

CHELA'H

La Paracha Chela'h relate l'envoi de douze explorateurs par Moché pour observer la Terre d'Israël avant que le Peuple juif n'y entre. À leur retour, dix d'entre eux présentent un rapport alarmant, décrivant un pays impossible à conquérir. Le peuple se laisse gagner par la peur et refuse d'avancer. Seuls Yehochoua et Calev gardent confiance dans la promesse divine. Cette faute entraîne la condamnation d'une génération entière à demeurer quarante ans dans le désert. Des lois pour les offrandes ainsi que la Mitsva de la 'Halla sont détaillées. Un homme est mis à mort pour avoir publiquement profané le Chabbat. Enfin, la Mitsva des Tsitsit est donnée par D.ieu afin que nous nous souvenions d'accomplir Ses commandements.

**Les explorateurs :
entre foi, mission et confiance**

La peur de quitter le désert

Au-delà du récit historique, cet épisode soulève une question essentielle : comment des hommes d'une telle stature spirituelle purent-ils commettre une erreur aussi grave ? Selon l'enseignement de la 'Hassi-

D'après un enseignement du Rabbi de Loubavitch

dout, le problème des explorateurs ne résidait pas uniquement dans la crainte des habitants du pays. Leur difficulté était bien plus profonde : ils redoutaient le passage d'une existence entièrement spirituelle à une vie ancrée dans les réalités matérielles.

Dans le désert, l'existence du peuple reposait sur des miracles permanents. La manne descendait du ciel, l'eau était fournie par un rocher qui se déplaçait avec eux, leurs vêtements étaient nettoyés par une nuée qui les protégeait, par ailleurs, de tout danger. Ils étaient libérés des préoccupations quotidiennes et pouvaient donc consacrer leur temps à l'étude de la Torah et à leur développement spirituel. Les explorateurs craignaient qu'en entrant en Terre d'Israël, cette vie exaltée soit compromise par les exigences du travail, de l'agriculture et de la vie ordinaire. À leurs yeux, le désert représentait l'environnement idéal pour servir D.ieu. Pourquoi quitter un lieu où la spiritualité occupait toute la place pour un monde où elle risquait d'être reléguée au second plan ?

C'est précisément là que résidait leur erreur. Le but de la création n'est

pas que l'homme demeure dans un espace préservé des contraintes du monde. D.ieu désire, au contraire, que la sainteté pénètre la réalité matérielle elle-même. La mission du Peuple juif n'était pas de fuir le monde, mais de le transformer.

L'entrée en Terre d'Israël symbolise le passage d'une vie exclusivement spirituelle à une vie engagée à rendre spirituelle la matérialité. La véritable grandeur ne consiste pas à rester dans un environnement où tout favorise naturellement le service divin, mais à faire entrer la présence de D.ieu au cœur même des réalités ordinaires de l'existence. Chaque activité matérielle peut alors devenir un instrument de sainteté lorsqu'elle est accomplie conformément à la Volonté divine.

Calev :

résister à la pression du groupe

Parmi les douze explorateurs, seuls Yehochoua, le disciple fidèle et bras droit de Moché, et Calev, son beau-frère, demeurèrent fidèles à leur mission. Rachi, citant le Talmud, rapporte que Calev se rendit à 'Hébron, à la grotte de Ma'hépéla où reposent les Patriarches et les Matriarches, pour y prier afin qu'ils

Suite en page 2

ÉDITO

AU SEUIL DE L'ÉTÉ

L'avancée du calendrier, dans la vision juive, est toujours chargée d'enseignements. C'est ainsi que nous arrivons à la fin du mois de Sivan, le temps du don de la Torah, et que nous allons entrer dans celui de Tamouz. Outre les dates particulières qu'il renferme, et sur lesquelles il faudra revenir, il porte en lui, de façon générale, un message nécessaire. En fait, le mois de Tamouz est celui de la chaleur. Le mot « Tamouz » renvoie du reste spécifiquement à cette dernière notion. Bien sûr, en première lecture, on dira que cela est lié à la saison où ce mois arrive : l'été commence. L'appellation du mois serait donc simplement la traduction d'un fait de nature, mais nous savons qu'il faut aller au-delà de cette constatation.

L'idée de chaleur présente un double aspect. D'un côté, elle désigne cette sensation qui, enseignent nos sages, intensifie le goût et l'attrait des choses matérielles, jusqu'à conduire à une forme de satisfaction de la grossièreté physique. D'un autre côté,

elle est cette qualité spirituelle, signe de l'enthousiasme et de la vitalité qui accompagnent le lien avec le Divin. Apparemment, il s'agit là de deux domaines totalement différents voire opposés. Le mot « Tamouz » serait donc comme un point de la tension humaine entre l'abaissement et l'élévation. Pourtant, si ces notions sont réunies dans un même terme, c'est qu'elles sont également liées.

