

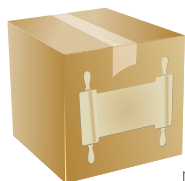
EMOUNA  
MOSSOUL

BEYROUTH  
**CACHÈRE**

MINYAN  
SELI'HOT

GAZA  
NETANYAHOU

TSÉDAKA  
**NIDDA**



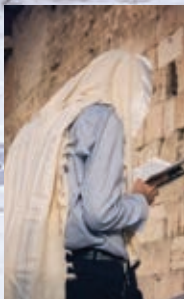
# Torah-Box

n°90 | 4 Septembre 2019 | 4 Eloul 5779 | Choftim

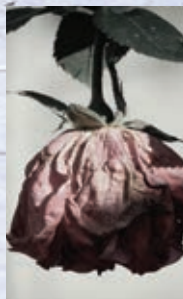
M A G A Z I N E



**Sagui Muki :**  
premier  
judoka  
israélien  
sacré  
champion du  
monde > p.6



**J'ai l'angoisse**  
des "Jours  
Redoutables"  
> p.11



**Les  
femmes**  
ont le  
"pouvoir  
des larmes"  
> p.24



Notre maitre  
**Rav Haim Kaniewsky Chlita,**  
 lors de la réunion chez lui,  
 à la maison, avec la participation  
 de **l'Admour de Viznits Chlita,** nous fait  
**une promesse unique :**

**"Quiconque participe au soutien des 243 malades,  
 méritera, lui et sa famille, de grandes délivrances**

**et seront protégés  
 de toute maladie**

**et mériteront de voir la joie dans leur foyer"**

*Handwritten signature in Hebrew: חיים קניעבסקי*

Vidéo de la promesse de Rav Haim Kaniewsky :  
[www.vaadharabanim.org](http://www.vaadharabanim.org)



# 0-800-106-135

**5 possibilités pour transmettre vos dons au Vaad haRabanim :**

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



# CALENDRIER DE LA SEMAINE

4 au 10 Septembre 2019

**Mercredi**  
**4 Sept.**  
**4 Eloul**

Daf Hayomi Kritout 14  
Michna Yomit Avot 3-2  
Limoud au féminin n°333


**Jeudi**  
**5 Sept.**  
**5 Eloul**

Daf Hayomi Kritout 15  
Michna Yomit Avot 3-4  
Limoud au féminin n°334

**Vendredi**  
**6 Sept.**  
**6 Eloul**

Daf Hayomi Kritout 16  
Michna Yomit Avot 3-6  
Limoud au féminin n°335

**Samedi**  
**7 Sept.**  
**7 Eloul**

 **Parachat Choftim**  
Daf Hayomi Kritout 17  
Michna Yomit Avot 3-8  
Limoud au féminin n°336

**Dimanche**  
**8 Sept.**  
**8 Eloul**

Daf Hayomi Kritout 18  
Michna Yomit Avot 3-10  
Limoud au féminin n°337

**Lundi**  
**9 Sept.**  
**9 Eloul**

Daf Hayomi Kritout 19  
Michna Yomit Avot 3-12  
Limoud au féminin n°338

**Mardi**  
**10 Sept.**  
**10 Eloul**

Daf Hayomi Kritout 20  
Michna Yomit Avot 3-14  
Limoud au féminin n°339



**Jeudi 5 Septembre**

Rav Moché Idan  
Rav Moché Aharon Pinto  
Rav Messaoud Mahadar



**Vendredi 6 Septembre**

Rav Yom Tov Lipman Halévi Heller



**Samedi 7 Septembre**

Rav Eliahou 'Haïm



**Dimanche 8 Septembre**

Rav Dido Cohen



**Lundi 9 Septembre**

Rav Tsadok Hakohen



*Rav Yom Tov Lipman Halévi Heller*



**Horaires du Chabbath**

	Paris	Lyon	Marseille	Strasbourg
Entrée	20:05	19:52	19:47	19:43
Sortie	21:10	20:54	20:47	20:48



**Zmanim du 7 Septembre**

	Paris	Lyon	Marseille	Strasbourg
Nets	07:15	07:09	07:09	06:54
Fin du Chéma (2)	10:31	10:23	10:22	10:10
'Hatsot	13:49	13:39	13:37	13:27
Chkia	20:21	20:08	20:03	19:59

**Responsable Publication :** David Choukroun - **Rédacteurs :** Elyssia Boukobza, Rav Daniel Scemama, Rav Emmanuel Mimran, Myriam H., Rabbanite Esther Toledano, Rav Gabriel Dayan, Dan Cohen, Rav Emmanuel Bensimon, Rav Yossef Loria, Déborah Malka-Cohen, Esther Sitbon - **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



## Les drones tombés à Beyrouth : Le plan du 'Hezbollah serait retardé d'un an, selon le Times

Tôt dimanche matin, deux drones sont entrés dans les cieux de Beyrouth, l'un s'écrasant au sol et l'autre explosant en plein air, entraînant de sérieux dégâts.

Un mélangeur de combustible, un dispositif rare et très coûteux utilisé pour la conversion

de missiles simples en missiles de précision, a été détruit. Le raid a été imputé à Israël. Cette attaque permettrait de retarder d'au moins un an le projet du 'Hezbollah de développer des missiles de précision à longue portée, selon des informations diffusées dans le *Times* britannique.

## Les restaurants de Sderot et des localités alentours recevront 3 millions NIS de dédommagement

Dans un communiqué israélien délivré mardi dernier, le Premier ministre, le ministre des Finances et le ministre de l'Intérieur ont annoncé qu'un budget spécial de 3 millions de Chékels serait alloué aux restaurateurs de la ville de Sderot et des localités proches de la bande de Gaza.

Cette aide a pour but, selon l'annonce, de renforcer l'activité économique dans la région qui est la cible récurrente de tirs de roquettes en provenance de Gaza.



## Le président de l'Honduras à Israël : "Considérez-nous comme votre sœur jumelle"



Lors d'une visite extrêmement chaleureuse en Israël, le président de l'Honduras Juan Orlando Hernandez a annoncé l'ouverture d'un bureau commercial à Jérusalem, reconnaissance de *facto* de celle-ci en tant que capitale d'Israël selon ses propres dires. Resté une longue heure à prier devant les pierres du Kotel, Hernandez a ensuite déclaré : "Aujourd'hui est une journée historique pour le Honduras et pour Israël", avant d'ajouter : "Israël peut nous considérer comme une sœur jumelle".

## Séli'hot : 10.000 pèlerins au Caveau des Patriarches à 'Hevron, des centaines sur le tombeau de Yéhochoua et Yossef

Ouverture des Séli'hot 5779 : Ce sont quelque 10.000 pèlerins qui sont venus prier jeudi soir

sur les tombeaux des Patriarches à 'Hevron à l'approche de Roch 'Hodech Eloul, ainsi que des centaines d'autres sur les sépultures de Yossef Hatsadik et Yéhochoua Bin noun,



marquant ainsi le début de Séli'hot selon la coutume séfaraïte. Yossi Dagan, chef du

Conseil régional de Samarie, a déclaré : "Nous continuerons d'accomplir notre devoir envers le peuple juif en préservant et conservant nos lieux saints en Samarie".

AYEH PRÉSENTE

בס"ד

GOÛTEZ À UNE VRAIE CONNEXION !  
26 SEPT. > 2 OCT. 2019



# OUMAN ROCH HACHANA



VILLA ÉQUIPÉE



REPAS TRAITEUR



MIKVÉ PRIVÉ



COURS BRESLEV

HEBERGEMENT + REPAS À PARTIR DE 550 €

WHAT'S APP: +972 (0)54 686 4210 - TÉL. FR: 33 1 77 38 17 10

OU + 972 53 708 96 13

[WWW.UMAN-ROCH-HACHANA.COM](http://WWW.UMAN-ROCH-HACHANA.COM)

**PACKAGE SPÉCIAL DE PARIS**  
**DU JEUDI 26/09 AU JEUDI 03/10**  
**BILLET+SÉJOUR+MIKVÉ PRIVÉ+CHAMBRE DE 6 +**  
**TRANSFERTS ET TOURNÉE DES TSADIKIM À PARTIR DE 980€**

## Sagui Muki, le premier judoka israélien sacré champion du monde



Après sa victoire aux championnats d'Europe en 2015, Sagui Muki a fini par dominer le belge Matthias Casse et a remporté le titre mondial à Tokyo, devenant ainsi le premier judoka israélien à être sacré champion du monde. Muki est apparu très ému sous les acclamations du public. Ses parents, qui suivaient le combat depuis leur domicile à Natanya, ont affirmé avoir prié et dit des chapitres de *Téhilim* pour sa victoire. Selon les médias internationaux, il apparaît que l'Iranien Mollaei s'est vu intimer par le régime de perdre la demi-finale afin de ne pas devoir affronter Muki en finale.

## Le Rav Eithan Shnerv ainsi que son fils sortent de l'hôpital



Le Rav Eithan Shnerv, grièvement blessé lors de l'attentat terroriste de Dolev le 23 août dernier au cours duquel sa fille Rina est décédée et son fils Dvir très sérieusement blessé, a été grâce à Dieu libéré de l'hôpital Hadassa Ein Karem de Jérusalem. La famille effectuait une randonnée à pied lorsqu'un engin explosif préparé plus tôt a explosé à leur passage. Le Rav Shnerv, lui même gravement blessé, avait héroïquement soigné ses deux enfants le temps que les secours arrivent. La famille demande au public de prier pour le rétablissement complet de Dvir 'Haïm ben Chira Esther.

