

BALAK (EN ISRAËL) 'HOUKAT' (EN DIASPORA)

www.OVDHM.com - dafchabat@gmail.com

Recevez la "Daf de Chabat"
054 976 54 17 

Réflexion sur la Paracha

Rav Mordékhaï Bismuth

Balak, roi de Moab, demande au prophète des nations Bilaâm, de maudire le peuple d'Israël. Bilaâm tente de le faire, mais chaque fois, au lieu d'une malédiction, c'est une bénédiction qu'il profère.

« Et Hachem ouvrit la bouche de l'ânesse, et elle dit à Bilaâm : " que t'ai-je fait pour que tu m'aies frappé ainsi à trois reprises (chaloch régalim) ? " »

Rachi explique que l'ânesse demande à Bilaâm comment penses-tu anéantir une nation (Israël) qui célèbre les trois fêtes de pèlerinage (Pessa'h-Chavouot-Soukot) ? En effet, l'ânesse fait une allusion au mérite qu'Israël acquerra dans le futur en se rendant trois fois par an au Beth-Hamikdash pour célébrer les fêtes.

Bien qu'il soit évident que les paroles de l'ânesse ont été dictées par Hakadoch Baroukh Hou il y a lieu de se demander **pourquoi l'ânesse emploie le terme « Régalim »** [allusion aux trois fêtes] **plutôt que « Péânim** » [qui signifie fois ou reprises] ? Aussi, **quel est le mérite particulier des trois fêtes ?** Pourquoi ne pas mentionner une autre mitsva tel que le Chabat, Tsitsit ou encore les Téfiline ?

La force de Bilaâm de **pouvoir maudire le peuple était sa connaissance**

LA JOIE RÉPARATRICE

de l'instant où Hachem se mettait « en colère ». Une colère qui fut à l'origine due, à la faute du veau d'or. Bilaâm souhaitait invoquer la faute du veau d'or pour accuser Israël, afin que sa malédiction puisse prendre effet.

Comment est-ce que le mérite des trois fêtes a la capacité de réparer cette terrible faute ?

La Guémara (Pessa'him 118a) nous enseigne que « **Tout celui qui méprise les fêtes / moadim, c'est comme s'il servait des idoles** [avoda zara] ». La faute du veau d'or, faute d'idolâtrie, se prolongea pendant **six heures**. (voir Rachi Chémot 32:1) Notre calendrier compte **15 jours** de fêtes dans l'année (7 de pessah, 7 de soukot, 1 de Chavouot). Nous savons que chaque jour possède **24 heures**. Si nous multiplions ces **15 jours** de fêtes par **24 heures** on obtient un total de **360 heures....de fêtes. Suite p2**



Autour de la table de Chabat

Rav David Gold

La Paracha commence par ces mots : **"Voici les décrets de la Thora etc.."** qui marquent le début des lois de la purification de l'homme impur. Le degré le plus élevé d'impureté qui existe dans la Thora est celui du mort. Il impurifie celui qui le touche, mais aussi celui qui se trouve dans la même pièce et aussi tout l'immeuble ce qui s'appelle 'Toumat Ohel' ! Plus encore, dans le cas où il n'y a pas de toit au-dessus du mort, la 'Toumha'/impureté montera jusqu'au ciel ! L'incidence de cette impureté c'est que l'homme impurifié ne pourra plus se rendre au Temple de Jérusalem et s'il est Cohen, il ne pourra pas manger des sacrifices ou de la 'Trouma'. Aujourd'hui il n'existe pratiquement plus d'incidences si ce n'est pour le Cohen. En effet il lui est interdit de toucher un mort ou d'être dans la même pièce ou dans le même immeuble que lui.

Cependant notre Paracha traite dans son début des lois de purifications de cette impureté. La première c'est de prendre une vache **ENTIÈREMENT rouge** : il ne fallait pas qu'elle ait 2 poils noirs sinon elle devenait impropre à la purification ! Autre loi concernant cette vache c'est qu'il était interdit **qu'elle ne porte AUCUN fardeau** tout au long de sa vie ! Si ces conditions étaient réunies on faisait sa Ch'hita et **on la brûlait entièrement** en dehors de Jérusalem. Puis **on mélangeait ses cendres avec de l'eau de source jaillissante**. Du résultat obtenu on en **aspergeait l'homme impur** le 3^e et le 7^e jour de son impureté puis le 8^e jour **il se trempait au Mikvé et devenait PUR !**

