

CHÉMOT

www.OVDHM.com - dafchabat@gmail.com



Réflexion sur la Paracha

Rav Mordéchai Bismuth

« Il s'avance à ta rencontre et à ta vue il se réjouira dans son cœur. » (Chémot 4;14)

Nous assistons dans cette paracha, au fameux épisode du buisson ardent, où Moché Rabbénou s'entretient avec Hachem, Qui lui dévoile l'avoir désigné afin de faire sortir le peuple Juif d'Égypte.

Dans un premier temps Moché refuse, il objecte qu'il n'est pas un bon orateur (il bégaye en effet), que le peuple ne le croira pas, ne l'écouterait pas... Ce n'est qu'après sept jours de discussions qu'il accepte enfin sa destinée. Pourquoi avoir refusé si longtemps ?

Moché craignait en fait tout simplement de blesser son frère aîné Aharon en lui usurpant sa place.

Aharon se trouvait en effet en Égypte avec tout le peuple depuis le début de l'oppression, lui Moché au contraire, avait été élevé dans la maison de Pharaon.

Aharon assistait et participait personnellement aussi à la douleur du peuple d'Israël. Moché ne voulait donc pas lui prendre une place de sauveur qu'il pensait revenir à Aharon. Il avait du mal à s'imaginer apparaître après 40 ans d'absence, remercier Aharon pour ses bons et loyaux ser-

LA PURETÉ DU CŒUR



vices, puis lui annoncer qu'il prenait désormais lui seul le contrôle de la situation.

Hachem le rassura ainsi : « il s'avance à ta rencontre et à ta vue il se réjouira dans son cœur. » (Chémot 4;14)

Rachi sur place nous explique : « Contrairement à ce que tu penses, il ne s'offusquera pas de ton accession à une haute dignité. »

A la fin de sept jours de pourparlers tendus, Hachem rassura Moché : après avoir passé le cœur d'Aharon au « scanner », celui-ci était pur et rempli de joie à l'idée que son frère accède à cette noble fonction.

Imaginons la scène : nous assistons à un face à face entre Le Tout Puisant et Moché. Le Créateur du monde face à un homme de chair et de sang, une simple créature, même s'il est le plus grand prophète de tous les temps. Et que se passe-t-il ? **Suite p3**



Autour de la table de Chabat

Rav David Gold

« Et voici les noms des Bnei Israël qui arrivent en Égypte »

Le début de la Paracha nous donne une nouvelle fois la liste des fils de Yaakov à leur venue en Égypte alors qu'on la connaissait déjà dans les Parachas précédentes. Rachi rapporte un verset du prophète Isaïe disant qu'Hachem compte et nomme les étoiles dans le firmament lorsqu'il les sort la nuit, de la même manière la Thora dénombre les fils de Yaakov dans leur descente en Égypte.

Le Rav Yaacov Kaminetski *zatsal* approfondit le sens de la parabole pour dire qu'une étoile en pleine journée n'est pas visible, car la lumière du soleil empêche sa perception et c'est seulement dans l'obscurité de la nuit que l'on découvrira la lumière de ces astres ; de la même manière, la grandeur des fils de Yaakov n'est pas visible du temps où Yaakov était vivant c'est seulement après sa disparition et la descente en Égypte que l'on découvre la grandeur de ses fils. Plus l'obscurité de l'Égypte est grande plus l'éclat et le rayonnement des enfants est important. C'est à l'image des étoiles du ciel.

C'est aussi ce qu'ont dit les Sages, tout le temps que les enfants de Yaakov étaient encore vivants l'esclavage n'a pas commencé c'est-à-dire que la présence du Tsadiq/du juste empêche l'obscurité de l'exil. Cette même idée se retrouve dans le Midrach (1.8) qui enseigne que tout le temps que Yossef était vivant les Bnei Israël maintenaient la Brit Mila. À sa mort, ils ont abandonné cette Mitzva.