## L'interdiction de l'abattage rituel entrée en vigueur en Wallonie ce dimanche



Le dimanche 1<sup>er</sup> septembre est entrée en vigueur l'interdiction de l'abattage rituel en Wallonie.

Le parlement de cette même région avait validé il y a un an une loi exigeant l'étourdissement préalable des animaux avant leur abattage, interdisant *de facto* l'abattage rituel juif et musulman. Le Rav P. Goldschmidt, président de la Conférence des Rabbins d'Europe, a déploré "une attaque contre la liberté de culte". "Celle-ci a lieu précisément dans la capitale de l'UE et ceci devrait inquiéter le leadership européen", a-t-il commenté.

## Le lobby féministe frappe à nouveau : Un événement contraint de s'exiler de 'Haïfa à Jérusalem



Nouvelle victoire pour le lobby féministe : Après que le lobby féministe se soit adressé à la mairie de 'Haïfa, exigeant l'annulation d'un événement "contrevenant à la loi" sponsorisé par elle (un concert de musique juive organisé pour les étudiants de Yéchiva avant la rentrée des classes), la soirée s'est vue contrainte de s'exiler au Palais des Congrès de Jérusalem, sans soutien municipal. Finalement, ce sont des milliers de jeunes et de moins jeunes qui ont assisté au concert et ont tenu par là à prouver de leur détermination à profiter d'événements culturels de qualité, dans le respect strict de la loi juive.



## Énième échec iranien qui tente l'envoi d'un satellite dans l'espace



C'est le troisième échec de l'année et le sixième depuis 10 ans: Décidément, la République islamique d'Iran ne parvient pas à lancer ses satellites dans l'espace, les premières images d'une épaisse fumée noire s'échappant du pas de tir ayant été rapidement diffusées. L'Iran avait déjà effectué des lancements ratés les 15 janvier et 5 février cette année. Cette série noire serait due, selon Michael Elleman, directeur du programme à l'Institut international d'études stratégiques, à un dysfonctionnement lors de l'alimentation du lanceur ou à une pénurie d'électricité.

## L'île de Nauru a reconnu Jérusalem comme capitale d'Israël



La République insulaire du Pacifique de Nauru a officiellement reconnu Jérusalem comme capitale d'Israël, devenant ainsi le troisième pays à suivre les traces des États-Unis. Le ministre des Affaires étrangères, Israël Katz, a réagi avec plaisir à cette nouvelle. "Je salue la décision importante de @ Republic\_Nauru de reconnaître Jérusalem comme capitale d'Israël", a-t-il tweeté jeudi. Nauru est une île de 11.000 habitants située au nord de l'Australie, d'une superficie de 21 km². C'est l'un des rares pays à soutenir systématiquement Israël aux Nations Unies.

## POSITIVE ASSURANCE

ATTENTION MERCI DE NOUS  
CONSULTER IMPERATIVEMENT AVANT

**LE 25 Octobre 2019**

Devis Gratuit

**VOUS ÊTES UNE TPE, PME ou GRANDE ENTREPRISE  
MUTUELLES ET PREVOYANCES COLLECTIVES**

**Sur Toute la France**

**POSITIVE ASSURANCE**, courtier en assurance spécialisé pour l'Entreprise négocie vos régimes Frais de Santé et Prévoyance Collectives auprès des plus grandes Mutuelles, Compagnies d'assurances et Instituts de Prévoyance de France



**GESTION EFFICACE  
ET RAPIDE**



**GARANTIES SUR-MESURE  
DÈS 20 SALAIRES**



**TARIFS TRES  
NEGOCIES**



**CONSEILS et EXPERTISES  
GARANTIS**

**Lionel SAMAMA – 06 10 741 742 – [lionelsamama@positiveassurance.fr](mailto:lionelsamama@positiveassurance.fr)**

**Notre PÔLE ENREPRISE monte aussi**

>> Des solutions d'Épargne salariale et d'Assurance Dommage : RC, Locaux, Flottes...

>> Très Bonnes Garanties **PREVOYANCE DU TNS**

## Terroriste mort à Mossoul, ou l'art de manipuler habilement un drone...



C'est ce qui arrive quand on ne sait pas manipuler un drone : Un apprenti-terroriste lié à Daech a tenté d'attaquer des soldats britanniques à Mossoul la semaine dernière en leur envoyant un drone piégé. Le souci, c'est qu'il avait malencontreusement omis de recharger la batterie de l'engin avant sa mission... Celui-ci est donc revenu à son point de départ, explosant à la face du terroriste. "Si cet épisode nous a fait rire, il n'en reste pas moins que les drones piégés constituent une menace réelle", a commenté un officier britannique au *Sun*.

## Les tirs en provenance de Gaza se poursuivent, un soldat légèrement blessé près de la frontière



Tandis que les tirs de roquettes en provenance de la bande de Gaza se poursuivaient ces derniers jours, le ' Hamas les imputant à des "éléments rebelles", de violentes émeutes se produisaient tout au long de la barrière de sécurité séparant l'enclave d'Israël. Vendredi soir, un soldat israélien a été légèrement blessé par des éclats d'un engin explosif lors des manifestations, et quatre Palestiniens entrés en Israël munis d'une grenade et d'un couteau ont été capturés. Les récentes semaines ont vu une augmentation de la violence en provenance de la bande de Gaza.

# Makom Torah

Trouvez un cours de Torah près de chez vous !



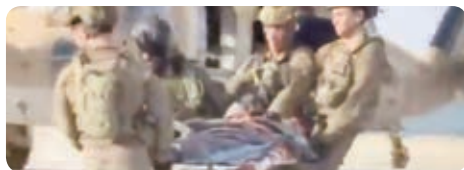
Makom-Torah est un service de Torah-Box qui vous permet de connaître les cours de Torah réguliers près de chez vous et n'importe où dans le monde.

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

 Torah-Box.com



## Un retour au calme relatif à la frontière nord, grâce à un habile exercice de Tsahal...



Alors que la tension était à son comble et qu'une guerre semblait sur le point de s'ouvrir entre Israël et le groupe terroriste 'Hezbollah à la frontière libanaise, un élégant exercice de Tsahal a permis un retour-éclair au calme. Une mise en scène de soldats israéliens ensanglantés transportés en toute urgence à l'hôpital de Rambam a convaincu Nasrallah qu'il avait atteint son objectif et qu'il était inutile de poursuivre ses attaques contre l'armée israélienne... Craignant une riposte musclée, le groupe terroriste - terrorisé - s'est empressé de demander un cessez-le-feu, qu'Israël a accepté.

## Été 2019 : Le secteur du tourisme nargue la situation sécuritaire et affiche une belle hausse



Ce sont des résultats plutôt encourageants - quoique pas si surprenants - qui ont été publiés ces derniers jours sur les gains enregistrés par le secteur touristique en Israël. Ainsi, malgré une situation sécuritaire instable sur deux fronts, et avant même que la saison forte ne débute, ce sont quelque 365.000 touristes qui ont posé leurs valises en Israël en juin 2019, soit 18% de plus que l'an dernier à la même période. 2,5 millions de réservations ont été enregistrées sur le mois de juillet, dont 66% ont été effectuées par des Israéliens et 34% par des touristes étrangers.



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

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

De domicile à domicile  
Groupages & Containers

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



VOTRE DÉMÉNAGEMENT PROFESSIONNEL DEPUIS PLUS DE 15 ANS

## L'ALYA, C'EST NOTRE MÉTIER!

NOTRE EXPÉRIENCE EST UNE PARTIE INDISPENSABLE À VOTRE SÉRÉNITÉ

DEVIS GRATUIT

NOS AGENCES :

FRANCE : 01 49 43 00 20 - ISRAËL : 054-77 33 215

[www.demenagementisrael.com/fr](http://www.demenagementisrael.com/fr)

[fdidemenagement@wanadoo.fr](mailto:fdidemenagement@wanadoo.fr)

EMBALLAGES SPECIAUX

# HMLiterie

FABRICANT SPÉCIALISÉ EN LIT CASHER

*Katan et Neta* *Torah-Familiale*



**Système unique d'attache solide, facile à assembler et à séparer**

Torah-Box 4 cadeaux OFFERT! Avec Code Promo Torah BOX

SHOW-ROOM SUR RDV A partir de 799€ le pack complet

Avec les recommandations



Yaacov: 06 64 47 89 64

10% des recettes seront reversés au Kollel Abir Yaacov

[WWW.HMLITERIE.COM](http://WWW.HMLITERIE.COM)

## Pour la première fois, l'ONU exige des Palestiniens le retrait des contenus antisémites

La Commission antiraciste de l'ONU (la CERD) a, dans un rapport consacré aux Palestiniens et rendu public jeudi, recommandé à "l'Etat de Palestine" de lutter contre l'antisémitisme et les incitations à la haine omniprésents dans les programmes scolaires palestiniens.

Un membre de la commission, le secrétaire spécial-adjoint brésilien pour les droits de l'Homme, S. Albuquerque, a demandé aux

représentants palestiniens de s'expliquer sur "la présence de contenus antisémites et discriminatoires dans les manuels utilisés par les enfants et les adolescents dans les écoles palestiniennes".

C'est la première fois que le panel critique des officiels palestiniens, selon UN Watch, une organisation basée à Genève.

## Netanyahou à Macron : "Ce n'est pas le bon moment pour négocier avec l'Iran"



Le Premier ministre Netanyahou a déconseillé vendredi au président français Macron de "discuter" avec l'Iran, lors d'une conversation téléphonique initiée par la France. Le président français avait appelé plus tôt cette semaine à une rencontre entre les présidents iranien 'Hassan Ro'hani et américain Donald Trump. Faisant référence au Liban, Netanyahou a souligné que "ceux qui fournissent un abri à l'agression et à l'armement (iraniens) ne seront pas épargnés", ajoutant que le moment présent – alors que l'Iran intensifie son agression dans la région – est mal choisi pour discuter avec l'Iran.