Cette Mitsva de la vache rousse fait partie des décrets de la Thora dont l'homme n'a pas de compréhension. En effet il faut savoir que les cohanims qui participaient à la Mitsva se rendaient impurs (ils devaient se rendre au Mikvé le soir) tandis que celui qui était aspergé devenait pur ! Le Or Ha 'Haïm (19.1) pose une question sur cette Mitsva. **Pourquoi la Thora écrit-elle 'voici les décrets de la Thora etc.'** Il aurait mieux fallu dire **'voici les décrets de l'IMPUR', ou les décrets de la 'VACHE ROUSSE' etc.. ?** Pourquoi faire dépendre les lois de pureté et d'impureté des LOIS DE LA THORA ? Il répond de manière extraordinaire que chez les non-juifs il n'existe pas de pureté et d'impureté. Lorsqu'ils touchent un cadavre, ils ne deviennent pas impurs. (Rambam Toumha 1.5) Tandis que chez nous on sera impurifié par le toucher ou par la présence d'un cadavre dans une même maison ! Et il explique que c'est grâce au Don de la Thora au Mont Sinaï que le peuple Juif s'est **SANCTIFIÉ**. Et justement à

COMMENT LA MORT CRÉE L'IMPURETÉ ?

cause de cette pureté, les forces négatives qui ont été créées dans ce monde veulent s'agripper à la Quédoucha ! Tout le temps où l'homme est encore en vie cette impureté n'a pas les capacités d'agir contre lui, mais lorsque vient le jour de quitter ce monde alors toute l'impureté s'agglutine à son corps !

Le **Or Ha 'Haïm donne une image formidable** pour illustrer son enseignement. C'est comme **deux ustensiles, l'un rempli de miel, le second de sable**. Lorsque vient le moment de les vider et de les mettre en dehors de la maison, on verra très vite s'agglutiner dans la boîte qui a contenu du miel des milliers d'insectes, tandis que celle qui a contenu le sable attirera bien moins d'insectes !

De la même manière, **lorsqu'un Juif est appelé à monter au Ciel après 120 ans**, toute la Quédoucha qu'il a emmagasinée en lui va automatiquement attirer beaucoup d'impureté ! **C'est la raison pour laquelle l'impureté de la mort est la plus forte d'entre toutes !** Une des preuves qu'il rapporte c'est qu'à la Sortie d'Égypte, la veille du départ on a sacrifié l'agneau Pascal. Et la Thora n'a exigé comme condition pour la Mitsva que d'être circoncit et qu'un gentil n'avait pas le droit d'en manger. Mais en ce qui concerne l'impureté du mort, rien n'est mentionné.

On pouvait avoir été en contact avec un mort et malgré tout sacrifier l'agneau pascal ! Et pour cause ! C'est que tant que la Thora n'a pas été donnée il n'y a pas d'impureté, car il n'y a pas encore de sainteté !

Et on peut nous rétorquer que d'après cette explication les Cohanims pourraient être plus laxistes et s'approcher d'un juif (mort) qui n'aurait pas vécu selon la Thora et les Mitsvots. En effet, d'après le Or Ah'Haïm l'impureté dépend de la sainteté qu'a emmagasinée le juif durant sa vie ! La réponse générale, c'est que même le juif le plus éloigné à son actif des Mitsvot. Comme le disent nos sages : **tout juif est rempli de Mitsvot comme la grenade est remplie de graines**. D'ailleurs, il est rapporté qu'il est interdit pour ce Cohen d'entrer dans un cimetière non-juif. La crainte est qu'il se trouve peut-être enterré là un juif éloigné de tout judaïsme parmi les non-juifs. Et vis-à-vis de lui, le Cohen sera impurifié. C'est bien la preuve que cette impureté le 'collera' jusqu'à ses derniers jours ! **C'est que la Néchama du Juif provient du Trône Divin. C'est le DÉCRET de la THORA !**

Rav David Gold (00 972.390.943.12)

ASSOCIEZ-VOUS à l'impression de 1000 livrets éternels

Nos sages nous enseignent qu'au cours de la première année du décès de ses parents ou d'un proche, ainsi que chaque année dans la semaine de l'anniversaire du décès (Azkara, Yorstaït), il est bénéfique pour l'âme du défunt, d'étudier des michnayot et plus particulièrement le septième chapitre du Traité Mikvaot.