On peut illustrer cela par une petite anecdote. Nous savons qu'à la fin de sa vie le Hafets Haim (décédé en 1933 en Lituanie) voulait à tout prix monter en Erets Israel en donnant comme raison le fait qu'il n'avait plus la force de combattre pour que la Thora reste la centralité du Clal Israel (La situation était lamentable en Europe Centrale de plus le Rav était alors très âgé). Le Av Beit Din de Vilna l'en dissuada (de monter en Erets Israël) en évoquant l'image que tout le temps ou le grand-père se tient à la table familiale même le petit fils qui est en bout-de-table se tient à 'carreau', mais si le vieux grand-père quitte l'endroit alors c'est le...BALAGAN (en français le désordre). »

Le Or A'haïm Hakadoch dit sur ce verset " ... et Yossef mourut ainsi que toute sa génération" que l'esclavage est venu petit à petit. Tout le temps où Yossef était vivant, les Bnei Israël étaient

NOBLESSE OBLIGE

respectables aux yeux des égyptiens. Quand il est mort, ils sont descendus dans l'estime de Pharaon et de son peuple. Puis quand tous les derniers frères ont aussi disparu, les Bnei Israël étaient dénigrés. Lorsqu'à la fin, toute la génération est morte: là a commencé véritablement l'asservissement.

Le Rav Chmoulévits Zatsal dans son livre Sihot Moussar (1^{er} année 28) tire de là un grand enseignement : il est connu que de tout temps l'Égypte était le siège de toutes les impuretés (Ervat Haarets) malgré tout, les égyptiens n'ont pas réussi à asservir les Bnei Israël, car ces derniers étaient HONORABLES et importants à leurs propres yeux. Et c'est seulement lorsqu'eux même sont descendus dans leur propre estime qu'alors a pu commencer le vrai esclavage.

Le Rav tire de cet épisode un enseignement : tant que le juif accorde une valeur importante à lui-même, alors le Yetser n'a pas la force de le faire trébucher, mais si ce dernier perd son Kavod (honneur) le Yetser pourra le faire tomber bien bas en lui chuchotant à l'oreille : de toute façon tu ne vaudras pas grand-chose, donc ce n'est pas pour toi le cours de Thora ou la conférence de tel Rav ! Pour illustrer ce point de considération de sa personne, on va prendre l'exemple très simple de l'habit juif, vous savez celui des orthodoxes de Jérusalem ou de Bné Brak avec leurs chapeaux et redingotes noirs ! C'est quelque chose qui frappe les touristes et aussi les simples israéliens mais si l'on veut aller un peu plus loin que le cliché, c'est un message clair qui veut dire qu'un juif reste le fils... du Roi du Monde et donc qu'il doit se vêtir en fonction de son rang. D'après cela, tout le contraire est vrai ! Lorsque l'on voit un des fils d'Hachem se promener en Tong/tatanes avec un short court effiloché (etc.) c'est un peu comme si on voyait le Prince de Galles se promener en jeans dans les rues de Londres ! On dirait alors que c'est inadéquat, à plus forte raison tout homme peut comprendre que du fait de son rang (au service du Créateur), il doit se comporter en connaissance de cause. (l'inverse de ce qu'implique le proverbe français : « l'habit ne fait pas le moine !! »). Ce sentiment de Nih'badout de respect et d'honneur de soi-même en tant que juif est un point important dans le domaine de l'éducation, et s'il est bien intégré dans la famille alors la bataille est déjà en partie gagnée.





Le terme « Chovavim » est un acronyme des six premières Paracha du livre de Chémot (Chémot, Vaéra, Bo, Béchala'h, Ytro et Michpatim) (שמות-וארא-בא-בשלח-יתרו-משפטים).

Le terme de "chovavim" renvoie aussi au verset de : "Chouvou banim chovavim èrpa méchouvoték'hèm - Revenez enfants rebelles ! Je guérirai vos égarements" (Yrmiyahou 3;22). Le prophète interpelle les enfants d'Israël, qui se sont laissés aller à tous les excès, et les invite à la réparation et au repentir. Malgré toutes les dérives et la gravité de leurs péchés, rien n'est encore perdu, ils sont qualifiés « d'enfants, de fils » rebelles certes, mais ils n'ont pas perdu cette qualité de « fils » !

