

HAGGADA
COUPLE

CACHÉRISATION DES USTENSILES
SEGOULA

PARNASSA

OMER
KENWOOD

'HAMETS

EILAT
COUTUMES



Torah-Box

M A G A Z I N E

14 Avril 2019 | 9 Nissan 5779 | Pessa'h

TOUT Sur **PESSA'H**

Guide, fiches pratiques,
paroles de Torah, horaires,
conseils...



Un Séder
de Pessa'h
en toute
sérénité
> p.24



Le
bonheur ?
Il ne
dépend
que de toi !
> p.26



Recette :
Le gâteau
aux amandes
de Pessa'h
> p.30



HORAIRES DE LA FÊTE

	JEU 18/4	VEN 19/4			
	Recherche du 'Hamets APRÈS	Consommation du 'Hamets JUSQU'À	Brûlage du 'Hamets AVANT	Allumage des bougies	Début du Séder
Paris	21h28	10h34	11h56	20h29	21h29
Lyon	21h09	10h50	12h10	20h13	21h11
Marseille	21h01	10h51	12h09	20h07	21h03
Nice	20h55	10h43	11h57	20h00	20h56
Strasbourg	21h05	10h34	11h55	20h07	21h07
Toulouse	21h18	11h06	12h20	20h23	21h19
Bruxelles	21h24	10h45	12h07	20h24	21h26
Casablanca	20h35	10h52	12h07	19h46	20h36
Genève	21h06	10h44	12h04	20h09	21h07

	JEU 18/4	VEN 19/4			
	Recherche du 'Hamets APRÈS	Consommation du 'Hamets JUSQU'À	Brûlage du 'Hamets AVANT	Allumage des bougies	Début du Séder
ISRAËL	19h43	10h04	11h18	18h32	19h42
Jérusalem	19h43	10h03	11h17	18h54	19h44
Tel Aviv-Jaffa	19h43	10h04	11h18	18h54	19h45
Ashdod	19h43	10h03	11h17	18h54	19h44

	SAM 20/4	DIM 21/4	JEU 25/4	VEN 26/4	SAM 27/4
	Findu Chabbath Allumage des bougies de Yom Tov et début du Séder APRÈS	Fin de la fête	Allumage des bougies de Yom Tov	Allumage des bougies AVANT	Fin du Chabbath et de la fête
Paris	21h41	21h43	20h38	20h40	21h53
Lyon	21h21	21h23	20h21	20h23	21h32
Marseille	21h12	21h14	20h13	20h15	21h22
Nice	21h06	21h08	20h07	20h09	21h15
Strasbourg	21h18	21h20	20h15	20h17	21h30
Toulouse	21h29	21h31	20h30	20h32	21h38
Bruxelles	21h37	21h39	20h34	20h34	21h50
Casablanca	20h44	20h45	19h50	19h51	20h50
Genève	21h18	21h19	20h17	20h19	21h28
ISRAËL	SAM 20/4		JEU 25/4	VEN 26/4	SAM 27/4
	Fin du Chabbath et de la fête		Allumage des bougies de Yom Tov	Allumage des bougies de Chabbath AVANT	Fin du Chabbath
Jérusalem	19h52		18h37	18h37	19h57
Tel Aviv-Jaffa	19h52		18h58	18h59	19h57
Ashdod	19h52		18h54	18h54	19h57
Netanya	19h52		18h59	18h59	19h58



CALENDRIER DE LA SEMAINE

14 au 27 Avril 2019

Dimanche 14 Avril 9 Nissan	Daf Hayomi 'Houlin 138 Michna Yomit Sanhédrin 7-6 Limoud au féminin n°401	Dimanche 21 Avril 16 Nissan Yom Tov Cheni	Pessa'h Daf Hayomi Bekhorot 4 Michna Yomit Sanhédrin 9-2 Limoud au féminin n°408
Lundi 15 Avril 10 Nissan	Daf Hayomi 'Houlin 139 Michna Yomit Sanhédrin 7-8 Limoud au féminin n°402	Lundi 22 Avril 17 Nissan 'Hol Hamoed	'Hol Hamoed Pessa'h Daf Hayomi Bekhorot 5 Michna Yomit Sanhédrin 9-4 Limoud au féminin n°409
Mardi 16 Avril 11 Nissan	Daf Hayomi 'Houlin 140 Michna Yomit Sanhédrin 7-10 Limoud au féminin n°403	Mardi 23 Avril 18 Nissan 'Hol Hamoed	'Hol Hamoed Pessa'h Daf Hayomi Bekhorot 6 Michna Yomit Sanhédrin 9-6 Limoud au féminin n°410
Mercredi 17 Avril 12 Nissan	Daf Hayomi 'Houlin 141 Michna Yomit Sanhédrin 8-1 Limoud au féminin n°404	Mercredi 24 Avril 19 Nissan 'Hol Hamoed	'Hol Hamoed Pessa'h Daf Hayomi Bekhorot 7 Michna Yomit Sanhédrin 10-2 Limoud au féminin n°411
Jeudi 18 Avril 13 Nissan	Daf Hayomi 'Houlin 142 Michna Yomit Sanhédrin 8-3 Limoud au féminin n°405	Jeudi 25 Avril 20 Nissan 'Hol Hamoed	'Hol Hamoed Pessa'h Daf Hayomi Bekhorot 8 Michna Yomit Sanhédrin 10-4 Limoud au féminin n°412
Vendredi 19 Avril 14 Nissan	Daf Hayomi Bekhorot 2 Michna Yomit Sanhédrin 8-5 Limoud au féminin n°406	Vendredi 26 Avril 21 Nissan Yom Tov Richon	Pessa'h Daf Hayomi Bekhorot 9 Michna Yomit Sanhédrin 10-6 Limoud au féminin n°413
Samedi 20 Avril 15 Nissan Yom Tov Richon	Pessa'h Daf Hayomi Bekhorot 3 Michna Yomit Sanhédrin 8-7 Limoud au féminin n°407	Samedi 27 Avril 22 Nissan Yom Tov Cheni	Pessa'h Daf Hayomi Bekhorot 10 Michna Yomit Sanhédrin 11-2 Limoud au féminin n°414

Hiloulot

Lundi 15 Avril

Rav Chalom Messas

Mardi 16 Avril

Rav Moché Ben Na'hman

Mercredi 17 Avril

Rav Chimchon David Pinkous

Jeudi 18 Avril

Rabbi Yossef Karo (Choul'han Aroukh)

Rabbi Mena'hem Mendel (Tséma'h Tsédek)

Rav Moché Ben 'Haïm Alcheikh

Samedi 20 Avril

Its'hak Avinou

Lundi 22 Avril

Rav Meir Abi'hssira (Baba Meir)



Responsable publication : David Choukroun - Rédacteurs : Jérôme Touboul, 'Haïm Walder, Rabbanite Esther Jungreis, Rav Yirmiah Wolf, Hylton Lightman, Audrey K., Rav Gabriel Dayan, Binyamin Benhamou, Rav Avner Ittah, Rav Avraham Garcia, Rav Emmanuel Bensimon, Esther Sitbon - Mise en page : Dafna Uzan - Secrétariat : 01.80.20.5000 - Publicité : Daniel (daniel26mag@gmail.com / +972-54-24-34-306) - Distribution : diffusion@torah-box.com

- Ce magazine contient des enseignements de Torah, ne pas le jeter dans une poubelle
- Pour toute remarque ou conseil : support@torah-box.com



La quête du bonheur à travers ... Pessa'h

Chaque juif a le devoir impérieux de se préparer non seulement matériellement à la fête, à travers l'élimination du 'Hamets et les différentes lois de Pessa'h, mais aussi spirituellement en se préparant à accueillir le flux spirituel qui va traverser le monde durant ces jours...



Nous voici à quelques heures de la fête de Pessa'h, un rendez-vous ô combien attendu et solennel de notre calendrier. Cette date est particulièrement intense émotionnellement, chacun en fait l'expérience chaque année.

Naturellement, la préparation matérielle qui précède cette fête n'est pas étrangère à l'intensité de cette émotion, de même les souvenirs de toutes les soirées pascales nous reviennent à l'esprit et nous plongent dans la chaîne des générations. Ils nous rappellent notamment l'importance de la transmission qui prend forme le soir de Pessa'h.

La force spirituelle de Pessa'h

Mais il y a bien sûr beaucoup plus. Nous ne sommes pas invités, ce soir, à célébrer simplement un événement du passé : la sortie

d'Egypte de nos ancêtres. Nous sommes invités à sortir nous-mêmes de "notre Egypte" personnelle, qu'elle soit morale, spirituelle ou matérielle.

En effet, le calendrier juif a ceci de particulier qu'il ne se lit pas de manière linéaire telle la frise chronologique que nous dessinions, enfants.

Si nous devions le schématiser, notre calendrier aurait plutôt la forme d'une ellipse qui s'étire certes vers l'avant, mais qui ramène chaque année, aux mêmes dates, la même "charge" spirituelle qui étreint le monde depuis sa création (Rav R. Sadin).

C'est ainsi que lors de la fête de Pessa'h, le monde est traversé par une intense force spirituelle susceptible de libérer les hommes de toute forme de servitude. Cette force s'est

matérialisée de manière spectaculaire lors de la sortie d'Egypte, mais elle lui a préexisté, et elle revient dans le monde chaque année à la même période.

Selon certains commentateurs, c'est pour nous faire prendre conscience de cette force que la sortie d'Egypte a eu lieu à cette date et que nous sommes invités à célébrer la fête de *Pessa'h* de manière aussi solennelle à travers la cérémonie du Séder.

Voilà pourquoi également nous devons dire dans la *Haggada* ce fameux verset : "Chaque génération doit se considérer comme si elle était elle-même sortie d'Egypte".

En effet, chaque génération a la possibilité de se libérer de ses servitudes comme la génération de Moché Rabbénou, précisément grâce à cette grande force spirituelle qui traverse le monde.

Pessa'h et la Emouna

Dès lors, chaque juif a le devoir impérieux de se préparer non seulement matériellement à la fête, à travers l'élimination du '*Hamets* et les différentes lois de *Pessa'h*, mais aussi spirituellement en se préparant à accueillir le flux spirituel qui va traverser le monde durant ces jours.

Cet accueil doit se faire, notamment, en renforçant sa *Emouna*, sa foi en Hachem. C'est là un des sens de la fête de *Pessa'h*, en particulier celui de la *Matsa* qui est désignée comme le "pain de la foi".

A propos de la *Emouna*, la foi en Dieu, Maïmonide écrit dans son commentaire sur la Michna : "J'apprécie d'enseigner les sujets liés à la foi, plus que tous les autres sujets" (Cf. R. H. Margolin, *Living Simchah*). Et, de fait, contrairement à ce que l'on pourrait penser spontanément, la foi "s'apprend".

C'est en prenant le temps de méditer sur la toute-puissance de Dieu et les miracles qu'il accomplit à chaque instant, en se pénétrant profondément de Sa bonté infinie et en se rappelant qu'il envoie à tout un chacun ce

qui lui correspond le mieux à chaque instant, que l'homme peut faire vibrer en lui une foi authentique et ressentir par là-même une joie profonde.

Le temps de la remise en question

Une telle réflexion permet notamment de se rappeler utilement les objectifs spirituels que doit poursuivre chaque individu et qui constituent sa raison d'être sur terre.

Il peut alors prendre du recul sur les moteurs ou les passions qui l'animent au quotidien et qu'il n'a pas toujours choisis réellement et positivement, mais qui se sont invités en lui au gré des rencontres, des influences de la société ou d'idées de jeunesse acceptées trop rapidement.