La Michna est la compilation des codes de lois de la Torah Orale. Les lettres qui composent le mot Michna-הנהגות sont les mêmes qui forment le mot Néchama-נחמה.

L'étude des michnayot ajoute des mérites à l'âme du défunt pour l'élévation de sa Néchama à une place de plus en plus élevée et importante au gan Eden, et lui procure beaucoup de satisfaction.

Grâce à votre générosité ces livrets seront distribués gracieusement dans les synagogues et salles d'études, pour multiplier l'étude et accroître le mérite des âmes de notre peuple.

ASSOCIEZ-VOUS À UNE MITSVA IMPRESSIONNANTE



Renseignements: www.ovdhm.com



Réflexion sur la Paracha

Rav Mordékhaï Bismuth

Dans les règles de Cacherout il y a un principe que l'on nomme « **batel be chichim/annulation par un soixantième** ». Si un aliment interdit s'est mélangé à un aliment permis, pour permettre le mélange, il faut que la quantité de l'aliment permis dépasse d'au moins soixante fois celle du mets interdit. On utilisera ce même principe de « batel be chichim », pour pouvoir réparer, ou plutôt annuler la faute du veau d'or.

Pour noyer, oublier, annuler ces 6 heures, on devra les confondre dans une quantité de temps de 60 fois plus grande. Les 360 heures de fêtes, seront le temps d'annulation de cette faute, et on comprend mieux la raison pour laquelle, c'est par le mérite des trois fêtes qu'Israël ne pourra pas être anéanti.

Toutefois pour devoir annuler cette faute dans un mélange soixante fois plus important, ce mélange devra être de la même nature.

Il est écrit au sujet de la faute du veau d'or : (Chémot 32 ;19) « *ce fut quand il approcha du camp et vit le veau, que la colère de Moché s'enflamma, il jeta les tables de ses mains et les brisa au pied de la montagne.* » Le Sforno explique que ce qui a le plus perturbé Moché Rabénou dans la faute du veau d'or, ce sont les réjouissances et l'allégresse du peuple lors de la faute du veau d'or. En effet Moché a brisé les tables qu'après avoir vu le peuple danser autour de l'idole.

Le pire dans cette faute, ce n'est pas la construction en soi du veau d'or mais la joie autour de cette idole. Il faudra donc soixante fois plus de joie, pour pouvoir annuler ces six heures de joie !

Donc c'est une mistva d'un même enthousiasme où les Bnei Israël chantent et dansent, qui devra être utilisé pour annuler la faute. C'est l'enthousiasme de la Kédoucha/sainteté qui déracinera l'enthousiasme de la Touma/impureté. C'est cette force d'égale intensité et opposée qui « cachérisera » cette faute.

Fêter les Mo'adim/les fêtes, représente la réparation de cette faute. En effet c'est le « *élé élohékha Israël/voici tes dieux Israël...* » (Chémot 32, 4) [écrit au sujet du veau d'or] qui sera annulé par le « *élé hem moadaï/ce sont eux (les fêtes) Mes moments fixés* » (Vayikra 23 ;2) [écrit au sujet des fêtes]

L'allusion de l'ânesse faite à Bilaâm est la suivante : **tu souhaites anéantir un peuple en invoquant la faute du veau d'or, mais tu ne te rends pas compte que ce même peuple célèbre Mes trois fêtes de pèlerinage qui constituent une réparation de celle-ci.**

Le Chem mi Chemouel nous rapporte au nom de son père le AvnéNézer que la célébration des trois fêtes symbolise et exprime mieux que toute autre mitsva la différence entre le service de D.ieu accompli par Israël et celui des autres nations.

Un goy qui souhaiterait une vraie proximité avec D.ieu ne sera pas prêt à sacrifier les plaisirs de ce monde pour obtenir ce bénéfice. Par contre un juif, lui, sera prêt à laisser de côté toutes ses possessions et occupations pour monter à Yérouchalayim, trois fois par an, en quittant les aises de son foyer, ses biens, ses terres pour accomplir la mitsva de pèlerinage. Il peut gérer la difficile « logistique » qu'occasionnait cette montée en famille, avec tout le ravitaillement nécessaire et prendre une longue route. Toutes ces inconvénients étaient complètement éclipsés par la seule joie d'accomplir la mitsva.

