

RÉÉ

www.OVDHM.com - info@ovdhm.com - Israël 054.841.88.36 - France 01.77.47.66.22

Réflexion sur la Paracha

Rav Mordékhai Bismuth

Pourquoi les grandes vacances ont-elles lieu en cette période entre les mois d'Av et d'Elloul ? Elles auraient pu tomber à Hanouka ou à Pessa'h...

Il est écrit dans notre paracha : « **Banim atem lachem/vous êtes des fils pour D.ieu** » (Dévarim 14;1). Essayons de comprendre cette notion de « banim ». **Que signifie être les enfants de Hakadoch Baroukh Hou ?**

La Guémara (Baba Batra 10a) nous donne quelques précisions à ce sujet :

« *vous êtes appelés fils et vous êtes appelés serviteurs ; lorsque vous faites la volonté de D.ieu, vous êtes appelés des fils, mais lorsque vous ne faites pas la volonté de D.ieu, vous êtes appelés des serviteurs.* » fin des paroles de la Guémara.

Dans un premier temps, il faudrait essayer de comprendre cet enseignement de la Guémara. A première vue, cela ne semble pas très logique. En effet, **que je fasse Sa Volonté ou pas, cela change-t-il quelque chose si je suis son fils ?** Et dans le sens inverse, pourquoi serais-je appelé serviteur si je ne fais pas Sa volonté ?!

Il aurait été **plus logique d'écrire ces deux informations dans le sens inverse** : si tu fais Sa volonté tu es appelé Son serviteur, mais si tu ne fais pas Sa volonté, tu es appelé Son fils. Car que l'on veuille ou non, **un fils reste un fils** ; ferait-il les plus grandes sottises, il restera à jamais Son fils, contrairement à un serviteur.

Pour mieux comprendre la Guémara, **il faut procéder à une lecture plus attentive du mot « volonté »**. Accomplir une volonté, c'est lorsque celle-ci n'a pas été demandée ou imposée par l'autre. Prenons un exemple :



AV, LE MOIS DU PÈRE...

Imaginez que votre père rentre à la maison après une journée de travail. Vous le voyez fatigué de sa journée. **Sans qu'il vous le demande**, vous devinez qu'un bon café ou un grand verre d'eau fraîche lui ferait du bien. En le lui apportant, **vous accomplissez sa volonté. Si, par contre, il vous le demande, cela devient obligatoire**. Ce n'est plus une « volonté », mais une obligation découlant des lois de Kiboud Av [respect du père].

Agissons ainsi avec notre Père, Hakadoch Baroukh Hou. Soyons comme des fils qui font **Sa volonté et pas comme des fonctionnaires** qui font le strict minimum (ce qui, pour certains et dans certaines situations, sera tout de même très bien ; chacun doit savoir où il se situe).

Pour revenir à la question posée initialement : « **pourquoi les grandes vacances tombent-elles en cette période ?** », essayons de définir les « grandes vacances ». C'est **une longue période où les enfants n'ont plus école**. Se trouvant à la maison du matin jusqu'au soir, ils sont en mode « demandeur » : j'ai faim, fais-moi ci, achète-moi ça, je veux ça... Ils font des bêtises, se chamaillent, se salissent... Donc, en fonction de chaque situation, les parents doivent menacer, intervenir, sévir... Mais parfois, souvent même, on craque. Comme ce sont nos enfants, nous les connaissons bien ; nous savons qu'il y a parmi eux l'enfant calme, l'agité, le sensible, le lent, le malin... Chacun ne peut pas répondre aux mêmes exigences. Mais c'est surtout une période exceptionnelle de proximité entre les membres de la famille qui, pendant plusieurs semaines, vivent ensemble constamment.

