

**E**n complément du recensement des Enfants d'Israël effectué dans le désert du Sinaï, un total de 8580 Lévités, hommes entre 30 et 50 ans, est compté, pour récapituler le nombre de ceux qui se livreront effectivement à la tâche de transporter le Tabernacle. D.ieu communique à Moché la loi de la Sotta, la femme indocile, suspectée d'infidélité envers son mari. Sont également données les lois du Nazir qui renonce à la consommation de vin, laisse pousser ses cheveux et ne peut se rendre impur par le contact avec un corps sans vie.

### Le test de fidélité

Certaines lectures de la Torah tombent lors d'occasions spéciales. Nasso, la Paracha de cette semaine est toujours lue près de la fête de Chavouot, qui marque l'anniversaire du Don de la Torah au Mont Sinaï. Ce n'est pas un hasard si le nom même de cette partie de la Torah fait allusion à la dynamique de cet événement sans précédent. Nos Sages décrivent le Don de la Torah au Mont Sinaï comme le mariage entre D.ieu et le Peuple juif. En hébreu, le mot pour mariage est « Nessouin » et partage la même racine linguistique que « Nasso ». Même si la Paracha ne parle pas di-

D'après un enseignement du Rabbi de Loubavitch

rectement de l'engagement dans un mariage, elle aborde une façon dont un mariage peut prendre une direction malheureuse. Cela concerne une « Sotta », une femme soupçonnée d'infidélité par son mari [les soupçons devaient s'appuyer sur des détails très précis pour être crédibles]. Il devait alors la conduire au Beth Hamikdash, où on lui demandait de boire une potion inoffensive faite avec l'encre des mots de cette Paracha, effacés dans une cruche d'eau. Si elle était coupable, la potion causerait miraculeusement sa mort, mais si elle était innocente, sa vie s'améliorerait.

Le Talmud présente une argumentation très forte sur le caractère sacré de la paix dans le mariage, en se basant sur cette Paracha. Le fait que D.ieu ait permis que Son Nom, qui apparaît dans cette section de la Torah, soit effacé dans cette procédure, montre à quel point la paix est précieuse dans un couple.

En fait, D.ieu dit : « L'effacement de Mon Nom ne Me dérange pas, tant que cela peut restaurer la paix entre un mari et sa femme ». Le plus grand souhait de D.ieu est que nous vivions en paix et en harmonie avec nos conjoints. Cela inclut une relation paisible avec D.ieu, avec qui nous nous sommes « mariés » au Sinaï ; la forme

ultime de cette relation est ce que nous connaissons à l'Ère messianique.

### Un mot clé

Un mot important ouvre cette partie de la Torah. Si on l'étudie bien, il aide à comprendre comment maximiser l'amour et la fidélité dans le mariage dans les domaines matériel, émotionnel et spirituel.

La Torah commence la section de la « Sotta » par ces mots : « Parle aux enfants d'Israël et dis-leur : Si la femme d'un homme s'égaré... »

Dans le Talmud, le mot hébreu pour s'égarer, « Tisté » (qui a la même racine que le mot Sotta), est lié au mot « Ch-tout », qui signifie « folie ». Le Talmud (Sotta 3a) note : « On ne transgresse pas sans qu'un esprit de folie ne nous habite ».

La pensée 'hassidique adapte cette idée de folie pour l'utiliser de façon positive. Tout comme des comportements irrationnels et destructeurs peuvent éloigner quelqu'un de son mariage (qu'il s'agisse de l'union humaine ou du mariage symbolique avec D.ieu), on peut aussi agir de manière supra-rationnelle pour améliorer la relation et l'amener à un niveau extrêmement élevé.