## Un journaliste iranien déserte une délégation officielle en Suède en déjouant 48 gardes !

Amir-Tohid Fazel, un journaliste iranien couvrant une tournée du ministre iranien des AE Mou'hammad Javad Zarif dans les pays nordiques, a déserté en Suède la délégation avant d'adresser une demande d'asile, ont annoncé mardi les autorités suédoises.

"Un de mes collègues à Téhéran m'a contacté et m'a dit que 4 policiers étaient venus chez moi avec un mandat d'arrêt", a expliqué Fazel avant d'ajouter : "C'était très difficile de fuir à cause des 48 gardes qui assuraient la sécurité du Dr. Zarif et gardaient un œil sur les journalistes".

## Villeurbanne : La piste terroriste pour l'heure écartée

Un mort et 8 blessés : C'est le triste bilan d'une attaque au couteau perpétrée samedi à Villeurbanne.

L'assaillant, un demandeur d'asile afghan maîtrisé sur les lieux de son agression, aurait affiché "un comportement incohérent et délirant" selon le procureur qui rapporte les

témoignages d'une quarantaine de personnes présentes sur place lors de l'attaque.

Bien que certains témoins aient relevé des paroles à connotation religieuse, comme : "Ils ne lisent pas le Coran", la piste terroriste est pour l'heure écartée.

*Elyssia Boukobza*



## J'ai l'angoisse des "Jours Redoutables"



*Question reçue de Katia L.*

*J'ai grandi dans un milieu où on ne savait pas grand chose du judaïsme. J'ai fait Téchouva il y a 5 ans. Il y a bien sûr encore des détails qu'il m'est difficile d'accomplir, mais je pense être assez épanouie dans ma Téchouva. Mais quand arrive le mois d'Eloul et les fêtes de Tichri, rien ne va plus : je rentre dans un gros stress et un état de tristesse m'envahit. Cette période est à mes yeux pénible et ne m'apporte absolument rien dans ma Téchouva. Ce que je me sens capable d'accomplir, je le fais ; que puis-je encore ajouter à ce qui me semble être mon maximum ? Je suis sincère lorsque je dis que plus jeune, je n'avais aucune raison de supposer que je fautais. Quand je réalise les efforts que j'ai fournis pour aller à contre-courant par rapport à mon entourage et ma propre famille, je me demande ce qu'on peut encore attendre de moi dans ces Jours Redoutables.*

*Le plus étonnant est que mes copines qui viennent d'un milieu plus traditionaliste que le mien sont restées au même niveau et passent agréablement ces jours de fête en famille, sans aucune remise en question.*

*Merci de m'accorder un peu de votre temps pour m'aider à mieux vivre cette période importante du calendrier juif.*



*Réponse du Rav Daniel Scemama*

Bonjour Katia,

Tout d'abord, félicitations pour tous les efforts que vous avez fournis pour vous rapprocher de la Torah ainsi que pour votre sincérité.

Nos Sages rapportent que : "Le Sceau de D.ieu, c'est la vérité" (*Chabbath* 55a). Ce qui veut dire que celui qui marche dans la vérité est assuré d'être sur le chemin qui mène à son Créateur.

Abordons maintenant votre problème :

**1.** Il ne faut pas toujours chercher à faire encore mieux ce qu'on estime accomplir correctement. A force de jouer les perfectionnistes, on risque de fatiguer notre être et au lieu de progresser, on risque de reculer. Le mauvais penchant nous demande de redoubler d'efforts dans des

domaines où cela n'est pas nécessaire pour nous épuiser nerveusement et spirituellement.

**2.** Vous n'avez pas à avoir mauvaise conscience sur votre passé. Votre statut est celui de la plupart de ceux qui ont fait *Téchouva* aujourd'hui, celui de *Tinok Chénichba*, c'est-à-dire celui d'un enfant capturé par des idolâtres et qui aurait grandi dans un milieu étranger au judaïsme (cf. Guide de la *Téchouva*, éd. Torah-Box, p.17).

Sur ces 2 points, vos sentiments sont justes et le message de l'éthique juive concernant les Jours Redoutables, qui cherche à réveiller notre conscience à la veille des fêtes, ne vous concerne pas vraiment.

**3.** La conscience est une force que Hachem a placée dans chaque être humain, afin de l'aider



à se repentir quand il trébuche dans le mal. C'est pourquoi nos Sages nous rapportent que les impies sont remplis de regrets, car ils sont restés bloqués au niveau de ce sentiment, sans réaliser de changement positif.

Par contre, le *Tsadik* peut trébucher, mais va se servir de sa conscience pour vite se rattraper et se relever.

Si cette conscience est réveillée inutilement ou de façon démesurée, il va se créer dans l'être un sentiment de malaise psychique. Il faut donc absolument un certain contrôle sur ce sentiment et dans un cas semblable au vôtre, où vous faites de gros efforts pour suivre le chemin de la Torah, mettre cette conscience en sourdine.

**4.** Cette période ne doit pas amener à la tristesse. Au contraire, on voit dans les écrits de nos Sages combien ils attendaient ce moment pour s'élever et se rapprocher de D.ieu. Le message développé par certains orateurs pour créer un réveil chez les "endormis" ne doit pas cacher la richesse de ces jours de fêtes et d'élévation.

Ce sont des jours de réconciliation entre D.ieu et Ses créatures et, pour reprendre l'allégorie du Rabbi de Lyadi – le *Baal Hatanya* – D.ieu est comme un Roi qui sort de Son palais pour aller à la rencontre de Ses citoyens dans les champs et écouter leurs demandes avec un visage bienveillant. Tous se préparent à l'accueillir et profitent de cette opportunité unique où Il nous rencontre et nous écoute.

C'est pourquoi, la tendance de nos jours est marquée par la volonté de vivre ces jours de manière exaltante. Ainsi, des bus remplis

arrivent de tout Israël pour participer aux *Séli'hot* avant le lever du jour au *Kotel*. La *Yéchiva "Or Ha'haim"* du Rav Elbaz accueille des centaines de milliers de Juifs, de toutes tendances et de tous niveaux de pratique, pour lire les *Séli'hot* et écouter les paroles du Rav.

A la synagogue *Yéchouroun* de Jérusalem se retrouvent chaque année aux *Séli'hot* une foule de Juifs qui tiennent à vivre cet événement rempli d'émotions et de joie.

La ville d'Ouman en Ukraine, où est enterré le grand *Tsadik*, Rav Na'hman, est un lieu de rencontre et de prière collective pour *Roch Hachana*. Il attire chaque année de plus en plus de participants (plus de 30 000 personnes). Ils en reviennent les "batteries" remplies pour l'année !

Il faut s'inspirer de ceux qui ont compris combien de force on peut puiser des Jours Redoutables en les vivant positivement.

D'ailleurs, j'ai lu récemment que le Rav D. Braverman – conférencier et publiciste – avait questionné le Rav Steinman quant au point sur lequel il devait se focaliser lors des cours qu'il donne au mois d'Eloul. Le Rav avait répondu : "Mets l'accent sur l'espoir, car nos générations sont faibles pour aborder le sujet de la crainte du Jugement. Les auditeurs, au lieu de se renforcer, risquent de s'éloigner".

**A nous aussi de porter notre regard sur l'espoir : l'espoir d'une nouvelle année de délivrance, de réalisation de nos desseins et de vérité qui percera dans un monde de mensonges.**

*Chana Tova !*

**Rav Daniel Scemama**

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.



**01.80.20.5000** (gratuit)



**02.37.41.515** (gratuit)

**www.torah-box.com/ecoute**





## Supplément spécial Chabbath

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

### Choftim : La confiance en nos Sages, clé de la réussite

*Pourquoi devrions-nous croire à ce que les Sages nous affirment, même lorsque la réalité apparaît être totalement l'inverse ? La Parachat Choftim nous offre un petit guide de la Emounat 'Hakhamim...*



Dans notre *Paracha*, *Choftim*, la Torah nous enjoint à écouter les Sages : "Ne dévie pas de la parole que te diront les Sages, ni à droite ni à gauche". Le célèbre commentateur Rachi rapporte l'enseignement de nos Maîtres, à savoir qu'il faut faire confiance aux Sages et aux maîtres de Torah même s'ils affirment sur la gauche qu'elle est la droite !

Ce principe constitue la base de la réussite dans le service divin. Il est appelé la *Emounat 'Hakhamim*, la foi en nos Sages.

Essayons de comprendre la raison de ce principe.

En effet, pourquoi devrions-nous croire à ce que les Sages nous affirment, même lorsque la réalité apparaît être totalement l'inverse ?

#### Le condamné de Brisk

Na'hmanide explique que les Sages et les véritables Maîtres de Torah sont emplis d'un souffle divin et qu'ils savent ainsi précisément la volonté du Tout-puissant. Bien qu'ils soient entièrement détachés des profits de ce monde, ils gardent un lien solide avec la réalité et sont dotés de connaissances et d'une compréhension qui leur permettent de résoudre toutes les difficultés.

On raconte qu'un jour de *Kippour*, des soldats entrèrent dans la synagogue de Brisk et demandèrent à parler au Rav de la ville. Celui-ci était alors le jeune Rav Its'hak Zéev Soloveïtchik. Le Rav était en train de réciter la prière du matin et se trouvait au milieu de la *Amida*. Il ne pouvait donc pas s'interrompre.

