dans les années qui ont suivi sa signature, des milliers de missiles avaient été détruits par les deux puissances. La Russie a vivement protesté contre la décision de Washington, se gardant bien toutefois d'évoquer le fond de la question.

101

PRIVATE LINE

Paris | Jerusalem

Élégance & Style



new collection

Costumes, chaussures et accessoires

WWW.101PRIVATELINE.COM

Canyon Ramot : 225 Sderot Golda Meir, Jérusalem
Parking au premier étage - Tél : 058.32.37.101
Ouvert de 13-17:00 et 19-21:00 | Vend. : 10:30 à 13:30

NOTRE MAÎTRE



NOTRE CHOIX DE VOTE



Déjel Hatora a toujours été présent
et le restera pour les communautés
francophones de Jérusalem.

Un couple et leur bébé trouvent la mort dans un accident sur la Route 90



Kfir (30 ans), Chira (28 ans) et leur bébé Gaya (6 mois) Chani sont les 3 personnes ayant trouvé la mort la semaine passée dans un tragique accident de la route sur la Route 90, près de la Mer Morte.

Leur véhicule est entré en collision avec un bus et a été projeté sur les bords de la route.

Les secouristes du MDA ont tenté de les réanimer, en vain. 14 passagers du bus ont également été pris en charge, tous souffrant de blessures légères ou en état de choc.

Intempéries : les vols vers Eilat redirigés vers Tel-Aviv

Les intempéries de la fin de semaine passée, qui ont touché notamment le Nord et le Sud du pays, ont contraint les compagnies aériennes à modifier leurs itinéraires et rediriger leurs vols prévus pour Eilat vers les aéroports de Tel-Aviv et Sdé Dov. Des flaques d'eau géantes se sont en effet formées sur les pistes, rendant impossible l'atterrissage des appareils.

Danon dénonce vertement la prestation de Bétselem devant l'ONU



Dany Danon, l'ambassadeur israélien aux Nations-Unies, a vertement

critiqué l'invitation faite par l'actuel président du Conseil de sécurité de l'ONU, le bolivien Sacha Soliz, au président du groupuscule d'extrême-gauche Bétselem 'Haguy Elad.

Ce dernier ayant achevé son discours, Danon l'a réprimandé, le qualifiant en hébreu de traître et de collaborateur qui "salit la réputation des soldats qui protègent [sa] vie".

Ce Motsaé Chabbath, n'oubliez pas de régler vos montres !

L'hiver est bien là : c'est dans la nuit de samedi à dimanche que prendra effet l'heure d'hiver. A 2h00 du matin, il s'agira de placer les aiguilles de votre montre sur 1h00 (et gagner par la même occasion une petite heure de sommeil en plus !). L'heure d'hiver prendra fin environ 3 semaines avant la fête de Pessa'h, soit le 29/03/19.



- RECOUVREMENT DE CRÉANCES OTSAA LAPOAL
- INTERDICTION DE SORTIE DU TERRITOIRE
- DROIT IMMOBILIER
- TESTAMENT & SUCCESSION
- DROIT DU TRAVAIL
- FAILLITES & LIQUIDATIONS

**REPRÉSENTATION DEVANT
LES TRIBUNAUX ISRAÉLIENS**

2, RUE HASOREG, JERUSALEM
(Proche Mamilla)

TEL : 077-3231 770

WWW.ZAGHDOUNLAW.COM

MICKAEL BENSOUSSAN

CANDIDAT AU CONSEIL MUNICIPAL DE TEL-AVIV

מיכאל בן שושן למועצת העיר ת"א

מאמינים

בראשות חיים גורן

1. **Aides & Intégration des francophones :**
via notre association Aides Olim TLV, nous aidons déjà des centaines de francophones dans leurs démarches administratives, etc.
2. **L'Education :** nous contribuons à l'ouverture de nouvelles classes religieuses, trop peu nombreuses à Tel Aviv.
3. **L'emploi :** nous souhaitons devenir un véritable trait d'union entre le monde de l'entreprise et les demandeurs d'emploi.
4. **Promouvoir l'entraide, le Hessed :**
nous aiderons au développement d'un réseau de solidarité inédit.

Nous sommes joignables au 03 724 4690,
sur notre page Facebook Mickaël Bensoussan Officiel,
ou par mail contact@mickaelbensoussan.com

Le **MARDI**
30 OCTOBRE

JE VOTE

גב

רשימת מאמינים
למועצת העיר



Je crois en
TEL-AVIV

Khan-Al-Ahmar : après l'annonce d'un report, Netanyahu affirme que le village "sera évacué"



La saga Khan-Al-Ahmar sur le point d'être achevée ? Après le tollé soulevé à droite par les propos de Netanyahu, qui avait annoncé à l'issue de Chabbath que l'évacuation programmée du village bédouin était reportée à une date indéterminée, le Cabinet a finalement entériné dimanche la décision de l'évacuer dans les prochaines semaines. La principale proposition consisterait à déplacer le hameau de 500 m à 1 km plus au nord, à l'écart de la Route 1 dangereuse qu'il longe actuellement.

Le consulat américain bientôt rattaché à la nouvelle ambassade



Mike Pompeo a annoncé que le consulat américain de Jérusalem (l'organe responsable du lien entre les Etats-Unis et les Palestiniens de Jérusalem et de Cisjordanie) serait prochainement rattaché à la nouvelle ambassade américaine de Jérusalem. Jusque là, le consulat fonctionnait de manière indépendante face à Washington.

Désormais, il sera soumis à l'autorité de l'ambassadeur David Friedman - l'un des ennemis jurés de Ma'hmour Abbas.

TEK SEEKER

SPECIALISTE & CONSEILLER
EN PRÊT IMMOBILIER

Aller à la banque sans utiliser les services d'un conseiller en prêt immobilier, c'est comme aller au tribunal sans avocat

Les meilleurs taux et plans immobiliers	LE POUVOIR DE FAIRE DIRE "OUI" A LA BANQUE MEME POUR LES CAS DIFFICILES	Prêt express pour particulier et entreprise
--	---	--

Pour plus de renseignements contacter nous au

072 33 77 277

BIOSKIN

ESTHETIQUE PREVENTIVE ET REPARATRICE
INSTITUT ANTI- AGE

HIFU3D SPECIALISTE
LIPO-HIFU : BRAS - VENTRE - JAMBES

HIFU 3D LIFTING SANS CHIRURGIE

- ✓ MINI LIFT
- ✓ CONTOUR DU VISAGE
- ✓ DOUBLE MENTON - BAJOUES
- ✓ 70% D'UN LIFTING CHIRURGICAL
- ✓ NON INVASIF
- ✓ PAS D'EVICION SOCIALE

HIFU : Ultrasons Focalisés à Haute Intensité
L'UNIQUE TECHNOLOGIE QUI ATTEINT LES MUSCLES DU VISAGE (SMAS)

www.facebook.com/BioSkinInstitut TEL 058 440 52 68



"Mon nom sera désormais Eleazar Ména'hém Man Chakh !"

A l'occasion de la Hilloula du Rav Chakh zatsal ce jeudi 16 'Hechvan (25/10), Torah-Box vous propose de découvrir une histoire édifiante, racontée par le Rav 'Haïm Zaïd, sur l'incommensurable gratitude qui caractérisait ce Grand de notre génération...



"Je me souviens d'une histoire magnifique concernant notre Maître, le Rav Chakh zatsal", commence le Rav Zaïd, l'un des grands conférenciers en Torah d'Israël. "Je me dois de vous la raconter".

"Comme vous le savez, le Rav Chakh laissa son empreinte sur le monde juif dans son ensemble.

Ce qui est étonnant, c'est que le nom complet du Rav était Eleazar Ména'hém Man Chakh. Quelle est l'origine du nom "Man" ? Est-ce un prénom, un nom de famille ? Nombreux sont ceux qui se posèrent la question mais ne trouvèrent pas de réponse. L'incroyable récit suivant vient nous apporter un éclairage étonnant..."

Tentative d'enlèvement

"Lorsque le Rav Chakh était enfant, un jour qu'il jouait avec ses amis dans la cour de l'une des maisons de sa ville natale, en Russie, apparut

soudain un Bolchévique, qui tenta purement et simplement de le kidnapper ! Aujourd'hui, Baroukh Hachem, sauf dans quelques pays isolés (dont la France !), les enfants juifs n'ont pas peur de jouer seuls dans la rue. Mais à cette époque, les Bolchéviques rendaient la vie impossible aux Juifs et constituaient un véritable danger. Le Goy s'empara donc furtivement du petit garçon et le jeta dans la charrette qu'il transportait !