La particularité de cette période des « Chovavim » tient dans cette possibilité qui nous est donnée de « réparer » la faute commune aux hommes, celle de la dispersion des énergies de vie (perte de semence). Ce que nos maîtres qualifient l'éparpillement des étincelles de sainteté. Cette faute volontaire ou non, a des conséquences terribles sur la vie des individus comme sur celle de l'ensemble d'Israël.

Comportement durant cette période

Les gens pieux ont l'habitude de jeûner tous les jeudis, et certains même le lundi, de cette période. Ces jeûnes sont considérés comme des jeûnes volontaires, et il sera nécessaire d'accepter ce jeûne, sur soi, la veille lors de la Téfila de Min'ha. Si dix personnes jeûnent, ils liront la Paracha habituellement lue les jours de jeûnes.

Ces jours de jeûne seront consacrés essentiellement à la prière et au Tikoun spécifique, on y récitera des Sélihots et le fameux 'Anénu institué par le Rachach.

Mais pour tous, que l'on jeune ou non, il convient en cette période de redoubler d'effort dans l'étude de la Torah. En y consacrant plus de temps et en s'y investissant avec plus d'ardeur. Nos sages enseignent que la faute de perte de semence cause une détérioration au niveau du « Daat-l'intellect », il convient donc d'agir à ce même niveau. Et quoi de plus puissant que l'étude approfondie et soutenue qui est de cette même qualité pour y parvenir.

Dans l'introduction de l'ouvrage "Iglé Tal" il est écrit que l'étude profonde est pratiquement la seule solution pour arranger ce qui a été dégradé. Il convient d'investir toutes ses facultés intellectuelles dans cette réparation puisque la faute est justement liée aux Séfirot (sphères célestes) de l'intellect.

La lecture des Téhilim est fortement recommandée pendant cette période, sans négliger l'étude du Moussar, afin de parvenir un peu à raffiner ses qualités et traits de caractère.

Même pour ceux qui ne jeûnent pas, ils seront vigilants de ne s'adonner à aucun excès pendant ou entre les repas. Il convient aussi de faire du bien autour de soi plus qu'à son habitude, de donner de la Tsédaka en faveur de ceux qui se consacrent à l'étude.

Puisqu'il y a un lien étroit entre la parole et la sainteté du Brit, on prendra garde de toute discussion inutile ou vaine. Il est conseillé de faire, autant que possible, le jeûne de la parole pendant tous ces jours, même durant quelques heures. Certaines communautés instaurent un jour entièrement consacré à la prière et à l'étude, de sorte qu'y participe le plus grand nombre possible de personnes. La fixation de ce jour est essentielle, cela éloigne les accusations, annule les mauvais décrets et apporte de nombreuses bénédictions.

Enfin le Ari Zal souligne l'importance de réciter le Chéma avant le coucher, cette lecture est d'une puissance telle qu'elle détruit toutes les forces néfastes qu'engendrent cette faute. Elle possède aussi la propriété

de rétablir les énergies perdues et de leur faire réintégrer le domaine de la sainteté.

Pourquoi spécifiquement en cette période?

L'essentiel de ces jeûnes en cette période vise à réparer la « perte de semence » et ces jours sont propices à cette réparation. La raison de cela tient à la lecture de ces Parachiot qui retracent l'exil et la servitude qui sont la réparation des pertes d'Adam pendant les 130 ans où il s'éloigna de sa femme.

Le Ari zal explique longuement le concept même de l'exil et de la servitude en Égypte. Il dit : "Tu dois savoir qu'Adam harichone en s'éloignant de son épouse 'Hava pendant 130 ans, a éparpillé les énergies vitales qui sont allées se loger dans les profondeurs obscures. C'est le concept du « mélange du bien et du mauvais » conséquence directe de la faute originelle, celle de l'arbre de la Connaissance du bien et du mal.