C'est ce qui caractérise la mitsva de la « aliya la réguel », la montée des pèlerins à Yéouchalayim, tous s'y rendaient dans la joie et l'allégresse, sans chercher à s'en faire dispenser, comme il est dit « *Je me suis réjoui lorsqu'on me dit "allons vers la Maison de D.!"* » (Téhilim 122, 1)

Bilaâm le déclara plus tard dans ses « bénédictions », que la particuli-

LA JOIE RÉPARATRICE (SUITE)

té d'Israël face aux nations, c'est son empressement à accomplir la volonté de D.ieu, comme il est dit « *Voici, le peuple se lèvera comme une lionne et comme un lion il se dressera ...* » (Bamidbar 23 ;24). Rachi explique ce verset, « *lorsqu'ils se lèvent, le matin après avoir dormi, ils surmontent leur fatigue avec la force comme un lion pour se hâter "d'attraper" les Mitsvot de se vêtir du talith, réciter le Chéma et mettre les téfilines.* »

Cette joie et cet empressement à accomplir les Mitsvot protègent Israël de toutes malédictions et viennent réparer cette terrible faute de l'idolâtrie du veau d'or. Mais à contrario, ce manque de joie et d'empressement risque, à D. ne plaise, de les exposer aux malédictions comme il est dit: « *Parce que tu n'as pas servi l'Eternel. ton D.ieu avec joie et contentement de cœur.* » (Devarim 28, 47)

En d'autre terme, la force de notre peuple, c'est sa sim'ha dans l'accomplissement des mitsvot, plus particulièrement dans celle de la joie des fêtes. Une joie qui met en évidence notre désir et notre engouement d'obéir à la volonté du Créateur.

Le Maguid de Douvno explique à travers la métaphore suivante le reflet de la tristesse dans l'accomplissement des Mitsvot : Il y avait dans une ville deux commerces voisins, un de diamants et l'autre de matériaux de construction. Un jour, un livreur entra en peinant dans le magasin de diamants, tenant dans ses mains une boîte visiblement très lourde. Le propriétaire du magasin lui dit alors : « Tu t'es trompé d'adresse, ta livraison est destinée au magasin voisin. Ceux qui me livrent ne peinent pas, car le diamant est un matériel léger ». Le Maguid de Douvno nous enseigne par cette allégorie que celui pour qui la spiritualité est « lourde à porter », car il ne ressent aucune joie, ne sert pas Hachem représenté par le diamantaire dans l'allégorie. Le Service divin n'est pas censé nous attrister et il ne doit se réaliser que dans la joie.

Le manque de joie témoigne d'un manque de foi, celui qui sert D.ieu sans joie montre qu'il ne comprend pas le sens de ses actes et ne croit pas en leur utilité! Alors qu'être en état de joie marque notre gratitude envers Hachem. La joie n'est pas seulement un besoin psychologique ou spirituel, c'est aussi un des principes fondamentaux du service divin, comme le Rambam (Hilkhot Souka 8 ;15) nous dit : « *La Sim'ha que dégage un homme lors de l'accomplissement d'une Mitsva est un service important ; mais tout celui qui l'effectue (la mitsva) sans Sim'ha mérite un châtime...* »

La Sim'ha n'est donc pas un petit plus dans le service de Hachem, elle n'est pas non plus optionnelle, et son absence causera de terribles malédictions annoncées par la Torah. Une mitsva même accomplie minutieusement, mais sans Sim'ha, demeure incomplète. La Sim'ha ne vient pas embellir la mitsva, elle en constitue une partie intégrante. Elle est la condition sine qua non de la pratique religieuse ; sans elle, on en viendra probablement à abandonner la Torah (que D.ieu préserve).

La joie est un gage de fidélité. Pourquoi ? Parce que le Service dans la joie est le témoignage d'une adhésion intérieure, pleine et entière et vient éloigner toute supposition de veau d'or. On comprend ainsi les paroles prophétiques de l'ânesse « *comment penses-tu anéantir une nation (Israël) qui fête dans la joie les trois fêtes de pèlerinage...* »

Rav Mordékhaï Bismuth (054.841.88.36
mb0548418836@gmail.com)

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 réussite spirituelle et matérielle de Albert Avraham et Denise Dina. CHICHE Qu'Hachem leur accorde Briout Brakha vé Atslakha

La guérison complète et rapide de tous les malades de Am Israël à travers le monde

La réussite spirituelle et matérielle de Raphaël ben Sim'ha Joëlle Esther bat Denise Dina Qu'Hachem leur accorde brakha vé hatslakha

La réussite spirituelle et matérielle de Patrick Nissim ben Sarah Martine Maya bat Gaby Camouina Qu'Hachem leur accorde brakha vé hatslakha

MERCI HACHEM pour tous ces Nissim et Niflaot que Tu réalises chaque jour envers



Zoom sur la Paracha...