Or l'une des passantes qui se trouvaient là, juive elle aussi, vit la scène se dérouler sous ses yeux. Elle se mit alors à crier à l'aide afin que quelqu'un vienne au secours du petit garçon. En quelques instants, plusieurs personnes accoururent, s'attroupèrent autour de la charrette et forcèrent l'homme à libérer l'enfant. N'ayant pas le choix et voyant qu'il était en mauvaise posture, le Bolchévique jeta à terre le petit Eleazar Ména'hém et prit la



fuite. C'est ainsi que la vie de celui qui devait devenir l'un des Grands du peuple d'Israël fut sauvée miraculeusement..."

Rencontre avec sa sauveteuse

"Nous sommes 25 ans plus tard. Le Rav Chakh se trouvait alors déjà en Israël et il enseignait à la *Yéchivat Hadarom* de Ré'hovot.

Un jour, la cuisinière de la *Yéchiva* l'accosta et lui demanda : 'Kvod Harav, êtes-vous Eleazar Ména'hém Chakh de Voboïlnik ?' 'Oui, tout à fait, répondit le Rav. Mais pourquoi me demandez-vous cela ?'

Ce à quoi la femme répondit : 'J'habite à Ramat-Gan et l'une de mes voisines raconte qu'elle vous a sauvé la vie lorsque vous étiez petit et qu'à Goy tenta de vous enlever...'

Interloqué, le Rav Chakh s'écria alors : 'La femme qui m'a sauvé la vie vit ici, à Ramat Gan ?! Il faut absolument que je la rencontre !'

Sans plus tarder, il commanda un taxi et se rendit à l'adresse en question. Une fois face à elle, le Rav demanda à la vieille femme : 'Est-ce bien vous qui m'avez sauvé la vie, comme ma mère me le raconta, il y a 25 ans ?' 'Oui, c'est bien moi', répondit la dame. 'Je vous dois donc la vie... Comment vous remercier ?', demanda encore le Rav. 'De l'argent, je n'en ai pas...', poursuivit-il."

Man, en signe de reconnaissance

"Rav Chakh, vous le savez, à son décès, n'a laissé derrière lui que trois choses qui lui appartenaient : son *Talith*, ses *Téfilin* et le livre *Kétsot Ha'hochèn* ; c'étaient là les trois seules choses qui lui appartenaient personnellement !

Il avait amassé énormément de Torah, de crainte du Ciel et de mérites, mais sur le plan matériel, il ne possédait absolument rien. 'Rien n'accompagne l'homme après son décès, à part la Torah qu'il a étudiée et les bonnes actions qu'il a accomplies', enseignent nos Sages...



Mes chers amis, Rav Chakh dit donc à la femme : 'Je ne possède rien ! Mais j'ai une idée : comment vous appelez-vous ?' 'Je m'appelle Sarah', dit la femme. 'Sarah, ça ne va pas être possible... Quel est votre nom de famille ?' 'Mon nom de famille est Man', répondit-elle. 'Très bien ! s'exclama le Rav. S'il en est ainsi, à partir d'aujourd'hui, en signe de reconnaissance de ce que vous avez fait pour moi, j'ajouterai à mon nom le vôtre, Man. Dorénavant, mon nom sera Eleazar Ména'hém Man Chakh ! Ainsi, je me souviendrai tout le temps que je vous dois la vie !'...

Voilà, mes chers amis, jusqu'où peut aller la gratitude de nos grands Maîtres !"

Rav 'Haïm Zaïd

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



La Ligne d'Écoute

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



0826.102.929 (0.15 cts/min)



02.372.15.31 (gratuit)

www.torah-box.com/ecoute





Supplément spécial Chabbath

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

Vayéra : la curiosité excessive de la femme de Loth

Si la malveillance que la femme de Loth témoigna quand elle dut donner du sel à ses invités fut la véritable cause de sa mort, pourquoi périt-elle précisément quand elle se retourna pour regarder la destruction de Sodome ?



En décrivant la destruction de Sodome, la Torah nous relate la mort tragique de la femme de Loth ; celle-ci se transforma en statue de sel lorsqu'elle se retourna pour regarder l'anéantissement de la ville.

Rachi explique le sens de cette punition : "Elle fauta avec le sel et fut punie par le sel ; Loth lui dit : 'Donne un peu de sel à ces invités.' Elle répondit : 'Veux-tu instaurer, ici aussi, cette mauvaise habitude ?!'

La réponse de Rachi soulève toutefois une autre question – d'après le récit de la Torah, la femme de Loth mourut parce qu'elle regarda Sodome, et non parce qu'elle refusa de donner du sel à ses invités !

Si la malveillance qu'elle témoigna quand elle devait donner du sel fut la véritable cause de sa mort, pourquoi périt-elle précisément quand elle se retourna pour regarder la destruction de Sodome ? Il semblerait donc que sa cruauté et son regard en arrière soient liés. Quel est le rapport entre les deux ?

Regarder ou méditer

Pour répondre à cette question, nous devons comprendre ce qui incita la femme de Loth à regarder la destruction de Sodome. Il est intéressant de noter qu'elle ne fut pas la seule à observer cet événement tragique – Avraham Avinou aussi y assista, mais les termes employés pour évoquer leurs regards sont différents.



Concernant la femme de Loth, la Torah utilise le verbe *Léhabit*, qui signifie regarder fixement, tandis que pour Avraham, le mot employé est *Vayachkef*, dont la racine sous-entend un regard basé sur une réflexion profonde. Le regard d'Avraham sur la destruction de Sodome était donc plein de méditation.

Dans le même ordre d'idées, le Rachbam écrit qu'Avraham voulait voir s'il y avait dix personnes vertueuses par le mérite desquelles la ville de Sodome pouvait être épargnée. Là encore, on peut voir la bonté débordante d'Avraham, alors qu'un massacre se déroulait devant lui.

À l'inverse, le "regard" de la femme de Loth ne résultait pas d'une quelconque bienveillance, comme le prouva son attitude quand on lui demanda du sel. C'était par pure curiosité et non par pitié pour les personnes disparues. Elle voulait juste voir ce qui leur arrivait.

Ceci méritait en soi une sanction, mais la nature étrange de sa mort fut le résultat de son insensibilité concernant le sel. C'était là une preuve de son manque de bienveillance et l'on en déduit que son regard vers la destruction de Sodome ne provenait pas d'un quelconque souci pour autrui, mais qu'il était plutôt le résultat de sa curiosité.

La curiosité, un trait à ménager

Nous avons vu que la curiosité avide de la femme de Loth fut la cause de sa disparition. On apprend de là une leçon importante sur l'attitude à développer envers la curiosité. On peut penser que c'est un trait de caractère neutre, mais comme tout "trait de caractère neutre", la curiosité peut être employée de manière positive ou négative.

Il est vrai que la curiosité incite la personne à s'intéresser au monde et à élargir ses horizons. Le *'Hazon Ich* disait par exemple qu'il est permis de lire les gros titres des journaux afin de savoir ce qui se passe dans le monde. Cependant, si la curiosité est mal utilisée, elle est préjudiciable. Si elle est un but en soi, elle peut, au mieux, entraîner une perte de temps, mais elle risque

également, ce qui est bien plus regrettable, d'entraîner beaucoup de *Lachon Hara* et d'impliquer la personne dans des affaires peu recommandables.

Rav Steinman, dans son commentaire sur l'histoire de la femme de Loth, note qu'il est courant de nos jours de s'intéresser à chaque détail des tragédies qui surviennent. Apprendre trop de choses sur les événements difficiles peut avoir des conséquences négatives, comme une peur excessive, voire une paranoïa.

Quelle est l'opinion de la Torah sur les gens qui passent leur temps à enquêter et à discuter de ce qui se passe autour d'eux ?

Jérusalem, c'est par où ?

Dans la *Parachat Massé*, la Torah parle du cas du meurtrier involontaire. Il risque d'être tué par un membre de la famille du défunt qui voudrait venger le sang de son proche, jusqu'à ce qu'il s'exile dans une ville de refuge, dans laquelle il est en sécurité.

Les Sages nous informent que plusieurs panneaux indiquaient les villes de refuge, afin que le meurtrier puisse y accéder rapidement.

En revanche, quand les gens allaient au *Beth Hamikdash* pour les trois fêtes de pèlerinage, Jérusalem n'était pas indiquée. En effet, Hachem voulait que les gens s'interrogent les uns les autres et que les discussions soient ainsi axées sur un sujet de sainteté. Par contre, Hachem ne souhaitait pas que le tueur involontaire demande aux gens son chemin, parce que ces derniers risquaient de parler avec lui d'incidents déplaisants.

Ceci nous enseigne que bien qu'il soit acceptable d'écouter les informations, il convient de faire attention à ne pas dépasser la limite entre la connaissance et l'intérêt excessif pour les faits déplorable. L'histoire de la femme de Loth nous indique comment et quand l'intérêt porté à autrui est opportun.