Suite p3

Autour de la table de Chabat

Rav David Gold

Dans la première montée de notre Paracha est indiquée la manière dont le Clall Israël doit conquérir la terre de Canaan. Il s'agit surtout **d'anéantir et de détruire tous les lieux d'idolâtrie qui existaient en Terre Sainte**. Et au détour des versets on apprend aussi qu'inversement, il existe un interdit de faire de même par rapport à la Thora. Il est écrit: « Lo Taasoun Ken L'Hachem EloKéh'em » (Réé 12.4): Tu ne feras pas pareillement à ton D.ieu. Le commentaire Rachi explique à partir de ce verset **qu'il y a un interdit d'effacer le Nom d'Hachem**. Par exemple si on écrit le nom d'Hachem comme il est mentionné dans la Thora ou dans le Sidour et ce, même en français, **il sera défendu de l'effacer ni de le raturer. La raison en est qu'il est saint**.

Une intéressante question a été posée à ce sujet aux Posquims/décisionnaires de la génération précédente. **Dans le cas où un malade est soigné dans le service des maladies contagieuses d'un hôpital, est-ce qu'il pourra mettre les Téphelines durant le temps de son hospitalisation?** L'enjeu de la question est qu'avec l'aide du Ciel le malade sortira rétabli de son mal, **cependant les autorités médicales brûleront TOUTES les affaires** lui ayant appartenu de crainte que la maladie ne se propage! Donc est-ce que notre homme pourra mettre **ses Téphelines sachant qu'en fin de compte ils seront brûlés!** Deux grands Poskims d'avant-guerre le Hazon Nahum et le Dovev Mécharim (siman 99) tranchent qu'il est interdit de mettre les Téphelines dans de telles conditions. La raison est que dans notre Paracha il est marqué l'interdit **«Tu ne feras pas ainsi vis-à-vis d'Hachem!»**.

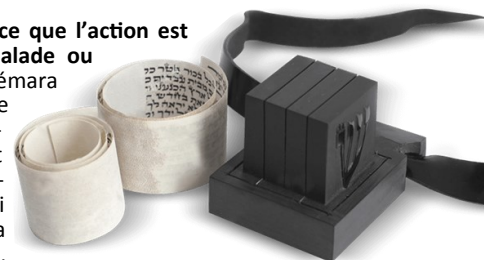
Pourtant un autre Possek le Imré David tranche lui, positivement. L'enjeu de la question est de savoir si lorsque les autorités de l'hôpital brûleront

DOIT-ON METTRE LES TEPHILINES DANS TOUTES LES SITUATIONS ?

tous les objets du malade **est-ce que l'action est directement imputable au malade ou non?** On s'explique; la Guémara dans Chabat 120 apprend de notre Paracha que c'est précisément lorsque l'homme fait l'action d'effacer le Nom d'Hachem qu'il y a AVERA. Mais si l'action est INDIRECTE alors la faute n'a pas la même gravité.

En langage Talmudique cela s'appelle GRAMA/ action indirecte. Le sujet est complexe, mais un des Rabanims rapporte comme preuve l'exemple d'Elicha Baal Kanfaïm (dans Chabat 130). C'est un Tsadiq qui **décide malgré l'interdiction formelle des romains de mettre ses Téphelines**. Or il sait pertinemment que si les autorités l'attrapaient, ils détruiraient les précieux Phylactères! Et la suite est connue, c'est que lorsque la police romaine l'attrapa, ses Téphelines se transformèrent en... ailes d'oiseaux!! Au-delà du miracle, **on voit qu'Elicha a mis les phylactères au risque de se les voir confisqués et détruits**. Donc on pourrait apprendre d'ici que l'action des romains (la destruction des téphelines) n'est pas imputable à Elicha.

D'autres preuves sont rapportées ici et là, mais finalement le Dovev Mécharim conclura **qu'il est préférable que notre malade ne porte pas les Phylactères tout le temps de son hospitalisation pour ne pas en venir à une désacralisation du Nom Divin** qui y est contenu.





