

## LE COIN DE LA HALAL'ITA'

## Pourquoi et comment étudie-t-on le Rambam ?

Grâce à l'étude du Michné Torah, l'œuvre magistrale du Rambam, on peut étudier vraiment toute la Torah. En effet, ce livre explique exactement comment accomplir toutes les Mitsvot de la Torah, même celles qui s'appliquent au culte sacrificiel à l'époque du Temple, même celles qui nous permettront de reconnaître le Machia'h, le Messie.

Rabbi Moché Ben Maïmon (le Rambam – Maïmonide en français) fut un éminent savant, médecin, philosophe, écrivain, rabbin, commentateur... qui vécut au 12<sup>ème</sup> siècle. Né en Espagne, il fut contraint à l'exil au Maroc, en Terre Sainte puis en Egypte où il devint le médecin personnel du sultan et où il mourut à l'âge de soixante-dix ans. Il fut enterré à Tibériade. Sur sa pierre tombale, il est écrit : «De Moché (Moïse) jusqu'à Moché (ben Maïmon), il n'y eut personne comme Moché !» Bien que de grands Sages aient succédé à Moché, aucun ne fut comparable à Rabbi Moché Ben Maïmon dont l'envergure spirituelle fut telle qu'on le surnomma «Le grand aigle».

En 1984, le Rabbi de Loubavitch – qui citait dans tous ses discours des lois tirées du Michné Torah – demanda à ce que chaque Juif, quels que soient son âge, son niveau d'étude, ses occupations etc..., étudie chaque jour : soit trois chapitres (en presque un an), soit un chapitre (en presque trois ans), soit les lois correspondant aux trois chapitres, tirées du Séfer Hamitsvot.

Ainsi, le peuple juif est uni dans l'étude de la Torah, hommes, femmes et enfants participent à cette étude. En un an (ou en trois), chacun a étudié toutes les lois de la Torah, l'héritage de chaque Juif. Quand on étudie une loi du Rambam, l'esprit et les enseignements de celui-ci restent vivants.

Depuis la proposition du Rabbi, des centaines de milliers de Juifs de par le monde se sont joints avec enthousiasme à cette étude et des dizaines de nouvelles éditions de son œuvre ont vu le jour, dans tous les formats avec traductions et commentaires.

On peut étudier le Rambam dans le texte mais aussi sur la Sidra de la Semaine, par Internet, sur l'hebdomadaire Actualité Juive, dans la nouvelle édition en français du Séfer Hamitsvot et également sur le serveur vocal LEHAIM en composant le 01 44 52 02 52. **F. L. (d'après Rav Shmuel Butman)**

## TAXE D'APPRENTISSAGE

## ECOLE BETH HANNA-LOUBAVITCH

59, Fbg de Pierre - 67000 STRASBOURG

"Pour nous permettre de poursuivre notre action et d'aider encore mieux notre Communauté"

SOUTENEZ-NOUS, VERSEZ

VOTRE TAXE D'APPRENTISSAGE

Pour tous renseignements :

Tél : 03.88.75.66.05 Fax : 03.88.75.63.58

Portable: 06 11 45 96 90

E-mail: bethloubavitch67@aol.fr

Une date à retenir !

MERCREDI 7 FEVRIER 2007 - 19 CHEVAT 5767

Gala de Mobilisation  
du Beth Loubavitch

Salons EQUINOXE

20, rue du Colonel Pierre Avia - 75015 Paris

(M<sup>e</sup> Balard)

Votre Boîte de Tsédaka  
est pleine !

Vous pouvez

la rapporter au Beth Loubavitch:  
8, rue Lamartine - 75009 Paris (M<sup>e</sup> Cadet)

nous contacter par téléphone

au 01 45 26 87 60

nous nous ferons un plaisir  
de venir la chercher

Attention : ce feuillet ne peut pas être transporté dans le domaine public pendant le Chabbat.

RESTAURANT - BETH DIN

## PIZZA MONA LISA

55 Bd Lefebvre • Paris 15<sup>ème</sup>  
(Face Paris Expo - Pte de Versailles)

Pâtes - Gratins

Lasagnes - Salades - Poissons...