« *Alors Hachem suscita contre le peuple les serpents brûlants qui mordirent le peuple, et il périt une multitude d'israélites. Et le peuple s'adressa à Moché et ils dirent : "Nous avons péché en parlant contre Hachem et contre toi ; intercède auprès de Hachem, pour qu'il détourne de nous ces serpents !" Et Moché intercèda en faveur du peuple. Hachem dit à Moché : "Fais toi-même un serpent et place-le en haut d'une perche : quiconque aura été mordu, qu'il le regarde et il vivra !"* » Bamidbar (21 ; 6-8)

Cet épisode vient nous dévoiler l'une des raisons et des causes de la maladie et de la souffrance. Pourquoi donc Hachem a-t-il « besoin » de nous faire souffrir ?

Le Rav Mordekhaï Miller nous offre une parabole provenant d'un discours du Rav Haïm de Vologin :

Un jour, un enfant avait contracté une maladie mortelle et il dormait sans discontinuer. Les médecins prévinrent le père que si on ne le sortait pas de sa léthargie d'une façon ou d'une autre, cela lui serait fatal.

Le père mit alors tout en œuvre pour sauver son fils : Il retira d'abord les coussins, l'enfant ouvrit un œil et se rendormit. Il l'allongea sur du bois à la place du matelas moelleux, mais ce fut sans effet... Il se résigna ensuite, après de nombreuses autres tentatives infructueuses, à l'allonger sur des clous, car seule une telle douleur pourrait le réveiller et le sauver de sa léthargie mortelle.

Aussi pénibles que soient les souffrances de l'enfant, qui peut imaginer la douleur du père ?

Malheureusement, il arrive que le peuple Juif ressemble à cet enfant, en s'endormant en tant que Juif et en n'accomplissant plus son rôle. Hachem lui apporte alors la preuve la plus éclatante de Son amour en essayant par tous les moyens de le réveiller.

Hachem nous envoie donc des maladies par amour, des souffrances par bonté, afin de nous réveiller, et de nous rapprocher de Lui. Ce sont donc, malgré les apparences, des preuves d'amour et d'intérêt pour nous.

Lorsque le serpent fit fauter Adam et 'Hava, sa punition fut que, dorénavant, il ne se nourrirait que de poussière. A première vue on ne comprend pas la punition, au contraire semble-t-il, voilà plutôt une bénédiction, car il trouvera sa subsistance à tous les coins de rue avec une extrême facilité !

En réalité, il n'y a pas pire malédiction ! Car de cette façon, tous les contacts avec Hachem sont coupés. Le fait de le combler physiquement et matériellement fut un moyen de l'écartier définitivement de la face du Créateur. Il n'a plus de besoins, donc plus besoin de connexions avec le Ciel. Livré à lui-même, sans Guide et sans plus aucune possibilité d'œuvrer pour le Bien.

LA MALADIE D'AMOUR

Tous nos besoins ne sont qu'un moyen et non pas un but. J'ai besoin de me nourrir, donc je vais étudier, chercher un travail et me nourrir.

Mais ce n'est pas le contraire : j'ai besoin de manger donc je fais les études les plus poussées qui existent, je cherche un travail le plus haut placé, je brigue la fonction la plus rémunératrice, et je ne passe ma vie qu'à cela, en oubliant femme, enfants, Torah, etc.

Il ne faut pas confondre le moyen et le but.

Nous devons nous nourrir pour avoir des forces afin de réaliser la Volonté du Créateur ! Et non pas réaliser la volonté de mon EGO ! Le but ultime et essentiel est de nous relier au Créateur du monde.

C'est de là que nous voyons le sens de la souffrance, tant qu'il y a des « bobos », des angoisses, voire pire 'Hass véChalom, nous restons en contact avec Hachem. Elle est envoyée pour éveiller en nous le besoin de retourner vers D.ieu. Si nous sommes conscients que la maladie est envoyée par le Ciel afin de nous rapprocher de Lui, alors nous compren-

drons que dans la salle d'attente du médecin, il sera de mise de profiter de cette attente pour lire quelques Téhilim, faire une introspection, et essayer de comprendre pourquoi nous sommes assis là en cet instant.