Pessa'h est précisément une opportunité unique de rebattre les cartes de sa vie, de questionner les évidences parfois délétères sur lesquelles notre quotidien est fondé, à l'image du '*Hamets* dont nous ne questionnons pas la présence au centre de nos vies toute l'année, mais que nous faisons disparaître totalement de notre environnement durant une semaine entière.

Comment ne pas ressentir une joie extraordinaire et être même pris d'un vertige à l'idée de conquérir cette année encore de nouveaux horizons de liberté et de s'affranchir de certaines habitudes qui empêchent notre "moi authentique" de s'épanouir ?

Cette année, comme toutes les années, nous sommes invités non pas à traverser le temps, mais à "bâtir le temps" selon la belle formule d'Avraham Heshel.

En recueillant la force spirituelle de *Pessa'h* et en nous efforçant de l'orienter positivement, grâce à nos prières, notre dialogue avec Hachem et nos bonnes actions, nous pourrons, avec l'aide de Dieu, connaître un grand épanouissement et une joie illimitée dans le renouveau qui nous attend.

Jérôme Touboul



Torah-Box Magazine



J'ai manqué cette "grosse" affaire...

Mon contact commença à exercer des pressions sur moi : "Il ne reste que quelques terrains, je te les garde, mais je ne peux pas m'engager !" Haïm Walder nous rapporte une leçon édifiante sur le Bitoul Torah...

Je suis enseignant depuis longtemps et je relate chaque année l'histoire suivante à mes élèves.

J'ai étudié dans une excellente Yéchiva. J'étais un bon élève et lorsque je suis arrivé en âge de me marier, je me suis fiancé avec une fille de bonne famille, aujourd'hui mon épouse.

Deux semaines après, nos parents se sont lancés à la recherche d'un appartement pour nous, mais nous n'avons pas trouvé de logement qui nous convenait.

Un mois et demi s'écoula, nous étions très tendus.

De nature, je suis très terre à terre. J'avais l'impression que tout le monde était occupé par l'organisation du mariage, le repas, etc., et oubliait que nous devions habiter quelque part à la fin des festivités.

Un matin, je décidai de passer à l'action.

Je quittai la Yéchiva à midi, au milieu de la session du matin - chose que je ne faisais jamais - pour me rendre dans une agence immobilière.

L'agent me proposa divers appartements. Il me fit ensuite signer des papiers, car si nous achetions l'un des appartements qu'il m'avait proposés, nous devions lui payer 2% de son prix.

Je retournai à la Yéchiva. Avant que je puisse appeler mes parents, le père de ma fiancée m'appela pour me dire qu'il avait vu une annonce de vente près de chez lui, qui lui semblait convenir à tous points de vue.

"On m'a également proposé des appartements aujourd'hui, répondis-je, mais il est préférable de voir le vôtre, qui est sans frais d'agence."

♦♦♦

A 21h, comme prévu, nous sommes allés visiter l'appartement. Il nous a plu.



"Je crois qu'il n'est pas nécessaire de voir les appartements proposés par l'agent immobilier", déclara mon beau-père. J'étais d'accord avec lui.

Nos parents s'entretinrent avec le propriétaire qui demanda : "Etes-vous venus par l'intermédiaire d'une agence ou de l'annonce ?"

Le père de ma fiancée répondit : "De l'annonce".

J'eus soudain un doute, et je dis : "Un instant, attendez." Je sortis le contrat que j'avais signé avec l'agent immobilier. Dès que je le vis, je défaillis.

Le premier appartement mentionné était celui que nous venions de visiter. La rue, le numéro, l'étage, tout correspondait !

Je fus contraint d'avouer que le matin même, j'étais allé consulter un agent immobilier et que je m'étais engagé à lui payer 2% si nous achetions cet appartement, celui dont mon beau-père avait détaché l'annonce au même moment...

Je ne sais plus combien nous avons payé ce Bitoul Torah, mais faites vous-mêmes le calcul. Deux pour cent du prix d'un appartement. C'est la somme que j'aurais économisée si j'avais

décidé de rester jusqu'à la fin de la session d'étude. Mais je n'ai pas résisté à l'épreuve... Vous comprendrez la leçon que j'ai apprise !

♦♦♦

Si vous voulez une belle fin, alors en voici une.

Des années plus tard, alors que j'étais Avrekh, j'avais épargné la somme de 20.000 dollars.

A cette époque, beaucoup de mes amis avaient acheté des terrains vers Achkelon au prix de 25.000 dollars l'unité. Beaucoup d'orthodoxes s'étaient lancés dans cet investissement car les terres devaient être dégelées 6 mois plus tard et leur valeur décuplée par rapport à l'investissement de départ.

Un homme de confiance assurait le contact avec les Avrékhim et ses conseils constituaient une sorte de garantie de fiabilité. Cet homme honnête avait entrepris cette démarche en croyant de tout cœur qu'elle permettrait aux Avrékhim de vivre dignement.

J'avais l'intention d'y investir mon argent et j'avais déjà parlé plusieurs fois avec cet homme.

Mais je n'avais en ma possession que 20.000 dollars et il m'en manquait 5.000 que je comptais emprunter à la banque. Or la banque ouvrait ses portes à 8h30 le matin ; à l'époque, je devais partir tôt de chez moi pour arriver à l'heure au *Kollel*.

Un jour par semaine, la banque était ouverte jusqu'à 18h30. Mais ce jour-là, je fus coincé dans les embouteillages et j'arrivai trop tard.

Mon contact commença à exercer des pressions sur moi : "Il ne reste que quelques terrains, je te les garde, mais je ne peux pas m'engager."

♦♦♦

C'était un terrible dilemme. Manquer une telle opportunité n'était pas envisageable. Tout mon entourage avait acheté et j'étais coincé à cause de 5.000 dollars ! "Comment rater une telle opportunité !", me demandai-je.

Mais je ne voulais pas arriver en retard au *Kollel*. Il m'était déjà arrivé d'être en retard pour

amener l'un de mes enfants chez le médecin, mais pour une histoire financière, j'avais déjà une expérience...

J'attendis avec impatience le mercredi, le jour où la banque était ouverte jusqu'à tard. Mon contact me répétait qu'il ne lui restait qu'un seul terrain et que je risquai de perdre mon opportunité.

Mercredi, je quittai le *Kollel* en fin de journée et j'arrivai à la banque à temps : je réussis à contracter un emprunt de 5.000 dollars !

J'appelai de suite mon contact. Il ne répondit pas. Je refusai d'y croire. Il n'était jamais arrivé qu'il ne réponde pas au téléphone.

Le soir, je suis allé chez lui, j'ai frappé à la porte et il m'a ouvert.

Je lui annonçai que j'avais apporté l'argent et que je voulais conclure l'affaire.

Il m'observa, et soudain, il me dévisagea : "Es-tu le seul à n'être pas au courant ?

- Au courant de quoi ?, demandai-je.

- Le propriétaire des terrains s'est enfui à l'étranger. D'après les informations dont je dispose, il a fait faillite. Il s'avère que les terrains ne lui appartenaient pas. Tout le monde me tombe dessus et ils ont un peu raison, j'ai donné ma promesse, j'ai incité des Avrékhim à perdre leur argent ! Je lui ai fait confiance... Remercie Hachem, tu viens d'échapper à une perte financière."

♦♦♦

Je le quittai, troublé. D'un côté, je voulais me mettre à danser, mais je m'en abstins, sachant que tous mes amis avaient perdu de grandes sommes d'argent. Certains avaient investi dans plusieurs terrains tout en contractant des emprunts. En chemin, je passai par une synagogue pour prier Arvit, et je fis une prière de remerciement au Maître du monde pour avoir été épargné, grâce au mérite de ma résolution de ne faire de Bitoul Torah pour rien au monde !

'Haïm Walder



Torah-Box Magazine

Mes cadeaux de Pessa'h à emporter avec vous

Nous nous apprêtons à célébrer la fête de Pessa'h, l'anniversaire de notre statut de nation et j'aurais aimé partager avec vous quelques enseignements à ce sujet.



Mon père, le *Gaon et Tsadik Rav Avraham Halévi Jungreis*, m'expliquait que lorsque je prends la parole, je dois toujours me demander quel message insufflera à mon auditeur de la force et l'aidera à faire face aux aléas de la vie. Pour paraphraser mon révéré père, j'aimerais poser cette question à chacun d'entre nous.

Raconter le récit

La *Haggada* nous enseigne qu'à chaque génération, nous devons considérer l'esclavage d'Egypte comme si nous l'avions nous-mêmes vécu. Mais est-ce réaliste ? Pouvons-nous réellement simuler ce sentiment ? Comment pouvons-nous, nous qui vivons au XXI^{ème} siècle, ressentir réellement ce que nos ancêtres et leurs enfants ressentirent à ce premier Séder qui suivit l'exode ?

Mais là aussi, la voie a été tracée pour nous. Alors que tous ceux qui ont célébré le premier Séder après l'exode ont des souvenirs vivaces de l'esclavage et des miracles qui s'ensuivirent, il y avait un père parmi eux dont les enfants ne l'avaient jamais vécu. Ils ont dû l'intégrer en écoutant le récit : c'était Moché Rabbénou lui-même. Lorsque Moché, le fidèle berger d'Israël, était en chemin pour sauver ses frères de d'Egypte, son frère Aharon vint le trouver et lui

recommanda de renvoyer ses fils avec Tzipora, sa femme, car la jungle de l'Egypte n'était pas un lieu adapté pour eux.

Il va de soi que Dieu, omnipotent, aurait pu faire en sorte que Tzipora et les jeunes garçons soient en sécurité même dans cet enfer, mais il doit y avoir une explication plus profonde.

Moché Rabbénou était destiné à relater le récit à ceux qui ne l'avaient pas vu de leurs propres yeux, pour qu'à travers les siècles, nous aussi puissions relater ce récit à nos enfants et leur permettre de voir ce qu'ils n'ont pas vu de leurs propres yeux. Notre prophète et loyal berger a tracé la voie pour nous, de sorte qu'à chaque génération, nous puissions relater le récit et le rendre vivant pour nos enfants.

En effet, cette leçon est renforcée à maintes reprises. Tout, dans l'histoire juive, est une répétition... Il y a un précédent pour tout. "Les actions des pères sont un signe pour leurs fils", enseignent nos Sages. Notre système GPS – la Torah – fonctionne toujours, à condition de savoir comment y accéder. Ce n'est pas seulement notre histoire que nous devons relater ce soir, mais revoyons également les valeurs et principes qui guident et façonnent notre existence.

'Hessed

Au début du Séder, nous invitons tous les démunis à venir se joindre à nous. A première vue, c'est assez surprenant. Après tout, qui viendrait à ce stade-là ? Mais le 'Hessed - la bonté, est notre raison d'être. Nous sommes un peuple de 'Hessed, engagé à faire le bien autour de nous et cet engagement doit caractériser nos vies. Soyons attentifs à ce que les mots proclamés le soir du Séder "que tous les affamés et démunis se joignent à nous" reflètent notre quotidien, jour après jour et année après année.

