



SHALSHELET

MAG N°17

TAMOUZ 5786
JUN-JULIET 2026



SCIENCES

Le nez : notre incroyable capteur de molécules part 2

page 02

LITIGE FINANCIER

Favoriser sa fille pour l'héritage

page 03

CACHEROUT

Pas de chance, les poissons n'ont pas de peau !

page 05

CALENDRIER

faire confiance à Hachem dans toutes les situations

page 07

PARACHA

“ Faire sortir l'eau de la pierre “

page 08

EDUCATION

L'éducation à l'amour de la Torah et des Mitsvot

page 10

MÉDECINE

Quand le corps passe en mode haute précision

page 14

Ce magazine est offert :



**Leïlouy Nichmat
Mikhael Itshak
ben Yaakov
9 Tamouz**



**Leïlouy Nichmat
Yoséf Eliahou (Josio) Charbit
ben Messod
29 Tamouz**



**Leïlouy Nichmat
Yaakov Galimidi
ben Mazal**

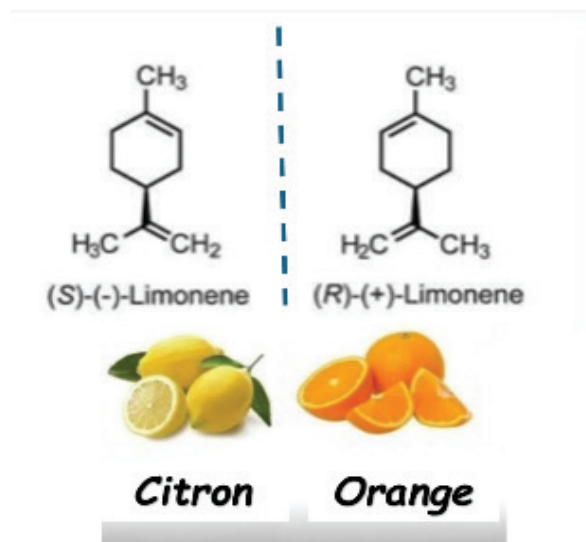
מה רבו מעשיך השם

Le nez : notre incroyable capteur de molécules part 2

SCIENCES

Pr. Daniel Nessim

Certaines odeurs peuvent déclencher des souvenirs et des émotions en quelques millisecondes. L'odorat influence également fortement l'apprentissage, car il est directement relié aux centres cérébraux de la mémoire et des émotions, ce qui permet aux odeurs d'améliorer la formation de la mémoire, la remémoration et l'association émotionnelle. Il s'agit là de domaines de recherche passionnants. En combinant les signaux provenant d'environ 400 types différents de récepteurs olfactifs, codés par l'une des plus grandes familles de gènes de notre corps (3 %), notre nez peut reconnaître des millions, voire des milliards, d'odeurs différentes.¹



Ce qui est le plus étonnant, c'est que le nez peut distinguer des molécules très similaires, comme celles présentes dans les poires et les bananes. Le nez peut même faire la différence entre deux molécules qui sont l'image miroir l'une de l'autre (molécules chirales²), comme entre le (R)-limonène, qui sent l'orange, et le (S)-limonène, qui sent le citron ! Enfin, la concentration des molécules odorantes peut transformer une odeur agréable, à faible

concentration, en une odeur nauséabonde, à forte concentration. En conclusion, l'odorat est un mécanisme extrêmement complexe, qui n'est pas encore entièrement compris.

Beaucoup d'entre nous ont perdu l'odorat pendant la pandémie de COVID. Nous savons tous que les aliments n'ont plus de goût lorsque nous ne pouvons plus les sentir ! Outre l'alimentation, la perte de l'odorat peut également entraîner des répercussions importantes sur la sécurité, le bien-être émotionnel et les relations sociales. Bien que l'odorat diminue souvent avec l'âge, une perte importante ou précoce de l'odorat a été associée à des maladies neurodégénératives telles que la maladie d'Alzheimer, ce qui en fait un sujet de recherche important.

Le petit-fils du Rabbin Avigdor Miller ztz'l avait trouvé son grand-père la tête immergée dans un évier rempli d'eau. Le Rav avait levé la tête pour respirer et avait expliqué qu'après avoir entendu des plaintes concernant la pollution de l'air à New York, il s'était brièvement privé d'air afin d'apprécier pleinement l'air et de le "goûter" à nouveau.