Les soldats demandèrent aux fidèles de transmettre au Rav qu'il devait venir au régiment le plus proche dès la fin de sa prière. Ils expliquèrent qu'un Juif était condamné à mort et que la loi imposait de ne tuer aucun condamné tant qu'il ne s'était pas repenti accompagné de son guide religieux (au passage, notons la différence entre les générations...).

Lorsque le Rav acheva sa *Amida*, on lui transmit le message. Mais à la stupéfaction de tous, il décida de ne pas se rendre à la convocation ! Les fidèles essayèrent de lui expliquer que ce refus causerait de grands torts à toute la communauté. Mais le Rav était ferme : il n'irait pas voir le condamné.

La prière se poursuivit par la lecture de la Torah et par la prière de *Moussaf*. C'est à ce moment que les soldats revinrent pour chercher le Rav. Ils le trouvèrent à nouveau au milieu de la *Amida* et décidèrent d'attendre qu'il finisse. Le Rav le comprit et fit durer sa prière pendant plus d'une heure.

Plusieurs fidèles étaient en colère et craignaient les mauvaises répercussions de cette affaire. Le Rav était alors très jeune et nombreux étaient ceux qui se sentaient plus intelligents que lui.

Comprenant que le Rav était décidé à ne pas suivre les soldats, l'un des fidèles se dirigea vers eux et se fit passer pour le Rav de la ville. Il se rendit donc auprès du condamné et l'aïda à se repentir. Celui-ci fut exécuté...

Peu de temps après, une délégation fit irruption dans la synagogue pour savoir si le Rav s'était déjà rendu chez le condamné. Les envoyés expliquèrent qu'il y avait eu une grave erreur et que le condamné était innocent ! C'est alors que tout le monde comprit la grandeur du Rav...

### **Savoir écouter nos Maîtres**

Lorsque l'on écoute les Maîtres de Torah, on accomplit une Mitsva et ce, même si leurs directives n'ont l'air d'avoir aucun intérêt. En effet, le simple fait de se conformer aux paroles de nos Sages consiste à accomplir la volonté de D.ieu. Celui qui respecte les barrières fixées

par les Sages recevra les bénédictions qu'elles apportent !

La foi en nos Sages doit être forte et ne doit pas dépendre de notre compréhension. Celui qui se retient de fauter et multiplie les Mitsvot selon les directives des Sages parvient à se purifier à tel point que la splendeur divine repose sur lui !

C'est aussi en honorant et en respectant les Sages et les érudits que nous parviendrons à leur faire entièrement confiance. Ainsi, outre la Mitsva d'aimer et de respecter les Maîtres, nous méritons d'acquérir la *Emounat 'Hakhamim*, avec tous les bénéfices qui en découlent.

On peut penser que certaines barrières et précautions de nos Sages sont inutiles. Par exemple, certains ont du mal à comprendre l'interdiction du *Yih'oud* (isolement entre un homme et une femme qui ne sont pas mariés) ou celle de fréquenter certains lieux etc.

Cependant, la triste réalité démontre que ceux qui ne respectent pas les prescriptions de nos Sages tombent tôt ou tard dans les filets du mauvais penchant.

### **Eloul, c'est le bon moment !**

Nous venons de débiter le mois d'Eloul, qui est le mois du repentir. Il existe de nombreuses histoires sur le regard des générations précédentes sur ce grand mois.

Cependant, il faut tout d'abord vivre son Eloul ! Chacun doit essayer de profiter de cette période pendant laquelle le Saint-béni-soit-Il est proche de nous, afin de nous rapprocher de Lui.

Heureux est celui qui parviendra à prendre sur lui de nouvelles résolutions préconisées par nos Sages : réciter les bénédictions du matin mot à mot, préserver son regard de visions interdites dans les transports en commun, etc.

En nous conformant à la volonté de D.ieu selon les directives de nos Sages, nous arriverons à sanctifier notre cœur et notre corps et nous recevrons prochainement le messie, Amen !

*Rav Emmanuel Mimran*





# SHA BATIK

N°138

*Feuillet parents-enfants pour Chabbath*

édité par  Torah-Box.com

## CHOFTIM

1

### JEU PAR ÉQUIPE

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

A

### IDENTIFICATION DES ÉQUIPES

1. Trouvez un nom à votre équipe sur le thème des couleurs
2. Trouvez un slogan à votre équipe
3. Expliquez pourquoi vous êtes les plus forts. (★★ 2 points pour le slogan le plus sympa, ★★ 2 points pour les plus drôles)



2 points pour le slogan le plus sympa

B

### LA QUESTION MYSTÈRE

★★★ 3 points par bonne réponse

Les participants doivent découvrir la question pour ensuite y répondre :

Les participants doivent découvrir la question pour ensuite y répondre :

Exemple : "(1) Quel est (2) le nom (3) du père (4) de Isaac Avinou ?"

Le papa indique que la question compte 4 groupes de mots.

Chimon joue dans l'équipe 1, et demande que papa dévoile le 3<sup>ème</sup> groupe de mots. Papa lui dit "du père"

Reouven joue dans l'équipe 2 et demande ce qui se cache dans le groupe de mots "4" et papa annonce "de Isaac Avinou ?" Reouven devine le reste de la question et il propose alors comme réponse Avraham Avinou"... c'est gagné !

(1) Laquelle (2) de ces trois personnes (3) n'est pas mentionnée (4) dans la Paracha : (5) Le juge, (6) le policier (7) ou le plombier ?

> le plombier

(1) Peut-on offrir (2) un cadeau (3) à un juge (4) dans le cas où (5) sans ce cadeau (6) il ne jugerait pas (7) de façon équitable ?

> Non

(1) Comment le roi Shaoul (2) a-t-il été puni (3) pour ne pas avoir respecté (4) une mitsva facile (5) que lui a ordonnée (6) le prophète Chmouel ?

> Il a perdu sa royauté.

C

### LES ENCHÈRES DU SHABATIK



2 points si le contrat est rempli sinon 2 points pour l'adversaire

Le papa dévoile le thème proposé, et chaque équipe annonce chacune à son tour, le nombre de mots en rapport avec le thème qu'elle est capable de trouver (comme lors d'une vente aux enchères). L'équipe qui a annoncé le nombre de mots le plus grands doit réussir à remplir son contrat : trouver le nombre de mots qu'elle annoncé en lien avec le thème.

- Noms de plats italiens
- Noms de membres de la famille d'Abraham Avinou
- Noms de villes qui commencent par un B

D

### LE MOT CLÉ

★ 1 point par bonne réponse

- Chaque convive propose chacun à son tour un mot en rapport avec le mot clé. Si le mot proposé appartient à la liste entre parenthèse son équipe marque 1 point. (Veuillez à alterner les participants selon leurs équipes)

**Pyjama** (Nuit, Pantoufle, Dodo, Chemise de nuit, Kiriati Chéma)

**Cohen** (Gadol, Beith Hamikdach, Habits, Bénédiction, Respect)

**Ciel** (Etoiles, Nuages, Soleil, Lune, Bleu)

E

### ACTION

★ 1 point

- Rapportez 1 point à votre équipe en participant au débarrassage de la table.





## SHA BATIK

2

## L'HISTOIRE

Un beau mardi matin, une femme pieuse va voir son Rav, alors qu'il donne cours à la Yéchiva.

- Rav ! s'écrit-elle. J'ai vraiment besoin de votre aide !

Les élèves n'en croient pas leurs yeux. Cette femme doit avoir un sérieux problème pour oser interrompre le cours du Rav. Sa situation doit sûrement être très grave.

Le Rav se tourne vers elle, et avec un signe de la tête lui fait comprendre qu'il est prêt à l'écouter.

- Je viens d'acheter mes légumes pour Chabbath. Quelle est la Halakha ? Dois-je éplucher les pommes de terre le mercredi et les carottes le jeudi, ou bien le contraire ?

A peine a-t-elle terminé de poser sa question que tous les élèves éclatent de rire. Quelle question ridicule ! Quelle importance cela fait de couper les carottes avant les pommes de terre... ou l'inverse !

Tous les yeux se posent alors sur le Rav. Comment va-t-il réagir ?

## A DEVINEZ

• *Quelle va être la réaction du Rav ?*

## L'HISTOIRE CONTINUE

Le Rav lève les yeux au ciel faisant mine de réfléchir. Puis, il se dirige vers la grande bibliothèque qui se trouve au fond de la salle pour en sortir un gros livre. Il se met à tourner les pages, apparemment très concentré.

- Il n'y a aucune raison de rire, assure-t-il. C'est une excellente question. La Halakha est que vous éplucherez vos carottes le mardi et vos pommes de terre le mercredi.

Son interlocutrice le remercie et quitte la pièce, tout sourire.

C'est alors qu'un élève se tourne vers le Rav :

- Mais Rav... Jamais de ma vie on ne m'a parlé d'une telle Halakha. Je ne l'ai jamais vue, dans aucun texte... De quoi s'agit-il ?

## B DEVINEZ

• *Quelle va être la réponse du Rav ?*

## L'HISTOIRE RE-CONTINUE

- Tu as tout à fait raison, sourit le Rav. Seulement, comme tout le monde s'est mis à rire, j'ai eu extrêmement peur que cette femme le prenne mal. J'ai estimé que si je l'avais renvoyée chez elle sans prendre en considération son problème, elle aurait été

tellement blessée qu'elle aurait pu prendre la décision de ne plus jamais aller consulter un Rav de sa vie. J'ai donc préféré lui donner le sentiment qu'elle avait raison de poser la question, pour qu'elle ne perde pas cette bonne habitude, en cas de doute, de poser une question à un Rav...