Sur Place

A emporter

LIVRAISON 01.45.30.05.43

Zone de livraison: Paris 15<sup>e</sup> - Vanves - Issy les Moulineaux

Minimum de commande de 20 €

Autres destinations, nous consulter

*Katamine*  
Traiteur

Une réception de qualité  
Petit déjeuner - Cocktail  
Soirée - Gala

06.11.72.78.83  
01.40.30.37.76

Nadine

vous ouvre les portes  
de son Show Room  
avec un grand choix de

Vêtements féminins  
Haute-Couture

Tenues de Soirée

Tailleurs

Tenues de ville...

Sur rendez vous

01.40.35.66.50

06.16.98.50.44

ALLIAGE - ANNE FRENCH  
ORNA FARHO...

-50% -60%  
Les soldes  
de l'année

MIAMI - NEW YORK - PARIS - LONDON - MILAN

## Perruques

Collection 2006 - Liquidation

Les 16, 17 et 18 janvier 2007 à Paris 19<sup>e</sup>

Le 21 janvier 2007 à Lyon et le 22 janvier à Strasbourg

uniquement sur rendez-vous

Réservation au 01 40 34 92 06 ou au 06 50 83 87 77

Les perruques à 1000 € vendues de 400 € à 500 €.

Celles à 800 € soldées entre 300 € et 400 €.

Une Custome 100% naturelle, crâne blanc, au prix d'une synthétique.

Travail fait main / Sur mesure / réparation / demi perruque / garantie 1 an / Paiement échelonné

- dans la limite des stocks disponibles -

Eden Sol

PATISSERIE • TRAITEUR

SOUS GARANTIE ADATH YEREIM RAV FRANKFORTER

PÂTISSERIE FRANÇAISE • VIENNOISERIES • PÂTISSERIES ORIENTALES

Le midi service restauration rapide

Pizzas - Salades - Sandwichs - Plats cuisinés

Formule petit déjeuner salé/sucré  
10 € par personne

Mini viennoiserie : Pain au Chocolat, Croissant,  
Pain au Raisin, Chausson aux pommes, Chouquettes,  
Cake, Boules au miel, Pain Suisse, Petits-Fours frais,  
Œufs Brouillés - Toast - Saumon Fumé  
Tarte au citron meringuée - Crêpes (sucre, miel, choco)  
Flan - Mousse au chocolat - Crème brûlée  
Poires, Pommes, Salade de fruits  
Café, Thé, Jus d'orange

27, rue de Meaux - 75019 Paris 01 40 03 85 18

Pièce montée offerte à partir de 100 personnes



RENAULT  
CRÉTEIL MONDOR

NOUVEAU À CRÉTEIL

ACHAT - VENTE

REPARATION

Agence Mondor

116, av. du M<sup>e</sup> de-Lattre-de-Tassigny

N. 19 - 94000 CRETEIL

Accès rue Viet - M<sup>e</sup> Julliottes

Tél. 01 42 07 03 00

meyer.automobiles@wanadoo.fr



SPECIAL  
40<sup>e</sup> ANNÉE

ב"ה

# LA SIDRA

## DE LA SEMAINE

CHABBAT PARCHAT  
CHEMOT  
SAMEDI 13 JANVIER 2007  
23 TEVET 5767

40<sup>e</sup> année

16

## EDITORIAL

par Haïm NISENBAUM

### A la recherche du bonheur

Le calendrier social dicte toujours ses rythmes à tous ceux qui veulent s'y soumettre et, aujourd'hui, l'heure est à la consommation. Avec tout le bruyant tam-tam des médias spécialisés, voici que chacun est invité à prendre une part active à cette frénésie moderne, devenue parfois le seul but d'une vie : l'achat de nouveaux biens dont le besoin n'existait pas il y a encore peu de temps et dont la rapide obsolescence garantit le remplacement prochain. C'est ainsi qu'on en vient à percevoir le bonheur : une satisfaction passagère qu'il faut s'employer à remplacer constamment du fait de son usure prématurée. Certes, nul n' imagine une seconde condamner l'abondance apparue en notre temps et dont nos ancêtres n'auraient même pas pu rêver. Cependant, cette prospérité même, aussi heureuse soit-elle, doit-elle prendre la place de la recherche du bonheur ?