En fait, dans la période, le soleil révèle davantage sa puissance. Brillant plus fort, il réchauffe ce qu'il touche. Pour nos sages, le soleil matériel est aussi une parabole matérielle de la révélation du Nom Divin. Sa plus grande présence fonctionne donc comme une image d'une révélation accentuée de la Divinité. La chaleur cesse ainsi de constituer un handicap spirituel pour devenir une illustration du lien avec D.ieu. D'une certaine façon, le choix est entre nos mains. Saurons-nous voir dans le mois qui va commencer sa véritable valeur et sa portée ou resterons-nous en lisière de sa puissance ? Comme toujours, c'est à nous que la décision appartient alors que Tamouz va nous ouvrir des portes nouvelles.

par 'Haïm Chnéor Nisenbaum

5786 / N° 35

(59^{ème} année)

**CHABBAT
PARACHAT
CHELA'H**

SAM. 13 JUIN 2026
28 SIVAN

AVOT 3



BETH LOUBAVITCH
ÎLE-DE-FRANCE

ÎLE-DE-FRANCE



Horaire d'entrée et sortie de

CHABBAT CHELA'H

vendredi 12 juin

ENTRÉE 21h 36 Sortie : 23h 01

PROVINCE

Bordeaux	21.30	Lyon	21.12	Nice	20.55
Deauville	21.48	Marseille	21.01	Rouen	21.44
Grenoble	21.06	Montpellier	21.08	Strasbourg	21.13
Lille	21.42	Nancy	21.20	Toulouse	21.18
		Nantes	21.44		

A partir du dimanche 7 juin | Pose des Téfelines : 4h 20 | Heure limite du Chema : 9h 49 | Molad : **lundi 15 juin à 6h 46 mn et 16 'Halakim** Roch 'Hodech Tamouz : **lundi 15 et mardi 16 juin 2026**

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 | www.loubavitch.fr
chabad@loubavitch.fr | Association reconnue d'Utilité Publique, habilitée à recevoir les DONS et les LEGS • Directeur : Rav S. AZIMOV

intercèdent auprès de Dieu en sa faveur. Telle est l'idée de prier auprès de la tombe, du Ohel, d'un Tsaddik, un Juste. Cette démarche révèle une vérité fondamentale : même les personnes les plus élevées peuvent subir l'influence de leur entourage. La pression du groupe possède une force considérable. Elle pousse souvent l'individu à adopter les opinions dominantes, même lorsqu'il pressent qu'elles sont erronées. Calev comprit que son principal combat n'était pas contre les habitants du pays, mais contre l'influence négative qui risquait d'altérer son jugement. Sa prière fut celle d'un homme qui souhaitait conserver sa lucidité et sa fidélité à la vérité malgré les voix qui l'entouraient.

La force de la positivité

Lorsque les explorateurs présentèrent leur rapport alarmant : « Calev fit taire le peuple... et dit : 'Nous monterons assurément et nous prendrons possession du pays, car nous en sommes capables.' » Ces mots constituent l'une des plus puissantes déclarations de confiance de toute la Torah. Là où les autres voyaient une impossibilité, Calev voyait une mission. Chacun rencontre au cours de son existence des confrontations intérieures similaires. Une voix répète : « Tu n'y arriveras pas. Tu n'es pas à la hauteur. La tâche est trop difficile. Renonce avant même d'essayer ». Cela se produit tout particulièrement face à notre engagement à la Torah, aux mitsvot, aux actes de générosité et de bonté.

Alors résonne la voix de Calev, qui affirme avec fermeté : « Nous pouvons réussir ».

« Pense bien et tout ira bien »

Cette attitude ne relève pas simplement d'un optimisme naturel. Elle s'enracine dans une certitude plus profonde : lorsque Dieu confie une mission à l'homme, Il lui donne également la capacité de l'accomplir. Cette idée trouve une expression célèbre dans l'enseignement du Tséma'h Tsédék : « Pense bien et tout ira bien ».

Cette expression est parfois comprise comme une simple invitation à voir la vie du bon côté. Pourtant, dans la pensée 'hassidique, son sens est bien plus profond. Il ne s'agit pas d'ignorer les difficultés ou de faire semblant qu'elles n'existent pas. La confiance absolue en Dieu possède une force créatrice : lorsque l'homme place sincèrement sa confiance en la Providence Divine, cette confiance devient elle-même un canal permettant à la bénédiction de se révéler.