Aucun événement n'arrive pour rien, et si l'on doit attendre 6 mois un rendez-vous avec un grand professeur, c'est sans doute que 6 mois doivent être consacrés à la Téchouva.

Plus l'attente ou le traitement sont longs, plus Hachem attend de nous quelque chose en retour...

A la fin de notre verset, nous lisons que le peuple s'est tourné vers Moché afin qu'il intercède en sa faveur.

A notre époque aussi nous rendons visite aux Guédolim pour obtenir leur berakha et recevoir ainsi de l'aide pour affronter les diverses épreuves de la vie. Et c'est une très bonne habitude, car grâce à leur puissante intelligence, leur objectivité, leur pureté, ils peuvent analyser les problèmes mieux que personne, en outre, leur mérites nous permettent de trouver grâce aux yeux du Créateur.

Pourtant, cela n'est pas suffisant. Comme Hachem a répondu à Moché : "Fais toi-même un serpent et place-le en haut d'une perche : quiconque aura été mordu, qu'il le regarde et il vivra !" »

Le fait de regarder ce serpent, nul ne pouvait le faire à la place du malade, et cet acte venant de lui et non d'un intermédiaire, témoignait de sa croyance parfaite dans les pouvoirs guérisseurs de Hachem, Seul D.ieu, Tout Puissant.

Hakadoch Baroukh Hou attend de nous un acte qui montre notre entière dévotion.

Le monde actuel cherche souvent à occulter cette vérité, mais nous devons garder à l'esprit que le Maître de l'univers, le Créateur du monde, est notre Père qui recherche notre amour et notre reconnaissance, afin de nous offrir la rédemption. AMEN !



Une histoire de Moussar

Nos sages nous racontent...

Il est écrit à propos des Tsitsith, « *Ce sera pour vous un Tsitsith, vous le verrez, vous vous souviendrez de toutes les Mitsvot de Hachem...* » (Bamidbar 15 ; 39)

Rachi, sur ce verset, nous informe que la guématria du mot Tsitsith est 600, auxquels on ajoute les 8 fils et enfin les 5 nœuds, soit un total de 613. Le Baal Hatourim ajoute que la Mitsva de Tsitsith équivaut aux 613 Mitsvot. Le verset nous indique ici que le fait de porter le Tsitsith va nous aider à nous souvenir de toutes les Mitsvot à accomplir, ce qui nous évitera de tomber dans la faute. En quelque sorte le Tsitsith est un « garde-fou », un « pense-bête »... Le port du Tsitsith nous permettra donc de nous rappeler les 613 Mitsvot afin de ne pas tomber dans la faute, mais qu'est-ce que cela signifie au juste ? Je le porte et je suis tranquille ? Protégé ?

Le 'Hafets 'Haïm nous répond grâce à la parabole suivante :

Un homme riche qui possédait de beaux jardins, avec une multitude d'arbres, de plantes, de fleurs, d'animaux... devait partir en vacances. Afin d'assurer l'entretien de ses jardins, il engagea donc un homme devant veiller sur ses biens en son absence. Le propriétaire donna des consignes strictes à son employé, des tâches à accomplir, et pour qu'il se souvienne de tout, il lecrivit sur papier.

Après deux semaines de vacances, notre cher propriétaire rentra chez lui, et fut choqué en voyant l'état de ses jardins. Il s'en alla donc immédiatement demander des explications à son employé.

LE PENSE « SAVANT »

Celui-ci lui rétorqua « royalement » que chaque matin, midi et soir, il avait lu scrupuleusement le pense-bête que celui-ci avait laissé avant son départ. Mais il n'avait fait que le lire...

Hachem nous a donné des lois. Le simple fait de porter les Tsitsith en représente le compte total et nous rappelle donc tout au long de la journée notre devoir envers Hachem. Mais le simple fait de les porter et de se souvenir de ce que l'on doit faire suffit-il ?

Cela représente-t-il une dispense ? Pour se souvenir, il faut déjà savoir de quoi on parle, c'est pour cela que nous avons le devoir d'étudier les lois, afin d'être capables de les appliquer.

A partir du moment où nous sommes instruits, « vous vous souviendrez » nous évoque quelque chose de concret. Et nous pourrions dès lors utiliser ce « pense-bête » afin de réaliser les mitsvot de la Torah et de nous protéger de notre Yetser Hara'.