Rav Yehonathan Gefen



SHA BATIK

N°94

Feuillet parents-enfants pour Chabbath

édité par  Torah-Box.com

Vayéra

1

LA PARACHA

A

DVAR TORAH À TROUS

Le chef de table lit le Dvar Torah, que les convives doivent compléter spontanément.

Dans notre Paracha, Avraham Avinou fait preuve d'une immense _____ (générosité) vis-à-vis de ses trois _____ (invités). Il leur sert les plus beaux morceaux de _____ (viande), une immense quantité de _____ (pain) et bien d'autres choses.

Cependant, il ne leur propose qu'une petite quantité d' _____ (eau).

On pourrait se demander pourquoi il se limite sur cette _____ (denrée).

Les commentateurs expliquent qu'il demande à quelqu'un d'autre de _____ (l'apporter). Il ne veut pas abuser d'autrui. Il ne fait pas de Mitsvot sur le compte des _____ (autres). C'est pourquoi il sent qu'il ne peut se permettre d'épuiser _____ (Yichmaël) en lui demandant d'apporter plus d'eau que strictement _____ (nécessaire).

B

QUIZ SUR LA PARACHA

Quelle ville sera détruite dans notre Paracha ?
(Sedom et sa banlieue)

D'où voit-on qu'Avraham Avinou enseigne la Mitsva d'accueillir les invités à Yichmaël ?
(Du fait qu'il lui demande de leur apporter de l'eau)

Pourquoi Avraham ne demande-t-il pas aussi à Yits'hak d'aller chercher de l'eau ? Ne veut-il pas l'éduquer également ?
(Yits'hak n'est pas encore né)

C

NUMÉROMÈTRE

Quel est l'âge d'Avraham à la naissance de Yits'hak ?
(100 ans)

Combien d'invités arrivent chez Avraham au début de la Paracha ?
(3)

Quel jour du mois de Nissan ces invités arrivent-ils ?
(le 15)

D

CÉKWA

J'apparais sous plusieurs formes ; je contribue grandement à la richesse de tout pays ; je suis en trois lettres en français et en hébreu. Je commence par un E. Je suis...
(L'eau)

Avraham me loue pour ma Tsniout. Je ris quand on me promet la naissance de Yits'hak. Je suis....
(Sarah)

E

A VOTRE TOUR

- Choisissez un point de la Paracha, et racontez-le en détail.
- Que feriez-vous pour accueillir vos invités de la meilleure façon possible ?



SHA BATIK

2

LES AVENTURES DE LA FAMILLE KRAPOK

Kin et Pavel Krapok sont des jumeaux comme dans les histoires : ils partagent tout ; entre autres, leur chambre, qu'ils aiment énormément. Ils y jouent aux avions, aux legos, aux batailles de coussins... C'est leur repaire favori.

Alors quand Maman leur annonce que Tata Gertrude Messaouda va y dormir durant son séjour dans leur ville, ils ne sont pas enchantés.

- Mais Maman, c'est NOTRE chambre ! s'exclame Kin.

- Où est-ce qu'on va jouer, nous, pendant cinq jours et cinq nuits ? s'inquiète Pavel.

- La journée, vous êtes à l'école, les rassure Maman. Le soir, vous pourriez toujours aller dans la salle de jeux. Et la nuit... eh bien vous irez dormir, tiens !

- La salle de jeux ? s'indigne Kin. Mais il y a Mirliti qui y joue à la poupée, et Balagounou qui monte et démonte ses circuits de trains dans toute la pièce !

- Sans parler de Natty qui fait ses devoirs ! ajoute Pavel.

- Natty qui fait ses devoirs ? s'esclaffe Kin. Tu veux dire, Natty qui fait voler des avions en papier dans toute la salle au lieu de faire ses devoirs.

- Même pas vrai ! s'écrit Natty depuis l'autre pièce. D'abord je fais mes devoirs, et ensuite seulement, j'en fais des avions en papier ! Ca m'évite d'avoir à les coller dans mon cahier, c'est tout ! C'est une très bonne technique, je trouve !

Les deux jumeaux éclatent de rire, mais retrouvent vite leur mauvaise humeur :

- Tata Gertrude Messaouda va avoir notre chambre pendant que nous serons condamnés à jouer dans la salle de jeu et à dormir sur des matelas dans la chambre de Natty. Franchement... C'est nul !

Tous deux font volte-face et se dirigent vers le jardin pour discuter.

- Tu sais quoi, Pavel ? chuchote Kin. Je propose de jouer à Tata un tour, pour qu'elle n'ait plus envie de rester dans la chambre !

A POUR S'AMUSER

Quelles idées donneriez-vous aux jumeaux ?

- Et si on y mettait une voiture télécommandée que l'on activerait à travers la porte ? Ca bougerait tout le temps ! propose Pavel.

- A moins qu'on ne vide le peau de peinture verte partout dans la chambre, même sur le lit ! rit Kin.

- Ah non ! Après on aura une chambre affreuse !

- Ah oui c'est vrai. Alors... Viens on renverse des miettes de partout !

- Pas mal. Bon. Moi je propose de demander conseil aux copains en classe, demain, lance Pavel.

Et c'est ce qu'ils font. Le lendemain, les idées fusent dans la cour de récréation.

- Mettez dans la chambre plein de parfum très fort qu'elle n'aime pas !

- Revenez toutes les cinq minutes pour dire que vous avez oublié de prendre un jouet, ou un vêtement !

L'HISTOIRE CONTINUE

- Achetez un aquarium géant et mettez-y un crocodile !

Chaque enfant y va de son idée. Jusqu'à ce que le surveillant ne s'approche des jumeaux.

- Kin ? Pavel ? les appelle-t-il.

- Oui, Monsieur Jvél-Dir ?

- J'ai entendu ce que vous avez raconté à vos camarades, et ce que vous essayez de faire. Et j'aimerais vous demander... Est-ce que vous auriez aimé que l'on vous fasse ce que vous prévoyez de faire à votre tante ?

- Ah non ! s'exclament les jumeaux, en chœur.

- Eh bien... Peut-être qu'elle aussi n'aimerait pas du tout que l'on lui inflige ça. Vous l'aimez bien, je le sais. Elle est gentille. Elle habite en Amérique, elle ne vient que très rarement. Quand vous êtes allés chez elle il y a deux ans, vous aviez adoré ! Je me souviens que vous nous aviez tout raconté !

- Oui ! Elle nous avait bien gâtés ! acquiescent les enfants.

B POUR RÉFLÉCHIR

Quel est le lien entre cette situation et notre Paracha ?

- Alors... Pourquoi la faire souffrir, alors que vous avez l'opportunité de l'accueillir comme invitée ? Les invités, c'est très précieux ! Dans notre

L'HISTOIRE RE-CONTINUE

Paracha, Avraham Avinou a attendu dehors pour en trouver, alors que le soleil était terriblement ardent.

- C'est vrai, approuve Kin.

- Alors, on va lui réserver un accueil MAGNIFIQUE ! décide Pavel.

C

FIN

Quand Tata Gertrude Messaouda arrive, la joie ne connaît plus de limites chez les Krapok. Tous les enfants l'embrassent et lui souhaitent la bienvenue. Et bien sûr, Kin et Pavel ont tout préparé : musique, guirlandes, carafe de lait au chocolat... Et bien sûr, leur chambre. Ils y traînent sa grosse valise, qu'ils posent délicatement dans un coin.

- Tata, nous sommes très, très heureux et honorés de te laisser notre chambre ! déclare Kin d'un ton on ne peut plus solennel.

- Nous te prêtons même nos lego, au cas où tu t'ennuies un soir, renchérit Pavel.

- Ah ! C'est si gentil ! les remercie leur tante. Je suis extrêmement touchée. Heureusement que vous n'êtes pas comme moi ! Vous savez, je vais vous avouer un secret. Quand j'avais votre âge, mon oncle devait prendre ma chambre, et... je n'ai pas voulu. J'ai pensé à un moyen très efficace pour l'en dissuader. Savez-vous ce que j'ai fait ?

- Tu as installé un aquarium avec un crocodile ? lance Kin.

- Ou tu as renversé des miettes partout ? suggère Pavel ?

- Ou bien tu as juste mis des tonnes de parfum pas bon dans la chambre ? interroge Kin.

- Non. J'ai renversé un pot de peinture sur le bureau, le sol, le mur, et même le lit. De la peinture...

- Verte ! s'exclament-ils tous en chœur.

- Mais dites-moi, les enfants, s'interrompt Tata Gertrude Messaouda. vous avez l'air d'avoir bien réfléchi à la question !