L'odorat est abordé par 'Hazal à plusieurs reprises.³ Nous savons tous que nous prononçons une bénédiction (ברכה) lorsque nous sentons quelque chose qui a une bonne odeur.⁴ Rabbeinu Ba'hya affirme que le nez est un réceptacle qui relie l'âme spirituelle au corps physique, notre âme (נשמה) tirant profit de l'odorat. Par exemple, nous sentons קְשִׁימִים pendant la Havdalah en guise de consolation pour la perte de notre âme supplémentaire (נשמה יתירה).⁵ Rabbeinu Bachya ajoute que l'odorat déclenche également la mémoire et que nos narines sont gravées de la forme d'un Chin (ש), la première lettre de l'un des noms de Hachem.⁶

¹ L'odorat peut être amélioré grâce à l'entraînement.

² Chiralité signifie qu'un objet a une version "gauche" et une "droite" qui se ressemblent mais ne peuvent pas se superposer parfaitement, comme nos deux mains.

³ Je remercie HaRav Aharon Pessin chlita, pour avoir fourni les sources de Torah et Halakha citées ici, ainsi que d'autres que je n'ai pas mentionnées faute de place.

⁴ Choul'han Aroukh O.H. 216

⁵ Choul'han Aroukh O.H. 297

⁶ Commentaire du Passouk (Béréchit 2,7): וַיִּצַר הַשֵּׁם אֱלֹהִים אֶת־הָאָדָם עֶפְרָר מִן־הָאָדָמָה וַיִּפְחַח בְּאַפָּיו נִשְׁמַת חַיִּים וַיְהִי הָאָדָם לְנֶפֶשׁ חַיָּה

Il est mentionné à Moussaf et à plusieurs endroits dans la Torah qu'un Korban est un parfum agréable pour Hachem ריח נִיחָה להשם. Le Ketoret était apporté deux fois par jour. Qui apporte un Korban Olah doit penser, au moment de la Ché'hita, que celui-ci est exclusivement destiné à être senti.⁷ La Guémara mentionne que le Machia'h utilisera son odorat pour juger les gens (et non la vue ou l'ouïe).⁸ Le Maharcha explique que l'on peut se tromper en se basant sur la vue ou l'ouïe, mais pas sur l'odorat. L'odorat est le sens le plus spirituel car il est lié à la Néchama,⁹ il peut donc détecter la vérité. Le Maharal ajoute que l'odorat permet de distinguer clairement les bonnes et les mauvaises odeurs, mais que l'on peut voir ou entendre quelque chose de mauvais sans le percevoir comme tel.¹⁰

Nous devons nous tenir à l'écart des mauvaises odeurs. Nous ne pouvons pas prier là où il y a une mauvaise odeur et nous devons placer une tannerie, qui dégage une très mauvaise odeur, à 50 Amot de la ville. Une Halakha effrayante : un homme est obligé de divorcer de sa femme et de lui donner la Ketoubah s'il développe une mauvaise odeur dans la bouche ou le nez.¹¹

⁷ Rambam, *Hilkhot Ma'aseh HaKorbanot* 4:11

⁸ Sanhédrin 93b sur le Passouk: ישעיהו יא, ג: וְהָרִיחַ בְּרִיחַת הַשֵּׁם וְלֹא לְמַרְאֵה עֵינָיו וְלֹא לְמַשְׁמַע אָזְנוֹ יוֹכֵיִם:

⁹ La Néchama bénéficie de l'odorat, mais pas des autres sens tels que l'ouïe ou la vue, qui sont physiques.

¹⁰ Le Maharal ajoute que même le goût n'accepte pas quelque chose de dégoûtant mais cela n'est pas comparable à l'odorat, car il s'agit d'une sensation physique.

¹¹ Rambam, *Hilkhot Ichout* 25:11 et *Tour, Choul'han Aroukh, Even Ezer* 154a.



Pour éviter les mauvaises odeurs dans la bouche, la Guémara suggère de mettre du pilpel dans la bouche.¹² Nous trouvons également différents Minhagim à l'époque de 'Hazal concernant les bonnes odeurs, comme apporter de l'huile parfumée pour se nettoyer les mains et du myrte (הדס) à la fin du repas¹³ ou mettre un parfum agréable sur les vêtements.¹⁴

En Hébreu, le mot "âme", Néchama, ressemble au mot "souffle", Néchima. Les Sages nous disent que nous devons remercier Hachem pour chaque souffle, pour chaque Néchima. Remercions également Hachem pour notre capteur de molécules, notre nez, qui peut sentir de nombreux parfums merveilleux.

science613miracles@gmail.com

¹² Chabbat 64b

¹³ Bérakhot 43b – discussion sur ce qu'il faut bénir en premier : l'huile parfumée ou le myrte.