Education

L'éducation de nos enfants est d'une importance capitale et c'est pourquoi nous invitons nos petits à poser des questions. Ces questions sont posées non seulement au début du Séder, mais tout au long de la soirée. L'une des prières de la fin du Séder est aussi formulée sous forme de questions : "Qui sait à quoi le chiffre 1 correspond ? Qui sait à quoi le chiffre 2 correspond ?" etc. Mais, tout comme les enfants, les adultes y sont également tenus. Nous devons procéder à une introspection et examiner la profondeur de nos connaissances et de notre engagement envers le judaïsme... Demandez-vous : que sais-je réellement de ma Torah, de ma foi, de mon Dieu ?

Engageons-nous tous à étudier davantage cette année. Quoi que vous fassiez, où que vous soyez, étudiez. Vous vous le devez à vous-même, à votre peuple et à votre Dieu.

Gratitude

L'un des chants préférés du Séder est "Dayénou". Mais "Dayénou" est plus qu'un chant. Il

représente le point ultime de la reconnaissance. En tant que Juifs, nous ne pouvons rien prendre pour acquis, mais devons exprimer notre gratitude pour toutes les bénédictions, ainsi que les défis auxquels nous sommes confrontés. Ce chant détaille chaque don prodigué par Dieu à Son peuple. Il ne s'agit pas d'un merci général, qui n'a aucun sens. Comme lorsqu'un garçon Bar Mitsva déclare : "J'aimerais remercier mes parents pour tout ce qu'ils ont fait pour moi", ces mots sont creux et insignifiants ! Par contre, s'il énumère toutes les bontés dont il a été l'objet, comme : "Je voudrais remercier ma mère d'être restée à mon chevet nuit après nuit lorsque j'étais malade" ou : "Je voudrais remercier mon père d'être resté des heures pour m'aider à faire mes devoirs", etc., cela prend une toute autre dimension ! C'est une grande leçon pour notre génération qui pense avoir tous les droits, mais aucun devoir.

L'unité

Chaque Juif fait partie de notre peuple. Même celui qu'on appelle "le fils pervers" a sa place à la table du Séder. Car dans son cœur, chaque Juif veut avoir un lien avec son Père céleste. Il nous suffit de lui montrer la voie et de l'inviter à se joindre à notre table... Tendons-lui la main avec chaleur et affection, comme s'il faisait partie de la famille.

Je pourrais continuer, mais je vous suggère d'ouvrir votre Haggada et de prendre ses leçons à cœur. Cela nous indiquera la voie à suivre. C'est notre boussole qui nous guidera vers le but de notre existence !

Rabbanite Esther Jungreis

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



La Ligne d'Ecoute

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

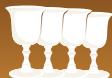


01.80.20.5000 (gratuit)

www.torah-box.com/ecoute



02.37.41.515 (gratuit)



HISTOIRE

Après 210 années d'oppression en Egypte, pendant lesquelles le roi Pharaon réduisit les Hébreux en esclavage, Dieu décida d'envoyer Moché chez Pharaon pour lui demander de libérer les siens.

Pharaon refusant de leur rendre la liberté, malgré les nombreux avertissements reçus, Dieu envoya alors sur l'Egypte 10 terribles plaies qui anéantirent le cœur du pays (bétail, récoltes, etc.).

Dans la nuit du 14 au 15 Nissan de l'année 2448 depuis la création (1313 avant l'ère commune), ce fut la dixième plaie : la mort des premiers-nés égyptiens. Dieu épargna les enfants d'Israël, "sautant par-dessus" leurs maisons.

Pharaon céda enfin et libéra tous les esclaves hébreux de son pays.



En quittant précipitamment l'Egypte, le pain préparé n'eut pas le temps de lever (c'est pourquoi nous consommons des Matsot pendant la fête). Le peuple, au nombre de 600 000 hommes âgés de 20 à 60 ans, quitta alors l'Egypte en direction du mont Sinaï où il recevra la Torah, 49 jours plus tard : ce sera la naissance du peuple Juif.

Chaque année, en lisant la *Haggada* (récit) de *Pessa'h*, nous essayons de revivre la servitude de nos ancêtres, qui a eu le mérite de voir les prodiges de Dieu et reconnaître Sa grandeur avant de pouvoir être libéré et devenir un peuple. Aujourd'hui également, c'est en se rapprochant de Dieu que nous connaîtrons la véritable liberté spirituelle...

PESSA'H : signifie "passer au-dessus". Nous fêtons cet évènement en souvenir de la nuit du 15 Nissan où Dieu est passé au-dessus des maisons de Ses enfants fidèles et n'a frappé que les premiers-nés égyptiens.

LOIS DE LA FÊTE

1- FAIRE DISPARAÎTRE LE 'HAMETS'

• Qu'est-ce que le 'Hamets' ?

Tout aliment ou boisson fait à partir de blé, orge, seigle, avoine, épeautre, (exemple : pain, pâtes, whisky, etc.) ayant fermenté, est considéré comme du 'Hamets'.

Il est interdit d'en consommer, d'en tirer profit ou d'en posséder.



• Comment le faire disparaître ?

En nettoyant minutieusement tout endroit susceptible de contenir du 'Hamets' nous appartenant tel que les armoires, placards, poches des vêtements, sacs et cartables, voiture, locaux professionnels etc.

• Comment nettoyer sa cuisine (avant la fête) ?

PLATS ET USTENSILES

Il est recommandé d'avoir une vaisselle et des ustensiles de cuisine spécifiques réservés pour *Pessa'h*. Certains éléments de cuisine utilisés pendant l'année sont néanmoins cachérables (cf. fiche pratique www.torah-box.com/docs-hizouk ou consulter un Rav).

GRILLES DE CUISINIÈRE (OÙ L'ON POSE LES CASSEROLES)

Elles doivent être nettoyées méticuleusement, plongées dans l'eau bouillante, puis rincées à l'eau froide. Il est ensuite préférable de les envelopper de papier aluminium épais.

FOUR

Il doit être nettoyé très soigneusement avec un détergent adapté, lavé et rincé, inutilisé pendant 24 heures, puis chauffé pendant 1 heure 30 à température maximale. (ATTENTION : les plaques du four ne pouvant être cachérées pour *Pessa'h*, il faut en acheter des nouvelles.) Il est préférable d'avoir un four réservé à *Pessa'h*.

ÉVIER

Il faudra bien le nettoyer puis verser à 3 reprises de l'eau bouillante d'un *Kéli Richon*.

MICRO-ONDES

Il ne doit pas être utilisé pendant *Pessa'h* si durant l'année, les aliments sont réchauffés sans les recouvrir. En le nettoyant soigneusement, et en y plaçant une assiette remplie d'eau et de détergent puissant que l'on porte à ébullition, ce sera valable a posteriori. Dans tous les cas, il faudra recouvrir les aliments que l'on y placera. (S'il comporte des résistances électriques, on doit le cachérer comme un four classique.)

NAPPES

Elles seront lavées à chaud (60°).

RÉFRIGÉRATEUR, CONGÉLATEUR, ÉLÉMENS DE CUISINE, PLACARDS, TABLES, TIROIRS

Ils seront méticuleusement nettoyés pour en retirer toute trace d'aliment (puis lavés et rincés à l'eau froide). On recouvrira ensuite de papier aluminium les parties en contact avec la nourriture ou les récipients.

LAVE-VAISSELLE

Il doit être nettoyé avec un détergent, et fonctionner à vide avec eau bouillante et liquide vaisselle.

2- VENDRE LE 'HAMETS RESTANT

• Les produits 'Hamets :

N'ayant pas le droit de posséder du 'Hamets pendant *Pessa'h*, tous les produits 'Hamets encore présents dans la maison doivent être déposés dans une pièce fermée à clef ou à défaut, dans des placards fermés (à clef ou par des adhésifs) puis vendus à un non-juif avant la fête. Le Rav mandaté à cet effet, organisera la vente avec le non-juif.

Pour permettre à un Rav compétent de procéder à cette vente, il y a 2 possibilités :

- Soit par internet, directement en ligne : www.torah-box.com/hamets

- Soit par lettre remplie et signée à la main : renseignez vous auprès de votre centre communautaire, synagogue ou Rav de proximité, pour vous procurer le formulaire à remplir, dater et signer, et à remettre à la personne compétente qui vous aura été indiquée.

• Les ustensiles 'Hamets :

Il suffit de déposer les ustensiles et la vaisselle 'Hamets (non nettoyés / cachérés pour *Pessa'h*) dans un endroit fermé, sans accès direct pendant la fête. La vente de cette vaisselle à un non-juif n'est pas nécessaire.





3- LES CONSOMMATIONS PERMISES PENDANT LA FÊTE

• La Matsa

Il est vivement recommandé de se procurer de la *Matsa Chemoura* [fabriquée à la main, si possible], au moins pour les 30 premiers grammes consommés le soir du Séder.

Attention : la *Matsa* commercialisée durant toute l'année n'est pas cachère pour *Pessa'h*, à moins que la mention "Cachère Lépessa'h" ne figure sur l'emballage.

• Les produits "Kitniot" (légumes secs)

Le riz, le maïs, la moutarde, les légumineuses, comme les petits pois, fèves, haricots et lentilles, ne sont pas '*Hamets*' ; néanmoins, nombre de communautés (ashkénazes notamment) ont l'habitude de ne pas en consommer durant *Pessa'h*. Ceux qui consomment du riz à *Pessa'h* ont coutume de le trier 3 fois attentivement afin de vérifier l'absence de grains de blé.



• Les fruits frais, viandes et poissons (Cachères)



Ils peuvent être consommés durant *Pessa'h* à condition d'avoir été préparés selon la loi juive et ne pas être entrés en contact avec des récipients ou des aliments '*Hamets*'.

• Les produits manufacturés

La mention "Cachère Lépessa'h" doit figurer sur l'emballage. Les aliments à base de céréales (et sans contrôle rabbinique) sont '*Hamets*' et interdits pendant la fête (pain, gâteaux, pâtes, boissons alcoolisées, etc.).

• Les produits pharmaceutiques

Tous les produits cosmétiques sont permis (savons, shampoings, dentifrices, maquillages, etc.). Certains adoptent une attitude rigoureuse ; qu'Hachem les bénisse également. Certains médicaments contiennent du '*Hamets*'. Il faut consulter les listes éditées à l'approche de *Pessa'h* : <http://torahbox.com/85EJ>

4- LA BEDIKAT 'HAMETS (Recherche du 'Hamets)

Jeudi 18 avril

Le 14 Nissan à la sortie des étoiles (le Jeudi 18 avril au soir), après avoir fait le ménage dans notre maison / voiture / bureau, et procédé à la vente du '*Hamets*', nous devons vérifier l'absence de '*Hamets*' à la lumière d'une bougie.

• Recherche du '*Hamets* en 3 étapes :

1- Préparation de 10 morceaux de pain : 10 petits morceaux de pain de moins de 28g seront enveloppés dans du papier et épargillés aux quatre coins de la maison.

2- Bénédiction et recherche : le père de famille prend une bougie, récite la bénédiction ci-après, puis vérifie (seul ou aidé des membres

de la famille) tous les endroits susceptibles de contenir du '*Hamets*'.

**BAROUKH ATA ADO-NAY ELO-HENOU
MELEKH HA'OLAM ACHER KIDECHANOU
BEMITSVOTAV
VETSIVANOU 'AL BI'OUR 'HAMETS.**

Béni sois-Tu, Eternel notre Dieu, Roi de l'univers, qui nous a sanctifiés par Ses Commandements et nous a ordonnés de détruire le '*Hamets*'.

Une fois la recherche à la maison terminée, il faudra vérifier dans la foulée notre voiture, magasin ou bureau, sans réciter de nouveau la bénédiction et sans parler.