Comme l'explique le Rabbi précédent, Rabbi Yossef Yits'hak, dans son

*Suite en page 2*

## EDITO

### CHAVOUOT, ET APRÈS ?

**L**orsque l'on vit des grands moments, s'en éloigner est toujours difficile. Nous venons de célébrer Chavouot, le Don de la Torah et déjà les jours s'écoulent qui nous poussent vers d'autres rivages. Cependant, il n'est pas possible de rompre brutalement avec les expériences spirituelles que nous avons vécues. Si elles ont été réelles, elles doivent avoir laissé leur marque sur la conscience. Elles doivent avoir suscité une nouvelle façon de voir et peut-être de vivre. Il est clair, en particulier, que notre rapport avec la Torah ne peut plus être le même. De fait, Chavouot l'a encore une fois souligné : avec elle, c'est bien la sagesse Divine que nous avons reçue, cette sagesse dont Maïmonide nous dit qu'elle ne fait qu'un avec l'essence de D.ieu. Une fois cette idée installée, ne nous appartient-il pas de la traduire en acte ?

C'est là à l'évidence un des thèmes les plus classiques du judaïsme. Rien de plus naturel, la Torah n'est-elle pas notre fondement éternel ? Et, très concrètement, il porte un nom : l'étude. Celle-ci ne

s'est jamais séparée de nous. Au long de nos pérégrinations, en dépit d'un environnement bien souvent hostile, dans les temps de sérénité comme dans ceux de troubles, l'étude de la Torah n'a jamais cessé. Et les sages érudits n'en étaient pas les seuls détenteurs. Ainsi, même en des époques où l'on était généralement illettré, en particulier lorsqu'on faisait partie du petit peuple, dans les communautés juives, on apprenait à lire aux enfants et l'étude de la Torah rythmait la vie.

Ce lien avec l'étude, avec la recherche de la connaissance est resté une caractéristique du monde juif. Aujourd'hui, les textes du judaïsme, et on sait combien ils sont riches et nombreux, font partout l'objet de cours accessibles à tous. Plus encore, technologie aidant, ils sont disponibles en version numérique et sur tous les supports. Dans ce domaine aussi, nous vivons un temps où tout est à portée. Etudier pour savoir et aussi pour vivre, c'est là une clé. Munis des forces données par Chavouot, nous pouvons décider de faire encore un pas dans la conscience et dans l'étude, autant de manières d'exprimer la vraie grandeur.

par 'Haïm Chnéor Nisenbaum

5786 / N° 33  
(59<sup>ème</sup> année)

CHABBAT  
PARACHAT  
NASSO

SAM. 30 MAI 2026  
14 SIVAN  
AVOT 1



BETH LOUBAVITCH  
ÎLE-DE-FRANCE

ÎLE-DE-FRANCE



Horaire d'entrée et sortie de

**CHABBAT NASSO**

vendredi 29 mai

ENTRÉE 21h 24 Sortie : 22h 47

PROVINCE

Bordeaux	21.20	Lyon	21.02	Nice	20.45
Deauville	21.36	Marseille	20.51	Rouen	21.32
Grenoble	20.56	Montpellier	20.58	Strasbourg	21.01
Lille	21.29	Nancy	21.08	Toulouse	21.08
		Nantes	21.33		

A partir du dimanche 24 mai | Pose des Téfilines : 4h 36 Heure limite du Chema : 9h 53 Fin de Kidouch Levana : toute la nuit du samedi 30 au dimanche 31 mai

célèbre discours, « Bati LeGani », il y a une moyenne ou une norme en toute chose, et descendre en dessous ou monter au-dessus est un « Tchout », une folie. Pour annuler la forme négative de la folie, il faut aller au-delà de la norme.

### Danser avec les myrtes

Pour illustrer ce concept, le Rabbi précédent cite une histoire du Talmud (Ketoubot 18a) : On disait de Rabbi Yehouda, fils de Rabbi Ilay, qu'il faisait tourner une branche de myrte en dansant devant la mariée lors des mariages...