¹⁴ Bérakhot 53a – Ils portaient des vêtements parfumés le jour du Chabbat à Tibériade et le Motzaei Chabbat à Tzipori (en guise de consolation).

Favoriser sa fille pour l'héritage

Rav Réouven Cohen

LITIGE FINANCIER

Av Beth Dine «Michpat Chalom»

Daniel prend de l'âge et pense au partage de ses biens. Il éprouve un attachement particulier pour sa fille mariée à un talmid 'hakham chez qui il est très souvent hébergé. Il est fier de ses petits-enfants qui suivent le chemin de leur père. Il souhaite donc allouer à sa fille la moitié de son patrimoine. Vu qu'il a aussi deux fils, sa fille n'est pas héritière selon la halakha. Il se demande donc s'il a le droit d'aller à l'encontre de la Torah en accordant une si grande part à sa fille. Avant de se rendre chez son avocat pour rédiger son testament, il prend conseil chez son Rav.

Réponse : Daniel est autorisé à léguer à sa fille la moitié de ses biens en rédigeant un testament conforme à la halakha. Il ne devra pas se tourner vers son avocat mais plutôt vers un Dayan ou un Rav expert en la matière.

Développement : Il faut d'abord savoir que, pour modifier l'ordre de l'héritage énoncé par la Torah, il faut établir de son vivant un document conforme à la Halakha rédigé en bon et due forme et comportant un acte d'acquisition. Ignorant ces halakhot complexes, les avocats ne sauront pas



rédigé un tel document. En Israël, certains avocats essaient de rendre leur testament conforme à la halakha en recopiant des termes utilisés par des dayanim, mais sans vraiment savoir l'adapter aux différentes situations qui se présentent à eux. Chaque terme pouvant influencer sur la validité de ce document, les avocats n'ont pas le droit de tromper leurs clients en leur assurant que leur testament est conforme à la halakha. Daniel devra donc s'adresser à un Dayan ou un Rav expert en la matière pour lui rédiger son testament.

Le Talmud (Baba Batra 133b) et le Choul'han Aroukh ('Hochène Michpat 282) écrivent : « Celui qui distribue ses biens à autrui en privant ses héritiers éveille contre lui la colère des 'Hakhamim ». Selon la Torah, s'il y a des fils, la fille n'hérite pas. Pourtant, nous trouvons plusieurs grands talmid hakhamim ayant eux-mêmes écrit un testament accordant une demie part à leur fille. En effet, cela fait déjà plusieurs siècles que la pratique s'est répandue en Europe d'accorder à la fille, sur contrat à son mariage, une demie part d'héritage. C'est ce qu'on appelle : chtar 'hatsi zakhar. Ne s'agissant pas d'une interdiction ferme des 'hakhamim mais uniquement d'un mécontentement, certaines circonstances permettront de passer outre ce conseil. De nos jours, l'exclusion des filles de l'héritage est très mal vécue et entraîne généralement des discordes dans la famille. Le Rama (responsa 257) évoque déjà à son époque cette raison, surtout si ces discordes risquent d'être réglées au tribunal civil (Rabbi 'Hayim Falagi). D'après le Maharam Mints (47 s'appuyant sur le traité Ketoubot 52), octroyer une part conséquente aux filles facilite leur mariage. Mais tout cela doit être