L'homme, enseigne le judaïsme, est le couronnement de la création. Choisi par le Créateur Qui lui a confié le monde, il est doté de qualités particulières. Il est ainsi la seule créature à détenir ce don précieux qu'est la liberté. Il est capable de ne pas suivre le cours tumultueux de ses passions ou la piste étroite de ses envies pour entreprendre des explorations plus profondes, plus significatives, plus belles aussi. En d'autres termes, il peut laisser de côté le

séduisant accessoire pour partir à la recherche de l'essentiel. Il peut refuser les chemins faciles de l'oubli pour n'aspirer qu'au bonheur. Cette recherche-là semble comme enracinée au cœur de la personnalité humaine ; qui ne veut être heureux ? Peut-être est-ce ce sentiment-là qui a, de tous temps, donné à l'homme le désir et le pouvoir de relever les plus puissants défis et de parvenir, au fil des siècles, à des connaissances nouvelles et des pouvoirs insoupçonnés.

Mais le bonheur, s'il est vrai, peut-il être passager ? Peut-il se résumer à une possession vaine d'objets sans importance ? Peut-il être cette course sans fin, sans rime ni raison, qui ne renvoie à l'homme que son reflet appauvri ? L'appel lancinant à la consommation qui retentit de fêtes artificielles en réjouissances convenues, d'opérations promotionnelles en soldes de toutes espèces est-il fondamentalement autre chose qu'une fuite ? Une fuite devant soi-même, la vérité de ce que l'on est et de ce que l'on peut faire du monde. Pourtant, le bonheur est toujours au cœur de notre espérance et, plus encore, il est toujours à notre portée. Sachons donc en retrouver le chemin ; il passe par la fidélité à notre héritage, les retrouvailles avec soi-même. Il est ce lien renouvelé avec la Torah qui introduit au bonheur indépassable : la venue de Machia'h.

## VIVRE AVEC LA PARACHA

Adapté  
d'un discours  
du Rabbi  
de Loubavitch

### Chemot : L'enfant berger

Nous connaissons, pour la plupart d'entre nous, la façon dont agit la mère de Moché pour sauver son fils du décret du Pharaon qui ordonnait de jeter tous les nouveaux-nés mâles dans le Nil. Elle plaça l'enfant âgé de trois mois dans une corbeille et le cacha dans les roseaux qui poussaient le long de la rive du fleuve. La fille du Pharaon découvrit l'enfant qui pleurait quand elle alla se baigner, elle le prit et l'éleva au palais royal.

Un détail de cette histoire prête cependant à confusion. Où exactement fut placée la corbeille de Moché ? Dans le récit qu'en fait la Torah, nous lisons «et elle le plaça dans les roseaux, sur la rive du fleuve». S'il en fut ainsi, Moché ne fut pas placé dans le Nil lui-même, mais sur sa rive. Or quelques versets plus loin, la Torah nous dit que la fille de Pharaon nomma l'enfant qu'elle avait trouvé «Moché» («celui qui a été sauvé de l'eau») «parce que je l'ai tiré de l'eau».

La Torah constituant le plan divin pour la Création, chacun de ses détails prend une signification éternelle pour notre vie. Si la Torah nous dit que la mère de Moché le plaça sur la rive du fleuve, cela signifie qu'elle n'a pu le mettre dans le Nil lui-même. Et si, par la suite, la Torah nous dit que la fille du Pharaon le prit dans les eaux de la rivière, cela signifie qu'il était capital qu'il soit dans la rivière à ce moment précis. Enfin si la Torah prend la peine de nous relater tout cela, cela signifie que c'est important pour notre compréhension des faits et leur application dans notre vie, aujourd'hui.