### Myrte ou laurier-rose ?

Quel est l'intérêt de savoir que ces Sages respectés dansaient et jonglaient avec un rameau de myrte lors d'un mariage ? On peut donner une réponse basée sur la discussion du Talmud concernant l'usage du myrte pendant la fête de Souccot. La Torah décrit cette branche comme une « branche aux feuilles tressées ». Le Talmud (Soucca 32b) demande si la Torah parle du laurier-rose, une autre plante qui possède aussi un feuillage épais ? Rava répond en citant le verset : « Aime la vérité et la paix ». Le laurier-rose est une plante toxique qui ne contribue ni à la paix ni à la vérité, car elle est destructrice.

En d'autres termes, on a choisi le myrte plutôt que le laurier-rose parce qu'il symbolise les deux traits que sont la vérité et la paix. Le processus de test de la « Sotta » était lié à la fois à la paix et à la vérité. Il s'agissait de vérifier si la « Sotta » disait la vérité pour que la paix revienne entre les époux. C'est là que la vérité et la paix se rejoignent.

Ainsi, en dansant avec des rameaux de myrte, ces grands Sages essayaient de mettre en avant les deux principes d'un bon mariage : la vérité et la paix. Un mariage avec de la tromperie ne peut pas durer et un mariage sans paix est vraiment malsain.

Mais en agissant d'une manière qu'on aurait pu trouver irrévérencieuse, en dansant et en jonglant avec le myrte, qui est le symbole même de la vérité et de la paix, dès le début

d'un mariage, ces grands Sages voulaient nous montrer qu'on ne doit pas se contenter d'un niveau de paix et de vérité rationnel et normal dans nos relations. Il faut pousser ces deux valeurs à l'extrême, jusqu'à un niveau supra-rationnel.

### Paix et vérité dans le futur

Il faut essayer de comprendre ce qui forme un niveau de vérité et de paix supra-rationnel.

En exil, on peut aussi avoir la vérité et la paix, mais seulement d'une manière biaisée. Celui qui profite de la paix parce qu'il lui manque la vérité ne connaît qu'une forme de paix mineure. Il est sûr que c'est préférable au conflit, mais c'est loin d'être l'idéal. En exil, la vérité et la paix ne sont pas toujours compatibles. Il y a des moments où la paix l'emporte sur la vérité. Un exemple est la description du Talmud sur la façon dont Aharon, le frère de Moché, faisait la paix entre un mari et une femme ou deux anciens amis devenus étrangers : il disait à chaque camp que l'autre était désolé et tenait vraiment à lui.

Tout comme il y a des situations qui demandent de déformer la vérité pour rétablir la paix, il y a, à l'inverse, des occasions où il faut déformer la paix pour défendre la vérité. Le cas de la « Sotta » en est un exemple parfait. Quand un mari emmène sa femme à Yerouchalayim parce qu'il soupçonne son infidélité, cela crée une énorme rupture de leur paix. Mais il le fait quand même pour découvrir la vérité sur son comportement. C'est seulement à la fin que ces traits se rejoignent. La vérité sur son innocence est établie et la paix est restaurée.

### La beauté est dans l'œil de celui qui regarde

Le Talmud (Ketoubot 18a) parle du désaccord entre l'École de Chammaï et l'École de Hillel sur les compliments que l'on peut faire à une mariée. L'École de Hillel pense qu'on peut dire qu'elle est belle et gracieuse, même si ce n'est pas vrai objectivement. L'École de Chammaï pense que c'est mentir

et l'interdit. L'École de Hillel explique que pour le mari, elle est vraiment belle. C'est un peu comme le dicton « la beauté est dans l'œil de celui qui regarde ».

Cette idée peut s'appliquer en dehors des mariages : quand on voit un Juif qui ne semble pas avoir un beau judaïsme, il faut se rappeler que Dieu (le mari ultime) voit la beauté intérieure de chaque Juif.

Mais, avec notre point de vue limité, dire qu'une personne est belle quand ça ne se voit pas en surface semble contraire à la vérité. Pourtant, pour favoriser la paix, on accepte de ne pas être totalement fidèle à la vérité.