Ces énergies saintes de grande qualité perdues sont reconduites à plusieurs reprises en ce monde, elles prennent à chaque fois des formes différentes (guilgoulim). Ces énergies seront habillées une première fois dans la génération d'Enoch qui « invente » le concept de l'idolâtrie. Puis dans la génération du déluge qui commettra la même faute qu'Adam : Ils déversèrent leur semence à terre, comme dit le verset : "Toute chair avait corrompu sa voie sur la terre".

Ces âmes reviennent plus tard dans la génération de ceux qui construisent la Tour de Babel. Et enfin ces âmes seront les habitants de la ville de Sédoum.

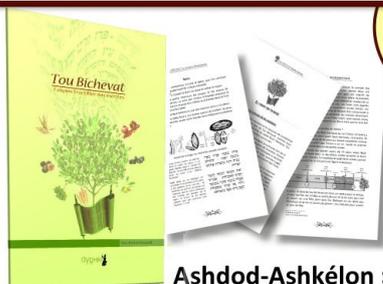
Le processus de purification de ces âmes ressemble à celui des métaux précieux. L'or et l'argent contiennent des impuretés et des scories qui sont éliminées au fur et à mesure de leurs raffinements. La servitude en Égypte est appelée « le creuset de raffinement - Kour habarzel ». On remarque que Pharaon fait jeter au fleuve les garçons, cela est en rapport avec la faute qui amènera le déluge. Il oblige le peuple à construire des villes, ils seront asservis par de durs labeurs de l'argile et des briques qui correspondent à la construction de la tour de Babel.

La lecture des Parachiot telle que nous la faisons aujourd'hui n'est pas fortuite, mais traduit une lumière particulière qui correspond à la période que nous vivons. De même les mois de cette période sont aussi spécifiques à cette réparation.

Comme le Ram'hal (Dérékh Hachem), qu'il existe un principe selon lequel chaque Tikoun [réparation] et illumination s'étant produits à une époque déterminée resplendiront de nouveau au jour anniversaire. À la date commémorant l'événement sera émise une illumination du type de la première. D'après ce principe, le Rav Dessler nous avertit de prendre conscience que les dates de notre calendrier sont bien plus que de pieuses commémorations d'événements passés. Lors de chacune d'entre elles, il s'agit pour chaque juif de retrouver le contenu spirituel qu'elle possédait à l'origine. Nous devons faire le maximum en cette période de Chovavim pour parvenir à réparer les conséquences de cette faute.

Les Sages nous ont souvent mis en garde que les conséquences de la dispersion des énergies vitales sont terribles et rendent la vie encore plus difficile qu'elle ne doit l'être. En essayant de réparer cette faute, on répare notre âme, notre personnalité et on élimine tous les maux qui nous ont assaillis.

Cette période de Téhouva est une véritable ouverture vers les sources de bontés et de bénédictions.



un ouvrage inédit & indispensable sur

Tou Bichevat

-Faisons fructifier nos mérites-

Téléchargez un extrait sur www.OVDHM.com

Ashdod-Ashkélon : 058.757.26.26 | Tel-aviv : 054.841.88.37 | Bnei Brak-Raanana : 054.841.88.36 | Natanya : 052.262.88.35

-Le sèdère de Tou bichevat illustré
-Lois et coutumes
-Réflexions
-Téfilot



L'étude de cette semaine est dédiée pour:

Vous désirez participer à l'édition et la diffusion de "La daf de Chabat" veuillez prendre contact dafchatat@gmail.com

La guérison complète et rapide de Yaakov Leib ben Sarah parmi les malades de peuple d'Israël

La guérison complète et rapide de Albert Avraham ben Julie parmi les malades de peuple d'Israël

La réussite spirituelle et matérielle de Raphaël ben Sim'ha Joëlle Esther bat Denise Dina

La réussite spirituelle et matérielle de Patrick Nissim ben Sarah Martine Maya bat Gaby Camouna

Dédicacez la prochaine « Daf » et permettez sa diffusion au plus grand nombre.