### Purger le Nil

Le Gaon de Ragatchov (Rabbi Yossef Rosen, 1858-1936) offre une explication hala'hique (selon la loi de la Torah) pour le change-

### Horaires d'entrée et sortie de Chabbat Parchat CHEMOT

#### PARIS — ILE DE FRANCE

Entrée : 16h 57 • Sortie 18h 12

#### Horaires d'entrée du Chabbat en PROVINCE

|            |       |            |       |             |       |
|------------|-------|------------|-------|-------------|-------|
| Strasbourg | 16.38 | Bordeaux   | 17.24 | Grenoble    | 16.59 |
| Lyon       | 16.59 | Toulouse   | 17.21 | Montpellier | 17.08 |
| Marseille  | 17.06 | Nice       | 16.58 | Lille       | 16.49 |
|            |       | Nancy/Metz | 16.43 |             |       |

à partir du dimanche 7 janvier 2007

Heure limite du Chema : 10h50 Pose des Téléphones : 7h33  
Molad : jeudi soir 29 Tévet (18 janv.) à 22h, 33 minutes et 10 Halakim  
Roch'Hodech Chevat : Samedi 20 janvier 2007

Articles et contenu réalisés par le

**BETH LOUBAVITCH**

8, rue Lamartine - 75009 Paris

Tél : 01 45 26 87 60 - Fax : 01 45 26 24 37

chabad@loubavitch.fr www.loubavitch.fr  
Serveur vocal Le'haïm : 01 44 52 02 52

Association reconnue d'Utilité Publique  
habilitée à recevoir les DONNS et les LEGS

Directeur : Rav S. AZIMOV



LA SIDRA

ment de localisation de la corbeille. La mère de Moché ne pouvait l'avoir initialement mis dans le Nil parce que les Egyptiens adoraient le fleuve comme dieu, et il est interdit de se servir d'un objet d'idolâtrie quand bien même il s'agit de sauver sa propre vie. Néanmoins, la loi de la Torah stipule également que si un idolâtre renonce à son idole, elle s'annihile et peut être utilisée. Nos Sages nous disent que la fille du Pharaon «descendit à la rivière pour s'y baigner» non seulement dans un geste physique mais aussi pour «se nettoyer des idoles de son père». Son renoncement au paganisme de l'Egypte annula le statut d'idole que possédait le fleuve et ses eaux purent donc désormais recevoir et abriter Moché. C'est à ce moment que la corbeille de Moché pénétra dans la rivière.

Mais pourquoi était-il important que Moché soit dans le Nil ? Le Midrach relate que les astrologues du Pharaon lui avaient prédit que «le sauveteur d'Israël trouvera sa fin par l'eau», ce qui fut la raison pour laquelle il décréta que tous les nouveaux-nés mâles soient jetés dans le Nil. Et c'est ainsi qu'au moment où Moché entra dans le fleuve, ce décret fut aboli.

### Le culte de la rivière

Il pleut très peu sur l'Egypte. L'agriculture dépend entièrement du Nil dont les crues remplissent un réseau de canaux d'irrigation. Cela explique que les anciens Egyptiens défiaient le Nil, le tenant pour la source ultime de subsistance et le dispensateur de la vie.

C'est là le sens profond du décret d'y jeter les enfants juifs. Le Pharaon savait que si, à la prochaine génération, les Juifs étaient submergés dans le culte égyptien du Nil, s'ils étaient élevés de telle façon qu'ils considèrent les pourvoyeurs naturels de subsistance comme des dieux, la foi juive s'éteindrait. Le message d'un Dieu unique, Créateur et Source de tout, qui menaçait si dangereusement sa monarchie païenne, serait tû, à tout jamais.

L'on peut affirmer que le culte du Nil prévalait aujourd'hui comme il le faisait dans l'Egypte antique des pharaons. Aujourd'hui le Nil peut être un diplôme universitaire, une carrière, un statut social, tout ce qui est vénéré comme source de subsistance et de vie. Ce sont des *moyens* de subsistance, comme le Nil était un instrument qui servait à Dieu pour subvenir aux besoins de ceux qui résidaient le long de ses rives. Mais quand l'on confond le moyen avec la source, quand on s'immerge totalement dans le «Nil», investissant ses plus grands potentiels dans le perfectionnement de l'instrument plutôt que dans la culture de sa relation avec le Pourvoyeur Divin, cela constitue de l'idolâtrie.