3- Annulation : après avoir vérifié toute la maison, on annule sans plus tarder, le 'Hamets qui nous aurait échappé, en récitant la formule suivante :

Kol 'Hamira Va'hami'a Déïka Birchouti Déla 'Hazité Oudéla Bi'arté Oudéla Yédaana Leih Livtil Véléhévé Hefker Ké'afra Déar'a.

On la récitera aussi en français : "que toute sorte de 'Hamets et tout levain qui se trouvent en ma possession, que je n'ai pas vu ou que je n'ai pas détruit, dont je n'ai pas connaissance, soient considérés comme inexistant et sans valeur, comme la poussière de la terre".

On gardera les 10 morceaux de pain dans un sac jusqu'au lendemain matin, afin de les brûler.

5- LA VEILLE DE PESSA'H

• Le jeûne des premiers-nés (vendredi 19 avril)

Les hommes premiers-nés jeûnent la veille de Pessa'h, en souvenir du miracle dont il ont bénéficié lors de la dixième plaie d'Egypte. Le père jeûnera à la place de son fils s'il a moins de 13 ans. Dans tous les cas, il est de coutume de couper ce jeûne (en assistant à la conclusion de l'étude d'un traité du Talmud) : renseignez-vous auprès du responsable de votre synagogue.

• Le Biour 'Hamets (brûler le 'Hamets) (vendredi 19 avril)

La veille de Pessa'h, on doit brûler avant une certaine heure tout le 'Hamets qui reste en

notre possession et notamment celui trouvé la veille pendant la recherche du 'Hamets.

Après l'avoir brûlé, on récitera le texte suivant :

Kol 'Hamira Va'hami'a Déïka Birchouti Dé'hazité Oudéla 'Hazité Dé'hamitén Oudéla 'Hamitén Débi'arté Oudéla Bi'arté Livtil Véléhévé Hefker Ké'afra Déar'a.

Traduction : "Que tout 'Hamets et tout levain qui se trouvent en ma possession, que j'ai vu ou que je n'ai pas vu, que j'ai détruit ou que je n'ai pas détruit, soient considérés comme inexistant et sans valeur, comme la poussière de la terre."



6- LE EROUV TAVCHILIN

Lorsque Le Chabbath est précédé d'un jour de fête : avant l'entrée de la fête, il faut faire le Erouv Tavchilin qui nous permettra de cuire pendant la fête (uniquement à partir d'un feu existant) pour le repas de Chabbath.

On prend une Matsa et un plat cuisiné (viande, poisson, œuf dur) - qui seront ensuite

Jeudi 25 avril

consommés pendant le Chabbath - et on récite la bénédiction suivante :

Baroukh Ata Adonaï Elohnou Mélekh Haolam Acher Kidéchanou Bemitsvotav Vetsivanou Al Mitsvat Érouv.



Bedene Érouva Yehé Charé Lana Leafouyé Oulvachoulé Oul-Adlouké Chragna Oulméevad Kol Tsorkhana Miyoma Tava Lechabata Lana Oulkhol Israel Hadarim Baïr Hazot.

La joie de Pessa'h sans se préoccuper de ses frères indigents ?



"Kim'ha dé Piss'ha" (farine de Pessa'h) est une coutume ancienne puisque mentionnée dans le Talmud de Jérusalem qui consiste à récolter de l'argent auprès des membres de la communauté en vue d'acheter les denrées nécessaires à la fête de Pessa'h pour les indigents locaux. "Kim'ha dé piss'ha" est la traduction araméenne de l'expression hébraïque "Kéma'h lé Pessa'h" (farine de Pessa'h).

Le livre "Darké Moché" cite les paroles du "Or zarou'a" (*halakhot Pessa'him*) qui définit le cadre de cette loi : "L'habitude des communautés est de prélever un impôt sur la communauté pour pouvoir acheter du blé, et pouvoir distribuer "Kim'ha dé Piss'ha", littéralement "le blé de Pessa'h", aux pauvres de la ville.

Rabbi Moché Isserlès a tranché dans le même sens : "Il existe une coutume d'acheter du blé pour le distribuer aux pauvres en vue de Pessa'h".

L'Admour Hazaken (Rabbi Shnéor Zalman de Lyadi) écrit "C'est une habitude répandue dans toutes les communautés juives de prélever un impôt sur tous les habitants [juifs] de la ville pour pouvoir acheter le blé de Pessa'h et le distribuer ensuite aux nécessiteux".

Coutume ou obligation halakhique ?

Un examen approfondi des sources nous amène à soulever la question de savoir s'il s'agit d'une simple coutume (*minhag*), ou d'une obligation halakhique (*'hiyuv*).

La réponse est qu'il s'agit d'une coutume qui rentre dans le cadre général de la *Tsédaka* (charité) et non d'une obligation spécifique.

Cependant, bien entendu, il convient de rapporter les paroles du Rambam (*halakhot Yom tov*, chapitre 6) qui affirme que "La joie d'un membre du peuple Juif durant les fêtes ne peut être complète tant qu'il ne s'est pas préoccupé de ses frères Juifs indigents..."



Offrez un panier de Pessa'h à un pauvre d'Israël

www.torah-box.com/pessah

BIRKAT HA-ILANOT

Bénédiction sur les arbres

Pendant le mois de Nissan, celui qui voit des arbres fruitiers en fleurs récitera la "bénédiction sur les arbres" afin d'admirer et remercier Hachem, qui fait refleurir des arbres desséchés.

- ✓ La récitation se fait à la vue de 2 arbres fruitiers non-greffés
- ✓ Le mieux est de réciter cette bénédiction le 1er Nissan
- ✓ Les femmes sont également astreintes
- ✓ Il est permis de la réciter le Chabbath



Bénédiction à prononcer à la vue des arbres fruitiers en bourgeons :

**ברוך אתה ד', אָלְקִינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, שֶׁלֹּא חָסֵר בַּעֲוֹלָמָן כָּלָם,
וּבָרָא בָּו בְּרִיאות טוֹבוֹת וְאִילָנוֹת טוֹבוֹת, לְהַנּוֹת בָּהֶם בְּגַנְּיֵי אָדָם**

Tu es bénis Hachem (source de bénédictions) notre D.eu, Roi du Monde, qui n'a rien négligé dans son univers où il y a créé de bonnes créatures, ainsi que de bons arbres, afin d'en faire profiter les êtres humains.

Après la bénédiction, nous récitons :

אָלְקִינוּ וְאָלְקִינוּ רַקְמָנוּ רַקְמָנוּ נָנוּ, טֻבָּנוּ בְּקָרְשָׁנוּ לָנוּ, שׂוֹבֵחָנוּ
עַלְמָנוּ בְּקָרְמָנוּ וְקָרְפִּינוּ, בְּגָלָל אֲבוֹתָנוּ שְׁעַשְׂרָה רְצִינָה, בְּנָה בִּתְךָ בְּכָתְחָלָה, כּוֹן בִּיתָּה
מִקְרָשָׁה עַל קָרְנוֹן וְקָרְנוֹן, שְׁמַנְיָה בְּתָקוֹנוֹ, הַשְׁבָּשׁ שְׁכִינָה לְנוּנוּ וְנִשְׁבַּח
וְתִהְמָתָה יְשָׁאִים בְּבָקָחָה וּבְכָרָה: אָרְץ חָסֵה וְשָׂעָרָה וְגַפּוֹן וְתִהְמָתָה, אָרְץ בְּנֵי קֶבֶם,
שְׁפָנוֹן וְזְבָשָׁה": באַשְׁר צִוְּיתָנוּ בְּתוֹרַתְךָ עַל־יִצְחָק מֹשֶׁה עֲזָרָה: אָנוּ 'ד', לְפִנֵּינוּ שְׁמָנָה
הַגָּדוֹל הַגָּדוֹל מִצְדָּךְ עַטְפָּה וְקִים לְטוֹ אַתְּה־דָּבָר אֲשֶׁר הַבְּטַחַתָּנוּ עַל־יִצְחָק מֹשֶׁה
עֲבָדָךְ: "עֲתַתִּי שְׁאַלְמִיכָּבָעָם, וְתַהֲרֵה אֶת־עַמְּךָ בְּלָה וְזַיְשָׁהָה פְּנֵיכָם: וְהַשְׁגִּיגָה
לְכָס דְּשִׁשָּׁה אֶת־בָּצָר וְאֶשְׁר־נִשְׁגַּי אֶת־עַזְעִים, וְאֶלְלָתָם לְחַמְּיכָס לְשָׁפָע וְשַׁבְּתָם
לְבָטְחָה בְּאַצְלָמָךְ": וְקִים בְּנוּ אֶת־דָּבָר אֲשֶׁר הַבְּטַחַתָּנוּ עַל־יִצְחָק, יְשִׁיעָה בְּגָאנָן:

"בַּיּוֹם הַוֹּא לְיִהְיָה ד' לְאַבְנֵי וְלְבָכָרָה, וְרַא אָרְץ עַל־אָנוֹן וְלְהַפְּגָתָה בְּפָלִילָתָה
יְשָׁרָאֵל": נָאָמָר: "יְבָנֵנוּ בָּתִים וְנִשְׁבַּבָּם, גַּעֲשָׁוּ בְּרִמּוֹס וְאֶלְלָתָם פְּרִים": וְקִים בְּנוּ אֶשְׁר
הַבְּטַחַתָּנוּ עַל־יִצְחָק עַמּוֹת בְּבִיאָה: "הַזֶּה יְמִים נָאָסֶד' וְגַשׁ וּוֹרֵש בְּקָצָר
וְדָנֵן עַגְבִּים בְּמוֹשֵׁךְ תְּעוּבָה, וְהַטִּיף הַתְּרִים עַסִּיס וְלִלְחָגְבָּ�וֹת תְּתִמְגָבָּה:
וְשְׁבָתִי אֶת־שְׁבָות עַמִּי יְשָׁרָאֵל וּבְנוּ עַמִּים גְּשָׁמוֹת וְיִשְׁבּוּ, גַּעֲשָׁוּ בְּכָלִים וְשָׁטוּ
אֶת־עַיִם, עַשְׂוּ גְּנוֹת אֶכְלָל אֶת־פְּרִירִים": וְקִים בְּנוּ אֶשְׁר הַבְּטַחַתָּנוּ עַל־יִצְחָק
יְחַזְקָאֵל בְּבִיאָה: "יְהִי־בְּרָאֵת פְּרִי קָרֵץ וְתַבְּנֵת הַשְׁדָה, לְמַעַן אֲשֶׁר תַּאֲתִיר
עַד תְּקִפְתָּה רֶכֶב בְּגָוִים". וְאָמָר: "עַל־הַגְּמָל יַעֲלֵה עַל־שְׁפָטוֹ מִזְרָחָה וְמִזְרָחָה
מִאֲכָל לְאַיְלָה וְלְאַיְלָה מִפְּרוּזָה וְלְאַיְלָה לְתֹרֶףָה".
יְשָׁאָמָן, וְתַהֲרֵה פְּרוּזָה לְפִמְאָל וְלְאַיְלָה לְתֹרֶףָה.