La confiance rappelle que Dieu peut ouvrir des perspectives là où l'homme ne voit que des impasses. Les explorateurs regardaient la Terre d'Israël à travers le prisme de la peur. Calev contemplait exactement la même réalité, mais avec un regard différent. Cette confiance ne dispense ni de l'effort ni de la persévérance. Les Hébreux devaient malgré tout entrer dans le pays, combattre et construire. Mais la confiance transforme la manière d'aborder ces efforts : au lieu d'agir sous l'emprise de la peur, l'homme agit avec détermination et sérénité.

Chaque personne est confrontée à des défis qui paraissent parfois supérieurs à ses forces : éducation des enfants, difficultés matérielles, responsabilités communautaires. Face à ces épreuves, la tentation est grande de conclure comme les explorateurs : « C'est impossible ». La réponse reste celle de Calev : « Nous pouvons le faire ». Non par orgueil, mais parce que lorsqu'on accomplit la Volonté divine, on devient le partenaire d'une puissance infiniment supérieure à soi-même.

Le complexe de la sauterelle

La Torah révèle ensuite la racine profonde de l'erreur des explorateurs. Ils déclarèrent : « A nos yeux, nous étions comme des sauterelles, et ainsi étions-nous à leurs yeux ».

Avant même d'affronter les habitants du pays, ils avaient déjà perdu la bataille dans leur esprit. Ils se percevaient comme insignifiants face aux géants de Canaan. Leur véritable problème n'était donc pas

la puissance de leurs adversaires, mais l'image qu'ils avaient d'eux-mêmes.

Lorsqu'une personne se considère comme faible ou sans importance, cela influence profondément son comportement. Elle hésite, doute et finit par confirmer ses propres craintes. À l'inverse, celui qui reconnaît la valeur de sa mission inspire naturellement confiance. Tout commence par la conscience du lien qui unit chacun d'entre nous à Dieu : une relation qui possède une valeur infinie et nous investit d'une mission unique. Les explorateurs se voyaient comme des sauterelles alors que Calev se voyait comme le serviteur d'une mission divine.

Une seconde chance

La Kabbale enseigne une idée saisissante : les âmes de la génération qui méritera la Délivrance finale sont liées à celles de la génération du désert. Notre génération possède ainsi l'occasion de réparer ce qui n'avait pas été accompli à l'époque.

L'histoire des explorateurs n'est pas un simple récit du passé. Elle est le miroir de notre propre vie. À chaque époque, l'homme est confronté au même dilemme : choisir entre la peur et la confiance, entre le repli et l'engagement. Chacun rencontre ses propres géants, ses propres obstacles et ses propres raisons de douter. Mais chacun possède également la possibilité d'entendre la voix de Calev résonner en lui.

La mission qui fut refusée par (et à) la génération du désert demeure aujourd'hui entre nos mains : transformer le monde matériel en demeure pour la Présence divine, croire en la force que Dieu place en chacun de nous, avancer malgré les difficultés. La réussite commence souvent au moment où l'on cesse de se voir comme une sauterelle pour se rappeler que l'on est porteur d'une mission divine.

Alors, les mots de Calev deviennent ceux de chaque génération : « Nous monterons assurément et nous prendrons possession du pays, car nous en sommes capables ».



étude du
RAMBAM

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

• DIMANCHE 7 JUIN – 22 SIVAN

Mitsva positive n° 130 : Il s'agit du commandement nous enjoignant de prélever la dîme du pauvre chaque troisième année du cycle chabbatique ainsi que la troisième année après la troisième, c'est-à-dire la sixième du cycle chabbatique.

Mitsva positive n° 195 : Il s'agit du commandement nous enjoignant de pratiquer la bienfaisance et de soutenir ceux qui sont dans le besoin en améliorant leur sort

Mitsva négative n° 232 : C'est l'interdiction qui nous a été faite de refuser charité et soutien aux pauvres parmi nos frères, après avoir eu connaissance de leur situation précaire et de notre possibilité de leur venir en aide.

• LUNDI 8 JUIN – 23 SIVAN

Mitsva positive n° 126 : Il s'agit du commandement nous enjoignant de mettre de côté le grand prélèvement.

Mitsva positive n° 129 : Il s'agit du commandement incombant aux Lévités de prélever de la dîme qu'ils reçoivent d'Israël un dixième et de la donner aux prêtres.

• MARDI 9 JUIN – 24 SIVAN

Mitsva négative n° 154 : C'est l'interdiction qui nous a été faite de faire des prélèvements sur les récoltes de manière anarchique.