- Euh... Euh... Ben... Oui... bégayaient les jumeaux. Mais... Bon, nous avons préféré profiter de pouvoir accomplir la Mitsva de Hakhnassat Orkhim, d'accueillir les invités !



SHABATIK

3

JEUX

A

QUE SUIS-JE ?

- Je suis emporté à la sortie d'Égypte.
- Je suis parsemée de trous.
- Motsi ou Mezonot ? Telle est la question.
- On dit qu'on me mange dans notre Paracha.

> Matsa

B

CHARADE EMMÊLÉE

- Mon premier circule mieux sur les chauves.
- Mon deuxième est souvent ajouté dans les plats.
- Mon troisième est synonyme de confort.
- Mon quatrième est un peuple barbare.
- On dit mon cinquième quand on veut inciter à la rapidité.
- Mon sixième est une boisson.
- Mon septième est un bruit de bébé.
- Mon huitième est aquatique.
- Mon neuvième est une note de musique.
- Mon dixième se taille.
- Mon onzième et mon douzième sont des lettres de l'alphabet.
- Mon tout est l'un des objectifs d'Avraham lorsqu'il invite les autres à sa table.

> Pou

> Sel

> Aise

> Huns

> Wite i

> Thé

> Aneuh

> Mer

> Si

> Hâte

> H, M

>> Pousser les invités à remercier Hachem

C

DOUBLE-MOKISKASH

Le chef de table murmure à l'oreille de deux convives chacun des deux premiers Mokiskash. Les autres convives doivent identifier ces mots. Pour cela, ils n'ont le droit de poser que des questions dont la réponse est "oui" ou "non". Ils poseront des questions aux deux convives simultanément.

Celui des deux convives dont on trouvera le mot en dernier aura gagné.

On reproduira ensuite l'opération pour les deux autres mots.

Matsa, langue, moutarde, seau, violon, collier

D

CHASSEZ L'INTRUS

Michaël, Refael, Gabriel, Ouriel, Ouziel

(Ouziel : ce n'est pas un ange)

E

RIMES EN VERS

Vous étiez invités chez Avraham Avinou hier soir. Racontez, chacun à son tour, l'un des points de son accueil que vous avez le plus appréciés – en quatre vers qui riment.





Désireux de recevoir une Brakha pour sa réussite, Chimon décide de se rendre chez le Rabbi de Gestein, à plusieurs centaines de kilomètres de chez lui.

Il arrive de nuit dans la ville, et cherche l'hôtel. Il erre dans les rues, avant de distinguer une chandelle allumée à une fenêtre.

- Tiens, j'ai trouvé l'hôtel ! s'exclame-t-il.

Il frappe à la porte. Un homme âgé vient lui ouvrir.

- Ah, maître d'hôtel ! s'exclame Chimon. Peux-tu prendre mes bagages et me donner ta meilleure chambre ? Je te paierai bien.

- Oui, bien sûr ! sourit son interlocuteur, en saisissant d'une main faible sa grosse malle.

Chimon le suit à l'intérieur.

- Maître d'hôtel, active-toi, j'ai un petit creux. Je prendrais bien un petit goûter.

- Oui, tout de suite, mon ami ! accourt le vieillard. Quel genre de goûter ?

- Des frites, du poulet, du steak, de la salade cuite... Ah, de la 'Halla toute chaude du four, aussi, ce serait sympa. Et pourquoi pas un peu de Pkeila, pour faire passer le gras des frites...

- Euh... Il est 23 heures... tempère le maître des lieux.

- Ah, bon, alors je me passerai de dessert. Mais prépare-moi tout le reste. Ah, et une soupe de lentilles avec de la viande mijotée, aussi, tiens.

Pendant que son hôte prépare le « goûter », Chimon s'installe confortablement, les pieds sur la table, un livre dans les mains. Inutile

de préciser qu'il a pris ce livre de la bibliothèque du coin de la pièce. On l'aura bien compris : ici, il fait comme chez lui !

Le vieillard revient au bout d'une demi-heure avec une partie des mets, et continue de s'affairer dans la cuisine tandis que Chimon se met à manger.

Le temps passe. Au bout de quelques heures, Chimon a mangé tous les plats qu'il avait commandés. A présent épuisé, il se dirige vers la chambre qui lui a été attribuée.

- Ah, au passage, lance-t-il à son interlocuteur. Cire mes chaussures, j'ai quelqu'un d'important à aller voir demain matin.

Le lendemain, dès le lever du soleil, Chimon bondit de son lit. Il récupère ses souliers cirés et se précipite à l'extérieur, droit vers la synagogue. Après l'office, il cherche à se placer dans la queue pour parler au Rabbi de Gestein.

- Il est où, le Rabbi ? demande-t-il à la ronde.

- Il est là-bas, lui indique quelqu'un avec un geste de la main.

- Hein ? Tu te paies ma tête ? C'est là le maître d'hôtel, lui ! Je cherche le Rabbi de Gestein !

- Euh... Non, mon ami, il n'y a pas d'hôtel dans notre ville.

Chimon pâlit. La honte le saisit de plein fouet. Il a traité cet homme si important comme un simple serviteur ! Arrivé devant lui, il se fond en excuses. Tremblant, il exprime au Rabbi son profond regret pour son attitude.

- Je te pardonnerai, sourit le sage, à une seule condition.

A DEVINEZ

• *Quelle est la réaction du Rabbi ?*

SUITE DE L'HISTOIRE

- La condition, reprend le Rabbi, c'est qu'à chaque fois que tu reviendras dans notre ville, tu logeras chez moi.

- Euh... Sauf votre respect... Je ne comprends pas, Rav.

- Vois-tu, explique le Rabbi de Gestein. Comme j'ai un titre assez

honorifique, personne ne me confie plus de missions qui requièrent une humilité particulière. Or, je suis particulièrement attaché à celle de cirer les chaussures. Ta présence, cher ami, me donnera l'opportunité de cirer les souliers d'un autre Juif. Alors, je t'en prie, ne m'en prive pas !

B LES ZEXPERTS

- *Quelle est l'erreur de Chimon ?*
- *Comment Chimon réagit-il quand il s'en rend compte ?*
- *Quelle condition le Rabbi pose-t-il quand Chimon lui présente ses excuses ?*

C IMAGINEZ

• *Le Rabbi a bien réagi. Imaginez la pire réaction qu'il aurait pu avoir.*

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

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

Textes : Yémima Guedj | Responsable : Rav Michael Allouche



Témoignage : "Mon fils, un miracle vivant"

"La situation est sérieuse : attendez-vous à de probables séquelles". Face à de tels mots, mon mari s'efforce de ne pas être réceptif mais, au contraire, de n'avoir qu'une seule idée en tête : le Juif n'est pas astreint aux lois naturelles..."



Par l'intermédiaire de ce récit, je souhaite sanctifier le Nom d'Hachem en témoignant du miracle dont Il nous a gratifiés dans Sa grande miséricorde. Je souhaite également donner aux autres l'espoir et la force de surmonter leurs épreuves, notamment grâce au pouvoir de la prière. Il est dit qu'à 120 ans, en quittant ce monde, l'homme rira car il comprendra enfin le sens de chaque souffrance vécue ici-bas... Notre histoire débute après deux longues années d'attente : je suis enfin enceinte... et c'est un garçon.

Neuf mois pour naître

La grossesse est difficile : un premier décollement me contraint à l'alitement pour une période d'un mois.

Quelques semaines plus tard, après une hospitalisation avec préconisation d'une fausse couche, je quitte l'hôpital et suis à nouveau contrainte à l'alitement : cette fois, pour les 5 prochains mois ! Nos Sages enseignent que l'un des objectifs de la maladie est de contraindre le malade à réfléchir sur lui-même. Je profite donc de ce temps pour écouter des cours de Moussar. Puis, je me mets à faire ce que je n'avais jamais pris le temps de faire : je m'adresse à Hachem.

Au début par la pensée, puis par des mots. Je prie occasionnellement, puis régulièrement. Sans le savoir, je me prépare à vivre des

moments plus intenses encore que ceux que je vis à présent.

L'accouchement

Dimanche 9 juin 2013, je me ballade dans le Marais accompagnée de mon mari et mes beaux-parents. Je ressens une douleur particulière : j'entre en clinique, il est 20h. Quelques heures après, le travail se fait tant bien que mal ; l'anesthésiste met beaucoup de temps à arriver... J'ai mal. Soudain, le docteur m'annonce que le rythme cardiaque de bébé ralentit. Il faut faire vite. Je sens à mes côtés mon mari prier, implorer le Ciel de me délivrer... Ça y est, ça vient. J'accouche enfin. Merci mon D.ieu !