LA PURETÉ DU CŒUR (suite)

Moché refuse obstinément le rôle de libérateur de son peuple, simplement parce qu'il craint de blesser son frère, de lui causer un tort quelconque.

Quelle grandeur ! Quel cœur ! Quel amour et respect de l'autre !

Moché a une occasion rêvée de s'élever tant socialement que spirituellement, il peut devenir le dirigeant du peuple Juif, avoir le pouvoir, les honneurs, le dialogue continu avec Hachem... mais il refuse parce qu'il est inconcevable à ses yeux de grandir au détriment d'un autre.

Au quotidien, chacun peut être confronté à ce genre de situation, dans le cadre professionnel, familial, amical, communautaire...

Malheureusement, au contraire de Moché, n'hésitons-nous pas parfois à « jouer des coudes » pour satisfaire nos ambitions ? « La fin justifie les moyens ! L'essentiel est d'atteindre son but, peu importe les dégâts causés autour ! Après tout je dois servir mes intérêts et ceux de ma famille en priorité ! »

Cette manière de penser est malheureusement courante et l'on voit au travers de Moché notre guide, quel est le véritable but qu'il faut se fixer : Respecter autrui dans quelle que condition que l'on se trouve et quelles que soient les tentations qui se présentent.

Le Rav Dessler Zatsal dans son ouvrage Mikhtav Me-Elihaou, relate l'histoire suivante :

Le 'Hafets 'Haïm refusait d'utiliser ses immenses connaissances de la Torah pour en faire son gagne pain. Il décida donc d'ouvrir une petite épicerie. Évidemment sa marchandise était de première qualité, ses mesures pleines à ras bords et sa balance penchait toujours en faveur du client. Naturellement donc, l'épicerie était pleine à craquer du matin jusqu'au soir. Le 'Hafets 'Haïm se demanda alors, puisque son épicerie était pleine, de quoi pouvaient vivre les autres commerçants autour.

C'est ainsi qu'il décida de n'ouvrir son épicerie que quelques heures par jour, afin de gagner juste les quelques sous lui permettant de subvenir aux besoins journaliers de sa famille, et de la laisser fermer le reste du temps afin que les autres commerçants du quartier gagnent aussi leur vie.

Très vite il s'aperçut que cela ne servait pas à grand chose, chacun s'arrangeait en effet pour venir aux heures d'ouverture de son épicerie, c'est pourquoi finalement il ferma boutique, ne voulant causer de tort à personne.

Voyons à présent le frère de Moché, son aîné Aharon. Si la réaction et le comportement de Moché sont grandioses, qu'en est-il alors de ceux d'Aharon ?

Pas un soupçon de jalousie, ni de rancune, ni de convoitise... alors qu'il en avait les meilleures raisons du monde ! Bien au contraire, il se réjouit sincèrement de la nomination de son frère, d'une joie pure provenant du cœur.

Le Chla Hakadoch explique que le cœur est situé au centre de notre corps, alimentant ainsi tous les autres organes. Comme le Kodech Hakodachim du Beth Hamikdash représente le point central du monde où réside la Chékina qui insuffle de la sainteté à tous les êtres vivants et les maintient en vie. (Etant privé de Beth Hamikdash, nous survivons aujourd'hui, depuis la destruction du Temple, grâce au Limoud Torah !

Un enseignement dans le Traité Méguila (3b) montre que « l'étude de la Torah est plus importante que les sacrifices ».)

Le Yalkout Chimouni nous dit, au nom de Rabbi Chimon Bar Yo'haï, que c'est sur ce cœur réjoui d'Aharon que sera posé le pectoral du Cohen Gadol. C'est en effet grâce à ce comportement révélant la pureté de son cœur qu'Aharon aura le mérite de devenir le Cohen Gadol.

Nous avons tous la possibilité et le devoir d'acquiescer ces belles Midot de bonté et de pureté de cœur. Pour y parvenir, œuvrons à nous détacher progressivement et en douceur de ce « Moi » qui rend l'autre invisible.