L'avis de l'École de Hillel est celui qui domine aujourd'hui. Pourtant, le Ari Zal nous dit que durant l'Ère du Machia'h, on suivra l'École de Chammaï quand il y aura une unité avec l'École de Hillel.

On peut dire que l'École de Chammaï a choisi une forme de vérité et de paix plus radicale, sans compromis et supra-rationnelle. Il faut toujours s'efforcer, danser et jongler pour la forme supérieure et pure du myrte, là où la vérité et la paix sont totalement compatibles. Chammaï et ses élèves ont pu voir le futur mariage messianique entre Dieu et Israël, moment où ces idéaux seront accomplis.

La mariée (c'est-à-dire le Peuple juif) sera vraiment belle à l'intérieur comme à l'extérieur. Il n'y aura plus de décalage entre l'intérieur et l'extérieur, contrairement à ce que l'on voit maintenant en notre période d'exil. C'est pourquoi, quand les Sages dansaient au mariage avec leurs myrtes, qui symbolisaient les traits de la vérité et de la paix dans leur état d'harmonie et de coexistence, ils essayaient de nous enseigner que même si on est autorisé à compromettre la vérité pour la paix, et que dans certaines situations tragiques on doit aussi compromettre la paix pour la vérité, ce n'est pas l'idéal.

Quand on prie pour la venue du Machia'h, qui possède les deux traits de la vérité et de la paix, notre prière la plus sincère est que Dieu Se révèle pleinement pour que l'on puisse voir la vérité brute de l'existence.



## étude du RAMBAM

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

### • DIMANCHE 24 MAI – 8 SIVAN

**Mitsva négative n° 157** : C'est l'interdiction qui nous a été faite d'enfreindre nos engagements oraux, même si nous ne les avons pas pris sous serment.

### • LUNDI 25 MAI – 9 SIVAN

**Mitsva positive n° 95** : Il s'agit du commandement qui nous a été ordonné en ce qui concerne l'annulation des vœux, c'est-à-dire que nous devons appliquer les règles qui nous ont été données à ce sujet.

### • MARDI 26 MAI – 10 SIVAN

**Mitsva positive n° 95** : Il s'agit du commandement qui nous a été ordonné en ce qui concerne l'annulation des vœux, c'est-à-dire que nous devons appliquer les règles qui nous ont été données à ce sujet.

**Mitsva positive n° 92** : Il s'agit du commandement qui incombe au Nazir de se laisser pousser les cheveux.

**Mitsva négative n° 209** : C'est l'interdiction qui a été faite au Nazir de se couper les cheveux.

### • MERCREDI 27 MAI – 11 SIVAN

**Mitsva négative n° 202** : Il est interdit au Nazir de boire du vin ou toute boisson alcoolique à base de jus de raisin.

**Mitsva négative n° 203** : C'est l'interdiction qui a été faite au Nazir de consommer du raisin (frais).

**Mitsva négative n° 204** : C'est l'interdiction qui a été faite au Nazir de consommer des raisins secs.

### • JEUDI 28 MAI – 12 SIVAN

**Mitsva négative n° 205** : Il est interdit au Nazir de consommer le pépin des raisins

**Mitsva négative n° 206** : Il est interdit au Nazir de consommer l'enveloppe des raisins.

**Mitsva négative n° 208** : Il est interdit au Nazir de se rendre impur en entrant dans une maison où se trouve un mort.

**Mitsva négative n° 207** : C'est l'interdiction faite au Nazir de se rendre impur au contact d'un mort.

### • VENDREDI 29 MAI – 13 SIVAN

**Mitsva positive n° 93** : Il s'agit du commandement qui incombe au Nazir de se raser la tête et d'apporter ses sacrifices à la fin de son nazirat.

**Mitsva positive n° 114** : Il s'agit du commandement concernant celui qui fait le vœu d'offrir la valeur estimative d'une personne. Il doit verser le montant fixé par la Torah, comme il est dit : « Si un homme formule un vœu ».