Puis, je ressens une agitation autour de moi : médecins et sages-femmes embarquent à toute vitesse le nourrisson. Bébé n'a pas pleuré. Il est hypotonique avec un mauvais test PH. On décide de le transférer en urgence en soin de réanimation néonatale... Il sera finalement transféré au petit matin à l'hôpital de Clamart.

Au cœur de l'épreuve : la providence Divine

Une fois arrivé, bébé fait des convulsions et on lui trouve une sérieuse lésion au cerveau (due à un probable AVC lors de la grossesse ou de l'accouchement). Le diagnostic du corps médical est clair : "Votre enfant est dans un





état critique". Les médecins appliquent le protocole : mise sous hypothermie afin de traiter chaque organe au mieux, puis attendre 7 jours l'IRM qui fera état de la situation.

Malgré notre souffrance, mon mari et moi ne perdons pas espoir. Nous implorons Hachem à chaque instant un peu plus... Nous nous adressons tous les jours à notre fils chéri pour l'encourager et lui communiquer la moindre énergie positive qui est en nous. Quelle détresse que de rentrer dans sa chambre sans sa progéniture !

Plus que 4 jours à attendre l'IRM, les médecins persistent dans leur pronostic : "La situation est sérieuse : attendez-vous à de probables séquelles". Face à de tels mots, mon mari s'efforce de ne pas être réceptif mais, au contraire, de n'avoir qu'une seule idée en tête : le Juif n'est pas astreint aux lois naturelles...

De mon côté, je répète aux médecins : "Vous savez, chez nous le miracle est possible : seul D.ieu a le pouvoir de décider de la santé de Ses créatures. Et sachez que dans le monde entier, on prie en ce moment pour mon fils !"

C'est alors qu'un extraordinaire mouvement de solidarité se crée par l'intermédiaire de nos proches : des dizaines d'enfants prononcent la bénédiction sur des bonbons, une chaîne de *Téhilim* est récitée en boucle par plusieurs groupes, certains proches non-pratiquants nous avouent prier pour la première fois. Une cousine décide de jeter ses pantalons, une autre de prendre sur elle un jour de *Tzniout* par semaine, un parent renonce à ses consultations médicales le Chabbath... Incroyable !

Enfin, nous récoltons la bénédiction des Grands de la génération. Grâce au soutien du Rav de mon mari, nous avons la chance d'être encadrés par les *Téfilot* d'un *Gaon* de Jérusalem, dont nous ne pourrions jamais oublier la précieuse aide.

Chabbath '*Houkat*, en plein après-midi, notre fils commence à se réveiller et à respirer par lui-même... Progressivement, chaque organe se

remet à fonctionner. C'est loin d'être suffisant, mais cela renforce nos convictions que tout ira bien. Nous devons attendre le résultat de l'IRM décisif sur son état de santé qui doit avoir lieu lundi.

Epilogue

Lundi 17 juin : un orage s'abat subitement sur l'hôpital pendant qu'a lieu l'IRM, à tel point qu'une partie du bâtiment est inondée... Impossible de ne pas voir là la présence d'Hachem ! A 18h, le verdict tombe enfin : la lésion a disparu. Un véritable miracle ! Notre fils est hors de danger. Le professeur en charge du dossier est stupéfait et reconnaît que la science n'explique pas tout : "Vous espériez un miracle et avez été exaucés..."

Nous avons ainsi pu faire le *Pidyon Habèn* à 30 jours puis la *Brit Mila* à 6 semaines. *Baroukh Hachem*.

En guise d'anecdote

La veille de l'IRM, mon cousin, proche de Rabbi David Abi'hssira, lui rend visite afin de s'assurer personnellement que ses *Brakhot* nous accompagneraient bien dans cette étape cruciale. Le Rav répond par 2 mots (et en arabe !) au sujet du résultat de l'IRM qui doit se tenir dans quelques heures : *Ichdam Walo !* "Il n'y a rien !"

En guise de conclusion

Notre fils s'appelle Its'hak. Il vient tout juste de fêter ses 3 ans. Grâce à lui, de nombreuses âmes se sont réveillées, prenant conscience que tout ne tient qu'à un fil et que ce fil n'est qu'entre les mains d'Hachem. Il est dit qu'à 120 ans, en quittant ce monde, l'homme rira car il comprendra enfin le sens de chaque souffrance vécue ici-bas... Dans Sa grande miséricorde, nous n'avons pas eu à attendre 120 ans pour être délivrés ! Itshak peut déjà commencer à rire.

Lé'haïm !

Vanessa T.

Municipales 2018 : Maaminim et Mickaël Bensoussan La Torah s'impose à Tel-Aviv !

Mickaël Bensoussan est le dynamique représentant des Francophones sur la liste Maaminim – qui regroupe toutes les formations religieuses de la ville – aux municipales de Tel-Aviv. Flash sur un candidat qui n'a pas froid aux yeux !

Tel-Aviv, un bastion incurable de laïcité ? Oui, mais force est de constater que la Torah parvient à s'y imposer avec de plus en plus de force au fur et à mesure que grandit sa population francophone. C'est en tout cas ce que nous explique Mickaël Bensoussan, un dynamique Olé placé en quatrième position de la liste *Maaminim* aux municipales de la ville balnéaire.

Maaminim, comme son nom l'indique, regroupe tous les partis religieux – à l'exception du Chass – qui œuvrent au sein de la mairie de Tel-Aviv, phénomène quasi-unique dans le paysage politique israélien. Cette union exceptionnelle, nous la devons à sa tête de liste, le Rav Naftali Loubart, qui siège depuis 20 ans à la municipalité et est parvenu à créer autour de lui le consensus grâce à sa personnalité unique.

Mickaël, quant à lui, a fait son *Alya* depuis 2 ans (seulement ? Oui. Preuve de son courage indéniable !). Marié et père de 3 enfants, Mickaël monte en spiritualité en même temps qu'il monte en Israël et œuvre depuis sans relâche au sein du monde associatif en faveur des Francophones de Tel-Aviv. Il est tout naturellement choisi par le Rav Loubart pour représenter les Francophones, qui manquent cruellement d'un délégué capable de faire entendre leur voix dans les couloirs de la municipalité.

Le plus : Le parti de Mickaël a reçu la bénédiction du Rav 'Haïm Kaniewsky et du Rav Ron Chaya.

Leurs besoins ? "Ils sont nombreux", explique Mickaël. "Le nombre de jardins d'enfants religieux atteint à peine la moitié de ce qu'il devrait être et aucune activité toranique extrascolaire n'est proposée. Bien souvent, des parents religieux ou même traditionnalistes se tournent vers le laïc, par simple commodité."



Au niveau communautaire, poursuit Mickaël, les Francophones manquent de structures. Si un grand nombre de synagogues a *Baroukh Hachem* vu le jour à Tel-Aviv ces dernières années, il n'en reste pas moins qu'il reste insuffisant et que trop souvent, des solutions à la base précaires se voient perdurer, faute de budget.

Enfin, Mickaël souhaite œuvrer en faveur d'événements culturels toraniques en français subventionnés par la mairie, chose quasi-inexistante à ce jour. "Les gens reçoivent par mail des invitations à des festivals de théâtre alors qu'ils auraient préféré de loin assister à la *Hilloula* d'un *Tsadik* ou à un cours de Torah ! L'incompréhension entre les Francophones et la mairie est abyssale sur ce point et tout reste à faire. Je promets de m'y attacher si je suis élu, en plus des tâches courantes que j'effectue déjà aujourd'hui, comme l'aide bénévole aux *Olim* confrontés aux difficultés courantes de l'intégration (bureaucratie, courrier en hébreu, droits sociaux, etc.)."

Ce qu'on en pense ? Il semble que la Torah à Tel-Aviv a un bien bel avenir devant elle...

Elyssia Boukobza



10 Ségoulot pour trouver un mari

Vous êtes célibataire et comptez ne pas le rester ? Torah-Box vous propose 10 Ségoulot à appliquer sans plus tarder pour trouver rapidement votre moitié...



Nombreuses, et c'est bien naturel, sont celles qui cherchent des *Ségoulot* pour trouver rapidement l'âme sœur. A ce propos, rien de tel que de prendre sur soi dès maintenant certaines Mitsvot en tant que *Ségoula*...

1 Engage-toi à respecter les lois de la pureté familiale selon la *Halakha* après ton mariage.

2 Engage-toi, lorsque tu auras le privilège de fonder ton propre foyer, à prendre soin d'allumer les bougies de Chabbath à l'heure, ou même avant.

3 Engage-toi à encourager ton mari à fixer des heures d'étude de la Torah et à respecter ces heures même dans les périodes qui s'y prêtent moins.

4 Engage-toi, après ton mariage, à préparer et prélever la '*Halla* en prononçant la bénédiction au moins une fois par mois.