### Celui qui nourrit de foi

Moché était le *Raaya Méheimna*, le «berger fidèle» d'Israël. Les mots *Raaya Méheimna* signifient aussi «berger de la foi», c'est-à-dire qu'il était celui qui nourrit son troupeau de foi. Le tout premier rôle de Moché était de nourrir la foi de son peuple, de l'épanouir, de l'approfondir et de la développer de sorte qu'ils deviennent complètement imprégnés de la compréhension qu'«il n'y a rien en dehors de Lui», que tous les «Nil» du monde ne sont ni des forces ou des réalités, de leur propre chef, mais simplement des véhicules pour la subsistance divine.

Moché était âgé de quatre-vingts ans quand il sortit le peuple d'Israël d'Egypte, les conduisit au mont Sinaï et les infusa de la connaissance divine ultime: la Torah. Mais il était déjà un «berger de la foi» à l'âge de trois mois, quand il permit de détrôner l'idole archétype de l'Egypte et mettre fin au destin des enfants juifs jetés dans ses eaux.

### Une main tendue

La Torah relate que «la fille du pharaon... vit la corbeille parmi les roseaux ; et elle envoya sa servante (*amatah*) et le prit».

Une autre interprétation du verset rend le mot *amatah* par «son bras» plutôt que par «sa servante». Ainsi le verset se lit : «...elle envoya son bras et le prit». Que signifie donc que la fille du Pharaon «envoya son bras» ? Nos Sages expliquent que la corbeille dans laquelle reposait l'enfant était hors de sa portée. Néanmoins, elle tendit son bras vers elle. Un miracle se produisit alors et «son bras s'allongea de plusieurs longueurs» lui permettant de prendre l'enfant et de le sauver du décret de son père. Une profonde leçon peut ici toucher chacun d'entre nous. Souvent, nous nous trouvons confrontés à une situation qu'il nous semble impossible de rectifier. Quelqu'un ou quelque chose appelle à notre aide, mais il n'y a rien que nous puissions faire : selon tous les critères naturels, la situation est tout simplement hors d'atteinte pour nous. Alors, nous nous résignons à l'inaction, tenant le raisonnement qu'en tout état de cause, notre latitude d'action est si étroite que les choses ne peuvent pas changer.

Mais la fille du Pharaon entendit le cri d'un enfant et tendit son bras. Une distance infranchissable la séparait de la corbeille contenant l'enfant qui pleurait et son geste paraissait dépourvu de sens. Mais parce qu'elle fit tout ce qu'elle pouvait, parce que sa main ne resta pas inactive alors qu'un être humain avait besoin de son aide, elle accomplit l'impossible. Parce qu'elle tendit son bras, Dieu prolongea sa portée, lui permettant de sauver une vie et d'élever le plus grand des êtres humains qui ait jamais existé sur la surface de la terre.

## Etude du Séfer Hamitsvot du Rambam (Maïmonide)

Une étude quotidienne instaurée par le Rabbi pour l'unité du peuple juif

### • Dimanche 7 janvier - 17 Tévet

**Mitsva positive n° 33** : Il s'agit du commandement qui incombe aux prêtres de revêtir des habits spéciaux par leur beauté avant qu'ils n'effectuent leur service dans le Temple.

**Mitsva négative n° 88** : C'est l'interdiction qui nous est faite de déchirer l'ourlet de la robe du Grand Prêtre.

**Mitsva négative n° 87** : Il est interdit de séparer le pectoral de l'éphod.

**Mitsva négative n° 73** : Il est interdit d'entrer au Sanctuaire ou de rendre une décision ayant trait à une loi quelconque de la Torah, en état d'ébriété.

**Mitsva négative n° 163** : Il est interdit aux prêtres de pénétrer dans le Sanctuaire avec des cheveux non-taillés.

**Mitsva négative n° 164** : C'est l'interdiction faite aux prêtres d'entrer au Sanctuaire revêtus de vêtements déchirés.

### • Lundi 8 janvier - 18 Tévet

**Mitsva négative n° 68** : Il est interdit au Grand Prêtre d'entrer à tout moment dans le Sanctuaire.

**Mitsva négative n° 165** : C'est l'interdiction faite au prêtre de quitter le Temple pendant leur service.

**Mitsva positive n° 31** : Il s'agit du commandement nous enjoignant de faire sortir les personnes impures du Sanctuaire.