L'anecdote de la semaine

Rav Moché Bénichou

« **C'est l'Eternel votre D. qu'il faut suivre** » (Devarim13-5)

Rabbi Bonim de Pchis'ha zatsal était aveugle. Sa vue déclina lentement mais sûrement. Alors qu'il n'était encore qu'un **jeune avrek** plein d'avenir, il travaillait comme **commerçant** dans la ville de Dantzig afin de subvenir à ses besoins. Il prit conseil auprès des médecins qui étaient pessimistes à son sujet. Il pria et supporta sa souffrance en silence. Un jour, **un Juif vint prendre conseil auprès de lui après avoir entendu parler de lui**. Il raconta qu'il souffrait de douleurs oculaires intenses. Son ophtalmologue était très pessimiste. Il se rendit dans la grande ville mais fut également déçu des pronostics des médecins. Il se rendit à la capitale en vain. Il arriva à Dantzig afin de chercher une solution à sa maladie. Pendant ses recherches, il apprit qu'un commerçant souffrait de douleurs oculaires. Vu qu'ils connaissaient tous les médecins spécialisés dans ce domaine, **Rabbi Bonim fut heureux de pouvoir aider et partager son expérience**, il envoya cet homme chez les meilleurs médecins. Peu de temps après, le Juif revint chez lui. **Il raconta qu'il était allé chez tous les médecins qu'il lui avait conseillés mais fut déçu**. Son état empirait. Il a entendu que dans une des ruelles des quartiers pauvres résidait **un sorcier gitan qui faisait des incantations et de la sorcellerie**. Puisque les médecins ne réussissaient pas à trouver une solution, **il pensait se tourner vers ce sorcier**. Comme il savait que Rabbi Bonim souffrait aussi de douleurs oculaires et que les médecins n'avaient pas réussi à trouver un remède pour lui, et comme il se sentait reconnaissant envers pour ses conseils, **il lui proposa de l'accompagner chez ce sorcier gitan...**

Rabbi Bonim lui répondit : **la Torah nous ordonne de nous soucier de notre santé**. Ce souci nous oblige à nous rendre chez les meilleurs médecins. Si vous étiez venu me dire que les médecins de Dantzig n'ont pas trouvé de remède à vos douleurs, je vous aurais envoyé consulter des médecins plus spécialisés de Königsberg ou Berlin, dans le cadre de

PRIER POUR UNE BONNE SANTÉ

notre obligation de nous efforcer à trouver une solution à nos maux, joint à l'obligation de **prier pour une bonne santé**, afin que D. nous accorde son aide et nous sauve.

Mais si vous ne croyez plus dans le pouvoir de la médecine pour vous soigner et que vous voulez vous tourner vers des moyens spirituels, pourquoi essayez-vous de m'emmener avec vous chez un sorcier ? Je vous propose que nous nous rendions ensemble chez le Maguid de Koznitch ! **Pourquoi se tourner vers des forces maléfiques s'il est possible d'utiliser des forces de sainteté ?!**

Dans notre paracha est écrit un avertissement : **ne pas aller chez les prophètes idolâtres, qui ne valent rien, « il faut se tourner vers D. et aller avec lui »**, il faut suivre les vrais prophètes, selon le commentaire du Ramban, « et seulement à lui nous poserons nos questions ! »

Il nous faut clarifier le fait que ceux qui utilisent les forces cachées, peuvent parfois apporter des informations inconnues et des secrets, et prévoir le futur avec précision. Mais ceci n'a aucune signification. Ceci ne prouve rien sur la vertu d'une personne ni sur son niveau spirituel. C'est peut-être un talent parmi tant d'autres, comme le talent de chanter ou de dessiner. **Seule la prophétie Divine est véritable** et si la prophétie ne se réalise pas, le faux prophète est condamné à mourir.