### • SAMEDI 30 MAI – 14 SIVAN

**Mitsva positive n° 115** : Il s'agit du commandement qui a été enjoint à celui qui évalue un animal impur (ou un animal pur, présentant un défaut) en paie la contre-valeur, comme il est dit : « on amènera l'animal en présence du pontife, celui-ci l'estimera... »

**Mitsva positive n° 116** : Il s'agit du commandement enjoint à celui qui évalue sa maison. Il devra payer (le prix) évalué par le Cohen, ainsi qu'il est dit : « Et le Cohen déterminera sa valeur ».

**Mitsva positive n° 117** : Il s'agit du commandement qui est enjoint à celui qui consacre son champ. Il devra payer le montant fixé (par la Torah), comme il est dit : « l'évaluation sera selon son ensemencement ».

## APPRENEZ DES AMÉRICAINS !

En 1957, alors que je venais de terminer l'école élémentaire en Israël, ma mère quitta ce monde et la tragédie fut immense. Comme j'étais l'aînée, cela signifiait que je devais prendre de nouvelles responsabilités dans la maison. Mon père était si bouleversé que, pendant quelques temps, il ne put se résoudre à écrire au Rabbi comme il le faisait pourtant régulièrement. Mais le Rabbi voulait savoir comment se portait notre famille et donc un ami de mon père prit sur lui d'informer le Rabbi de l'évolution de notre situation.

Quelques années plus tard, ce même ami mentionna devant le Rabbi le nom d'un certain jeune homme qui fréquentait sa synagogue à Bné Brak en Israël. Le Rabbi suggéra de me le présenter. La rencontre eut lieu en 1960 mais, après cette première entrevue, je n'avais pas vraiment l'intention de continuer. Mis au courant, le Rabbi écrivit à mon père pour qu'il encourage une deuxième rencontre. Ne voulant pas exercer de pression sur moi, mon père ne m'informa pas de cette lettre mais nous avons parlé sérieusement et j'acceptai de rencontrer à nouveau ce jeune homme. Et vous avez deviné la suite...

Alors que nous étions prêts à officialiser notre décision, mon père mentionna que le Rabbi insistait pour que les femmes mariées portent la perruque et non un foulard ou un chapeau pour couvrir leurs cheveux comme l'exige la Halakha (loi juive) :

- Jamais de la vie ! m'écriai-je. Je serais très embarrassée de le faire, tout le monde va se moquer de moi ! Bien sûr, je me couvrirai la tête mais pas avec une perruque ! D'ailleurs je vais écrire moi-même au Rabbi et exposer mes arguments : j'agirai exactement comme il me le demandera mais je suis certaine qu'il se rangera à mon opinion ! J'écrivis et reçus une réponse – mais pas celle que j'espérais.

Mon père travaillait dans le bureau de poste local et toutes les lettres qui arrivaient des Etats-Unis passaient entre ses mains. Il ignorait que j'avais écrit au Rabbi mais quand il aperçut un aérogramme portant l'adresse du Rabbi comme expéditeur, de plus adressé à sa fille, il l'apporta dès qu'il termina son service, c'est-à-dire à trois heures trente du matin.

- Lave-toi les mains rituellement ! me réveilla-t-il. (En effet, dès qu'on se lève, il faut se laver les mains au saut du lit). J'ai quelque chose d'important pour toi.

Tremblante de surprise – j'avais promis de me conformer à ce que le Rabbi m'écrirait – je commençai à lire la lettre :

« A propos de votre question sur la perruque plutôt que de se suffire d'un chapeau ou d'un foulard : cette nécessité a déjà été expliquée en plusieurs endroits. Nous constatons que le fait de porter un chapeau ou même un foulard laisse une partie des cheveux découverts – même si ce n'est que pour un court instant – ce qui signifie qu'on a transgressé une sérieuse prohibition, comme il est écrit dans le Choul'hane Aroukh, Ora'h Haïm chapitre 75.