fait en laissant un minimum de biens aux héritiers mâles (Tachbets et Maharchal). Le Panim Méïrot (1 ;1) et le 'Hatam Sofer (Evèn Haézèr 2 ; 168) écrivent que cette permission de léguer ses biens aux filles n'est valable que jusqu'à une part équivalente à celle des fils. Daniel ne pourra donc pas a priori accorder plus d'un tiers de son patrimoine à sa fille. Pourtant, il peut le faire dans son cas particulier. En effet, son gendre étant talmid 'hakham (même s'il n'est pas dans le besoin), cette donation pourra être considérée comme de la tsédaka (charité) surtout s'ils ont de nombreux enfants, eux-mêmes érudits, à marier. Or, il est permis de détourner l'héritage pour offrir des sommes, même importantes, à la tsédaka (Beth Yossef, Yoré Déa 249). De plus, si Daniel a été hébergé chez sa fille chez laquelle il est bien plus à l'aise que chez ses fils, ce sera considéré comme un paiement pour leurs soins. En effet, le Tséma'h Tsédek (42) a permis à un vieillard d'accorder 2/3 de son appartement à son gendre et sa fille qui allaient venir habiter avec lui, au détriment de son fils. La Guemara dit bien (Erouvine 86a) : « Si ton gendre crie, tu peux entrer chez lui, mais si ta belle-fille crie, sauve-toi ! – en d'autres termes, on se sent plus à l'aise chez sa fille que chez son fils. La donation à la fille a principalement pour but, en réalité, le bien-être du vieillard et pas celui de sa fille.



**RÉGLEMENT DE LITIGE, RÉDACTION
DE TESTAMENT ET HÉTÉR ISKA:**

06 66 90 51 78

www.michpat-chalom.org

Pas de chance, les poissons n'ont pas de peau !

CACHEROUT

Franck Delache

Les beaux jours arrivent, et avec eux l'envie de manger plus léger (sans parler de av qui approche), quoi de mieux qu'un bon poisson ? Acides gras, protéines, minéraux, vitamines, les bénéfiques pour la santé sont nombreux. Mais comment s'assurer de manger un poisson cacher ?

Les signes de cacherout

La Torah (Vayikra XI, 9-12) a précisé les conditions pour pouvoir manger un poisson : il doit avoir des écailles et des nageoires. Puis elle précise une interdiction de manger un poisson qui ne possède pas ces signes. Le Talmud ('Houlin 66b) explique que cette répétition signifie que quelqu'un qui mangerait un poisson non cacher transgresserait une mitsva positive et une négative. Le Rambam considère qu'il y a une obligation de la Torah de reconnaître les preuves de cacherout sur l'animal. Le Ramban n'est pas d'accord, il lui paraît évident que la guemara ne veut pas dire que celui qui mange un poisson qu'il a reconnu cacher réaliserait une mitsva, mais simplement que celui qui mange un poisson pas cacher transgresse un lav et un assé.

Comme on le sait, nos sages nous ont appris que tout poisson qui a des écailles possède forcément aussi des nageoires, mais l'inverse n'est pas vrai. C'est pourquoi il suffit de constater la présence d'écailles pour autoriser un poisson, même si on ne connaît

pas cette espèce et qu'on ne possède aucune tradition qu'il soit cacher (contrairement aux mammifères et volatiles où la tradition est indispensable). Certains poissons perdent leurs écailles lorsqu'ils sortent de l'eau, d'autres ne les auront que plus tard, ils sont néanmoins cacher. De même, pour certaines espèces, il faut remettre l'animal dans l'eau ou attacher un tissu autour pour que les écailles apparaissent sur ce tissu, cela est suffisant. Enfin, si les écailles ont été enlevées, mais que leurs traces restent clairement visibles sur la chair, le poisson est permis. Le Choulhan Aroukh tranche que si le poisson est découpé en morceaux, mais qu'un seul morceau est porteur d'écailles, si on peut reconstituer le poisson entier, tout sera permis (Y.D. 83,4 et Taz).

A noter qu'aujourd'hui la recherche génétique permet de « créer » des écailles sur des espèces de poissons qui naturellement en sont dépourvues, ou au contraire de les enlever sur des espèces qui les possédaient. Dans tous les cas, ces poissons ne seront pas cacher (Lehorot Natan 6,57, Kinyan Torah 5) et ces manipulations sont interdites (Chevet Halevy 6,121).

Nos sages nous ont transmis d'autres signes de reconnaissance des poissons permis : une tête large et arrondie, l'arrière du corps (vers la queue) pointu et allongé, pas symétrique avec la tête, une colonne vertébrale, des



viscères... (Rachi dans Avoda Zara 39b et 40b). Pour les sefaradim, ces simanim ne suffiront jamais à autoriser un poisson, il est impératif de reconnaître les écailles et les nageoires. Pour les ashkenazim, on peut se contenter de ces signes en présence d'un morceau du poisson (si par exemple on reconnaît la tête et la colonne vertébrale), mais si le poisson est entier et on ne voit aucune écaille, il sera interdit (Rama Yoré Déa 83 et Chakh 6).