Que la personne n'en vienne pas à se dire : **Qu'est-ce que cela peut bien faire si ma solution provient des forces maléfiques, d'un simple talent ou des forces de sainteté ? Tous les moyens sont bons, et le plus important est de trouver le remède à mon problème**. Ceci est une erreur fatale ! La personne doit **se souvenir que tout vient de D. et que nous avons besoin de Son aide pour avancer dans notre vie**. Seul celui qui prend conseil auprès des sages mérite la délivrance et la réussite ! (Extrait de l'ouvrage Mayane Hachavoua)

Rav Moché Bénichou



Réponses aux questions

Rav Avraham Bismuth

Est-ce une obligation de réciter 100 bénédictions par jour ?

Le Choul'hane 'Aroukh écrit « un homme a l'obligation de réciter chaque jour au moins cent bénédictions ».

La raison de cette obligation est qu'à l'époque du Roi David mouraient tous les jours cent hommes du peuple juif pour cela le roi David instaura de réciter cent bénédictions par jour.

Pendant la semaine on peut arriver facilement à cent bénédictions même plus (le michna broua rapporte que l'on en récite 118). Par contre le Chabat les jours de Yom Tov il nous manque à peu près treize bénédictions. C'est pour cela qu'on les complétera en mangeant des fruits et en sentant des plantes aromatiques. Si on n'a pas de fruits ou de plantes aromatiques, on pourra a posteriori (bédiavade) compléter le nombre de bénédictions en pensant se rendre quitte en écoutant les bénédictions de la Torah et de la Haftara. (Choul'hane 'Aroukh Ora'h Haim Simane 46 seif 3 Michna Broua note 14)



À quel moment peut-on réciter les Selihot ?

On pourra commencer à réciter les Selihot après Hatsot Layla (moitié de la nuit) et pas avant, car ce n'est qu'après Hatsot qu'Hachem se lève de Sa Chaise de juge pour s'asseoir sur Sa chaise de miséricorde. Le Choul'hane 'Aroukh rapporte qu'on a l'habitude de se lever avant l'aube depuis Roch 'Hodech Eloul (non compris) pour réciter les Selihot. Si on n'a pas pu les réciter ni le soir après Hatsot ni le matin avant l'aube on pourra les réciter toute la journée jusqu'à la sortie des étoiles.

Une personne vivant par exemple en France peut-elle se baser sur l'heure de Hatsot d'Israël (qui est plus tôt) pour réciter les Selihot ?

A priori une personne habitant en dehors d'Israël ne pourra dire les Selihot qu'après Hatsot qui correspond à l'endroit où elle se trouve. Cependant certains décisionnaires permettent de s'accorder avec l'heure de Hatsot d'Israël. C'est pour cela qu'une personne qui habite en

France et qui entend les Selihot qui sont retransmises en direct d'Israël via la radio ou par vidéo-conférence pourra s'en associer et répondre à tous les Vayaavor et les Kadich.

Quelle est la bénédiction du Bamba ?

C'est une grande discussion entre le Yalkout Yossef et le Halakha Broua. Le Yalkout Yossef tranche que la bénédiction sur le Bamba est Bore Peri Haadama, car la forme du Bamba est faite à base d'un grain de maïs qui ne peut être consommé qu'après être chauffé à forte température jusqu'à qu'il explose. Le Halakha Broua tranche qu'il faut réciter Cheakol, car ce maïs n'a aucun goût et que tout le goût vient du beurre de cacahuète qui enrobe le Bamba. Dans ce cas il est très difficile de trancher la Halakha c'est pour cela que si on a l'habitude de suivre l'un de ces deux décisionnaires on le fera de même dans notre cas. Sinon, on demandera à son Rav et si on n'a pas de Rav on fera Cheakol sur un verre d'eau (si l'on a soif) ou autre et Hadama sur un fruit de la terre avant de manger des Bambas.



Dans quoi faut-il se renforcer pendant le mois de Elloul afin de mériter un bon jugement le jour de Roch Hachana ?