שִׁיר הַפְּעֻלּוֹת לְדוֹה, שְׁמָחוֹת בְּאַמְנוּרָה לִי, בֵּית ד' גָּלָן: עֲוֹדֹת הֵיוּ רְגִילָנוּ,
בְּשָׁעַרְךָ יְרוּשָׁלָם: יְרוּשָׁלָם הַנְּוֹיִה, כְּעִיר שְׁחַבְרָה־לְהָיָה יְהָדוֹ: שָׁשָׁם עַל־
שְׁבָתִים שְׁבָתִים יְהָדוֹת לְיְהָרָאֵל, לְהַדּוֹת לְשָׁם ד': כִּי שְׁפָה יְשַׁבּוּ כְּסָאות
לְמַטְשָׁטָט, כְּסָאות לְבִתְּתָזְדָּקָה: שָׁאָלוּ שָׁלָם יְרוּשָׁלָם, יְשָׁלִוּ אַתְּבָנָה: יְהִי־שָׁלָם
בְּהַלְלָה, שְׁלָה בְּאַרְמָנוּנָה: לְפָעָן אֲחִי וְרַעִי, אַתְּבָנָה אַתְּבָנָה שָׁלָם בָּן: לְפָעָן בִּתְיָדָךְ
אָלְקִינוּ, אָלְקִינוּ שָׁלָם טָבָן.

PESSA'H

Cachérisation des Ustensiles

Tableau pratique selon le Rav Ovadia Yossef
réalisé par l'équipe Torah-Box

**Attention ! Avant de consulter le tableau,
lire attentivement les principes généraux en fin de document.**

Nom de l'ustensile ou matériau	Mode de cachérisation
Argent	Verser sur l'ustensile de l' eau bouillante d'un Kéli Richone s'il a été utilisé comme Kéli Chéni ① Si utilisé à froid : Laver et rincer à l'eau froide
Assiette en métal ou plastique	Verser de l' eau bouillante d'un Kéli Richone
Autocuiseur	Hagala
Bakélite	Hagala si utilisé sur le feu ① Si utilisé comme Kéli Chéni : verser sur l'ustensile de l' eau bouillante d'un Kéli Richone ① Si utilisé à froid : Laver et rincer à l'eau froide
Balance	Nettoyage soigneux
Biberon	Verser sur le biberon de l' eau bouillante d'un Kéli Richone après un nettoyage poussé
Bois	Verser sur l'ustensile de l' eau bouillante d'un Kéli Richone ① Si utilisé à froid : Laver et rincer à l'eau froide
Boîte à pain	Laver et rincer à l'eau froide
Bouilloire électrique	Laver et rincer à l'eau froide si elle n'a servi que pour chauffer de l'eau : ① Si elle a servi à autre chose à part chauffer de l'eau : Éliminer les dépôts calcaires au maximum, emplir d'eau chaude et porter à ébullition, verser de l'eau d'un Kéli Richone jusqu'à faire déborder
Bouteille, Broc en verre	Laver et rincer à l'eau froide
Bouteille en plastique	Verser dans l'ustensile de l' eau bouillante d'un Kéli Richone si utilisé comme Kéli Chéni ① Si utilisé à froid : Laver et rincer à l'eau froide
Broc pour les sachets de lait	Laver et rincer à l'eau froide
Broche	Liboun
Brosse à dents	Laver et rincer à l'eau froide, vérifier qu'il ne reste aucun résidu alimentaire. <i>PREFERABLE DE RÉSERVER UNE BROSCHE À DENT SPÉCIALE POUR PESSA'H</i>
Brûleurs de gazinière	Nettoyer soigneusement puis Hagala . Si on a versé de l'eau bouillante d'un Kéli Richone, c'est valable
Caoutchouc	Verser sur l'ustensile de l' eau bouillante d'un Kéli Richone si utilisé comme Kéli Chéni ① Si utilisé à froid : Laver et rincer à l'eau froide
Casse-noix	Laver et rincer à l'eau froide
Casserole métallique	Hagala

Cendrier	Nettoyage soigneux
Chandelier	Laver et rincer à l'eau froide
Coupe de Kiddouch en métal	Laver et rincer à l'eau froide
Couteau	Hagala. <i>Préférable d'avoir des couteaux réservés pour Pessa'h</i>
Cristal	Laver et rincer à l'eau froide
Cuillère	La plonger dans un Kéli Chéni
Duralex	Laver et rincer à l'eau froide
Émail	Hagala. <i>Recommandé de plonger l'ustensile 3 fois de suite dans l'eau bouillante</i>
Evier	Verser de l'eau bouillante d'un Kéli Richone
Fer	Hagala si utilisé sur le feu ① Si utilisé comme Kéli Chéni : verser sur l'ustensile de l'eau bouillante d'un Kéli Richone ② Si utilisé à froid : Laver et rincer à l'eau froide
Four	Nettoyer très soigneusement avec un détergent adapté, laver et rincer , ne pas utiliser 24 heures puis le chauffer pendant 1 ou 2 heures à la température maximale
Grille de cuisinière (où l'on pose les casseroles)	Nettoyer soigneusement puis Hagala Si on a versé de l'eau bouillante d'un Kéli Richone, c'est valable a postériori <i>Préférable de les envelopper de papier aluminium.</i>
Grilles de cuisson pour le four, pour le barbecue	Liboun
Jouets	Laver et rincer à l'eau froide ③ S'abstenir de les utiliser s'ils ont des interstices difficiles à nettoyer
Koumkoum (bouilloire de Chabbath)	Hagala : si vous avez posé du 'Hamets dessus.
Livres	Vérifier l'absence de 'Hamets si on souhaite les utiliser à table ④ pas nécessaire de les vérifier si on n'a pas l'intention de les utiliser à table ⑤ ceux dont on se sert à table toute l'année : ne pas les utiliser pendant Pessa'h
Louche	Hagala
Micro-onde	Ne pas utiliser pendant Pessa'h si on réchauffait les aliments sans les recouvrir ⑥ Si on a nettoyé soigneusement puis placé une assiette emplie d'eau et de détergent puissant et porté à ébullition, c'est valable a postériori Recouvrir les aliments que l'on y place pendant Pessa'h, dans tous les cas ⑦ S'il comporte des résistances électriques, on doit le cachérer comme un four classique
Mixer, Blender, Robot ménager	Démonter et nettoyer ses différentes pièces Si le bol est en métal : y verser de l'eau bouillante si utilisé à chaud et laver à l'eau froide si utilisé à froid Si le bol est en verre : laver à l'eau froide quelle que fut l'utilisation pendant l'année Hagala pour les couteaux
Moule à gâteau	Liboun
Nappe en plastique	Nettoyer puis verser sur la nappe de l'eau d'un Kéli Chéni ⑧ s'il y a lieu de craindre une utilisation avec du 'Hamets : verser sur la nappe de l'eau d'un Kéli Richone si elle est épaisse et qu'elle peut supporter cette température sans s'abîmer, sinon ne pas utiliser
Nappe en tissu	Laver à chaud (60°)



CACHÉRISATION DES USTENSILES

Os	Hagala si utilisé sur le feu ① Si utilisé comme Kéli Chéni : verser sur l'ustensile de l' eau bouillante d'un Kéli Richone ① Si utilisé à froid : Laver et rincer à l'eau froide
Ouvre-boite, ouvre bouteille	Laver et rincer à l'eau froide
Panier pour pique-nique	Laver et rincer à l'eau froide
Passoire	Réservoir une passoire pour Pessa'h
Pierre	Hagala si utilisé sur le feu ① Si utilisé comme Kéli Chéni : verser sur l'ustensile de l' eau bouillante d'un Kéli Richone ① Si utilisé à froid : Laver et rincer à l'eau froide
Pilon	Nettoyer soigneusement puis Hagala si utilisation à chaud ou épices fortes ① Si utilisation à froid : nettoyer soigneusement seulement
Plans de travail en : marbre, bois, carrelage, résine, granit	Nettoyer soigneusement et verser sur les surfaces de l'eau d'un Kéli Richone. <i>Il est bon de les recouvrir de papier aluminium</i>
Plaque électrique de Chabbath	Nettoyer soigneusement puis y verser de l'eau d'un Kéli Richone ① si on y a déposé du pain directement : l'envelopper de papier aluminium épais
Plastique	Verser sur l'ustensile de l' eau bouillante d'un Kéli Richone Si utilisé comme Kéli Chéni * Si utilisé à froid : Laver et rincer à l'eau froide
Plateau du four	Utiliser des plateaux réservés pour Pessa'h
Plateau en métal	Verser sur l'ustensile de l' eau bouillante d'un Kéli Richone si utilisé comme Kéli Chéni ① Si utilisé à froid : Laver et rincer à l'eau froide
Plateau en verre	Laver et rincer à l'eau froide
Poignées des ustensiles	On les cachérise de la même manière que l'ustensile lui-même
Porcelaine	Aucune cachérisation possible si utilisé à chaud. <i>Les mettre hors de portée pendant Pessah</i> ① si utilisation à froid de courte durée : laver et rincer à l'eau froide ① si leur contenu est resté 24 heures au moins : les emplir d'eau trois fois de suite pendant 24 heures
Poubelle	Laver et rincer à l'eau froide
Prothèse dentaire amovible	Laver et rincer à l'eau froide, nettoyage soigneux et vérification des interstices
Pyrex	Laver et rincer à l'eau froide
Réfrigérateur	Nettoyer soigneusement puis laver et rincer à l'eau froide
Salière	Laver et rincer à l'eau froide
Table	Verser sur la table de l'eau d'un Kéli Richone, ① si on craint de l'abîmer en procédant de cette manière, la nettoyer soigneusement et la recouvrir d'une nappe ① Si on l'a utilisé toute l'année avec une nappe : pas nécessaire de cachérer mais la recouvrir d'une nappe réservée pour Pessa'h
Tamis	Laver et rincer à l'eau froide, vérifier qu'il ne reste aucune trace de farine. <i>Préférable d'en utiliser un réservé pour Pessa'h</i>
Terre cuite	Aucune cachérisation possible si utilisé à chaud. <i>A mettre hors de portée pendant Pessah</i> ① si utilisation à froid de courte durée : laver et rincer à l'eau froide ① si le contenu de l'ustensile restait 24 heures au moins : les emplir d'eau trois fois de suite pendant 24 heures

Thermos	Verser dans l'ustensile l'eau d'un Kéli Richone s'il a servi pour conserver du 'Hamets (ex : soupe)
	① S'il n'a servi que pour conserver de l'eau : laver et rincer à l'eau froide
Toile cirée	Nettoyer puis verser dessus de l'eau d'un Kéli Richone
Verre	Laver et rincer à l'eau froide

Principes généraux à connaître

avant de consulter le tableau

Hagala : cachérisation par l'eau bouillante.

- Nettoyer soigneusement avec de l'eau savonneuse l'ustensile à cachérer pour le débarrasser de toute trace d'aliment et de rouille.
- Plonger cet ustensile en entier dans une marmite d'eau bouillante cacher pour Pessa'h en train de bouillir sur le feu.
- Si les poignées sont fixées avec des vis, avant de les immerger dans l'eau bouillante : il faudra les démonter et les nettoyer soigneusement à l'eau savonneuse afin d'en retirer toutes les saletés. Si elles sont fixées avec des rivets que l'on ne peut démonter, on nettoiera le mieux possible autour des rivets et on immergera l'ustensile avec ses poignées.
- Si les dimensions de l'ustensile à cachérer ne permettent pas cette opération, remplir l'ustensile d'eau que l'on portera à ébullition puis verser de l'eau d'un Kéli Richone pour le faire déborder.
- Après avoir sorti l'ustensile de l'eau bouillante, le rincer à l'eau froide. De même, si on cachérisé une surface (évier, marbre, plaque électrique, etc.) en versant l'eau bouillante d'un Kéli Richone, on doit ensuite y verser de l'eau froide. Mais dans ces deux cas, si on n'a pas versé l'eau froide, c'est quand même valable a posteriori. Note : On ne doit pas cachérer en même temps de la vaisselle réservée aux produits lactés et de la vaisselle réservée aux produits carnés, à moins que l'une d'elles n'ait pas été utilisée au cours des vingt-quatre heures précédentes.