L'importance de cette conduite peut être comprise par l'importance de la récompense pour celle qui accomplit scrupuleusement cette

Mitsva. Le saint Zohar ajoute : « Elle est bénie en tout – avec des bénédictions d'en-haut et des bénédictions d'en bas, avec la richesse, les enfants et les petits-enfants ».

Le Rabbi continuait : « Vous craignez que les gens se moquent de vous : or même parmi les jeunes Américains, on ressent dernièrement un sens de respect justement envers ceux qui tiennent fermement à leurs convictions... tandis que justement ceux qui suivent la majorité, sans tenir une position ferme et stable sont considérés avec moquerie et dédain...

Un autre point clair et simple : D.ieu tout-puissant emplit les cieux et la terre et se trouve avec la personne dans chaque endroit et à chaque instant. Ce n'est pas le cas avec les autres gens – même ceux qui font partie de son cercle proche – qui ne se trouvent pas toujours à côté. Alors est-il concevable de ne pas avoir honte – D.ieu préserve – devant le Saint Béni soit-Il alors que l'on ressent de la gêne devant un être humain de chair et de sang ?! ».

Cette dernière remarque comme quoi on serait gêné devant un mortel mais non devant D.ieu a été pour moi le déclencheur. Le lendemain, je suis partie commander une perruque.

Plus encore : cette ligne est devenue ma devise dans ma propre vie et je la répète à toutes les jeunes filles auxquelles je donne des cours avant leur mariage. Après cette lettre, je n'ai plus jamais été embarrassée devant les autres.

Un jour, alors que nous étions jeunes mariés et admis en audience privée, le Rabbi cita le verset : « Il n'est pas bon que l'homme soit seul » et suggéra que mon père devait se remarier. Il ajouta : « N'est-ce pas qu'il y a déjà sept ans que votre mère a quitté ce monde ? ». J'étais bouleversée : le Rabbi savait exactement ce qui se passait dans ma propre famille alors que moi-même j'étais incapable de calculer depuis combien d'années ma mère était décédée.

Six ans plus tard, nous n'avions toujours pas d'enfants. Or dans sa lettre, le Rabbi avait cité le Zohar et m'avait bénie... Je sollicitai une nouvelle audience et me présentai en tenant la lettre :

- Rabbi ! Vous m'avez promis ! C'est écrit noir sur blanc que je serai bénie avec des enfants ! J'ai rempli ma part du deal et je veux que le Rabbi me donne sa bénédiction pour que Im Yirtse Hachem – littéralement : si D.ieu veut – j'aie des enfants !

Mon père a toujours été impressionné par ma façon d'oser interpellier le Rabbi de cette manière mais on m'avait appris qu'il faut demander des bénédictions et c'est ce que j'ai fait.

Le Rabbi me sourit, il voyait combien j'étais nerveuse.

J'avais parlé en hébreu mais il me répondit en yiddish :

- Ne dites pas : si D.ieu veut mais plutôt : avec l'aide de D.ieu ! Parce que D.ieu veut et D.ieu va aider !

D.ieu merci, j'ai mis au monde huit enfants qui m'ont donné de nombreux petits-enfants !

Mme Hanna Arnold – Los Angeles - JEM 696

Traduite par Feiga Lubecki



## ETINCELLES DE MACHIA'H

### L'IMPORTANCE DE LA TSÉDAKA

Nos Sages enseignent (traité talmudique Chabbat 139a) : « Israël sera libéré par la Tsédaka ». Ils soulignent ainsi que l'action de charité est déterminante particulièrement en un temps où la venue de Machia'h se rapproche. C'est précisément cette idée qui demande explication. A ce propos, il nous est précisé qu'en cette période pré-messianique, « La Soucca de David (c'est-à-dire la Présence Divine) est tombée » jusqu'au niveau défini comme celui des « pieds » et des « talons », c'est-à-dire jusqu'au niveau de notre monde matériel, justement celui de l'action.