• MERCREDI 10 JUIN – 25 SIVAN

Mitsva négative n° 133 : Il est interdit à une personne qui n'est pas Cohen de consommer une « Teroumah » quelconque.

Mitsva négative n° 134 : C'est l'interdiction faite au salarié même à vie d'un pontife de consommer la Teroumah. Elle est tirée du verset suivant : « Celui qui habite chez un pontife ou est salarié par lui, ne mangera point d'une chose sainte ». S'il en a mangé, il est considéré de la même manière que les autres profanes [lorsqu'ils agissent ainsi].

• JEUDI 11 JUIN – 26 SIVAN

Mitsva négative n° 135 : Il est interdit à un non-circoncis de consommer la « Teroumah ». La même loi s'applique à toutes les autres choses saintes.

Mitsva négative n° 136 : C'est l'interdiction qui a été faite à un prêtre impur de consommer la « Teroumah ».

• VENDREDI 12 JUIN – 27 SIVAN

Mitsva négative n° 137 : C'est l'interdiction faite à une femme déshonorée et à la fille d'un prêtre mariée avec un non Cohen de consommer les choses saintes qu'elle aurait été, sinon, en droit de manger.

• SAMEDI 13 JUIN – 28 SIVAN

Mitsva positive n° 127 : Il s'agit du commandement qui nous a été enjoint de prélever la dîme des produits de la terre.

PIZZA CONNECTION

Un homme âgé distingué, habitant la Floride, entra un jour dans ma pizzeria. C'était un rescapé de la Shoah. Il commanda deux pizzas. Je lui indiquai le prix et il ronchonna avec un fort accent yiddish :

- Pourquoi si cher ? J'aurais pu acheter des pizzas non-cachères pour beaucoup moins cher !

Je lui expliquai donc patiemment que le fromage cachère coûte plus cher, qu'il y a des frais de surveillance rituelle sans compter les strictes règles d'hygiène... Il haussa les épaules et continua :

- Moi, je n'y tiens pas particulièrement, cachère ou non, cela m'est égal. Mais j'ai des invités à la maison et ils insistent pour manger strictement cachère. Au fait, pouvez-vous m'accorder un rabais ?

- Oui, si vous achetez au moins dix pizzas. C'est la règle ici.

Mais il n'en voulait que deux.

D'habitude je ne me permets pas de demander aux clients de mettre les Téfilines. Mais cet homme âgé attira mon attention, les souffrances qu'il avait dû subir me bouleversaient. C'est pourquoi ses remarques à propos de la cachérouit m'avaient interpellé. Je lui proposai donc de mettre les Téfilines mais il répondit qu'il était pressé, que des gens l'attendaient à la maison pour manger. J'insistai en précisant bien que cela ne prend que deux minutes mais en vain.

Je m'adressais alors à mon employé israélien en hébreu (pour que le client ne comprenne pas) :

- Dis-lui que les pizzas ne seront prêtes que dans cinq minutes.

Le vieil homme me jeta un regard perçant et continua, dans un hébreu parfait :

- J'ai compris ce que vous lui avez demandé et quand je dis que je n'ai pas le temps, c'est que je n'ai vraiment pas le temps !

J'avais été pris en flagrant délit !

Tant qu'à faire, j'étais déterminé à lui mettre les Téfilines. C'était lui ou moi ! Je lui proposai alors un deal en anglais avec un faux accent yiddish :

- Vous voulez une ristourne ? Très bien ! Je vous rembourse cinq dollars si vous mettez les Téfilines !

Maintenant, ses yeux brillaient. Je compris que nous pourrions parler business. Tout excité, il répéta :

- Cinq dollars de réduction contre la pose des Téfilines ? Mais les Téfilines ne signifient rien pour moi !

- Et pour moi cinq dollars ne signifient rien alors qu'apparemment cela signifie beaucoup pour vous. Par contre, les Téfilines signifient beaucoup pour moi ! Le contrat est donc gagnant-gagnant ! Vous recevez ce qui est important pour vous et moi, je gagne ce qui est important pour moi !

Il m'a alors suivi dans la cuisine et je lui ai mis les Téfilines. Bien entendu, il lut les bénédictions à la perfection et remarqua en passant que cela faisait des dizaines d'années qu'il ne les avait plus mis. Je lui ai remis ses cinq dollars et nous nous sommes séparés, très heureux chacun de la bonne affaire ainsi traitée. Je lui recommandai de vite ranger les cinq dollars dans son portefeuille avant que Dieu soit témoin de notre « arrangement » !