Un autre signe distinctif est ce qu'on appelle la teviout ayin, l'expérience visuelle : un œil expert, habitué à reconnaître les différentes chairs de poissons identifie de façon certaine que ce spécimen appartient à une espèce cacher. Cette reconnaissance sera valable même pour le Rambam pour qui c'est une obligation de la Torah d'identifier le poisson cacher. Cependant rav Moché Feinstein (Iguerot Moché Y.D. 3,8) limite ce moyen d'identification : il y a aujourd'hui 30 000 sortes de poissons scientifiquement dénombrés, et des milliers d'autres qui restent à découvrir, comment être sûr à 100% que le morceau de poisson dépourvu d'écailles présent devant nous est bien cacher ? Si l'expert est un juif craignant le ciel, et qu'il identifie sans aucun doute l'espèce, on lui fera confiance, mais ce cas est rare.

La crédibilité du vendeur

La michna (Avoda Zara 35b) interdit les petits poissons broyés préparés et vendus par des non-juifs, de peur que des poissons interdits soient mélangés, et puisque les signes de reconnaissance ne sont plus visibles, le consommateur juif pourra être induit en erreur. La Guemara précise que s'ils n'ont plus de tête et d'arête dorsale ils sont considérés comme broyés. Les commentateurs expliquent que la teviout ayin n'est utilisable que sur un poisson entier, et pas sur un morceau isolé.

Le cas que nous connaissons tous du poissonnier qui propose des filets sans la peau, en affirmant qu'ils proviennent d'une espèce connue comme étant cacher est donc problématique. Si le professionnel est digne de confiance du point de vue halakhique, ou si le commerce bénéficie d'une surveillance rabbinique, la question ne se pose pas. Mais si on n'a que la parole du vendeur non-juif, il est difficile de s'en contenter.

Précisons également que de nombreux poissons sont appelés différemment selon les pays et parfois les régions, et qu'un même nom peut concerner des poissons cacher et



non cacher. Par exemple le loup peut être dans le sud de la France du bar (permis) ou du loup de mer (interdit). Les perches du Nil ne sont pas toutes cacher.

Certains ont voulu utiliser le principe de « ouman lo mara oumanoutéh », un professionnel ne trahit pas son métier (Menahot 43a, Maguen Avraham O.H. 20,1). Cependant, de nombreux décisionnaires estiment que ce n'est pas applicable ici : selon une étude internationale réalisée il y a quelques années, 30% des poissons commercialisés sont vendus sous une fausse appellation. Cela ne signifie pas forcément que ce sont des espèces interdites qui sont vendues comme étant cacher, mais en tout cas les contrôles ne sont pas fiables à 100%. Même en cas d'erreur, le professionnel ne risque pas grand-chose, car les autorités comprennent qu'il ne peut matériellement pas vérifier chaque poisson vendu. D'après les spécialistes, la situation s'est améliorée ces dernières années, mais les erreurs demeurent et le risque zéro n'existe pas.

Concrètement : certains autorisent de faire confiance au commerçant quand il dit que ce morceau provient de telle espèce connue comme cacher. Le professionnel non-juif témoigne sur le type de poisson (ce qui est son métier) et non sur la cacherout (où il n'est pas compétent). D'autres autorisent uniquement pour du poisson emballé provenant de grandes marques, pour lesquelles leur crédibilité est plus engagée (Beth din de Londres). Enfin les avis les plus stricts interdisent tout poisson vendu sans la peau si sa cacherout n'est pas attestée par un professionnel digne de confiance ou un organisme de cacherout sérieux (Rav Moché Feinstein et rav Pinhas Epstein).

La période de Bein hamétsarim : faire confiance à Hachem dans toutes les situations

CALENDRIER

Rav Betsalel Cohen

Les jours du 17 tamouz et du 9 av créent entre eux une période de 3 semaines de deuil sur le lien avec Hachem perdu à la suite des malheurs arrivés ces jours-là. Cette période est appelée Bein hamétsarim «entre les étroitures», reprenant le lashon du passouk au début de Eikha «tous ses oppresseurs l'ont atteinte entre les étroitures» que le midrash explique «entre le 17 tamouz et le 9 av».

Ce nom énigmatique est à élucider mais essayons d'abord de comprendre le lien entre ces deux jours s'alliant pour former une telle période afin de comprendre son rôle.