Béezrat Hachem que nous utilisions les Tsitsith comme « pense-savant », afin qu'ils nous aident à évoluer et à servir Hachem de tout notre cœur, de toute notre âme et de tout notre corps.





L'anecdote de la semaine

Rav Moché Bénichou

Le Rav Moché Aaron Stern *zatsal*, alors qu'il n'était âgé que de huit ans, tomba gravement malade. Son père convoqua les meilleurs médecins, se tourna vers les rabbins, récita des Psaumes pour sa guérison, et finalement dit à son fils: "Regarde, tout le monde agit pour hâter ta guérison sauf toi!"... L'enfant demanda: "**Que dois-je faire?**" Et son père répondit: "Prends **sur toi d'accomplir un bon acte dès que tu seras guéri**". L'enfant accepta et demanda: "Quoi par exemple?" Le père lui suggéra: "**Si tu guéris, prends sur toi de toujours t'efforcer de prier avec un minyan**". L'enfant promit et guérit. Il respecta sa promesse et devint un grand sage de la Torah craignant D. profondément. Il devint directeur spirituel de la Yéchiva Kaménitz. La Yéchiva grandit, ils projetèrent d'agrandir son bâtiment et le Rav reçut la mission de partir aux Etats-Unis afin de récolter des dons pour aider la Yéchiva. Il accepta sa mission et prit contact avec une agence de voyage. **Il demanda s'il y aurait un minyan dans l'avion.** On lui répondit: "Rav, ici, c'est une agence de voyage et non un centre d'organisation d'offices religieux... En général, **il y a un minyan mais nous ne pouvons pas vous le promettre. Si les conditions climatiques ne le permettent pas, les voyageurs doivent rester assis à leur place. Pour être honnête avec vous, il n'y a pas toujours un minyan**". S'il en est ainsi, il ne pourrait pas voyager. Ils lui dirent: "**Nous pouvons vous proposer un vol avec une escale à Amsterdam à l'aube**". Il vérifia si cela lui laissait le temps de prier en minyan avant d'accepter cette formule. L'avion atterrit à Amsterdam. Il avait deux bonnes heures devant lui. Il prit son Talith et ses Téfilines puis sortit de l'aéroport pour se rendre vers l'autoroute. Il attendit en regardant passer les voitures qui défilaient devant ses yeux... Soudain, une voiture s'arrêta. Le chauffeur lui demanda: "Rav, où allez-vous?" "**Je cherche un minyan pour l'office du matin**". "Rav, je vous en prie, montez", dit le chauffeur d'un ton aimable. Il s'avéra qu'il était Juif et qu'il habitait dans la banlieue d'Amsterdam. Tous les matins, il se rendait à Amsterdam pour



QUI SERA LE DIXIÈME?

l'office du matin avant de se rendre à son travail. En quelques minutes, ils se retrouvèrent dans la périphérie de la ville, s'arrêtèrent dans une ruelle, le chauffeur sortit de la voiture et indiqua au Rav de descendre vers un appartement se trouvant au rez-de-chaussée. Le chauffeur ouvrit la porte au Rav et il pénétra à l'intérieur d'une minuscule synagogue. Huit hommes attendaient déjà pour commencer l'office en minyan... **Il pria avec le minyan**, puis à la fin de l'office, le chauffeur termina la mitsva qu'il avait commencée en raccourçant le Rav à l'aéroport. Quand le directeur spirituel de la Yéchiva de Kaménitz racontait cette expérience, son regard s'illuminait. Il disait: "**Rendez-vous compte: huit hommes se sont levés de bonne heure pour se rendre à la synagogue afin de prier en minyan. Le neuvième doit arriver de la banlieue proche, comme d'habitude. Mais qui sera le dixième? On leur envoya un Juif d'Israël en transit pour les Etats-Unis!**"... Car, "**l'homme qui désire s'engager dans une certaine voie, on l'y conduit**". Ce principe est écrit dans la Guémara (Makot 10B), dans notre paracha concernant Bilaam ben Béor. L'Eternel ne voulait pas qu'il se rende à Midiane afin de maudire Israël. Il lui dit: "**Ne pars pas avec eux!**" Toutefois, quand Bilaam exprima son désir ardent de partir avec eux, l'Eternel lui dit: "**Lève-toi et pars avec eux**", (22-20). Un ange de miséricorde tenta de l'en empêcher en mettant des obstacles sur son chemin. Cependant, quand Bilaam lui dit: "**Et maintenant, si cela te déplaît (comme s'il ne savait pas que c'était le cas), je m'en retourne-rai**". L'ange lui rétorqua: "**Pars avec ces gens**".