5 Une fois mariée, engage-toi à te couvrir les cheveux conformément à la *Halakha*.

6 Engage-toi à remercier Hachem chaque jour de t'avoir trouvé un conjoint, après que tu l'auras rencontré.

7 Engage-toi, après ton mariage, à renforcer des amies encore célibataires et à les aider par tous les moyens à trouver leur âme sœur.

8 Engage-toi à verser une somme d'argent pour une *Kalla* nécessaire après tes fiançailles.

9 Engage-toi à respecter les règles de *Chmirat Néguia*, c'est-à-dire à t'abstenir de tout contact physique pendant tout le processus de recherche d'un conjoint et jusqu'à la '*Houpa*.'

10 Engage-toi à respecter en détail les règles de la *Cacheroute* dans ton futur foyer.

Béhatsla'ha !

Equipe Torah-Box





Guide pratique pour retrouver son calme et sa sérénité

Si je devais décerner la palme de l'ennemi qui nous éloigne constamment d'une vie sereine, elle reviendrait probablement à cette éternelle course contre la montre qui rythme nos journées à toutes, course qui nous laisse indéfiniment face à cette liste de tâches repoussées à "quand j'aurai le temps"...

La société dans laquelle nous vivons nous plonge dans une course de stress permanente. Même après avoir déployé des efforts surhumains pour coller avec le système, on se retrouve souvent déçues de nous-mêmes...

Sur le plan de la beauté physique, la société met des barrières très hautes, elle n'accepte ni les rondeurs ni les rides. Certaines dépensent des fortunes pour se calquer à certains critères de beauté que des inconnus leur ont imposés.

Sur le plan émotionnel, le mariage n'est plus l'institution forte et intouchable d'autrefois.

Enfin sur le plan économique, on doit bien souvent cumuler plusieurs emplois pour vivre correctement sans finir le mois dans le rouge. La vie est devenue chère et la société crée des besoins que nous n'avions pas.

Et si je devais décerner la palme de l'ennemi qui nous éloigne constamment d'une vie sereine, elle reviendrait probablement à cette éternelle course contre la montre qui rythme nos journées à toutes, course qui nous laisse indéfiniment face à cette liste de tâches repoussées à "quand j'aurai le temps". Le fait que nous accomplissions toujours nos actes dans l'urgence trouble notre jugement et enlève le cœur que nous aurions mis à l'ouvrage si nous avions été moins pressées de terminer. Parfois, on est tellement plongées dans ce que nous avons à faire, que nous ne nous rendons même pas compte que nous utilisons les mauvais outils ou la mauvaise méthode. On continue sans prendre le temps d'évaluer les options, sous prétexte justement qu'on manque de temps.

Bref, vous avez compris l'idée : la vie est très stressante. C'est pourquoi nous avons décidé de vous proposer un guide pratique avec des exercices corporels mais également des



méthodes concentrées sur l'intellect et l'affectif pour faire face à cette vague d'agressions quotidiennes et retrouver une vie paisible et sereine. Nous vous proposerons des exercices concrets de respiration mais également un travail plus approfondi sur la pensée positive. Ce guide est à mi-chemin entre un coaching de vie et une étude basée sur la Torah.

Voici une partie du programme que nous détaillerons dans les articles suivants :

- Exercices de respiration
- Relaxation musculaire progressive
- Imagerie guidée
- Soins personnels et affection
- Musique
- Pensée positive
- Tenue d'un cahier quotidien de reconnaissance
- Apprentissage quotidien et cours de Torah

A la semaine prochaine pour commencer à travailler ensemble et goûter enfin au goût agréable d'une vie sereine que nous méritons toutes et qui est à la portée de nos mains.

Myriam H.





Faire la *Amida* avec un bébé dans les bras

A-t-on le droit de prier la *Amida* avec un bébé dans les bras ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

1. Pendant la *Amida*, il est strictement interdit de tenir un bébé dans les bras.
2. Si vous êtes au milieu de la *Amida* et que votre bébé pleure à chaudes larmes et qu'il crie sa faim ou sa misère : s'il ne comprend pas vos signes et vos "grimaces" et qu'il vous est impossible de poursuivre votre prière, il est permis de le prendre dans les bras, sans parler. Il est également permis de poser devant lui des aliments ou des friandises, même s'il faut se déplacer pour cela. Il faut préférer cette solution (*Choul'han Aroukh* 96, 1 ; *Iché Israël* 11, 21 ; *Piské Téchouvot* 104, 3 et 6 ; *ibid.* 96, 1).

Les 365 tendons du corps en rapport avec la médecine chinoise ?

Je m'intéresse énormément aux sciences médicales et anatomiques et j'aimerais étudier ce sujet d'après le Talmud et la Torah, notamment pour m'encourager à étudier chaque jour. J'ai entendu dire que les 248 organes correspondent aux os de notre squelette et que les 365 tendons correspondent aux méridiens de la médecine chinoise. Est-ce vrai ?



Réponse de Rav Morde'hai Bitton

Non, ces 246 membres et 365 tendons n'ont pas de lien avec la médecine chinoise. Ils représentent des membres spirituels qui ont une traduction physique et qui sont "musclés" par nos Mitsvot. Chaque fois que nous accomplissons une Mitsva, nous musclons des fonctions spirituelles mentales psychiques qui "créent" ce que les kabbalistes appellent la '*Halouka Dérabban*' (voir le premier chapitre de *Chaaré Kédoucha* de Rabbi 'Haïm Vital), c'est-à-dire le corps spirituel qui va être le nôtre dans le monde futur. On le prépare et donc on le ressent (à un certain niveau) déjà en ce monde, mais on ne le vit pleinement que dans le monde futur. Je dois vous avouer que cela n'a qu'un très, très, très lointain rapport avec la médecine chinoise, qui s'intéresse à nos énergies mais qui ignore les "ordres divins qui sont autant de médecines pour le corps". Vous pouvez vous procurer "Bien dans son corps, bien dans son âme" édité par Torah-Box sur les médecines alternatives à partir du Rambam ou tous les livres vendus dans les librairies juives en France sur ce thème. Bon courage et bonne lecture.

Quel cognac est Cachère ?

Existe-t-il un cognac Cachère ? Si oui, lequel ?



Réponse de Dan Cohen

Un cognac est un vin distillé. Par conséquent, pour être Cachère, il doit impérativement être élaboré à partir d'un vin Cachère. On ne peut acheter un cognac que s'il y a un tampon de Cachroute sur la bouteille. En général, il sera plus simple de trouver un cognac Cachère dans un commerce Cachère, mais il est également possible d'en trouver dans la grande distribution. Pour vous donner un exemple, il existe un cognac appelé Louis Royer X.O. On ne peut l'acheter que s'il y a le symbole du OU (*Orthodox Union*) sur la bouteille.



Aller au Mikvé pendant Yom Tov

Peut-on aller au Mikvé pendant Yom Tov, pour un homme ou une femme ?



Réponse de Rav Avraham Garcia

Pour Yom Tov, la *Halakha* est la même que pour Chabbath. Ainsi, concernant les hommes, certains y vont, mais il faudra faire attention de ne pas se tremper dans un Mikvé chaud et de ne pas presser les cheveux pour les faire sécher. Pour une femme, si son Mikvé tombe Yom Tov, elle devra y aller.

Dans quel corps un défunt ressuscitera-t-il ?

Si un enfant est décédé il y a 4 ans, son âme aura le temps de revenir dans un autre corps. Cela voudrait-il donc dire que sa famille, ceux qui aimeraient tant le revoir, ne le reverra jamais, puisque c'est le dernier corps du défunt qui ressuscitera ? J'attends vos éclaircissements et merci pour tout Torah-Box !!



Réponse de Rav Avraham Taieb

La *Néchama* n'est pas limitée comme le corps ; elle a donc la possibilité de se diviser dans plusieurs corps. A vrai dire, ce sont les Mitsvot qui ont été faites par chaque corps – et qui auront donc contribué à l'accomplissement de la réparation de la *Néchama* – qui lui donneront le mérite de ressusciter (*Maguid Mécharim* sur *Parachat Mikets* ; *Sifté Kohen* sur *Parachat Behar*, *Vayikra* 25,23). Certains avis pensent que seul le dernier corps ressuscitera (*Séfer Arvé Na'hal Parachat Chela'h*, 3).