Il est écrit dans la Paracha de 'Equev « Ce sera parce que vous écouterez ces ordonnances-là, etc. » Rachi explique : Si vous écoutez les Mitsvot faciles, celles que l'homme a tendance à piétiner avec ses talons. Nous savons que la Paracha de 'Equev tombe toujours proche du mois de Elloul, ainsi de l'enseignement de Rachi nous apprenons qu'il faut se renforcer dans les Mitsvot journalières qu'on a tendance à piétiner comme la Tefila le Birkat Hamazon.

Le Michna Broua rapporte qu'il est bon de lire dix psaumes par jour depuis Roch Hodech Elloul jusqu'à Roch Hachana et pendant les dix jours de pénitence on lira quinze psaumes par jour. Il est recommandé d'étudier le livre Cha'arei Téhouva et les lois de la Téhouva du Rambam.

Participez et posez vos questions au Rav Avraham Bismuth par mail ✉ab0583250224@gmail.com



Une invitation à la Téchouva

Rav Mordékhaï Bismuth

Le mois d'Elloul est la période propice à la Téchouva. En effet, à quelques semaines de Roch Hachana, chacun d'entre nous se doit de faire un bilan personnel sur ses actes et comportements passés, afin d'aborder la nouvelle année sur de meilleures bases. Certes, la Téchouva se vit et s'applique au quotidien, toute l'année ! Mais Elloul est particulièrement propice, parce que nous approchons du jour de notre Jugement, Roch Hachana.

C'est pour cela qu'il est conseillé de procéder méthodiquement, en passant en revue tous nos actes passés. Gardons à l'esprit qu'il n'existe pas de « Téchouva Grande Vitesse » ; ce serait le meilleur moyen de **dérailler**. En cette période plus propice pour examiner sa conduite, on consacrerait plus de temps et d'attention dans l'étude de la Torah, dans l'accomplissement des Mitsvot et dans le perfectionnement de nos traits de caractère. **En quoi est-il plus propice ?** Le Rav Pinkus nous l'expliquons à travers la parabole suivante :

Une famille déménagea dans une autre ville en quête d'un nouvel environnement, meilleur et plus saint. Bien entendu, ils font appel à une entreprise de déménagement qui prendra en charge l'opération avec son camion muni d'un élévateur. Après avoir fixé la date, **l'entreprise demanda à la famille que tous les cartons soient prêts à cette date**. La famille se mit donc à la tâche, et tria et emballa ses affaires, carton après carton. Il fallait préparer un **maximum de cartons** et démonter les meubles, car tout objet qui ne serait pas emporté le jour du déménagement par le camion devrait être pris **ensuite sans aucune aide**, au prix d'innombrables allers-retours. Hakadoch Baroukh Hou nous offre une « **entreprise de déménagement** » pour partir vers un nouvel environnement, meilleur et plus saint. Les déménageurs nous aideront à nous déplacer et à nous élever. À nous d'être prêts, **car une fois les déménageurs partis, tout sera beaucoup plus difficile...**

Dans le livre de Amos (3;8), nous lisons le verset suivant : « **Le lion rugit, qui n'aurait pas peur ?** / אַרְיֵה שָׁאֵג מִי לֹא יִירָא ». Le mot hébreu **lion אַרְיֵה** forme les initiales de **אֵלֹהִים/Elloul, רֹאשׁ-הַשָּׁנָה/Roch Hachana, יוֹם כִּיפּוּר/Yom Kippour, et הוֹשַׁעְנָה רַבָּא/Hochaâna Raba**. Le verset demande donc : **le lion (Elloul, Roch Hachana...) rugit, qui n'aurait pas peur !? De quel peur s'agit-il ?** On peut comprendre que Roch Hachana éveille la crainte, car c'est le jour du jugement ; Yom Kippour aussi, car c'est la fin du jugement, ainsi que Hochaâna Raba qui est la signature finale du jugement. Mais en ce qui concerne **Elloul, pourquoi avoir peur ? N'est il pas le mois de la clémence et de la miséricorde ?**