Car, "l'homme qui désire s'engager dans une certaine voie, on l'y conduit". Pour le bien ou le pire. Ce fut le cas pour le directeur spirituel de la Yéchiva de Kaménitz pour la prière et il mérita d'accumuler des mérites en complétant le minyan de l'office du matin tandis que Bilaam fut conduit à sa perte.

Rav Moché Bénichou



Une vie saine selon la Halakha

Rav Yé'hezkel Is'hayek Chlita

ATTENTION À BIEN DIGÉRER

Je voudrais rapporter ici des règles d'hygiène de vie, que le kitsour Choul'han 'Aroukh (chapitres 32, 33) a tirées des Hilkhot Dé'ot du Rambam. Notre ouvrage repose essentiellement sur son affirmation, selon laquelle « **la santé ou la faiblesse du corps dépendent en grande partie de la digestion des aliments** ».

Avoir un corps sain et parfait, c'est suivre les voies de D'. On ne peut saisir ni acquérir la moindre connaissance du Créateur en étant malade. Par conséquent, on doit s'éloigner de ce qui est destructeur pour le corps et s'habituer aux choses qui le rendent sain et fort, comme il est dit (Dévarim 4,15): « **Prenez bien soin de votre vie** ».

Le Créateur, qu'il soit béni et que Son nom soit béni, a créé l'homme (ainsi que tout être vivant) en y mettant **une chaleur naturelle** et si elle disparaissait, la vie s'éteindrait également. La maintenance de cette chaleur naturelle est entretenue par la nourriture absorbée. De même qu'un feu s'éteint complètement si l'on n'y ajoute pas constamment du bois, l'homme qui ne mange pas, meurt, car son feu intérieur s'éteint. La nourriture est broyée entre les dents et réduite en bouillie par un mélange de suc et de salive. De là, elle descend dans l'estomac où elle est de nouveau broyée, mélangée aux sucs (gastrique et biliaire), diluée, transformée par la chaleur et les sucs, puis digérée. **La partie utile en est triée pour nourrir tous les organes et maintenir l'homme en vie**; les déchets, correspondant au surplus, sont évacués. C'est pour cela que nous disons dans la bénédiction achér yatsar (selon une explication): « Il fait des merveilles ». Car le Saint béni soit-Il a conféré à la nature humaine la faculté de trier le bon dans les aliments et à chaque organe celle d'attirer la nourriture qui lui convient, en rejetant le déchet qui pourrait en restant à l'intérieur et provoquerait des maladies, que D' nous en préserve! C'est pourquoi, la santé et la faiblesse du corps dépendent



en grande partie de la digestion des aliments. **Si elle est bonne et facile, on sera en bonne santé; en revanche, des troubles digestifs provoquent un affaiblissement qui pourrait être dangereux, à D' ne plaise.**

La digestion est bonne quand la **nourriture est légère et pas trop abondante**. En revanche, les dilatations et les contractions naturelles de l'estomac sont entravées quand il est plein et il ne peut plus malaxer la nourriture comme il faut, à l'instar du feu qui ne brûle pas bien si l'on y ajoute trop de bois. C'est pourquoi, qui veut garder son corps en bonne santé veillera à **manger modérément**, selon sa nature, ni trop peu ni à satiété. La plupart des maladies proviennent soit d'une alimentation malsaine, soit d'une nourriture trop abondante avalée grossièrement, même si elle est saine. Comme l'affirme le roi Salomon dans sa sagesse: « **Qui garde sa bouche et sa langue se garde de tourments** » (Michlé 21, 23) - « **qui garde sa bouche** » en évitant de manger des aliments nuisibles ou de se gaver, « **et sa langue** » en ne disant que le strict nécessaire. Un sage a déclaré: « **Un peu de nourriture malsaine ne fait pas autant de mal que l'abus de nourriture saine.** ».

La capacité de digestion d'un jeune homme est importante et exige ainsi des apports alimentaires plus fréquents que chez l'adulte. Quant à la personne âgée, plus faibles, il lui faut une alimentation légère - en faible quantité, mais d'une haute valeur nutritive.

L'appareil digestif étant affaibli en été par la chaleur, il convient de manger moins qu'en hiver -un tiers de moins d'après les estimations d'éminents médecins. À suivre...

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