**Mitsva négative n° 77** : C'est l'interdiction faite à toute personne impure de pénétrer au Sanctuaire.

**Mitsva négative n° 78** : C'est l'interdiction qui a été faite à toute personne impure de pénétrer dans le camp des lévites.

### • Mardi 9 janvier - 19 Tévet

**Mitsva négative n° 75** : C'est l'interdiction à un prêtre impur de faire son service au Temple tant qu'il est impur

**Mitsva négative n° 76** : C'est l'interdiction faite à un prêtre "Tevoul Yom" de faire le service, bien qu'il soit déjà pur jusqu'à ce que le soleil se soit couché.

**Mitsva positive n° 24** : Ce commandement ordonné uniquement aux prêtres, leur enjoint de se laver les mains et les pieds chaque fois qu'ils doivent pénétrer dans la salle du sanctuaire.

**Mitsva négative n° 69** : Il est interdit à un prêtre ayant une infirmité de pénétrer dans une partie quelconque du sanctuaire.

**Mitsva négative n° 70** : Il est interdit à un prêtre ayant une infirmité de faire son service.

**Mitsva négative n° 71** : Il est interdit à un prêtre ayant une infirmité passagère de faire son service.

### • Mercredi 10 janvier - 20 Tévet

**Mitsva négative n° 74** : Il est interdit à tout profane de faire le service au Temple.

**Mitsva positive n° 61** : Il s'agit du commandement nous enjoignant de n'apporter à l'Eternel que des offrandes parfaites.

**Mitsva négative n° 91** : C'est l'interdiction qui nous est faite de consacrer un animal présentant un défaut sur l'autel.

**Mitsva négative n° 92** : C'est l'interdiction qui nous est faite d'égorger, en vue du sacrifice, des bêtes présentant un défaut.

**Mitsva négative n° 93** : C'est l'interdiction qui nous est faite d'asperger sur l'autel avec le sang de bêtes présentant un défaut.

### • Jeudi 11 janvier - 21 Tévet

**Mitsva négative n° 94** : C'est l'interdiction qui nous a été faite de faire brûler les parties d'un animal présentant un défaut.

**Mitsva négative n° 95** : C'est l'interdiction qui nous est faite d'offrir en sacrifice une bête présentant un défaut passager.

**Mitsva négative n° 96** : C'est l'interdiction d'offrir en sacrifice, de la part d'un non-Juif, une bête frappée d'un défaut.

**Mitsva négative n° 97** : C'est l'interdiction qui nous est faite de mutiler une bête destinée à être sacrifiée.

**Mitsva positive n° 86** : Il s'agit du commandement de racheter toute bête destinée au sacrifice présentant un défaut.

Retrouvez l'intégralité de l'étude du Séfer Hamitsvot sur notre site [www.loubavitch.fr](http://www.loubavitch.fr) et sur le serveur vocal LEHAIM: 01 44 52 02 52

La Sidra de la Semaine est une publication hebdomadaire éditée par "La Régie Lamartine" 102 Av. des Champs-Élysées 75008 Paris

Directeur de la publication: Y. Benhamou

Impression: Imprimerie de Chabrol: 189 rue d'Aubervilliers-75018 Paris

Tiré à 27.000 exemplaires

ISSN 1762 - 5440



# RECIT DE LA SEMAINE

Chaque hiver, mes parents quittent leur maison des régions froides de l'est des Etats-Unis et nous rendent visite, à ma femme Lynda et moi, durant presque trois mois. Ils procèdent à ce pèlerinage annuel depuis près de quinze ans et chaque fois qu'ils viennent, je ne peux m'empêcher de sourire devant la réaction de nos amis et connaissances. Ils ont du mal à croire que nous pouvons rester tous ensemble, dans une même maison, tant de temps!

La plupart de ces gens ont passé leurs années d'enfance et d'adolescence au foyer de leurs parents mais, une fois devenus adultes, ils ne peuvent imaginer passer plus de quelques jours en leur compagnie.