C'est pour cette raison que le dernier effort à faire porte sur un domaine où l'action est irremplaçable, celui de la Tsédaka.

De plus, le second Beth Hamikdash a été détruit à cause d'une haine injustifiée qui séparait les hommes (traité talmudique Yoma 9b). C'est donc par l'attitude inverse, celle de la Tsédaka, que cela sera réparé et qu'enfin la Délivrance interviendra. (D'après Migola Léguéoula)



Les grandes marques à petits prix !

Appareils électroménager  
Avec fonction Shabbat

4 magasins en Île-de-France

**Blanc Mesnil 93**  
6 Av. Albert Einstein

**Vélizy 78**  
Centre Co. L'Usine & Maison


**Pierrelaye 95**  
5 rue Fernand Léger

**Boulogne 92**  
101 Av. Ed. Vaillant

Suivez-nous  
Sur Instagram !



Service livraison  
Paiement 4 x sans frais



**Matelas avec Zip**  
**Une literie faite pour vos nuits**

6 magasins en Île-de-France

**Vincennes 94**  
53 rue de Fontenay

**Paris 17 - Courcelles**  
115 rue de Courcelles


**Paris 20 - Pyrénées**  
342 rue des Pyrénées

**Paris 11 - Jules Ferry**  
12 Bd Jules Ferry

**Paris 16 - Victor Hugo**  
137 avenue Victor Hugo

**Paris 6 - Vaugirard**  
53 rue de Vaugirard

**Matelas - Sommier - Oreiller - Couette**

01 41 77 30 50  01 45 72 46 81

# LA HALAKHA

de la semaine



## COMMENT SE LEVER LE MATIN ?

Il convient de se lever le matin « comme un lion » c'est-à-dire avec énergie afin de combattre son penchant à rester au lit. Dès que l'on se réveille, on doit réaliser qu'on se tient devant le Roi des rois et qu'il convient de se lever avec empressement : on se redresse un peu, on baisse un peu la tête, on pose les mains l'une sur l'autre et on récite la courte prière de Modé Ani : « Modé Ani Lefanéra Mélé'h 'Hai Vékayam Ché'hé'hézarta Bi Nichmati Be'hemla. Raba Emounatékha (Je reconnais devant Toi, Roi vivant et existant, car Tu m'as rendu mon âme dans Ta Bonté. Grande est Ta confiance).

Avant même de se lever et, au minimum avant de faire trois pas, on se lave les mains avec un Kéli - un récipient d'eau placé la veille dans une bassine à côté du lit : on saisit le Kéli avec la main droite, on le passe dans la main gauche et on verse un peu d'eau sur la main droite. Puis on lave la main gauche. On recommence ainsi encore deux fois. Avant de s'être lavé les mains, on ne touche aucune partie du corps afin de ne pas transmettre d'impureté.

Avant de réciter les bénédictions du matin, on se rince la bouche.

On ne prononce et même on ne réfléchit à aucune parole de Torah avant d'avoir récité les bénédictions de la Torah.

F.L. (d'après le Kitsour Choul'hane Arou'h)



# LEADER CASH

Du choix et des prix bas !

## MAGASINS CASHER AU SERVICE DE LA COMMUNAUTÉ

- Paris 16<sup>e</sup> : 86 rue d'Auteuil – CC Les Belles Feuilles
- Paris 17<sup>e</sup> : 13 rue Brémontier  
40 rue Guersant → **Nouveau** ←
- Paris 19<sup>e</sup> : 82 rue Petit
- 92300 Levallois : 81 rue Jules Guesde
- 93220 Gagny : 71 Avenue Henri Barbusse
- 94410 S. Maurice : 56 bis Av. du Ml de Lattre de Tassigny
- 13013 Marseille : 13 Bd des Tilleuls (du dimanche au jeudi de 8h à 20h)