Il faut savoir que ces jours-là, y compris tout le mois d'Elloul, sont des jours à double tranchant. En effet, comme ce sont des jours propices à la Téchouva et qu'une voie nous est ouverte pour progresser et fuir nos fautes, si nous restons inactifs, l'accusation contre nous sera plus forte. Ainsi l'explique Rabénou Yona dans son œuvre « Chaarei Téchouva » : « **L'un des bienfaits qu'a accordé Hachem à Ses créatures est celui de**

ELLOUL, LA GRANDE ÉVASION

leur avoir préparé une voie leur permettant de s'élever au-dessus de l'abîme de leurs actes et de fuir le piège de leurs fautes, un chemin par lequel se préserver de la destruction et détourner de soi la colère divine... » **Cette voie est celle de la Téchouva** comme il est dit (Jérémie 3;22), « revenez enfants rebelles, Je guérirai vos égarements ». Rabénou Yona poursuit en affirmant que le châtement du fauteur qui tarde à se repentir s'alourdit chaque jour. En effet, puisque que le fauteur est conscient d'être l'objet de la colère de D.ieu et connaît une voie de refuge, mais persiste dans son mauvais comportement, il montre qu'il ne craint pas la colère divine ! C'est pour cette raison que son cas s'aggrave de jour en jour.

Pour exprimer cela, il rapporte cette parabole extraite du Midrach (Kohélet Rabba 7;15) : **une bande de malfaiteurs emprisonnés dans les prisons du roi** décidèrent de s'échapper en creusant un tunnel depuis leur cellule. Le grand jour arriva, et tous prirent la fuite par ce souterrain, sauf un qui décida de rester tranquillement dans sa cellule.

Le lendemain matin, **le geôlier découvrit le tunnel et la fuite des détenus**. Lorsqu'il vit le prisonnier seul dans la cellule, il se mit à le battre en lui criant : « **Sot que tu es ! Le tunnel est devant toi, pourquoi ne t'es-tu pas enfui ?** » D.ieu nous préserve de penser qu'on encourage les prisonnier à s'évader... Mais une question se pose tout de même : **en ne s'évadant pas, ce brave homme désirait ne pas causer de tort au roi, aussi c'est une récompense qu'il aurait du recevoir plutôt que des coups !**

Au contraire ! **En restant dans sa cellule, il a montré que le châtement royal n'était pas si terrible que cela et qu'il préférerait rester dans sa cellule...**

Ainsi en est-il pour **quiconque ne se repent pas, qui n'emprunte pas le tunnel creusé par Hakadoch Baroukh Hou Lui-même !** Car Hachem désire notre retour comme nous le disons dans les séli'hot : « **Car Ta main droite est tendue pour recevoir les repentis** - כִּי יְמִינְךָ פְּשׁוּטָה לְקַבֵּל שׁוֹבִיטִים ». **Ne pas faire Téchouva est donc une preuve de mépris envers le cadeau du Tout-Puissant !**

Nous comprenons mieux à présent pourquoi il faut trembler en ces jours « redoutables » : durant 40 jours, **le tunnel ouvrant vers la voie de la vie est devant nous, gardons-nous de nous endormir !**

La Téchouva est un élixir de vie offert par D.ieu Lui-même, et pas un effort ingrat imposé par les rabbins. **La Téchouva nous offre la vie ; pourquoi se la refuser ?**

Lorsqu'un médecin nous prescrit un médicament, il prend en compte notre âge, notre poids, nos allergies et notre état de santé. Au moment d'avaler le cachet, nous avons entièrement confiance en notre médecin, car nous savons pertinemment que grâce à ses études et sa sagesse, son choix est le bon. **Si nous pouvons faire confiance à un être humain pour avaler des cachets, nous pouvons de toute évidence faire confiance au Maître du monde !**

Béatslakha!