## C LES ZEXPERTS

- *Quelle était la question de la dame ?*
- *Pourquoi les élèves ont-ils rigolé ?*
- *Pourquoi le Rav a-t-il fait mine de porter de l'intérêt à la question ?*

## D D'APRÈS VOUS

- *Quels sont les avantages que l'on tire aller consulter un Rabbén en cas de doute ?*
- *Doit-on le consulter uniquement pour des questions très importantes ?*

## E POUR S'AMUSER

- *Distribuez les rôles et rejouez l'histoire en imaginant d'autres questions saugrenues.*



# SHABATIK

3

## JEU FAMILIAL

En Page 4 de ce feuillet se trouve une **carte au trésor**. Les convives doivent ensemble trouver les **2 trésors** en trouvant les îles sur lesquels ils sont cachés. Mais attention ! Sur l'une des îles se trouvent **des bandits** prêts à voler les trésors ammassés par l'équipe. À chaque fois qu'ils accumulent **4 points** en répondant aux jeux, les convives peuvent **proposer le nom d'une île** en espérant qu'elle contient bien un trésor. S'il y a un **trésor** dans l'île proposée, alors ils s'en emparent. S'il n'y a pas de trésor sur cette île mais qu'il y en a un **sur une île voisine** (droite, gauche, haut, bas ou diagonale), il faut leur dire : **"Pas loin"** et si les **bandits** sont sur une île voisine, il faut leur dire : **"Houlala"**. Lorsqu'ils choisissent **l'île des bandits** ils **perdent les trésors** qu'ils avaient trouvés et s'ils n'en n'ont pas encore, ils ne perdent rien. Tant qu'il reste au moins un trésor trouver, la partie continue. (Ce jeu se joue tous ensemble dans la même équipe)

### A LE TEXTE FOU

★★  
2 points si la  
réponse est bonne

Lire une première fois le texte d'une traite, et demander aux participants combien d'erreurs ils ont détectées.

Puis le relire en attendant que les participants vous arrêtent dès qu'ils aperçoivent une erreur. (1 point par erreur corrigée)

Les erreurs sont en gras et les corrections entre parenthèses. (7 erreurs à trouver)

- L'habitude aujourd'hui dans la plupart des endroits est de faire **Bdikat** (Birkat) Hamazone sans prendre de verre de terre (vin) même si on est 3 **femmes** (hommes) à avoir **plongé** (mangé) ensemble et que l'on fait **Zitoun** (Zimoun). Ceux qui veulent faire Birkat **Hagomel** (hamazone) sur un verre de vin lorsqu'ils sont **dans la ville de troie** (3) à avoir mangé ensemble, qu'ils soit **beignets** (bénis) !

• Questions sur le texte fou : ★ 1 point par bonne réponse

- Doit-on faire Birkat Hamazone sur un verre de vin quand on est 3 ?

> Ce n'est pas une obligation, mais c'est bien.

- Doit-on faire Birkat Hamazone sur un verre de vin quand on est 10 ?

> Oui, c'est une obligation.

- Doit-on faire Birkat Hamazone sur un verre de vin quand on est seul ?

> Non, on ne doit pas.

### C QUIZ PARACHA

★  
1 point par  
bonne réponse

1. Qui sera désigné pour veiller au maintien de la justice dans chaque ville ?

> Des juges et des officiers

2. Dans quels cas le juge a-t-il le droit de faire du favoritisme ?

> Jamais

3. Que fait le juge si une affaire dépasse ses compétences ?

> Il la transmet à une autorité supérieure, telle que les Cohanim ou la Cour suprême

4. Où est installée la Cour suprême ?

> Dans la cour du Michkan

5. Qu'est-ce qui incombe à chaque roi en termes de Séfer Torah ?

> Il doit en écrire un à la main

### D TÉLÉPHONE YDISH

★  
1 point par  
phrase bien transmise

Chacun à son tour dit cette phrase à l'oreille de son voisin

- On dit que Mozart est mort mais quand j'ouvre mon frigo... Mozzarella

- Je suis tellement doué pour dormir que je peux le faire les yeux fermés.

B

### ACTION

★★  
2 points par chant

• Chantez un chant de Chabbat tous ensemble

### EMPLACEMENT DES TRÉSORS ET DES BANDITS

(à ne pas dévoiler aux participants)

- Les trésors sont sur "l'île du moulin" et sur "l'île agricole".

- Les bandits sont sur "Coco Hutte".







4

## L'ILE AU TRÉSOR

Pour jouer ce jeu, reportez-vous aux instructions en haut de la page 3.

### Carte aux trésors



Envoyez-nous vos commentaires sur [www.torah-box.com/shabatik](http://www.torah-box.com/shabatik)

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



## Histoire d'une dispute à Modiin Illit - S'évertuer à faire régner la paix

*"Voici 15.000 Chékels pour le travail que tu as effectué chez moi, plus 5.000 Chékels supplémentaires pour la construction du mur", déclara le voisin en toute simplicité. Mais le temps s'écoulait et le chèque n'avait toujours pas été débité..."*



L'histoire suivante a été rapportée par Rabbi Eliézer Tourk. Il s'agit d'un récit de première main étant donné que les trois protagonistes sont des habitants de son quartier qu'il connaît bien.

Un matin ensoleillé, deux voisins se disputaient de vive voix sur le toit d'un immeuble du quartier. Le bruit de la voix des deux hommes alerta les passants circulant dans la rue, qui ne comprirent pas l'objet du conflit. C'est uniquement lorsqu'un troisième voisin monta sur le toit qu'on comprit l'objet de cette vive discussion...

### **Le mur de la discorde**

Quatre voisins avaient commandé ensemble des travaux de construction sur le toit de leur

immeuble. Les quatre hommes avaient loué les services d'un entrepreneur réputé, qui avait achevé son travail correctement... La veille, l'entrepreneur était venu réclamer son paiement, tout en exigeant cinq mille Chékels supplémentaires pour la construction d'un mur qui n'avait pas été prévu sur les plans initiaux...

Les voisins avaient alors échangé des regards perplexes et étonnés. L'un prétendait que c'était l'autre qui avait commandé le mur, tandis que ce dernier soutenait n'avoir aucun rapport avec le mur et que c'était de toute évidence le premier qui l'avait commandé. Les deux parties tombèrent d'accord sur un point : elles savaient que le mur devait être construit, donc quelqu'un avait bien commandé l'édification du mur. Mais de qui pouvait-il s'agir ?





La querelle s'envenimait et il apparaissait que les deux parties étaient loin de parvenir à un accord. Le ton monta, des récriminations anciennes sur des poussettes dans la cage d'escalier refirent surface ainsi que des plaintes sur le bruit au moment de la construction et de problèmes de lumière cassée dans les couloirs de l'immeuble... La querelle prenait de plus en plus une tournure personnelle, le feu de la division commençait à s'immiscer dans les cœurs...

## Un chèque de 20.000 Chékels

C'est alors qu'un troisième voisin sortit de chez lui, partenaire lui aussi dans le projet d'agrandissement mais qui n'avait aucun rapport avec le mur de la discorde, vu que celui-ci était construit à une bonne distance de son appartement. Malgré tout, ce voisin demanda à entendre les arguments des deux parties, qui s'exprimaient à voix haute et avec beaucoup de vigueur...

L'aimable voisin écouta attentivement les deux hommes et en l'espace d'un instant, il rendit son verdict : "Mes frères, n'aggravez pas la situation ! Nous sommes tous frères, nous avons toujours soigneusement veillé à conserver l'unité dans notre immeuble. Nous venons d'achever ce grand projet de construction et il ne sied pas de nous disputer et de faire régner la discorde. Le feu de la querelle menace de réduire toutes les bonnes volontés à néant... Ecoutez, je dois encore 15.000 Chékels à l'entrepreneur. Je vais arrondir la somme pour arriver à 20.000 Chékels et je vais absorber ainsi le coût de la construction du mur. 'Un sauveteur est arrivé à Sion', comme dit le verset, et la paix et la sérénité reviendront parmi nous."

Les voisins l'écoutèrent parler avec stupeur et le quittèrent en éprouvant un sentiment de reconnaissance profonde envers lui. Le voisin pour sa part ne fit pas toute une histoire de son geste, il prépara simplement un chèque de 20.000 Chékels qu'il remit à l'entrepreneur. "Voici 15.000 Chékels pour le travail que tu as effectué chez moi plus 5.000 Chékels

supplémentaires pour la construction du mur", déclara-t-il en toute simplicité. L'entrepreneur le remercia chaleureusement, rassembla ses ouvriers et ses outils et quitta l'immeuble...

## Une fraude... salutare !

Une semaine s'écoula, puis une seconde mais le chèque n'était toujours pas débité du compte. Un mois puis deux s'écoulèrent, et plus de deux mois plus tard, notre homme téléphona à l'entrepreneur et lui demanda pourquoi il n'avait pas encaissé son chèque.

"Je ne sais pas exactement ce qu'il s'est passé, répondit-il. Comme tu n'avais pas rempli la ligne "A l'ordre de...", j'ai donné ton chèque à l'un de mes ouvriers qui a travaillé sur ce chantier. De mon point de vue, la dette était payée. Pourquoi ne l'a-t-il pas encaissé ? Je n'en ai pas la moindre idée, la vérité c'est que de manière assez étrange, il ne travaille plus avec moi depuis lors..."

Quelques jours plus tard, notre voisin se retrouva à la banque et le mystère fut enfin élucidé.

Il se trouve que l'ouvrier, avide d'argent, avait tenté d'ajouter un zéro à la somme inscrite sur le chèque, pour arriver à la somme de 200.000 Chékels !