(Entre nous, je suis sûr que cela ne Le dérange pas !)

Leizer Raksin

Once upon a driver

Traduit par Feiga Lubecki

Cette sidra est dédiée

Léïlouï Nichmat

Pascale Sarah Bat Malka Bourgeois



ETINCELLES

DE MACHIA'H

LA DIVISION DU FLEUVE

Isaïe (11 :15) prophétise que, lors de la venue de Machia'h, Dieu « avec Son puissant vent, agitera Sa main sur le fleuve et le frappera en sept ruisseaux ». Il est clair que cet épisode, qui rappelle l'ouverture de la mer rouge lors de la sortie d'Egypte, répond à une nécessité particulière, faute de quoi le prophète ne l'aurait pas ainsi souligné.

En fait, l'ouverture de la mer rouge correspondait spirituellement à la révélation surnaturelle de degrés de la Divinité habituellement masqués, qui intervint à ce moment. En ce sens, cet événement fut une préparation au Don de la Torah sur le mont Sinaï. De même, la division du fleuve préparera à la révélation des dimensions mystiques les plus profondes de la Torah qui interviendra aux temps messianiques.

(d'après *Likouteï Torah, Tsav, p. 16d*) H.N.

 Pharmacie 
Quai du Mont Blanc

Fermée Chabbat et jours de fête

Messody Moyal

Pharmacienne responsable

21, quai du Mont Blanc
1201 Genève - Suisse

Tél : 004 122 731 90 85

Fax : 004 122 732 47 15



770
TSARFAT
UNE ÉTUDE SYSTÉMATIQUE
28€ en
plus lors
de la
commande
COMMANDEZ
VOTRE LIVRE !
SUBBOTA
MES VINGT ANS DE PRISON SOVIÉTIQUE
LE HASSID QUI SE PRÉNOMMAIT CHABBAT
www.boutique.tsarfat.com
+33 (0)7 66 13 79 30

LA HALAKHA

de la semaine



COMMENT SE PRÉPARER POUR CHABBAT ?

Il est recommandé – jeudi soir ou vendredi – de se laver tout le corps à l'eau chaude en l'honneur du Chabbat ou, au moins, le visage, les mains et les pieds. Il est aussi conseillé de se laver les cheveux et de les couper si nécessaire.

(Rabbi Yehouda Ha'hassid recommandait de ne pas se couper les cheveux le jour de Roch 'Hodech – début du mois hébraïque).

On se coupe les ongles des mains ou des pieds mais pas le même jour. Certains ont la coutume de ne pas couper les ongles le jeudi.

On ne coupe pas les ongles dans l'ordre : on commence par les ongles de la main ou du pied gauche. Celui qui brûle les ongles qu'il a coupés est un 'Hassid. Celui qui les enterre est un Tsadik, celui qui les jette est un méchant car si une femme enceinte marche dessus, elle risque de perdre son bébé.

On met des vêtements propres, si possible réservés au jour du Chabbat – comme pour accueillir un roi. De même on s'efforce de porter un Talit spécial pour Chabbat.

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



LEADER CASH

Du choix et des prix bas !

MAGASINS CASH AU SERVICE DE LA COMMUNAUTÉ

- Paris 16^e : 86 rue d'Auteuil – CC Les Belles Feuilles
- Paris 17^e : 13 rue Brémontier
40 rue Guersant → Nouveau ↙
- Paris 19^e : 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^e

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

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

Apaise et protège la voix
des chanteurs depuis 1954



ÉLIXIR DU BOLCHOÏ



en vente sur
elixirdubolchoi.com



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

Carrosserie Peinture

Mécanique-Pare-brise



FRANCHISE OFFERTE

(voir conditions au garage)

VÉHICULES DE REMPLACEMENT

Spécialiste de vos retours de leasing
Agrégé 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

43 Chemin des vignes-93000 Bobigny
www.direct-auto.fr



AUTOVISION

CONTROLE TECHNIQUE AUTOMOBILE

A 3mn de la Porte de Pantin

LE NUMERO
DE LA
COMMUNAUTÉ

NOUVEAU !!
1
Contrôle
Technique
moto

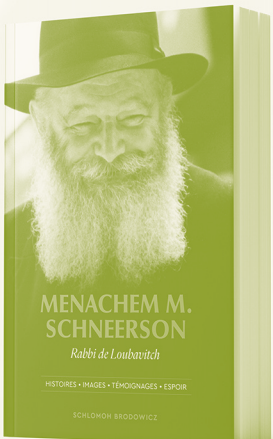


Service
Porte à Porte

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



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



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.