Bien que Lynda et moi-même approchions de la cinquantaine, mes parents n'ont jamais cessé de nous enseigner des leçons de la vie. Que ce soit à propos de la meilleure manière de tracer un chemin dans le jardin (oui, il existe une bonne et une mauvaise manière de tracer un chemin!) ou de parfaire la recette du "Kougel", mes parents continuent de partager avec nous leur sagesse, leur expérience et leur amour. D'ailleurs, la plupart du temps, ces trois mois s'écoulent en un clin d'œil.

Un des aspects les plus gratifiants de leur dernière visite était de voir ma femme Lynda et ma mère allumer chacune ses bougies le vendredi soir. Ce n'est peut-être pas un grand événement dans certaines maisons mais dans la mienne, si. Comprenez-moi bien: j'ai grandi dans une famille unie et aimante mais je ne me souviens pas avoir jamais vu ma mère allumer les bougies de Chabbat. Quand j'étais enfant, elle me racontait parfois des histoires, comment se passait Chabbat dans la maison de sa grand-mère Léna. Ses yeux semblaient voir des scènes d'un passé lointain à jamais révolu et je pouvais presque sentir l'odeur de la "Halla", du pain tressé de Chabbat et goûter un délicieux "Kougel". Malheureusement, Grand-Père Charlie et Grand-Mère Léna Cooper n'étaient plus de ce monde et avec eux semblaient être définitivement partis le "Kougel", la "Halla" et les bougies de Chabbat.

Il y a quelques années, j'assistai à un stage de formation. Le présentateur affirmait un principe qui m'avait impressionné: "Il faut 90 jours pour acquérir une habitude et 90 jours pour la briser". En d'autres termes, il faut du temps et de la constance pour transformer de bonnes intentions en habitudes de vie. Au fil des ans, j'ai pu vérifier cela encore et encore. Que ce soit pour apprendre à mettre les "Téfilines" chaque matin, prier chaque jour ou allumer les bougies de Chabbat, cela prend du temps, de la volonté et nécessite une répétition incessante jusqu'à ce que cela devienne indispensable, évident, vital.

Et c'était le cas pour l'allumage des bougies de Chabbat chez nous. Quand mes parents virent pour la première fois Lynda allumer ses bougies, couvrir ses yeux et prononcer la bénédiction pour accueillir le Chabbat, ils la regardèrent respectueusement, sans rien dire. Mais au bout de quelques semaines, comme disent nos enfants, ils "entrèrent dans le jeu", et Maman se tint derrière Lynda: elles allumèrent les bougies ensemble. Et quelques semaines plus tard, Maman me demanda des bougies pour qu'elle puisse les allumer elle-même. Et quelques semaines plus tard, elle acheta elle-même ses bougies, les disposa dans ses propres chandeliers, les alluma et prononça sa propre bénédiction.

Mon père aussi "se prit au jeu". Il regardait avec fierté Maman allumer ses bougies. Puis il demanda son propre verre de "Kidouch" et répéta le texte avec moi. Nous trinquâmes même "Le'haim" "A la vie", ensemble, entre le poisson et la viande. Et pour la première fois en 72 ans, il se reposa vraiment le samedi plutôt que de vaquer à ses occupations quotidiennes.

Bref, en l'espace de 90 jours, mon père et ma mère acquièrent de nouvelles habitudes. Et quand finalement ils retournèrent chez eux dans les montagnes, je me demandai s'ils continueraient sur cette nouvelle voie une fois qu'ils retrouveraient leur cadre de vie habituel.

A ma grande surprise et à ma grande satisfaction, ma mère me téléphona une demi-heure avant Chabbat et me demanda de lui répéter lentement, mot-à-mot, le texte de la bénédiction pour être sûre qu'elle s'en souvenait bien. Je lui dis, elle répéta puis s'excusa: "Je dois raccrocher parce que c'est presque le moment d'allumer les bougies chez nous!"

Et quand finalement ils retournèrent chez eux dans les montagnes, je me demandai s'ils continueraient sur cette nouvelle voie une fois qu'ils retrouveraient leur cadre de vie habituel.