Purifions nos cœurs grâce aux Mitsvot multiples et variées que D. nous a offertes : Inviter des hôtes le Chabat, rendre visite aux malades, aux endeuillés, prier pour ceux qui sont dans la détresse, donner la Tsédaka, etc... Réjouissons-nous du bonheur de l'autre et essayons de penser aux conséquences de nos actes sur l'autre. Nous en sortirons grandis et épanouis.

Rav Mordékhaï Bismuth ☎054.841.88.36
mb0548418836@gmail.com



L'anecdote de la semaine

Rav Moché Bénichou

Pourquoi Dieu, avant de nous choisir comme peuple, avant de nous donner sa Torah et la terre d'Israël, avait-il besoin de nous faire subir l'épreuve de la main de fer égyptienne, sur cette terre d'esclavage abominable?! N'aurait-il pas été plus naturel et prudent si les enfants d'Israël étaient restés sur la terre d'Israël, s'étaient multipliés, avaient reçu la Torah et avaient hérité de la terre sans avoir à en sortir? Notre Maître le Ben Ich 'Haï répond à cette question par une parabole : un homme riche éleva un orphelin depuis son enfance jusqu'à l'âge de la majorité. Cet enfant vécut dans cette maison et reçut son pain quotidien comme un membre de la famille. Un jour, un pauvre se présenta pour demander un don. Ce dernier pensait recevoir cinq Shékels ou dix au plus. A sa grande surprise, le riche sortit de sa poche un billet de cent Shékels... Le pauvre se mit à louer la générosité du riche et à le remercier profusément. Il le bénit également d'innombrables bénédictions. La femme dit à son mari: "Te rends-tu compte de toutes les bénédictions que ce pauvre t'a accordées en recevant de ta part cent Shékels? En revanche, cet orphelin que nous avons élevé et pour qui nous avons dépensé plusieurs milliers de Shékels, ne nous a jamais accordé le moindre mot de remerciement". Le riche sourit en entendant ces propos et répliqua: "Sois patiente et tu recevras une réponse dans quelques jours". Le riche convoqua l'orphelin et lui dit: "Ecoute-moi. Tant que tu étais mineur, nous t'avons élevé dans notre maison. A présent, tu es majeur et tu es capable de pourvoir à tes besoins. Je te pris donc de bien vouloir rassembler tes affaires et de partir". Le jeune homme fut pris de panique et demanda: "Maintenant?" Le riche lui confirma: "Immédiatement!" Le jeune homme désorienté resta muet de surprise. Il obtempéra et quitta la maison. Il n'avait pas un sou en poche ni de quoi manger ni un endroit pour dormir. Ainsi, il dormit à un carrefour de rue puis se réveilla dans ses habits froissés, affamé. N'ayant d'autre alternative devant lui, il loua ses services aux ménagères pour porter leurs paniers en revenant du marché et reçut comme salaire des restes de légume. Il n'y avait pas de quoi l'envier et on peut facilement imaginer dans quel état de déprime il se

N'OUBLIEZ PAS DE DIRE MERCI

trouvait. Le troisième jour, un domestique du riche vint le chercher. Le jeune homme se présenta devant le riche qui fut témoin de sa mine défaite et de l'état pitoyable de ses vêtements. Il lui dit: "Je comprends que ta situation est difficile. Tu peux revenir habiter chez nous comme avant". Il ordonna immédiatement que l'on dresse la table. Le jeune homme s'attabla et mangea son premier repas après trois jours d'errance. A chaque cuillerée, ainsi qu'entre chaque plat, il ne manquait pas de louer son hôte et de le remercier avec gratitude. Le riche se pencha vers sa femme et lui murmura: "Voici la réponse à ta question... un homme n'est pas reconnaissant pour les choses qu'il reçoit de manière naturelle. Maintenant qu'il s'est rendu compte que rien n'est acquis, il a compris qu'il fallait remercier et être reconnaissant pour ce qu'il a reçu".