- Kéli Richone** : ustensile posé sur le feu ou qui vient juste d'en être retiré (ou bouilloire électrique qui ne peut pas se détacher de sa base et qui reste reliée à sa source d'alimentation).
- Kéli Chéni** : ustensile qui a reçu le contenu d'un Kéli Richone.
- Liboun** : cachérisation par le feu (ex : chalumeau) jusqu'à l'apparition d'étincelles.

En cas de question, contactez un Rav :

Tél. France : 01.80.20.5000 (gratuit)

Tél. Israël : 02.37.41.515 (gratuit)

Internet : www.torah-box.com/question



Check-list du Séder de Pessah

by Torah-Box !

PRÉPARATIONS GÉNÉRALES :

- ✓ **Bougies de Yom Tov** : s'assurer qu'elles sont suffisamment grandes pour tenir jusqu'à la fin du repas
- ✓ Préparer une ou deux **bougies de 24h** pour les besoins de la fête
- ✓ **Préparer les kazétim** (*mesures*) de Matsa et Maror pour tous les invités (*voir ci-dessous*)
- ✓ Si Pessah tombe un jeudi, ne pas oublier le "**Erouv tavchiline**"

USTENSILES À NE PAS OUBLIER :

- ✓ **Un étui** pour ranger l'Afikomane
- ✓ **Un grand foulard** pour recouvrir le plateau avant le chant « Ma Nichtana »
- ✓ **Une Haggada** par personne (*si possible, la même pour tout le monde*)
- ✓ **Un verre** de 9 à 10 cl (*1 réviit*) par personne
- ✓ **Une bassine** jetable pour y verser le vin lors de l'énumération des 10 plaies
- ✓ **Des récompenses** (*friandises, fruits secs, ...*) pour les enfants afin qu'ils participent au Séder

PLATEAU DU SÉDER : ORDRE DES ALIMENTS :

1. 3 Matsot chemourot (rondes, faites à la main)
2. Épaule d'agneau
3. Maror (laitue romaine)
4. Karpass (céleri)
5. 'Hazeret (laitue ou endives)
6. 'Harossèt
7. Oeuf dur
8. Bol d'eau salée



QUANTITÉS OBLIGATOIRES DE MATSA & MAROR

A savoir : 1 Kazayit = 28g | 1 Kazayit de Matsa correspond à ½ Matsa chémoura ronde faite à la main

MATSA

Etapes du Séder	Motsi	Kore'h (sandwich)	Tsafout (fin du repas)
Minimum	1 Kazayit	1 Kazayit	1 Kazayit
Standard	2 Kazayit	1 Kazayit	1 Kazayit
Hidour (au mieux)	2 Kazayit	1 Kazayit	2 Kazayit

MAROR	Etapes du Séder	Maror	Kore'h (sandwich)
	La quantité de Maror	1 Kazayit	1 Kazayit

Période du Omèr

Permis / Interdit

Le peuple d'Israël observe certaines coutumes de deuil pendant la "période du 'Omèr", suite à la disparition des 24.000 élèves de Rabbi Akiva, dans la même année entre Pessa'h et Chavouot.

Ces coutumes, dont la liste vous est offerte par Torah-Box, sont respectées jusqu'au 34ème jour au matin pour les Séfarades et jusqu'au 33ème jour pour les Achkénazes.

Remarques

		Remarques
Se couper les cheveux	✗	Permis pour les femmes Séfarades
Se raser la barbe	✗	Si réelle souffrance ou raisons de parnassa, on pourra se raser veille de Roch 'Hodech Iyar. Si cela ne suffit pas : chaque veille de Chabbath
Se couper les ongles	✓	
Acheter un nouvel habit	✓	
Écouter de la musique	✗	Les chansons acapella (sans instruments) sont permises
Chanter sans instrument	✓	
Célébrer un Mariage	✗	
Célébrer des Fiançailles	✓	Sans écouter ou jouer d'un instrument de musique
Porter un nouvel habit (Chéé'héyanou)	✗	Si réel besoin : permis de le porter la veille de Chabbath ou lors d'un repas de Mitsva
Manger un nouveau fruit (Chéé'héyanou)	✓	
Travaux de rénovation	✓	

Yom Haatsmaout : Il est interdit de se couper les cheveux et de se raser la barbe le 5 Iyar, fête de l'indépendance de l'état d'Israël, comme certains se l'autorisent. De même, il ne faut pas célébrer de mariage ce jour là, conformément à la tradition. Par contre, on annulera les supplications lors de la prière de ce jour. (Rav Ovadia Yossef)



7^{ème} jour de Pessa'h : Ségoula pour la Parnassa et le couple

Le septième jour de Pessa'h (vendredi 26 avril) est très propice aux délivrances dans ces deux domaines : la Parnassa et le couple. C'est à ces deux sujets qu'il est dit qu'il est difficile de les obtenir, au même titre que l'ouverture de la mer des Joncs...



Le septième jour de Pessa'h est le dernier jour de la fête de Pessa'h. Il s'inscrit dans la suite directe de la sortie d'Égypte, lorsque le peuple d'Israël a marché pendant sept jours dans le désert en quittant l'Égypte.

Le septième jour, Pharaon, qui avait regretté de les avoir laissé partir, arriva à leur niveau. Il les rattrapa alors qu'ils se trouvaient devant la mer, ils étaient donc piégés de tous côtés : il ne restait plus à Pharaon et à sa puissante armée que de les rattraper et de les ramener en Égypte.

Le peuple juif se sentit pris entre le marteau et l'enclume. Que fait-on dans une telle situation ? À la manière des Juifs, des cris d'angoisse adressés au Maître du monde qui les avait conduits jusque-là jaillirent de leur cœur.

Mais Hachem ne voulait pas ici de cris de prière. Il n'y avait qu'un seul moyen de s'extraire de la situation. Hachem dit à Moché Rabbénou : "Ordonne aux Bné Israël de se mettre en

marche." En d'autres termes : continuez tout simplement à avancer.

Sauter dans l'eau ? C'est un suicide total !

Mais Moché Rabbénou, le dirigeant choisi pour faire la médiation entre le Maître du monde et Son peuple élu, sait faire passer le message.

Il leur explique dans un langage simple : le Maître du monde veut que vous entriez dans l'eau. "Et que se passera-t-il par la suite ? Nous allons tous nous noyer !" tremblent-ils. "Ce n'est pas du tout votre affaire, leur répond Moché, dans tous les cas, vous êtes entre Ses mains, ce qui doit advenir adviendra de toute manière." Bien que le peuple ait déjà assisté au cours de l'année précédente à des miracles et prodiges au-delà des lois de la nature, mais jusque là, on ne leur avait rien demandé.

Les miracles s'étaient manifestés en conséquence de la volonté de Dieu, après la mise en garde donnée par Moché à Pharaon. Ce jour-là, alors qu'ils étaient au bord de la mer, on

leur demandait pour la première fois quelque chose, un effort grâce auquel ils pourraient être sauvés et auraient droit au grand miracle qui devait survenir.

Votre effort ? La *Emouna* !

Quel effort de la part du peuple serait suffisamment important pour avoir droit à un grand miracle ? La *Emouna*, la foi totale dans le Créateur du monde !

Moché Rabbénou leur expliqua : on exige de vous une *Emouna* puissante et authentique, jusqu'au sacrifice. Le Maître du monde veut que vous entriez dans la mer avec une foi absolue et une confiance entière qu'un miracle se déroulera sans l'ombre d'un doute.

Le peuple élu, composé de croyants fils de croyants, comprend de suite l'enjeu, et l'accepte. Il saute dans l'eau et commence à avancer. L'eau leur arrive jusqu'à la taille et ils continuent à avancer. L'eau arrive maintenant jusqu'au cou et ils continuent à avancer de plus belle, animés d'une foi puissante dans le Créateur, sans aucun calcul. Jusqu'à ce que le miracle se produise ! La mer se fend devant eux et ils commencent à avancer à travers la mer.

Contrairement aux autres miracles dont ils avaient bénéficié jusqu'à présent, celui-ci eut lieu grâce à une chose : "Ils crurent en Dieu et en Son serviteur Moché."

La délivrance au coin de la rue

On connaît ce célèbre texte de nos Sages : "Trouver une subsistance est aussi difficile que l'ouverture de la mer des Joncs." Et aussi : "Trouver un conjoint est aussi difficile que l'ouverture de la mer des Joncs." Pourquoi cette comparaison entre la subsistance, le fait de trouver un conjoint et l'ouverture de la mer des Joncs ? Cela vient nous enseigner que, dans les deux cas, pour réussir, il faut une *Emouna*

absolue, aveugle même, dans le Créateur. La délivrance survient alors.

Nos Sages nous dévoilent que, dès la Création du monde, le Saint bénit soit-Il avait posé comme condition à la mer que le jour venu où les *Bné Israël* devraient la traverser, elle se fendrait. Alors pourquoi cela a-t-il été aussi difficile ?

Pourquoi cela ne s'est-il pas produit immédiatement lorsque le peuple est arrivé au bord de la mer ?

Le Maître du monde voulait que le peuple juif se renforce d'abord dans sa foi et, ensuite, la délivrance aurait lieu.

Bien que la délivrance nous attende au coin de la rue, il faut

la *Emouna* pour la faire surgir. C'était toute la difficulté : il fallait du temps pour que le peuple se renforce en *Emouna*.

Ségoula

Il en est de même pour trouver un conjoint ou un emploi. La délivrance est déjà prête, mais elle ne peut intervenir si nous n'avons pas foi dans le Créateur qui se consacre à la formation des couples et qui nourrit de la plus grande à la plus petite des créatures.

Les livres de 'Hassidout sont tous d'avis que le septième jour de *Pessa'h* est très propice aux délivrances dans ces deux domaines : la *Parnassa* et le couple. C'est à ces deux sujets qu'il est dit qu'il est difficile de les obtenir, au même titre que l'ouverture de la mer des Joncs.

Ce jour-là, une fenêtre d'opportunité s'ouvre à nous, dans le sillage de la supplique adressée par le peuple d'Israël. Le jour de l'ouverture de la mer, nous pouvons aussi, chacun d'entre nous, fendre notre mer personnelle, qui nous semble totalement insurmontable. Mais comme nous l'avons expliqué, en nous armant d'une foi inébranlable dans le Créateur de l'univers, nous pourrons également traverser la mer à sec !

Rav Yirmiah Wolf



Torah-Box Magazine



Un Séder de Pessa'h en toute sérénité

Les réunions familiales comme le Séder de Pessa'h peuvent parfois être teintées d'anxiété. Les parents peuvent être entourés d'une famille aimante mais il y a toujours ce membre de la famille qui n'est pas d'accord avec leur manière d'exercer leur rôle parental...



Voici ce que m'a confié un père venu me consulter : "Dr Lightman. Pessa'h approche. C'est un bon moment à passer en famille, mais mes enfants ne correspondent pas toujours à l'image idyllique des enfants parfaits. Que puis-je faire ?"