Réflexion sur la Paracha

Rav Mordékhaï Bismuth

AV, LE MOIS DU PÈRE... (suite)

Alors on essaie d'en profiter : on évite les punitions, on multiplie l'écoute et les récompenses, même si parfois...

Nous sommes à la veille du mois d'Elloul, la période des séli'hot. Nous allons demander à **notre Père, Avinou Malkénon, de nous pardonner, d'accepter notre Téchouva et nos Téfilot**, de nous inscrire dans le livre de la vie, de la santé, de la parnassa.... A plusieurs reprises, nous invoquons Hakadoch Baroukh Hou en tant que père. Mais pour appeler un père, encore faut-il être un fils...

Pendant les « **grandes vacances** », juste avant Elloul, les Séli'hot et Roch Hachana, nous allons demander d'être jugés comme des banim, des fils, et non pas comme des avadim, des serviteurs, car **la bienveillance d'un père envers son fils est incomparable**.

Les « **grandes vacances** » sont une période privilégiée pour nous faire prendre conscience des jours exceptionnels qui s'annoncent. En cette période, **nous allons jouer le rôle du père plus que jamais**, afin de mieux s'imprégner cette notion de « Rah'em av àl banim – la pitié du

père envers ses enfants ». Forts d'avoir intégré cette notion, **notre travail du mois d'Elloul sera de jouer le rôle de l'enfant envers Hakadoch Baroukh Hou**.

Puisque durant la période des « **grandes vacances** », **nous avons ressenti ce qui est désagréable à un père**, nous pourrions aborder Elloul comme des enfants exemplaires, en essayant de parfaire notre comportement avec notre Père.

Si nous sommes Ses fils, Hachem connaît nos capacités et sait que nous ne pouvons pas tous répondre aux mêmes exigences. Toutefois, Il verra les efforts que nous avons investis pour améliorer notre comportement et notre relation avec Lui.

Profitions de cette période de proximité et de miséricorde avec notre Père, pour investir le maximum d'efforts et arriver méritants au jour du jugement.

Chabat Chalom

Rav Mordékhaï Bismuth



Vous savez pourquoi vous souffrez sans ce dernier point ? C'est parce que vous prenez l'entière responsabilité du bonheur de votre couple et cela vous épuise. Vous n'avez du répit qu'en sortant de la maison. Et quand vous rentrez, vous marchez sur des œufs. « Comment ne pas faire de gaffe ? » Libérez-vous, soyez francs, partagez vos sentiments ! Avec les trois conditions

- plus bas-

Exemple : Qu'est-ce qui fait que votre amitié avec votre meilleur ami est si forte ? Quand a-t-elle réellement commencé ? Pourquoi appréciez-vous chacune de ses paroles même s'il vous parle de son nouveau pantalon et que d'écouter un étranger à ce sujet vous ennuerait ?

La réponse est simple, c'est parce que vous vous êtes compris mutuellement, vous vous êtes ouverts l'un à l'autre et avez partagé vos sentiments les plus profonds. Du coup, vous pouvez parler de tout et cela reste intéressant pour vous, parce que votre ami vous intéresse même si le sujet est dérisoire à vos yeux.

Avec votre femme ça fonctionne de la même manière, et ce partage est nécessaire. S'il n'existe pas, certes vous êtes mariés, vous partagez des événements mais vous n'êtes pas proches, ni liés véritablement.

Donc, concrètement, que faut-il faire pour être franc et partager vos sentiments.

- en parlant à la première personne « je »,
- sans critiquer l'autre,
- en partageant uniquement ce que vous ressentez dans cette situation et pas ce que l'autre a fait.

Ce que ça changera :

- Vous vous sentirez à l'aise et détendu chez vous.
- Vous serez heureux d'être en présence d'une personne qui vous comprend et vous respecte.
- Vous sentirez que rien n'est insurmontable.