Dormir avec un Téhilim sous mon coussin

Est-il permis de dormir avec un livre de *Téhilim* sous l'oreiller pour éviter les mauvais rêves ou pour être protégé dans la nuit ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

1. Il est interdit de dormir sur un lit où est posé un livre de *Téhilim* ou tout autre livre investi de *Kédoucha* et, à plus forte raison, si vous "étouffez" le livre avec votre coussin (*Choul'han Aroukh Yoré Déa* 282, 7 [dans le Rama] ; *Séfer 'Hassidim* 157 ; *Pélé Yoets*, chapitre "Séfer").
2. La meilleure protection pour la nuit est le *Kriat Chéma Al Hamita* ainsi que le fait de passer en revue ses actions avant de dormir afin de les améliorer le lendemain (*Choul'han Aroukh* 239, 1 ; *Michna Broua* 239, 9).

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



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



0825.566.661 (0.15 cts/min)



03.721.90.85 (gratuit)

www.torah-box.com/question



Torah-Box Magazine | n°49



Alya & tracas

Episode 7 : Une surprise pour le moins... déconcertante !

Au fil des semaines, Déborah Malka-Cohen & Torah-Box vous racontent l'épisode d'une saga riche en émotions !

Dans l'épisode précédent : Orlane décide de se rendre à la Brit-Mila à laquelle elle a été invitée par 'Hanna et Rachel, même si elle ne connaît personne à par elles. Une fois sur place, elle découvre avec stupéfaction que Nourit, la jeune accouchée, ne lui est pas du tout inconnue !

♦♦♦

Je mis quelques secondes à comprendre comment elle connaissait mon prénom et d'où elle me connaissait quand soudain ma case mémoire se réveilla elle aussi : "Nourit ! C'est bien toi, ma Nourit ! J'étais à des kilomètres de penser que c'était de toi dont 'Hanna et Rachel me parlaient !

- Mais oui ! Viens ici que je t'embrasse correctement et que je te regarde un peu ! Tu ne peux pas savoir comme je suis contente de te voir ! Les filles, je vous bénis."

D'une même voix, nous avons expliqué que c'était au cours d'un circuit de trois semaines en Israël que nous nous étions rencontrées. L'un de mes plus beaux souvenirs de ce voyage restait justement ma rencontre avec Nourit. De retour en France, comme elle habitait à Strasbourg et moi à Paris, il avait été difficile de garder le contact. Passé le choc de nos retrouvailles, j'avais demandé : "Mais dit moi, cela fait combien de temps que tu habites en Israël ?

- Figures-toi que l'année du circuit, j'ai tellement aimé notre pays que j'ai harcelé mes parents pour qu'ils me laissent partir dans un séminaire. Ils ont fini par accepter. La même année, j'ai rencontré mon mari et depuis je ne suis plus repartie. D'ailleurs, je te présente le dernier né d'une fratrie de cinq. Et toi alors, raconte !" Je lui faisais un rapide topo de ma vie lorsque nous fûmes interrompues. C'était l'heure de la Brit. Nourit m'avait demandé : "Tu restes pour le repas, j'espère ? Tu ne vas pas te volatiliser de nouveau !

- Ah non, je ne veux surtout pas te déranger. Tu n'as pas prévu pour nous...

- Ne dis pas de bêtise ! On doit rattraper le temps perdu. Rachel, je compte sur toi pour ne pas la laisser filer."

En me plaçant du côté des femmes, je gardais un œil sur mes fils qui jouaient avec des petites voitures près de moi. Brusquement, l'une des voitures avait filé à l'extérieur de la salle. Simon avait suivi son jouet. De peur qu'il ne s'éloigne trop et qu'une voiture ne passe au même moment, j'avais décidé de le suivre. Et au moment où je sortais de la synagogue, je découvrais sur le trottoir d'en face, un homme que je connaissais bien, puisqu'il n'était autre que... mon mari en personne !

Mon cœur cognait si fort dans ma poitrine que j'étais comme paralysée. Je ne pouvais même pas lui faire signe que j'étais là, à quelques centimètres de lui. Découvrir que mon mari était dans le même pays que moi m'avait fait le même effet que si un piano m'était tombé sur la tête. J'étais complètement abasourdie. Simon, qui lui aussi l'avait reconnu, s'était mis à appeler de toutes ses forces : "PAPA ! PAPA !" Liel, qui ne nous avait pas vus, s'était retourné d'un coup et je crois que je n'oublierai jamais la tête qu'il avait fait, puisque je devais avoir à peu près la même ! Simon s'était élancé vers lui avant même que je ne réalise que Liel m'avait menti. Pire, il avait trahi ma confiance en me faisant croire qu'il était prétendument bloqué en France... Ma première réaction, si nous n'avions pas eu un témoin de petite taille qui plus est notre fils, aurait été de lui dire tout le bien que je pensais de son comportement. En me contenant de toutes mes forces, je l'avais laissé prendre notre fils dans ses bras. Lorsque j'avais entendu Liel lui dire qu'il était content de le voir et à quel point il lui avait manqué, j'avais ressenti une énorme injustice. À cette seconde, je comprenais pour la première



fois la raison qui pousse certains parents à se battre pour obtenir la garde complète de leurs enfants lors d'un divorce. En fait, c'est un moyen de pression parfait pour montrer à quel point l'autre nous a fait du mal. Je trouvais injuste qu'il reçoive l'amour inconditionnel de son fils, alors que c'était un menteur.

Je savais que je n'en arriverais jamais là, car la seule conséquence de ce comportement est de détruire la vie des enfants qui se retrouvent pris en otage dans un conflit entre adultes qui les dépasse. Essayant de retrouver un rythme cardiaque normal, je m'étais contentée de lui envoyer un regard noir.

Lui avait osé déclarer la phrase-cliché qu'aucune femme au monde n'a envie d'entendre. Et pourtant c'était bien moi qui étais sur ce trottoir et c'était bien moi à qui on disait cette phrase : "Attends, je peux tout t'expliquer..."

- S'il te plaît ! Je te demande juste d'arrêter de me prendre pour une idiote parce que ça en est presque insultant. Que fais-tu là ? Et pourquoi

m'as-tu dit que tu allais passer Chabbath chez ton frère ?

- Je tiens à préciser que techniquement que je ne t'ai pas menti sur ce point ! Je suis bel et bien chez mon frère et Betsabée. Ils ont pris un appartement en location pour deux semaines à deux pas d'ici. J'étais en route pour chez nous pour vous faire une surprise !

- Je crois que tu te payes vraiment ma tête !

- Non, je t'assure que c'est vrai. En fait, hier je n'étais pas sûr d'arriver à temps et comme je ne souhaitais pas nous faire une fausse joie, j'ai pensé que...

- NOUS ?

- Oui, nous ! Crois-le ou non, mais moi aussi je me sentais très mal de pas être avec vous ! Hier, j'ai pris le dernier avion et je suis arrivé à l'heure in extremis. J'ai filé directement chez mon frère. J'avais prévu de tout t'expliquer une fois que je serais rentré à la maison, en te disant que je t'ai également épargné la corvée d'aller rendre visite à Betsabée et mon frère.

**VOUS RÊVEZ DE FAIRE
CARRIÈRE ?**



**NOUS RECRUTONS À
NETANYA**

- 6 RESPONSABLES DE PORTEFEUILLE
CLIENTÈLE BTOB**
- 4 TÉLÉCONSEILLERS JUNIORS (FORMATION
ASSURÉE)**

Contact :
0545906072
drh@grouptelecommarket.com

 GROUP TELECOM MARKET

TRAVAUX À LA FRANÇAISE

TEL : 054-447 01 61

 B.Z Rénovation



RÉNOVATION TOTALE D'APPARTEMENT

99.000 ₪

- 100 m² carrelage 60x60
- 10 m² sdb 33x33
- 28 m² mur sdb
- 4 portes étanche à l'eau
- 1 toilette suspendu
- Meuble bas sdb 80 cm
- 1 robinet
- 1 douche d'angle
- 1 barre de douche
- Cuisine complète (bois sandwich) jusqu'à 4.5 mètres + marbre + choix de couleur + lavabo cuisine + robinet

WWW.BZRENOVATION.COM

Tel : 054-447 01 61 | bzrenovation7@gmail.com



– Bientôt, tu vas me dire que tu m’as rendu service !

– TU VOIS C’EST EXACTEMENT POUR CELA QUE JE NE TE DIS PLUS RIEN AVANT D’ÊTRE SÛR DE MOI ! J’EN AI ASSEZ, ORLANE ! ASSEZ DE DEVOIR TOUT LE TEMPS ME JUSTIFIER SUR TOUT !

– TU PLAISANTES ! C’EST TOI QUI MENS ET C’EST MOI QUI RÉCOLTE DES REPROCHES !”

Nous étions hors d’haleine. Nous étions tellement pris par notre dispute que lorsque nous avons entendu la voix de Simon, nous en avons sursauté : “Papa, maman vous vous disputez ?”