Avec nostalgie, je me rappelle moi aussi de l'époque où mes enfants étaient petits et où ils n'étaient pas tout à fait parfaits (mes petits-enfants sont en revanche fantastiques et parfaits !). Les réunions familiales comme le Séder pouvaient alors être teintées d'anxiété. Les parents me confient qu'ils sont entourés d'une famille aimante mais qu'il y a toujours ce membre de la famille qui n'est pas d'accord avec leur manière d'exercer leur rôle parental ou qui émet un jugement qui ressemble à un couteau enfoncé dans les intestins que l'on remue à 180 degrés.

1

Enseignez les manières à vos enfants

Nous, les parents, devons enseigner à nos enfants ce que nous attendons d'eux en termes

de conduite : regarder leur interlocuteur dans les yeux, répondre poliment aux questions qui leur sont posées (hausser les épaules ne suffit pas), etc. La plupart des enfants graveront ces informations dans leur esprit et les appliqueront le moment voulu.

2

Ne cédez votre autorité parentale à personne

Des parents m'ont rapporté que mamie et papi n'approuvaient pas leur méthode d'éducation. Ma réponse : mamie et papi ont le droit d'avoir leur avis. Mais ils doivent réfléchir avant d'exprimer leur opinion à leurs enfants. Ils ne doivent jamais saper l'autorité des parents, en particulier devant leurs petits-enfants. En agissant ainsi, ils instillent la confusion et la honte dans le cœur des parents. Comment réagir dans un tel cas ? Voici des suggestions de réponses : "Ok, je vais y réfléchir", "Je vais m'en charger", etc.

Parlez sur un ton ferme. N'oubliez pas qui vous êtes : les parents !

3 Éloge du calme

Il n'est pas nécessaire de répondre à tout. Le silence peut être d'or. Prenez une profonde inspiration et tenez le cap. Lorsque votre enfant vous voit réagir calmement, c'est une leçon inestimable qu'il va un jour reproduire.

4 Expliquez à votre famille comment ils peuvent vous aider

Avec un membre de la famille intrusif qui pense tout savoir, soyez direct. Dites simplement : "Venez me chercher si mon enfant se conduit mal et je m'en occuperai."

Certains membres de la famille sont plus réservés et ne donnent jamais leur avis. Bénissez-les dans votre cœur. Dites-leur de venir vous chercher, si nécessaire.

5 Mise au point

Que se passe-t-il si votre enfant n'est pas à son aise et qu'il n'est pas lui-même ? Aaron n'a pas fini sa sieste, Eden fait ses dents, etc.

Il est normal que les enfants ne soient parfois pas dans leur assiette. Prenez les devants et faites-le savoir. A votre arrivée, annoncez calmement : "Aaron n'a fait la sieste que 20 minutes, il n'est pas aussi reposé que d'habitude" ou : "Noémie est dans sa phase d'indépendance et aime faire tout toute seule", etc.

Certains membres de la famille proposeront leur aide pour calmer votre enfant grognon ou observeront gentiment votre enfant affirmer son indépendance.

6 Soyez flexible

Lorsque Myriam chante le *Ma Nichtana*, ce ne doit pas être nécessairement au moment du Séder. Soyez flexible !

7 Ne dites jamais de mal de vos enfants devant d'autres

Nathanaël est peut-être débordant d'énergie, mais ne le décrivez jamais comme un "enfant insupportable". S'il l'entend, c'est ce qu'il voudra devenir. Et ces étiquettes négatives ont

la sale habitude de leur coller à la peau pour un long moment.

Langage proposé : "Oui, Nathanaël est un chantier en cours..."

8 Préparez vos enfants à ce qui les attend et à ce que vous attendez d'eux

Une partie du travail précédent *Pessa'h* consiste à mettre de côté le Cif et à expliquer à vos enfants ce que vous attendez d'eux et ce qui va se passer le soir du Séder. Si vous attendez des invités, parlez-leur de l'idée de partager leur maison et leurs jouets. Dites-leur que la "normalité" reviendra par la suite. Si vous-mêmes êtes invités, demandez à votre arrivée où vos enfants peuvent jouer et quelles zones sont interdites d'accès. Dites-leur qu'ils ne peuvent dépasser la rangée des arbres dans la cour. Les enfants aiment qu'on leur parle en termes concrets.

9 Retenez que vos enfants sont humains

Même avec la meilleure éducation, les enfants se conduisent parfois mal, car ce sont des enfants. Employez votre sens de l'humour à ce sujet. Parlez-en et passez à la suite. Insister là-dessus va les stresser. Plus vous tournez la page, plus ils en feront de même.

Je ne peux insister assez sur l'importance de la préparation. Avec l'aide de D.ieu, le temps et les efforts investis pour réfléchir à notre dynamique familiale et comment passer un Séder intéressant, ainsi que les autres jours de *Pessa'h* qui doivent remplir des exigences multi-générationnelles, doivent être plus importants que le temps et les efforts investis dans de nouvelles tenues pour le *Yom Tov*. Nos enfants observent nos faits et gestes et adoptent notre manière de procéder.

Certaines leçons ne sont pas réservées uniquement à *Pessa'h*, mais peuvent être mises à profit toute l'année. Élever une famille est l'une des tâches les plus difficiles à laquelle nous nous attelons. Mais les récompenses... Et comme toujours, priez !

Hylton Lightman



Torah-Box Magazine



Le bonheur ? Il ne dépend que de toi !

"Certes, nous avons vécu une vie heureuse avec ton grand-père. Mais en réalité, même avant de connaître ton grand-père, j'étais heureuse. Je suis heureuse intrinsèquement et ce, indépendamment des circonstances extérieures !"



En aidant sa grand-mère pour le ménage de Pessa'h, Céline tomba sur l'album-photo du mariage de ses grands-parents. Combien d'années ont-elles passées ? Sur les photos en noir et blanc, ils ont l'air si jeunes, comme sortis d'un autre monde...

Ses grands-parents, Céline les a toujours considérés comme une seule entité, toujours unis dans l'épreuve comme dans les moments de joie.

"Mamie", demanda Céline à sa grand-mère, "Est-ce que Papi t'a rendue heureuse ?" Cette question qui n'aurait dû être qu'un rhétorique reçut une réponse pour le moins inattendue... "Non, pas du tout !", lui lança sa grand-mère, dans un retentissant écho. "Comment ça, non ?", interrogea Céline, surprise. "Je pensais que tu avais vécu une vie heureuse avec Papi...", souffla-t-elle, déstabilisée.

"Non, ma chérie", poursuit la grand-mère de Céline un sourire en coin, comme pour signifier ses intentions cachées. "Certes, nous avons

vécu une vie heureuse avec ton grand-père et avons élevé une famille qui nous procure beaucoup de satisfaction - et de petits-enfants", ajoute-t-elle toujours en souriant. "Mais en réalité, même avant de connaître ton grand-père, j'étais heureuse. Je suis heureuse intrinsèquement et ce, indépendamment des circonstances extérieures !"

Après cette édifiante leçon de vie, Céline passa un dernier coup de torchon sur le vieil album, avant de le refermer et le ranger soigneusement sur l'étagère.

Les années passent, le bonheur reste

"Finalement, le bonheur ne dépend pas des autres, il ne dépend que de nous-mêmes", se dit Céline sur le chemin du retour qui la menait chez elle. "Moi qui pensais que Mamie tirait sa joie de vivre des bonnes relations qu'elle a toujours entretenues avec Papi... Mais c'est vrai que la vie n'a pas toujours été facile pour eux deux. Si Mamie avait fait dépendre son

bonheur de facteurs extérieurs, je crois qu'elle n'en serait pas là aujourd'hui..."

La réflexion saine de Céline, nous pouvons l'appliquer à nous-mêmes également. Les données extérieures qui constituent le puzzle de nos vies sont en perpétuel changement.

Rien n'est figé, que ce soit notre situation familiale, notre état de santé, l'état de nos finances, nos relations avec notre entourage, notre humeur et la liste n'est pas exhaustive.

Les gens qui nous entourent changent, ils nous déçoivent même parfois; notre humeur n'est pas linéaire, tout autant que l'état de notre compte en banque. Si une personne décidait que son bonheur dépendait de tel ou tel facteur, sa joie serait de courte durée... Le bonheur n'est pas le résultat d'une situation, mais il est en fait une décision que l'on prend et à laquelle on se tient fidèlement au fil du temps. Et des épreuves qui se présentent à nous.

Aujourd'hui, nous pouvons vivre une vie heureuse auprès de notre mari et de nos enfants. Mais toutes ces circonstances extérieures sont au mieux des "passages", qui peuvent induire chez nous un état passager de joie ou de tristesse. En fait, le vrai bonheur va bien au-delà de cela !

Le responsable de mon bonheur

Une personne véritablement heureuse, même si elle perd par exemple son emploi ou connaît un revers sentimental, restera une personne

heureuse mais qui traverse un moment ponctuel de tristesse.



Contrairement à elle, certains vivent une vie impossible, car inconsciemment, ils pensent : "Tant qu'un tel/une telle ne me prend pas suffisamment en compte, je ne peux pas être heureux", "Tant que mes enfants font preuve

d'ingratitude, je ne peux pas être heureux", "Tant que mes compétences professionnelles ne sont pas reconnues à leur juste valeur, je ne peux pas être heureux", etc. En fait, même s'il leur était accordé tout ce qu'elles désiraient, ces personnes continueraient de ne pas connaître le bonheur ! Pourquoi ? Parce qu'elles n'ont pas saisi l'essence même du bonheur, qui est une constante et non une variable.

En couple, c'est la même chose : dès lors que nous cesserons de considérer notre conjoint comme principal responsable de notre bonheur ou de notre absence de bonheur, nous ouvrirons la porte au bonheur véritable et ne serons jamais déçus de notre mariage. Celui-ci n'aura plus vocation à remplir des attentes qui le dépassent.

Votre bonheur est d'une trop grande valeur pour que vous en confiez la responsabilité aux autres.

Soyez heureuses, tout simplement, envers et contre tout !

Audrey K.

Torah-Box

Chez vous

Organisez un cours de Torah chez vous entre amis, au bureau ou dans votre communauté :

Contactez-nous : 01 77 50 34 38
www.torah-box.com/chezvous

RECEVEZ-LES À VOTRE DOMICILE



Cachérer son Kenwood pour Pessa'h

Puis-je cachérer son Kenwood pour Pessa'h ?



Réponse de Rav Gabriel Dayan

1. Généralement, la cuve et le fouet du Kenwood sont utilisés alors que les ingrédients qui s'y trouvent ne sont pas chauds. Il est possible de les nettoyer minutieusement, mais il faut les cachérer afin de pouvoir les utiliser durant Pessa'h, pour plusieurs raisons :
 - A. Car ils auraient pu être en contact avec du 'Hamets chaud, se trouvant dans la cuisine.
 - B. Les ustensiles utilisés pour la préparation de pâtes 'Hamets ont un statut spécial. Ils peuvent absorber à froid (*Choul'han Aroukh, Ora'h Haïm*, 451, 17, 22 et *Michna Broura*, 93 et 126, 2). Attention : le fouet mérite une attention toute particulière, il présente de très nombreuses parties difficilement accessibles !
 3. En ce qui concerne le moteur [la partie électrique du Kenwood] : Il est vivement conseillé d'en acheter un qui sera réservé pour Pessa'h, car il est assez difficile de le nettoyer correctement. Cependant, celles [ou ceux] qui pensent le faire minutieusement pourront s'en servir durant Pessa'h après l'avoir fait briller et l'avoir astiqué comme un cuivre.
 4. Etant donné que la farine utilisée et les pâtes préparées s'infiltreront facilement dans les fentes de l'appareil, il faut parfois en démonter certaines parties afin de pouvoir réaliser un nettoyage minutieux et être assuré que toute trace de 'Hamets a disparu.