Si les enfants d'Israël étaient restés sur leur terre, ils auraient été habitués à recevoir tous les bienfaits avec indifférence. Qu'a fait Dieu? Il les a fait descendre en terre d'Egypte, dans une maison d'esclavage, afin qu'ils comprennent que rien n'était dans leurs mains. Ainsi, quand ils furent délivrés, "les exilés chantèrent un chant nouveau", dès qu'ils comprirent que tout ce qu'ils recevaient était accordé par bonté par l'Eternel, ils Le remercièrent et Le louèrent pour chaque bienfait. Ces réflexions s'appliquent particulièrement à notre génération qui précède la délivrance finale.

En effet, notre génération est le témoin de l'effondrement de tous les systèmes qui semblaient éternels, la sécurité des grandes puissances militaires est déstabilisée par une poignée de terroristes islamiques, notre pouvoir d'achat peut dégringoler si la bourse venait à s'effondrer. Le monde entier est remis en question et se trouve dans une impasse. Nous sommes à présent dans la même situation que ce jeune homme juste avant qu'il ne soit rappelé chez son hôte. C'est le moment qui précède la révélation finale : "Sauve-nous, Eternel notre Dieu, et rassemble-nous afin que nous puissions remercier Ton saint Nom".

Rav Moché Bénichou

Instant de famille

Rav Aaron Partouche

"Et un homme de la tribu de Lévy partit prendre une femme de la tribu de Lévy" (Chémouth 2, 1)

Ou est-ce que cet homme partit? Rabbi Yéhouda fils de Zavina nous dit qu'il partit écouter le conseil de sa fille!

On a enseigné, Amram était le plus grand de sa génération. Dès qu'il entendit que Pharaon décréta la mort à tous les garçons, il se dit "à quoi bon faire des enfants si c'est en vain?" Et il divorça de sa femme Yoheved. Tous les juifs de sa génération en firent autant. La fille de Amram (Myriam) lui dit: "Papa, ton décret est bien plus sévère que celui de Pharaon. En effet, Pharaon n'a décrété que sur les garçons, alors que toi, sur les garçons et les filles! Pharaon n'a décrété que dans ce monde, alors que toi, dans ce monde et aussi dans le monde futur! Pharaon est un Racha, ce n'est pas sûr que ces décrets soient respectés, alors que toi tu es un Tsaddik, il est certain que tes paroles soient écoutées! Il partit se remarier avec Yoheved et eurent Moché Rabbénou, le libérateur du peuple juif." (Sota12a) Amram fut un des quatre Tsaddikim à ne mourir que parce Hachem a décrété la mort sur terre (il n'a jamais fauté !). Il est évident qu'avant de

À L'ÉCOUTE DE NOS ENFANTS

prendre une décision aussi importante que de divorcer de sa femme, il a dû réfléchir et tourner la question dans tous les sens ! Il est inconcevable que Amram ait pu prendre cette décision à la légère ! D'autant plus qu'il a bien vu que tous les juifs de sa génération en firent autant.



Qui est-ce qui l'a fait changer d'avis (et pas avant qu'il ne divorce mais bien après !) une petite fille de six ans !!! (Car Myriam n'avait que six ans).

Ô combien nous devons apprendre de ce Guadol Hador (grand de sa génération) qui a su attacher de l'importance à une enfant. Même si ce n'est pas dans les prises de décisions à la maison, mais combien il est important d'écouter son enfant : écouter ce qui lui plaît, ce qui le déplaît, écouter ses émotions, ses joies et ses peines. Nous serions étonnés de voir que l'on a en face de nous des êtres qui savent aussi réfléchir et qui ressentent des choses, bien plus que l'on ne pense. Ainsi, l'homme le plus intelligent du monde, le roi Chlomo, nous dit "Il est préférable un enfant intelligent, bien plus qu'un roi idiot" (Kohélet)... A méditer. (Tiré du livre : Hinoukh Malkhouti)

Rav Aaron Partouche ☎052.89.82.563
✉eb0528982563@gmail.com



Une vie saine selon la Halakha

Rav Yé'hezkel Is'hayek Chlita

Pourquoi est-il important de garder la bouche fermée ?