Soyez courageux ! Ce que nous enseignons ici n'a rien d'une potion magique. Bien évidemment il y aura quand même certains moments dans votre vie où vous traverserez des conflits. Et il est fort probable que vous receviez des remarques même en agissant de la sorte. Prenez sur vous d'aller de l'avant, de changer le niveau de votre relation. Apprenez à lui parler, à l'écouter, à la

LA FRANCHISE (deuxième partie)

comprendre et à vous ouvrir à elle comme vous l'auriez fait naturellement avec d'autres proches, et méritez votre récompense, une relation de respect, de passion et d'amour.

Permettez-moi à présent une question. N'en avez-vous pas marre d'avoir toujours les mêmes problèmes de communication dans votre couple, ne voulez-vous pas vivre des choses plus intenses, plus profondes ? Alors prenez avec vous ces conseils et permettez-vous d'avoir de la complicité dans votre relation. La construction du couple ne s'arrête peut être jamais, on peut toujours être plus proche d'une autre personne. On peut toujours mieux aimer et respecter l'autre. Mais cela n'est pas une raison pour ne pas commencer quelque part.

Ces clés de la communication sont justement là pour vous donner un bagage de départ. Ayez confiance en vous et en votre conjoint qui veut aussi votre bonheur, et commencez à construire. Bonne chance !

Le plus gros problème dans cette démonstration, c'est que lorsqu'on partage nos sentiments avec notre épouse, il faut d'abord l'avoir écouté et comprise sinon elle se sentira agressive et vous parlera peut-être avec agressivité. Il y a des exceptions à tout, attendez-vous parfois à être agressé même lorsque vous avez tout bien fait. On est dans la vie, face à une personne qui a des sentiments, et non pas face à une machine.

De manière naturelle lorsque cela arrive, qu'une personne dévoile ses sentiments et est agressée, elle se sent trahie. Trahie, parce qu'elle s'est ouverte et qu'autrui en a profité pour la rabaisser. De ce fait, il faut créer une situation dans laquelle votre conjoint acceptera vos sentiments. Plus vous écouterez, comprendrez, respecterez votre femme telle qu'elle est, plus elle sera apte à accepter vos sentiments et pourra vous comprendre.

Plus cela arrivera dans votre maison, plus vous créerez de l'harmonie et de la complicité dans votre couple. Or plus vous serez proches l'un de l'autre, plus chacune de vos paroles respectives sera naturellement importante et particulière aux yeux de l'autre.

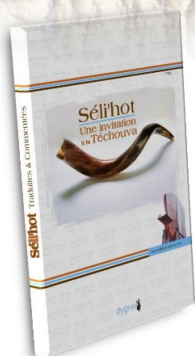
À suivre...

Retrouvez les clés précédentes sur le site www.ovdhm.com

Rav Boukobza ☎054.840.79.77

✉aaronboukobza@gmail.com

UN OUVRAGE INÉDIT ET INDISPENSABLE



- .Les Séli'hot traduites en intégralité
- .Des commentaires captivants
- .La halakha pas à pas
- .Couverture souple
- .214 pages

Ani lédodi védodi Séli'hot

N'attendez pas la dernière minute, commandez-le dès à présent en ligne

www.OVDHM.com



OVDHM



Les brochures



Les ouvrages



Les fiches pratiques



La Daf de Chabat

Vous appréciez «La Daf de Chabat» et désirez faire partie des abonnés ou participer à son édition, veuillez prendre contact dafchabat@gmail.com

Retrouvez-nous sur www.OVDHM.com

Ne pas transporter ce feuillet dans le domaine public le Chabat - Ne pas lire ce feuillet pendant la téfila et la lecture de la torah
VEILLEZ A DEPOSER CE FEUILLET DANS UN ENDROIT COMPATIBLE AVEC SA KEDOUCHA