A ma grande surprise et à ma grande satisfaction, ma mère me téléphona une demi-heure avant Chabbat et me demanda de lui répéter lentement, mot-à-mot, le texte de la bénédiction pour être sûre qu'elle s'en souvenait bien. Je lui dis, elle répéta puis s'excusa: "Je dois raccrocher parce que c'est presque le moment d'allumer les bougies chez nous!"

A ma grande surprise et à ma grande satisfaction, ma mère me téléphona une demi-heure avant Chabbat et me demanda de lui répéter lentement, mot-à-mot, le texte de la bénédiction pour être sûre qu'elle s'en souvenait bien. Je lui dis, elle répéta puis s'excusa: "Je dois raccrocher parce que c'est presque le moment d'allumer les bougies chez nous!"

## Qui apprend de qui ?

Quand je posai le combiné, je pouvais à peine croire à ce que j'avais entendu: Papa et Maman allaient célébrer eux-mêmes Chabbat dans leur propre maison!

Le proverbe dit: "Le plus long voyage commence avec le premier pas". Si telle est la vérité, toute ma famille a fait un pas gigantesque cette année. Et ce qui est passionnant, c'est que nul ne sait où cela se terminera. Mais une chose est sûre: quelque part Grand-Père Charlie et Grand-Mère Léna Cooper arborent un large sourire alors que leurs petits-enfants et arrière-petits-enfants savourent le Kougel à la lumière des bougies de Chabbat.

Steve Hyatt  
traduit par Feiga Lubecki

## Etude du Séfer Hamitsvot du Rambam (Maïmonide)

Une étude quotidienne instaurée par le Rabbi pour l'unité du peuple juif

### • Vendredi 12 janvier - 22 Tévet

**Mitsva positive n° 60** : Il s'agit du commandement qui nous a été ordonné que toute bête offerte en sacrifice soit âgée d'au moins huit jours ou plus.

**Mitsva négative n° 100** : Il nous est interdit d'offrir sur l'autel le salaire d'une prostituée ou le prix versé en échange d'un chien.

**Mitsva négative n° 98**: Il nous est interdit d'offrir sur l'autel du levain ou du miel.

**Mitsva positive n° 62**: Il s'agit du commandement nous enjoignant d'apporter du sel avec chaque offrande.

**Mitsva négative n° 99**: C'est l'interdiction qui nous est faite d'offrir un sacrifice sans sel.

### • Samedi 13 janvier - 23 Tévet

**Mitsva positive n° 63**: Il s'agit du commandement qui nous a été ordonné à propos de la procédure de chaque holocauste.

**Mitsva négative n° 146**: C'est l'interdiction qui nous a été faite de manger la chair d'un holocauste.

**Mitsva positive n° 64**: C'est l'interdiction qui nous a été enjoind d'offrir l'expatoire, quel qu'il soit, de la manière prescrite.

## ÉTINCELLES DE MACHIA'H

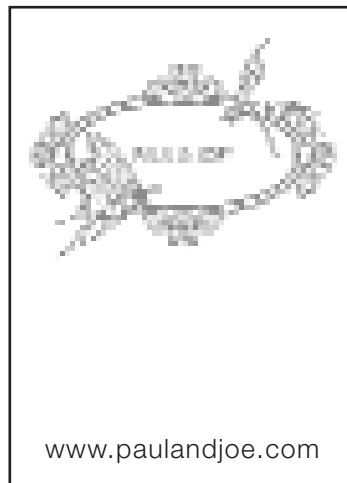
### Machia'h en chacun

La capacité de Machia'h à délivrer tout le peuple juif vient du fait qu'il possède un lien avec le peuple tout entier c'est-à-dire qu'il existe une partie de lui en chaque Juif.

C'est ainsi qu'il faut comprendre la déclaration de Moïse (Bamidbar 11 :21) : «Le peuple *au sein duquel je suis* est constitué de six cent mille hommes». Il signifie, par ces mots, qu'une parcelle de lui-même se trouve littéralement dans chacun des individus concernés.

C'est grâce à cela qu'il put tous les libérer d'Egypte.

(d'après un commentaire du Rabbi de Loubavitch, Pessa'h 5743) H.N.



www.paulandjoe.com