Je m’étais accroupie face à Simon et lui avait dit : “Écoute mon bébé, papa et maman sont en train de régler un petit problème. Tu as raison je ne suis pas d’accord avec une idée que papa a eu, mais ne t’inquiète pas nous...”

– Nous allons rentrer tous ensemble à la maison et si tu veux on va rendre visite à tonton !” avait conclu Liel.

Je m’apprêtais à répliquer : “Sûrement pas” mais je venais de reconnaître les pleurs de mon fils David. Je me retournais et j’avais découvert Rachel qui le tenait par les épaules en lui disant : “Tu vois, on l’a retrouvée ta maman, je t’avais dit qu’elle n’était pas loin.”

David s’était jeté dans mes bras et je l’entendais à son tour crier : “Papa ! Mais qu’est-ce que tu fais là, maman nous a dit que tu ne pouvais pas venir !” L’entendre de la bouche de mon aîné m’avait encore plus bouleversée, mais comme Rachel était devant moi, je ne pouvais pas craquer ni pleurer. Liel, qui m’avait suivie, avait embrassé David et lui avait donné la même explication qu’à moi : “Je voulais vous faire une surprise.”

Rachel, qui avait compris que la situation était un peu tendue, avait avec intelligence proposé à Liel et à moi de participer aux festivités de la *Brit Mila* : “Nourit sera heureuse de vous avoir tous les deux.” Mais Liel avait déclaré : “Non, c’est gentil mais on ne va pas pouvoir. Mon frère m’attend et je préfère que l’on rentre tous à la maison se reposer avant d’y retourner.

– Mais j’ai promis à N...”

– Dans ce cas, il n’y a pas de problème. Je prends les garçons et je vais directement chez Betsabée. On se voit à la maison vers quatre heures. A tout à l’heure.” Je n’étais absolument pas d’accord avec ce qu’il venait de me proposer, de plus j’étais terriblement déçue : étant donné que lui avait tort sur toute la ligne, il aurait pu se rattraper en faisant profil bas et faire un effort pour me suivre sans rien dire ! Mon D.ieu mais quel toupet il avait de prendre les garçons avec lui ! Et sans que je ne m’en rende compte vraiment, en les voyant partir au loin tous les trois, me laissant seule en plan, je m’étais mise à pleurer sans pouvoir m’arrêter.

Rachel avait hésité mais très vite elle m’avait prise dans ses bras en m’abreuvant de paroles réconfortantes : “Là, là ça va aller. Ne t’inquiète pas, ma chérie. Hachem va t’aider ! Tu sais, faire son *Alya* n’est pas chose évidente et cela, pour tous les couples. Viens, suis-moi, tu as besoin de mouchoirs et d’un bon carré de chocolat. Ça fait du mal aux hanches, mais du bien au moral.”

Déborah Malka-Cohen

Yolev Event
ISRAËL

Casher Lamehadrine (Rav Mahfoud, Roubin...)

Pour tous vos événements :
Brit Mila, Chabat Hatan, Chabat Bar Mitsva, Brunch,...

Spécialités tunisienne :
Kemia Royale, Pkaila exceptionnelle, plateau de fricassées, banatages...

TOUT COMPRIS !
BUFFET & VIENNOISERIE
AU BEURRE
100% à la Française
à partir de **60** Nis/pers

TOUT COMPRIS !
TRAITEUR POUR CHABAT
pour les 3 repas
(Choix de Salades, poissons, repas de viande, boissons, service inclus...)
à partir de **190** Nis/pers

Disponibles dans tout Israël (Jérusalem, Tel aviv, Herzliya, Raanana, Netanya, etc.)
Service et personnel 100% Français pour vous satisfaire au maximum !

Tel et : 058 76 56 527 • @ Yolev.events@gmail.com • Yolev Events
www.yolev-events.com



NOUVEAU chez ADVANCIA

*Vous avez la fibre commerciale ?
Venez vendre la nouvelle fibre*

orange™

Formation d'un nouveau groupe de vente:

RECHERCHE DE

30
COMMERCIAUX

▶ Profil recherché: maîtrise de l'outil informatique, bonne élocution, expérience dans la vente, mentalité de challenger.

Postulez

 www.advanciacallcenter.com

 drh@advanciacallcenter.com

 DRH 054 98 75 446



Salade de fenouils rôtis au miel

Beaucoup ont l'habitude d'avoir à leur table de Chabbath une salade de fenouils crue, croquante et rafraîchissante. Je vous propose de cuisiner ce légume délicieux pour en révéler une saveur anisée épatante !

Ingrédients

- 2 bulbes de fenouil nettoyés et coupés en quartiers
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de graines de nigelle
- 1 cuillère à café de jus de citron
- 1 cuillère à café de miel
- Sel et poivre



Pour **6 personnes**



Temps de préparation : **5 min**



Temps de cuisson : **15-20 min**



Difficulté : **Facile**

Réalisation

- Dans une sauteuse, mettez les fenouils à revenir dans l'huile d'olive à feu moyen. Salez et poivrez puis couvrez immédiatement avec le couvercle de la sauteuse.

- Après 5-6 minutes, retournez les fenouils en faisant attention de ne pas les abîmer et ajoutez le citron. Couvrez. 5 minutes plus tard, ajoutez les graines de nigelle et le miel. Couvrez de nouveau et baissez le feu à doux.

- Les fenouils doivent avoir une consistance fondante et une couleur un peu caramélisée. Si besoin est, laissez-les rôtir encore quelques minutes.

- Servez cette salade à température ambiante, avec juste un filet d'huile d'olive vierge et quelques brins d'aneth.

Bon appétit !



Esther Sitbon

Une bonne blague & un Rebus !



Une femme non-religieuse de Tel-Aviv entre dans une agence de banque à Bné-Brak. Elle remarque qu'il y a deux files devant les caisses: une d'hommes et une de femmes.

Furieuse, elle va se plaindre chez le directeur: "C'est une honte! C'est de la discrimination! Vous êtes une bande d'obscurantistes machistes et sectaires!!

- Calmez-vous madame", lui répond calmement le directeur.

"Vous n'avez pas compris: la première file, c'est pour les dépôts d'argent. La seconde, c'est pour les retraits d'argent..."



Rebus

Par Chlomo Kessous



Les anges viennent visiter Abraham qui a fait la Brit Mila



REFOUA-CHELEMA
POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

Prions pour la guérison complète de

Iska Myriam
bat Fortuna

Ishka
bat Fortuna

Wazana bat
Jeanette

Nissim
ben Lucette
Sarah

Elisheva
Hanna bat
Dvora Léa

Emmanuelle
Haya Rahel
bat Rahla

Simcha
bat Bereh

Freidel
bat Sarah

Hanna
bat Saïda

Alice
bat Zina

Chimeone
ben Esther

Reina
bat Zbida

Dvora
bat Reina

Chlomo Hay
ben Guila

David Moshe
ben Lisa

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

LIAM 770
Climatisation & Chauffage

**Le spécialiste
de la Climatisation**

Installation - Dépannage - Maintenance
Climatisation - Chauffage au sol - Vrf - Chambre froide



**3 ANS
DE GARANTIE**
Sur installation



family SAMSUNG אלקטרה TADIRAN DAIKIN

DEVIS GRATUIT !

Yohan : 050-710-1803 / Gilles : 050-760-1790
liam770ltd@gmail.com

SÉJOUR CHABBAT 'HANOUKA

avec  **Torah-Box**

DU 6 AU 9 DÉCEMBRE 2018

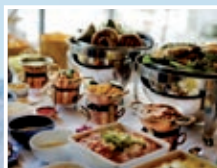
Possibilité de séjour plus court

Hôtel tout confort

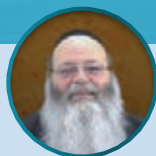
Cachère Laméhadrin

Piscine chauffée / SPA / salle de sport

Châteaux gonflables & activités pour les enfants



**Ressourcez-vous
physiquement & spirituellement
dans le luxueux hôtel Kinorot à Tibériade**



Rav Eliahou **Uzan**



Rav David **Touitou**



Binyamin **Benhamou**
Fondateur Torah-Box



Johanna 058-555-18-28 / Ilan 058-555-18-26



HOMMES & FEMMES

RAV YIGAL COHEN

POUR LES
FRANÇAIS



Torah-Box

**L'un des
plus grands
conférenciers
au monde**

DIMANCHE 4 NOVEMBRE À 20H00

La Grande Synagogue de Jérusalem

Salle Héchal Chlomo. 56 Réhov King George



Distribution de cadeaux

P.A.F 10 ₪

Cours en hébreu

052 792 33 06 | jonathan@torah-box.com

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

**"L'homme sensé agit sur le champ, le sot reporte
au lendemain." (Rabbi Yossef Its'hak de Loubavitch)**