Ouvert du dimanche au jeudi de 8h à 21h – Le vendredi de 8h jusqu'à 1h avant Chabbat

# Orpi

**Orpi Optimum**  
**Rudy HAROSCH**

350 rue des Pyrénées – Paris 20<sup>e</sup>

2 Agences à votre service

Buttes Chaumont – Jourdain/Belleville

**VENTE · LOCATION · GESTION · VIAGER**  
**LOCAUX COMMERCIAUX**

Estimation offerte sous 48h  
sur tout Paris et proche banlieue

Tél : 01.42.00.02.02

[optimum@orpi.com](mailto:optimum@orpi.com)

# ROSETTA

TRATTORIA ITALIENNE  
Sous le contrôle du Beth Din de Paris



Halavi

73 Rue de Prony  
75017 Paris  
01.45.74.54.74



Halavi

3 Rue Geoffroy-Marie  
75009 Paris  
01.47.70.00.76



Bassari

98 Rue de Montmartre – 75002 Paris  
01.42.21.38.68

# AUTOVISION

CONTROLE TECHNIQUE AUTOMOBILE

A 3mn de la Porte de Pantin

LE NUMERO  
DE LA  
COMMUNAUTÉ

**1** NOUVEAU !!  
Contrôle  
Technique  
moto



Service  
Porte à Porte

Prise de RDV :  
Feivel Basanger  
01 41 83 19 23  
06 21 65 58 71

- 8 € sur présentation de la Sidra

32-36 rue de Stalingrad  
93310 Le Pré S. Gervais



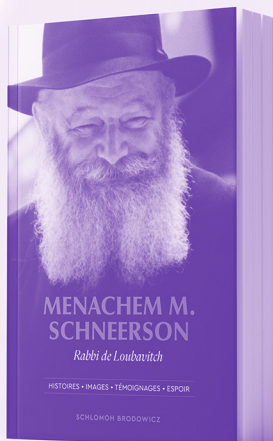
**SOLUTION  
NUMÉRIQUE  
SECURITE**

GRUPE

01 80 91 59 14

INSTALLATION, MAINTENANCE & DÉPANNAGE

- Caméra & Vidéo-Surveillance
  - Alarme & Télésurveillance
  - Contrôle d'accès & Interphonie
  - Serrurerie & Portes blindées
  - Store, Volet & Rideau métallique
- Nous recrutons des commerciaux



Un regard sur l'immense  
horizon humain et universel  
du Rabbi de Loubavitch

par Schlomoh Brodowicz

Histoires | Image | Témoignages | Espoir

DISPONIBLE EN LIBRAIRIE



disponible sur [amazon.fr](https://www.amazon.fr)

TSARFAT  
UNE ETUDE SYSTEMATIQUE

28€ TTC  
hors taxes

COMMANDEZ  
VOTRE LIVRE !

**SUBBOTA**

MES VINGT ANS DE PRISON SOVIÉTIQUE  
LE 'HASSID QUI SE PRÉNOUMAIT CHABBAT

[www.boutique.tsarfat.com](http://www.boutique.tsarfat.com)

+33 (0)7 66 13 79 30

## Carrosserie Peinture

Mécanique-Pare-brise

FRANCHISE OFFERTE

(voir conditions au garage)

VÉHICULES DE REMPLACEMENT

Spécialiste de vos retours de leasing  
Agréé réparateur véhicules  
hybride et électrique  
(norme NF C18-550)

BORNE DE RECHARGE  
RAPIDE SUR PLACE 07.62.00.60.99

01.57.42.57.42

demandez shmouel  
[directauto@orange.fr](mailto:directauto@orange.fr)

43 Chemin des vignes-93000 Bobigny  
[www.direct-auto.fr](http://www.direct-auto.fr)



# GARAGE DIRECT AUTO

ATELIER  
REPARATION



07.62.00.60.99

ACHAT VENTE



07.67.17.39.84



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