Mais il était visiblement peu doué pour les falsifications. Les employés de la banque avaient rapidement remarqué son stratagème. Lorsque l'ouvrier comprit que son compte était réglé, il déchira le chèque devant l'employé de banque abasourdi, et laissa les morceaux sur le comptoir avant de s'enfuir de l'autre côté de la frontière...

Non seulement notre voisin n'avait pas payé les cinq mille Chékels, mais il avait également eu droit à un cadeau d'une valeur de 15.000 Chékels ! Mais surtout, il avait acquis un mérite éternel : faire régner la paix dans son immeuble, céder au profit des autres et consacrer son argent pour éviter une controverse.

*Equipe Torah-Box*





# Torah-Box

*Chez vous*

**Vous invite aux conférences du**

**Rav Shimon GOBERT**

**Du 8 au 12 Septembre 2019**



▪ **Dimanche 8 Septembre à 17h30**

Chez la Famille MIMOUN

48 Boulevard Barry 13013 Marseille

Tel : 06 52 70 97 82

▪ **Dimanche 8 Septembre à 20h00**

Chez la Famille SABBAH

8 rue Cesar Franck 13008 Marseille

Tel : 06 11 55 25 52

▪ **Lundi 9 Septembre à 12h30**

MERKAZ HALIMOUD

16 rue Raphael Ponson 13008 Marseille

Tel : 06 01 00 38 06

▪ **Lundi 9 Septembre à 20h00**

À LA SYNAGOGUE D'AIX EN PROVENCE

5 rue de Jerusalem 13100 Aix en Provence

Tel : 04 42 26 69 39

▪ **Mardi 10 Septembre à 20h00**

CENTRE CULTUREL COMMUNAUTAIRE  
E.EYDOUX

18 rue Guillaume Puy 84000 Avignon

Tel : 04 90 85 21 24

▪ **Mercredi 11 Septembre à 20h00**

AU CLOS DE LA PARETTE

7 rue Gaston de Flotte 13012 Marseille

Tel : 06 50 98 54 84



Isr : 052.760.17.61 | Fr : 01.77.50.34.38



meir@torah-box.com



## L'impact d'une mauvaise journée d'une maman

*Une maman, contrairement à toutes les autres créatures de la planète, n'est jamais solitaire et indépendante. Ses actes, ses paroles et même ses humeurs ont un impact sur ses enfants...*



Vous connaissez toutes ces journées qui commencent – et qui généralement, finissent aussi – mal.

Des journées où on aurait mieux fait de rester sous les couettes, des journées où tout va de travers.

### Quand rien ne va plus

Généralement, elles débutent avec une panne d'oreiller ; tout le monde se lève en retard ; dans le lot il y a toujours un enfant grognon ou enrhumé qui ne veut pas s'habiller seul, donc les cinq minutes dont dispose d'habitude la maman pour avaler son café semi-froid passent à l'as...

Tout le monde arrive sur son lieu d'école ou de travail avec une demi-heure de retard ; la maman doit faire face aux reproches et regards réprobateurs de la surveillante générale de chacune des écoles, et de son patron pour couronner le tout. Au bureau, rien ne va. Elle rencontre difficulté sur difficulté, le dossier qu'elle devait clôturer il y a une semaine est toujours posé sur son bureau. Elle ne le regarde même plus.

Et, comble du désespoir, il n'y a plus de café là-bas non plus. Sur la route du retour, elle s'est cassé un ongle et un talon de chaussure. Elle arrive devant le pas de la porte ses bras chargés de courses. Le facteur l'y attend avec son air désolé et lui tend un énième recommandé, troisième relance de paiement. Elle met un quart d'heure à trouver ses clés enfouies dans une poche de son sac. Elle passe le pas de la porte, elle se déchausse de sa chaussure et demie, pose ses courses et avec, décide de poser tous ses problèmes.

Elle s'installe confortablement dans son fauteuil dont le plaid est moelleux et réconfortant, et alors qu'elle s'apprête à attaquer à coups de spatule le pot de glace vanille-noix de pécan, qui a pour composant un ingrédient secret anesthésiant qui aide à tout oublier,



### בית הכתיבה

**CENTRE DE SOFROUT S.T.A.M**

**Rav S. R. LASRY**

SOFER - BODEK depuis 1998

En partenariat avec l'un des deux grands centres du sofrot de David Gali



ECRITURES Tefilins, Mezuzot, Sefer Torah, Meguilot

VÉRIFICATION et RÉPARATION Tefilines - Sefer Torah

VÉRIFICATION PAR ORDINATEUR et nouvelle

VENTE objets kodesh (Talit, Baileys, Kippot...)

**06.24.63.82.80**

**www.beth-haketiva.com**

sa petite dernière vient se blottir contre elle et lui murmure "Maman, quand tu passes une mauvaise journée, moi aussi je passe une mauvaise journée". Aïe !

### Notre humeur et nos enfants...

C'est tellement vrai : une maman, contrairement à toutes les autres créatures de la planète, n'est jamais solitaire et indépendante. Ses actes, ses paroles et même ses humeurs ont un impact sur ses enfants.

Nos petits sont le papier buvard de notre vie. Si on est joyeux, ils sont hystériques ; si on est angoissé, ils sont déstabilisés ; si on fait preuve d'injustice, ils se révoltent ; si on les ignore, ils attirent notre attention coûte que coûte ; si on hurle, ils se taisent et se renferment ; si on passe une mauvaise journée, ils passent une mauvaise journée.

Je venais d'apprendre une des plus grandes leçons de vie de la bouche de mon enfant de 5 ans. J'ai choisi de travailler, j'ai choisi d'être une femme de carrière, mais ma fille, elle, n'a encore rien choisi, elle est une enfant innocente que j'ai décidé d'amener sur terre et, depuis sa naissance, elle me subit moi et mes humeurs...

### 10 minutes qui font la différence !

Après une profonde réflexion et quelques cuillères de glace, cette nuit-là, j'ai pris la décision qu'il n'était plus question d'angoisser mes enfants ou de les punir de façon injuste parce que ma journée de femme active ne s'était pas passée comme je l'aurais souhaité.

J'ai donc décidé que, dorénavant, je ferais une coupure entre ma journée au travail et mon

autre journée, la vraie, la plus importante des deux, la familiale. Je ne voulais plus que ce qui s'était passé entre les quatre murs de mon bureau influence ce qui se passerait entre les quatre murs de ma maison.

Je décidai donc de faire une coupure de 10 minutes entre mon départ du bureau et mon arrivée à la maison. 10 minutes où j'écouterai de la musique dans ma voiture, 10 minutes où j'irai boire mon café au calme, 10 minutes où je marcherai le long de la promenade... Pendant ces 10 minutes, je remettrai mes compteurs d'énergie à zéro pour pouvoir donner le maximum à mes enfants et mon mari. Car il n'était pas juste qu'ils bénéficient du fond d'essence qui me restait en réserve.

Pendant ces 10 minutes, je me mettrai en condition de bien-être pour jouir de chaque instant avec ma famille. Pendant ces 10 minutes, je ferai le vide dans mon esprit de ce qui s'était passé durant la journée. Pendant ces 10 minutes, je me rappellerai de l'essentiel, de ce qui constitue mon vrai but sur terre. Je me souviendrai que si une patronne est remplaçable, une maman ne l'est pas ; que si les employés ont une vie indépendante de la mienne, mes enfants n'en ont pas.


Je suis leur moteur, je suis leur énergie, je suis celle qui les construira, je suis celle qui fera d'eux des adultes sains et équilibrés qui sauront affronter les épreuves de la vie avec foi. Je ne veux pas et je ne dois pas faillir à mon devoir. Dès aujourd'hui, je reprends les rênes de mon rôle, ce rôle qui m'est si cher, ce rôle que je chéris tant : je suis leur maman !

Myriam H.


NOUVEAU

**BOOSTEZ VOTRE COMMUNAUTÉ**

Tout un chabbat avec l'équipe  **Torah-Box**



 01.77.50.22.31  +972 58-4280953





## Les femmes ont le "pouvoir des larmes"

*Les femmes, pour la plupart, ont la larme facile. Ce cadeau que vous avez reçu, utilisez-le uniquement pour le bien. Implorez Hachem pour l'avenir, remerciez-Le pour le passé et rapprochez-vous de votre Créateur !*

Pendant tout le chemin du retour, elle ne prononça pas un mot, mais à présent qu'ils approchaient de chez eux, elle ne put plus se retenir et fondit en larmes. "Que se passe-t-il ?" lui demanda son mari, inquiet. Il ne parvenait pas à saisir ce qu'elle disait au milieu de ses sanglots entrecoupés. "Le mariage ne t'a pas plu ? Tu as mal quelque part ? Tu as rencontré une amie d'enfance à qui tu en veux ?" Il essaya de la faire parler, mais en vain.

"Ta mère..., finit-elle par lâcher. Elle a remarqué que le bracelet en or avait disparu... Cela m'a été tellement désagréable..." Elle versait maintenant des torrents de larmes. "Je voulais tellement qu'elle ne s'en aperçoive pas et maintenant, elle est certaine d'avoir une belle-fille irresponsable..."

Il fut un peu soulagé quand il comprit que le problème n'était pas si grave. Il tenta de calmer sa femme mais en vain... Finalement, au beau milieu de la nuit, de guerre lasse, il abandonna tristement.

### Répands ton cœur comme de l'eau

"Les jours de repentance sont palpables et arrivent" indique le calendrier. Eloul et Roch Hachana approchent à grands pas. Et déjà, une larme émue perle au coin de son œil à elle...