A) Il est reconnu que la salive est très utile et importante à la vie. Elle a également une propriété nettoyante utilisable en cas de blessure. Elle protège aussi les dents et les gencives, car elle prépare le calcium, le phosphore et d'autres minéraux qui protègent les dents. La salive rince l'acidité produite par la bouche, qui abîme les dents.

Quand la bouche est fermée, elle est toujours remplie de salive, ce qui est très important. En revanche, si la bouche est toujours ouverte, il n'y aura pas assez de salive dans la partie extérieure et antérieure.

B) Celui qui a la bouche ouverte respire par la bouche, ce qui présente deux inconvénients :

- 1) l'air entre directement dans les poumons sans passer par les filtres naturels du nez.
- 2) l'air aspiré par la bouche l'assèche et réduit la quantité de salive ce qui diminue la protection des dents et des gencives.

C) Celui qui a une mauvaise haleine n'incommodera pas les autres s'il garde la bouche fermée.

D'où vient la mauvaise haleine ?

Si la mauvaise haleine provient des gencives et des dents, il faudra re-

courir à un dentiste ou à un assistant dentaire et à un bon brossage pour améliorer l'hygiène buccale. Il existe aussi différents procédés pour nettoyer la bouche. Si l'hygiène buccale est correcte, on peut demander à un O.R.L. de vérifier si des résidus de nourriture ne se sont pas accumulés dans la région des amygdales. Il existe un nouveau traitement, très simple, à l'aide d'ondes magnétiques.

La mauvaise haleine peut également provenir d'une obstruction des voies respiratoires due à une infection prolongée ou à un corps étranger à l'intérieur des fosses nasales ou des sinus.

Si la mauvaise haleine est liée à la digestion, il faut suivre toutes les recommandations prescrites les semaines précédentes, notamment bien mâcher, ne pas manger de gros repas, mais prendre de petites portions à intervalles réguliers.

Si la mauvaise haleine persiste, il est recommandé de s'adresser à un gastroentérologue pour détecter et soigner un dérèglement éventuel du système digestif.

Regardez votre langue dans un miroir : si elle est blanche, c'est en général un signe de problèmes digestifs.

Si vous fumez, buvez du café, mangez/ de l'ail ou des oignons, sachez que votre haleine incommodera votre entourage, même si vous ne sentez rien!

Extrait de l'ouvrage « Une vie saine selon la Halakha »
du Rav Yé'hezkel Is'hayek Chlita
Contact ☎00 972.361.87.876



Une histoire de Moussar

Nos sages nous racontent...

Que pouvons-nous apprendre du travailleur immigré ?

Le travailleur immigré quitte son lieu natal, sa famille et son foyer. Il reçoit un visa ou un permis de séjour lui donnant le droit de travailler pour une durée définie. Une fois cette date expirée, il sera contraint de repartir et de rejoindre les siens. Ce travailleur vient donc pour une période donnée afin d'amasser de l'argent avant de rejoindre sa famille et de jouir d'une retraite tranquille. Pour atteindre cet objectif, il doit maintenant travailler jour et nuit, corps et âme. Durant toute cette période, il ne fait que cela tout en s'efforçant de profiter de chaque instant pour gagner encore quelque sous ci et là. Pour lui, il n'est pas question de loisirs, ou de dépenses inutiles. Il compte le temps et l'argent, et dresse tous les jours un bilan de ce qu'il a et de ce qu'il espère encore avoir.

NOUS SOMMES DES IMMIGRÉS

Inspirons de l'exemple de ce travailleur immigré ! Hakadoch Baroukh Hou nous a dotés d'une Néchama qui doit, elle aussi, immigrer dans ce monde. Elle aussi a dû quitter son lieu de naissance, sa famille, son foyer. Elle est là pour une période donnée afin d'amasser des Mitsvot et remonter ensuite dans les Cieux.

Nous qui portons cette Néchama, profitons de chaque instant pour lui faire gagner encore davantage de Mitsvot et de mérites. A nous de comprendre qu'une fois que son séjour parviendra à expiration, nous n'aurons plus aucun moyen de la faire fructifier.