Pessa'h à Eilat : un ou deux jours de Yom Tov ?

Je suis à Eilat et je voulais savoir si je dois faire un seul Séder de Pessa'h ou deux comme en Israël ?



Réponse de Binyamin Benhamou

Effectivement, la ville d'Eilat n'est pas dans les frontières de ce qu'on appelle *Erets Israël*, la terre sainte selon la Torah. Le Rav Ovadia Yossef a néanmoins tranché pour plusieurs raisons qu'il fallait faire un jour de *Yom Tov* dans cette ville (voir *Yalkout Yossef*). C'est aussi l'avis du *'Hazon Ich*. Néanmoins, d'autres décisionnaires, et pas des moindres, le Rav Ben-Tzion Abba-Chaoul ou encore le Rav Yossef-Chalom Elyashiv, sont d'avis qu'à Eilat, les personnes habitant à Eilat et hors des frontières d'*Erets Israël* (donc à l'étranger aussi, bien entendu) doivent faire deux jours de *Yom Tov* à *Pessa'h* comme pour les autres *Yamim Tovim*.

Pessa'h : adopter les coutumes de mon mari ?

Je viens de me marier *Baroukh Hachem*. Je suis issue d'une famille séfarade tunisienne et mon mari est séfarade algérois... Je me pose des questions concernant le déroulement de la fête de *Pessa'h*, car mon mari est issu d'une famille non-religieuse et n'a donc pas de coutume concernant cette fête-là : 1) Puis-je continuer à manger du riz pendant *Pessa'h* ? Et lui ? 2) Concernant le *Msoki*, puis-je le faire sachant que lui n'a pas la coutume d'en manger ?



Réponse de Rav Avner Ittah

Lorsqu'une femme se marie, elle change ses coutumes et prend automatiquement toutes les coutumes de son mari, comme cela est expliqué dans le livre *Piské Téchouivot* (468, 4). Puisque vous êtes nouveaux mariés, même si votre mari a la coutume de ne pas manger de riz (selon la coutume algéroise de ses ancêtres), il pourra, sans faire *Hatarat Nédarim*, manger du riz, comme cela est expliqué dans *'Hazon Ovadia Pessa'h* (p. 85), et de ce fait, vous aussi.

En ce qui concerne le Msoki, il existe chez les communautés ashkénazes une abstention de tremper la *Matsa* dans de la sauce ou de la soupe etc. C'est là le seul problème à relever dans le Msoki. Chez les Séfarades, la coutume est de permettre la consommation de *Matsa* trempée dans du liquide. Même s'il n'a pas la coutume d'en manger, vous pourrez donc lui en préparer. Bien sûr, il est souhaitable de préparer les repas de fête que votre mari préfère.

Mon patron m'oblige à travailler '*Hol Hamoèd* !

Je travaille dans une société en Israël et mon patron refuse de me donner les jours de '*Hol Hamoèd*. Que puis-je faire afin de ne pas transgresser l'interdiction de ne pas travailler '*Hol Hamoèd* ?



Réponse de Rav Avraham Garcia

Il me manque quelques détails pour pouvoir vous répondre exactement, je vais donc vous donner un éventail d'*Halakhot*, à vous de vous référer à votre cas précis. Vous devez tout d'abord voir s'il est possible de prendre vos jours de vacances pendant cette période de '*Hol Hamoèd*. Si oui, vous devez le faire. Sinon, votre dérogation sera "*Davar Haavèd*", une perte qui vous sera causée si vous ne travaillez pas. Cette dérogation a été donnée pour celui qui n'a pas de quoi se nourrir durant la fête (cas assez rare). Mais si vous faites seulement partie de ceux qui ont du mal à terminer le mois, et que votre absence vous causera une perte d'argent supplémentaire, vous n'avez pas de dérogation. C'est uniquement si vous avez des enfants dans des institutions de Torah et que votre perte financière va avoir des répercussions sur leurs études de Torah qu'il vous est permis de travailler '*Hol Hamoèd*, en essayant d'éviter le maximum de transgressions, par exemple en travaillant à mi-temps ou sans divulguer votre acte (*Maarchag* tome 2, 92). Si ce n'est pas le cas et qu'il vous est impossible de vous absenter pendant '*Hol Hamoèd*, vous pouvez travailler. Par "impossible", nous entendons le renvoi de la personne de son travail (*Maarach Inguel* tome 4, 83), ou bien dans le cas où si le travail n'est pas réalisé dès à présent, il ne sera plus rattrapable. Par contre, s'il ne s'agit que d'une perte de gain d'argent suite à cette absence, par exemple si votre patron accepte de vous donner '*Hol Hamoèd* mais vous dit qu'il ne pourra pas vous régler les jours manquants, vous ne pouvez pas travailler pendant '*Hol Hamoèd*.

Aller dans un hôtel non-cachériisé à *Pessa'h*

Pouvons-nous aller dans un appartement ou un hôtel non-Cachère pendant '*Hol Hamoèd*, sans qu'aucun ménage n'ait été fait à part le ménage classique de l'hôtel ?



Réponse de Rav Emmanuel Bensimon

C'est permis, mais : 1. Il faut veiller, lors de la prise de possession de votre chambre, à ne pas acquérir le '*Hamets* éventuellement présent. 2. Dans le cas où il y aurait du '*Hamets* dans la chambre, il faut l'éliminer.

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



Le gâteau aux amandes de Pessa'h

Ce délicieux gâteau de Pessa'h est facile à réaliser et plaira aux petits et aux grands gourmands Béézrat Hachem ! Il se marie très bien avec un zabayon ou un thé et des fruits de saison.

Ingrédients



- 8 œufs
- 1 verre de sucre en poudre pour le gâteau
- 1 verre d'huile
- Le zeste d'une orange bien nettoyée
- 2 verres d'amandes en poudre
- 1 pincée de sel
- $\frac{1}{2}$ verre de sucre en poudre pour le sirop
- 4 bouchons d'eau de fleur d'oranger
- Le jus d'une orange
- 3 cuillères à soupe d'eau



Pour 8-10 personnes



Temps de préparation : 10 min



Temps de cuisson : 30 min



Difficulté : Facile

Réalisation

- Dans un bol, mettez les œufs et le sucre, puis battez-les jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez-y l'huile, 1 bouchon de fleur d'oranger, le zeste de l'orange, mélangez le tout et ajoutez ensuite la poudre d'amandes. Le tout doit être bien onctueux.

- Mettez la préparation dans un moule préalablement huilé et enfournez à 170-180°C pendant 20-30 min. Vérifiez la cuisson à l'aide d'un cure-dents.

- Pendant ce temps, préparez un sirop : dans une casserole, mettez le jus d'orange, les 3 bouchons d'eau de fleur d'oranger, le sucre et l'eau. Laissez cuire jusqu'à ce que le mélange prenne une consistance mielleuse.

- Lorsque le gâteau est cuit et encore chaud, badigeonnez-le de sirop à l'aide d'un pinceau. Le sirop doit être absorbé par le gâteau. Laissez-le refroidir avant de le démouler.

Bon appétit !

Esther Sitbon



REFOUA-CHELEMA
POUR LES MALADES DU 'AM ISRAEL

Prions pour la guérison complète de

Brigitte Yael bat Claire Clara	Meir ben Sarah	Sarah bat Claire Clara	Léa Liliane bat Emma	Haya bat Kathy Esther	Nissim ben Myriam
David ben Brigitte Yael	Joseph Levy ben Rachel	Stéphane Moché ben Haya	Tinokette bat Cécile Emma Léa	Marlène Penina bat Bedoucha	Yaffa bat Messaouda
Fanny bat Myriam	Lennie Chaya Esther bat Levana Lola Liliane	Johanna Avigail bat Linoy Simha	Maryse Lysianne Hanna bat Julia	Yossef ben Hanina	Audrey bat Yaffa
Haya Myriam bat Esther	Chlomo 'Hay ben Guila	Jonathan Simon ben Nicole Rose	David Moshé ben Lisa	Zohar bat Tamo	Moche ben Haya
Anouk Haya bat Céline Emma Léa	Francine Stechele bat Sarah	Arielle bat Pnina	Hanania ben Freha	David Israel ben Aliza	Daniela Simha bat Renée Léa

Vous connaissez un malade ? Envoyez-nous son nom

www.torah-box.com/refoua-chelema



Editions Torah-Box
présente

Bande dessinée : L'histoire de Yaakov Kouriel



Sous l'Espagne de l'Inquisition, Yaakov Kouriel fuit sa ville natale et met le cap sur les Amériques. Plongé au cœur d'une intrigue palpitante, il fait preuve d'un courage et d'une ingéniosité à toute épreuve, érigant en triomphe la confiance en Dieu.

Feuilletez les pages de cette BD conçue et illustrée magnifiquement par Moshé Smadja, et plongez au cœur de l'une des périodes les plus mouvementées de l'Histoire juive. Petits et grands en ressortiront fascinés et renforcés afin de vaincre eux aussi tous les défis que leur propose la vie !

Commandez dès maintenant !

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

2 Téléphone 01.80.91.62.91 (France) - 077.466.03.32 (Israël)



Editions Torah-Box
présente

Donner un sens à sa vie



19€

Mettant en scène deux personnages (pas si) imaginaires, l'un croyant et l'autre athée, le Rav Mordékhai Neugroschel aborde de manière structurée et graduelle les questions les plus fondamentales concernant la foi : Ne suffit-il pas de mener sa vie de façon honnête ? L'existence de Dieu est-elle démontrable d'un point de vue logique ?

Le Rav Neugroschel est un conférencier et un écrivain réputé dans le monde entier. Ses cours, ainsi que son style actuel, franc et limpide, attirent un public issu de toutes tendances, jeunes ou moins jeunes, orthodoxes et laïcs, universitaires et gens du peuple.

Commandez dès maintenant !

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

2 Téléphone 01.80.91.62.91 (France) - 077.466.03.32 (Israël)



Torah-Box Magazine

Offrez un panier de Pessa'h à un pauvre d'Israël

De très nombreux hommes, femmes et enfants en Israël n'ont pas le minimum nécessaire pour passer les fêtes de Pessa'h dans la joie.

Et il est hors de question de les laisser tomber.

La fête de Pessa'h représente un coût financier particulièrement important... Nous nous tournons vers vous afin d'aider ces familles francophones de Jérusalem.

Chaque don compte.



Matsot	6,00€
Vin	4,00€
Viande	6,00€
Légumes	5,00€
Divers	5,00€

26,00€

Don de
260€

vous soutenez
10 pauvres
pour Pessah



et recevez le précieux
livre Les Grands Maîtres
Hassidiques

Don de
520€

vous soutenez
20 pauvres
pour Pessah



et recevez ces 4 livres :
Les Grands Maîtres Hassidiques, Igueret HaRamban, Biographie Baba 'Hakí', Argent et Halakha

Don de
52€

vous soutenez
2 pauvres
pour Pessah

Don de
104€

vous soutenez
4 pauvres
pour Pessah



et recevez le CD
Histoires de nos sages

Pour donner

www.torah-box.com/pessah

Pessah
Vente du 'Hamets en ligne

www.torah-box.com/hamets



Perle de la semaine par  Torah-Box

*"Perdre espoir, c'est un peu perdre sa liberté,
perdre ce que l'on est."* (Rabbi Na'hman de Breslev)