Yom Kippour, quelques instants avant l'heure de Néïla. "Ouvre-nous la porte au moment de la clôture de la porte..." implore 'Haïm en chœur avec l'assemblée des fidèles. Il attend de voir une petite larme venir enfin briser la porte d'en

haut, mais ses yeux restent secs... Rien qu'une goutte humide, escompte-t-il, plein d'espoir. Et à cet instant, il envie pour la première fois sa femme sensible et les larmes qui coulent avec tant de facilité sur ses joues.

### L'homme

En général, les hommes versent peu de larmes.

Beaucoup d'entre eux disent, en plaisantant, qu'ils ont besoin d'éplucher des oignons pour pouvoir verser une larme ou deux. À Yom Kippour, la frustration envahit ceux qui voudraient tant pleurer et purifier leur cœur devant Hachem, mais ils n'y parviennent pas... Ils ont l'impression d'être secs comme le désert du Néguev.

### La femme

Les femmes, pour la plupart, ont la larme facile.

À chaque 'Houpa, une avalanche de larmes déferle de leurs yeux. A chaque Brit-Mila, c'est en sanglots qu'elles prient pour le nouveau-né entré dans l'alliance d'Avraham Avinou. Les femmes ont été dotées du pouvoir des larmes, qui permet d'ouvrir toutes les portes, afin de prier pour elles-mêmes, pour leur mari et pour tout le peuple juif.

### Les larmes, un puissant outil

Mesdames, ce merveilleux cadeau que vous avez reçu, utilisez-le uniquement pour le bien. En période de tristesse ou si vous vous sentez





blessée, laissez couler vos larmes comme un fleuve et implorez notre Père qui est dans les Cieux. Soyez consciente de votre force, car, comme l'enseignent nos Sages, "les portes des larmes ne sont jamais verrouillées".

Imprégnez vos prières de vos larmes. Utilisez-les pour briser les portes. Implorez Hachem pour l'avenir, remerciez-Le pour le passé et rapprochez-vous de votre Créateur.

### Le pouvoir de l'imagination

Si votre mari se sent frustré de ne pas réussir à verser de larmes et accéder ainsi à une prière exaltée comme vous, et si vous-même éprouvez parfois des difficultés à verser des larmes (car toute femme a également des moments où ses yeux restent secs bien que son cœur ne demande qu'à pleurer) un excellent conseil est de faire marcher son imagination ; en effet, il n'est pas difficile de s'imaginer la scène lorsque l'on entonne, par exemple, le Chant de la Mer, "Az Yachir Moché"... Imaginez-vous des millions

de Juifs, hommes, femmes, enfants, marchant dans le lit de la mer. L'eau est gelée des deux côtés et des fleurs et des fruits odorants poussent dans la glace. Comment peut-on rester indifférent face à ce spectacle à couper le souffle ?!

Prenons aussi pour exemple le chant "Ounétané tokef" récité à l'office de Moussaf de Roch Hachana : "Qui vivra et qui mourra, qui atteindra la fin de ses jours et qui ne l'atteindra pas..." L'année passée s'écoule devant nos yeux. Combien d'entre nous existaient et, désormais, ne sont plus ? Qui peut savoir ce qui nous arrivera l'année prochaine ?

Eloul, c'est le moment où jamais : usons de notre imagination, de nos larmes et de nos émotions de manière positive et, ainsi équipées, rapprochons-nous de Hakadoch Baroukh Hou !

*Rabbanite Esther Toledano*



# Kriat HaTorah

apprendre ou réviser gratuitement la Paracha !

L'équipe Torah-Box est heureuse de vous offrir un accès aux 5 livres de la Torah lus avec les ta'amim (cantillations).

Il est vous désormais possible d'apprendre ou réviser chaque Paracha ou Haftara de la Torah... selon votre rite : Marocain, Algérien, Tunisien... et bientôt Achkénaze !

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

 Torah-Box.com



## Minyan : indispensable pour les Séli'hot ?

La présence d'un *Minyan* (au moins 10 hommes) est-elle indispensable pour réciter les *Séli'hot* ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

Il est permis de réciter les *Séli'hot* sans la présence d'un *Minyan* (*Michna Broua*, 581, 4 ; *Kaf Ha'haïm*, 581, 34 ; *Yabia Omer*, vol. 1, *Ora'h 'Haïm*, 35 ; *Yé'havé Daat*, vol. 3, 43). Cependant, il est préférable de les réciter en présence d'un *Minyan* car les prières ont alors une puissance et un impact totalement différents.

Dans le cas où l'on n'est pas en présence de 10 personnes :

1. On ne récite aucun *Kaddich*.
2. On ne récite pas le passage "*Vayaavor*". Si on désire tout de même le réciter, il est obligatoire de le chanter sur l'air des *Taamim* de la lecture du *Séfer Torah*.
3. Il est permis de réciter le passage "*El Mélekh Yochèv*" jusqu'aux mots "*Vécham Néémar*" (non inclus).
4. Les passages en araméen : Selon le *Michna Broua* et Rav Ovadia Yossef, on ne récite pas les passages en araméen : "*Ma'hé Oumassé*", "*Ra'hamana*", "*Déané Laaniyé*", "*Marana Débichmaya*", etc. (*Michna Broua*, 101, 19 et 581, 4 ; *Yé'havé Daat*, vol. 3, 43 ; *Yabia Omer*, vol. 1, *Ora'h 'Haïm*, 35). Selon Rav Bentsion Abba-Chaoul, le *Ben Ich 'Haï*, le *Kaf Ha'haïm* et Rav Meïr Mazouz, cela est absolument permis. Selon le *Ben Ich 'Haï*, on récite les passages en araméen figurant au milieu des *Séli'hot* en hébreu, mais pas ceux de la fin.

## Pectine de fruit, Cachère ?

A-t-on le droit de consommer de la pectine de fruit ?



Réponse de Dan Cohen

Oui, c'est autorisé, car la pectine provient essentiellement des agrumes et parfois des pommes.

## A quel âge ne plus toucher une femme ?



A partir de quel âge on ne peut plus toucher sa mère, sœur, tante etc. ?

Réponse de Rav Emmanuel Bensimon

Embrasser sa mère reste toujours permis, et même recommandé, quelque soit votre âge. Cela fait partie de la Mitsva d'honorer ses parents. Il en est de même pour le père avec ses filles : il peut toujours les embrasser, même si elles sont mariées et *Nidda*. Par contre, il est interdit pour un garçon d'embrasser sa sœur ou sa tante (*Choul'han Aroukh*, *Even Haézer*, 21,7). Bien que cet interdit, comme tous les autres, concerne tous les hommes à partir de 13 ans, et les filles à partir de 12 ans, il convient de s'habituer le plus tôt possible à ces comportements. En général, à partir de l'âge de l'éducation (6 ans), il est bon d'habituer les enfants à respecter cet interdit. Sinon, à partir de 8 ou 9 ans.



## Sélihot pour les femmes ?

J'aimerais savoir si les femmes doivent aller au *Seli'hot* ?



Réponse de Rav Yossef Loria

Les femmes ne sont pas tenues de participer aux *Séli'hot*.

Néanmoins, elles peuvent y participer si elles ne sont pas engagées dans d'autres Mitsvot plus importantes (notamment s'occuper de ses enfants, de sa famille, ou permettre à son mari d'y participer, etc...) et qu'il n'y a pas de problèmes de pudeur ou de mélange entre hommes et femmes à la sortie de la synagogue. (Rappelons en général, qu'il est préférable pour une femme de ne pas venir à la synagogue, si ses habits ne sont pas suffisamment pudiques et qu'il est possible qu'un homme porte son regard sur elle ! Sa prière à la maison aura une beaucoup plus grande valeur aux Yeux de L'Eternel !)

Enfin, même les femmes sont tenues d'accomplir la loi de repentir (*Téchouva*), donc si le fait de participer aux *Séli'hot* lui permet de s'éveiller spirituellement, il sera bon d'y participer de temps à autre.

## Divorcée, reprendre mes anciennes coutumes ?

Quand j'étais jeune fille, je mélangeais le lait et le poisson, mais quand je me suis mariée, ma belle-famille ne mélangeait pas et j'ai donc arrêté moi aussi. J'ai divorcé il y a plus de 3 mois et je veux savoir si j'ai le droit de reprendre mon ancienne habitude.



Réponse de Rav Gabriel Dayan

1. Lorsque vous vous étiez mariée, vos habitudes étaient devenues celles de votre mari, d'une manière "automatique" (*Kol Nidré* [5768], 77, 1-3, 8).

Après une séparation :

2. Si vous n'avez pas d'enfant, vos habitudes redeviennent "automatiquement" celles que vous aviez avant votre mariage (*Kol Nidré* [5768], 77, *Halakha* 7).

3. Si vous avez des enfants, il faudrait procéder à une *Hatarat Nédarim* (annulation des vœux et de certaines "habitudes") au préalable (*Kol Nidré* [5768], 77, *Halakha* 7).

4. Pour des détails à propos de la *Hatarat Nédarim*, rendez-vous sur le site Torah-Box et tapez "Comment faire *Hatarat Nédarim*" dans le moteur de recherche.

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



Torah-Box Magazine | n°90



## La Yéchiva – Episode 1 : Prologue

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



Lorsque j'étais enfant, j'avais toujours rêvé de faire partie d'un groupe, d'une bande de copains. Je gardais pour moi ce rêve jamais formulé à voix haute : avoir à mes côtés des personnes de mon entourage sur qui je pouvais compter. Avec l'esprit apaisé que rien ni personne ne viendrait briser ce lien qui nous unirait.

En grandissant, je me suis vite rendu compte qu'il était compliqué de trouver ne serait-ce qu'un seul véritable ami, quelqu'un de stable, de fiable, de durable et non recyclable.

Durant toute mon enfance, et ensuite pendant mon adolescence, j'ai souvent partagé avec des copains des parcelles de mon quotidien. En marchant côte à côte, en faisant des bouts de chemin ensemble. Soit par le biais de la *Yéchiva Kétana* dans laquelle j'étais inscrit soit par celui de la synagogue où j'allais du temps où je vivais encore avec ma famille. Par ces lieux, et ces nombreux lieux communs, je pensais avoir côtoyé de près la notion de l'amitié... sauf que c'était avant !

Avant eux.

Avant nous.

Avant que je n'appelle ces hommes... mes 'Havérim.

Cette histoire, ou plutôt notre histoire, va confirmer un fait : des hommes qui n'ont aucun lien de parenté peuvent devenir des frères, en s'aimant, s'entraidant, en se prouvant une loyauté sans borne.

Le mieux est de commencer par le tout début. Le premier jour de mon arrivée à la *Yéchiva Beth Eliahou*, qui se trouve en plein Jérusalem.

Après un cursus plutôt classique pour le milieu dans lequel j'évoluais, je souhaitais continuer dans cette direction. J'avais longuement étudié les options qui s'offraient à moi.

Après avoir consulté mon Rav attiré avec qui j'étais en contact constant depuis ma *Bar-Mitsva*, et plusieurs heures de réflexions personnelles à tout mettre à plat, j'avais choisi d'intégrer la *Yéchiva de Beth Eliahou* après trois ans déjà passés en *Yéchiva Guédola* (*Yéchiva* accueillant des élèves à partir de 17-18 ans).

La *Yéchiva Beth Eliahou*, dont la réputation n'était plus à faire, regroupait les élèves plus âgés du monde des *Yéchivot* pour le *Kibbouts* (cours supérieur à la *Yéchiva Guédola* - à ne pas confondre avec le *Kibbouts* agricole israélien !).

Avec une pointe d'émotion, je me remémore encore la manière dont le meilleur ami de mon père nous avait raconté pour la première fois à la table de Chabbath l'histoire extraordinaire de ce monde à part où vivaient les *Yéchivistes*.

Son grand-père et le père de celui-ci, et sur plusieurs générations, y avaient étudié tout au long de leur vie. Et cela, quelles que soient les épreuves que notre peuple a subies au cours des derniers siècles.

Une fois accepté là-bas, je pensais y découvrir seulement le fameux secret de ceux qui ont la capacité à rester assis pendant des heures sans bouger, à étudier un texte de Torah





ancestrale... même les plus complexes ! Avec pour consigne de ne jamais abandonner jusqu'à leur compréhension totale.

À ma grande surprise, j'y trouvai bien plus !

Un monde totalement à part, où seule l'étude de la Torah comptait, sur fond de *Sim'ha* (joie).

Le tout saupoudré d'entraide et de *Ahavat Israël* (amour de son prochain) à l'état pur. En recevant de l'amour simple que vous donnez en retour sans compter. Ce qui aura forcément un impact direct sur vos prises de décision.

Avec le recul, je peux affirmer que le fait d'avoir été entouré des bonnes personnes au moment où je vivais l'une des périodes les plus sombres que ma famille n'ait pu traverser jusqu'à ce jour, m'a littéralement sauvé la vie...

Demeurer à la *Yéchiva* m'a toujours donné la sensation de me sentir chez moi. C'est dans cet état d'esprit que je poussais les portes de la *Yéchiva Guédola*.

C'était mon premier jour dans cette ancestrale institution. C'était aussi ce même jour où j'avais fait la connaissance de Yossef 'Haïm et Yona Amsellem.

Pour David Laloum, dit Le Limier, les choses étaient un peu différentes entre nous.

Nous nous étions rencontrés deux ans auparavant. Il avait intégré la *Yéchiva* où j'avais étudié. Après un retour vers notre Torah à 360 degrés juste après le bac, David était venu me rejoindre. Hormis son physique atypique, son humour décapant et son parcours inhabituel, il ne laissait personne indifférent à la *Yéchiva*. Moi, le premier ! Son visage rond, ses cheveux noir corbeau, ses yeux pratiquement transparents, sa taille qui avoisinait les deux mètres de haut et ses pieds taille 48 lui donnaient tout de suite un capital sympathie sans fond.

A suivre...

**Déborah Malka-Cohen**

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

Une  
**visibilité unique**



- 10.000 exemplaires distribués en France
- Dans plus de 400 lieux communautaires
- Publié sur le site Torah-Box vu par plus de 250.000 visiteurs chaque mois
- Magazine hebdomadaire de 32 pages
- Des prix imbattables

Contactez-nous : **Yann Schnitzler**  
**yann@torah-box.com**  
**04 86 11 93 97**



## La salade de poulet façon taboulé

*Ce n'est pas encore l'automne, ce n'est plus tout à fait l'été, c'est donc le moment idéal pour déguster cette savoureuse salade façon taboulé...*



Pour 6 personnes



Difficulté : Facile



Temps de préparation : 20 min



Temps de cuisson : 10mn



### Ingrédients



- 300 g de boulgour (ou quinoa)
- 2 gousses d'ail
- 2 brins de thym frais lavés et vérifiés
- 4 citrons
- 1 cuillère à café de cumin moulu
- 4 blancs de poulet
- 1kg de tomates
- 1 gros concombre
- 4 oignons frais
- 1 bouquet de persil plat lavé et vérifié
- 1 bouquet de menthe fraîche lavé et vérifié
- Piment de Cayenne
- Poivre du moulin
- Huile d'olive

### Réalisation

- Versez 20 cl d'eau bouillante salée sur le boulgour et laissez-le gonfler.
- Mélangez ensemble l'ail pelé et haché, le thym effeuillé, le jus d'un citron, du sel, du poivre, du cumin et 2 cuillères à soupe d'huile d'olive.
- Faites des entailles avec un couteau dans les blancs de poulet et arrosez-les avec la sauce.
- Lavez et pelez les légumes et les oignons et coupez-les en petits dés. Coupez finement les herbes. Mélangez-les au boulgour, ajoutez le jus des 3 citrons restant, de l'huile d'olive, du sel, du poivre et du piment de Cayenne.
- Faites revenir les blancs de poulet dans une poêle 5 min de chaque côté, puis émincez-les en lanières.
- Mélangez le poulet au reste des ingrédients et servez.

Bon appétit !

Esther Sitbon

## Une bonne blague & un Rebus !



Trois hommes se sont évadés de prison et sont activement recherchés par la police. Ils traversent une route pendant la nuit et se réfugient dans un buisson. Alors que les policiers les pourchassent jour et nuit, un flic aperçoit les buissons bouger et dit :

"Qui est là ?!"

Le premier dit : "Miaou ! Miaou !"

La nuit suivante, pareil, et le second répond : "Miaou ! Miaou !"

La troisième nuit, le flic s'avance de nouveau devant le buisson et dit :

"Qui est là ?"

Le troisième dit : "C'est louu chat !"

### Rebus

Par Chlomo Kessous



Parle peu fait beaucoup. Recoit chacun avec une mine sympa. Pirkel Avotiv n'vra - x p'p



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

Prions pour la guérison complète de

**Keren Dvora  
bat Rivka**

**Sorke  
bat Rivke**

**Elyahou  
ben Rivka**

**Lea Hadassa  
bat Sarah**

**Myriam  
bat Evelyne  
Esther**

**Guy Yossef  
ben Myriam**

**Nathalie  
bat Sarah**

**Boris  
ben Sarah**

**Michelle  
bat Miriam**

**Simha  
bat Rachel**

**Liliane Félicie  
Simha bat  
Bellara Laure**

**Sultana  
bat Zouina**

**Yossef  
ben Djoar  
Margalit**

**Khamous  
ben Dina**

**Haya Nehama  
Louise  
bat Rivka**

**Vous connaissez un malade ? Envoyez-nous son nom**  
[www.torah-box.com/refoua-chelema](http://www.torah-box.com/refoua-chelema)



**Editions Torah-Box**  
présente

### KIT DE SURVIE DU COUPLE



Dans ce manuel conçu comme un kit de premiers secours, le Rav Yéchoua Attia – conseiller conjugal et médiateur familial réputé en Israël – en plus de nous rappeler des fondamentaux que l'on a tendance à oublier, propose des outils simples, concrets et efficaces pour rétablir la paix au sein des couples. Dans un langage clair et actuel, il répond ainsi aux

questions suivantes : Couple au bord de la rupture : par où commencer ? Hommes : comment faire de son couple la priorité n°1 ? A quelles attentions un homme est-il particulièrement sensible ? Comment améliorer la communication dans le couple ?

**Commandez dès maintenant !**

- 1 **Internet** (carte bancaire) [www.torah-box.com/editions](http://www.torah-box.com/editions)
- 2 **Téléphone** 01.80.91.62.91 (France) - 077.466.03.32 (Israël)





# 40

## Jours de prières



**La prière  
des envoyés  
du Vaad Harabanim  
pour vous et pour votre famille  
au Kotel et sur les 5 lieux saints**

**0-800-106-135**

Un reçu sera envoyé pour tout don.

**5 possibilités pour transmettre vos dons au Vaad haRabanim :**

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

Veuillez libeller vos chèques à l'ordre de Vaad haRabanim

Perle de la semaine par Torah-Box

**"Personne ne se trouve dans une situation ; on se met dans une situation. Et si vous vous êtes mis dans cette situation, vous pouvez vous mettre dans une autre situation."**

(Rabbi Mena'hem Mendel Schneerson)