Les fautes du veau d'or du 17 tamouz et des pleurs à la suite des paroles des explorateurs du 9 av viennent d'une même racine¹, le manque de confiance en Hachem. Après seulement quelques heures de retard de Moché Rabénoù, les Bné Israel perdent tous leurs moyens et s'inquiètent comment vont-ils continuer sans lui et tentent aussitôt de le remplacer². Il y avait donc un manque de confiance en Hachem et Sa bienveillance envers nous malgré tous les bienfaits

1 Rashi sur parashat chélahk lékha nous dévoile aussi leur lien à la racine. Malgré le pardon sur la faute du veau d'or, Hachem dit «et le jour de Mon règlement de compte Je les punirai aussi sur cette faute». Et Rashi explique que cela fait référence au moment de la faute des explorateurs. 40 ans d'errance dans le désert incluant la première année qui précédait l'épisode des explorateurs, parce que ce décret était déjà venu à l'idée d'Hachem depuis la faute du veau d'or, mais il attendra qu'ils le méritent vraiment par la faute des explorateurs. Nous voyons ainsi que la faute des pleurs à la suite des explorateurs était la continuité de la faute du veau d'or, entraînant ensemble une même punition.

2 On retrouve cela dans les ta'hanounim ashkenaz du 17 tamouz «mon berger je n'ai pas attendu 6 heures et les lou'hot furent détruites».



qu'il nous avait octroyés jusqu'alors. Dans le cadre d'un lien conjugal, un tel manque de confiance remet en cause tout le lien. Hachem veut alors punir le Klal Israël mais pardonne pour cette fois en attendant de voir s'il récidive. Cela arrive lorsque le Klal Israël malgré la promesse d'Hachem de nous faire conquérir Erets Israël décide d'envoyer quand même des explorateurs «par sécurité». Puis à leur retour, en entendant leurs propos d'hérésie que les habitants du pays étaient plus forts qu'eux (et Hachem à leurs côtés), ils pleurèrent cette nuit-là et vinrent dire «par haine envers nous Hachem nous a sortis d'Égypte». Hachem dit alors «vous avez pleuré pour rien je vous promets des pleurs pour les générations», c'est là qu'ont été décrétés tous les malheurs du 9 av. Ces malheurs ont pour but d'amener à une confiance en Hachem malgré la situation, et réparer ainsi la perte de confiance de ces deux jours qui brisa notre lien avec Hachem.

L'essentiel de notre travail durant cette période «de malheur» est donc de renforcer notre confiance en Hachem, constamment en train de nous faire du bien. Comme dit le mizmor de chabat, le jour c'est à dire dans une période de 'hessed visible, ressentir Sa bienveillance et Le remercier ne nécessite pas d'efforts, elle est visible. Mais la nuit dans une situation de malheur, il est très difficile de percevoir le 'hessed caché derrière

cette situation. Un travail s'impose alors : «véémounaté'ha baleilot», faire confiance à Hachem. C'est de cette façon que Rabi Akiva, après avoir perdu en l'espace d'un mois toute sa yeshiva de 24 000 élèves, va le jour même où il n'a plus aucun élève, enseigner au sud à ses 5 nouveaux élèves. Ainsi les Gdolim ayant traversé la Shoah et tout perdu ont sans plus attendre tout reconstruit, sans poser la moindre question³, faisant confiance à Hachem. Bien sûr, la personne atteinte de souffrances doit faire un travail d'introspection et essayer tant que possible de percevoir le message qu'Hachem veut lui faire passer, mais en étant conscient de sa perception très limitée, ce travail ne doit pas infecter sa confiance aveugle en Hachem et sa bienveillance qu'il réussisse à la percevoir ou non. On comprend mieux le nom de cette période «entre les étroitures», ces jours où nous nous sommes inquiétés stressés, par notre perception étroite, incapable de voir le 'hessed d'Hachem. Nous devons alors saisir nos limites de perception et faire confiance.

Dans l'article précédent nous avons ramené le 4ème passouk de Chir Hachirim retraçant le parcours des moadim dans lequel on construit notre relation avec Hachem. Ce passouk termine par «Mécharim Ahévous'ha» que Rashi explique que le Klal Israël aime Hachem un amour fixe et imperturbable dans toutes les situations. On fait allusion ici à cette période de bein hametsarim, on arrive alors à aimer Hachem et le remercier même sur un 'hessed qui nous est imperceptible. Nous accédons alors à ce lien intense et solide avec Hachem qui ne dépend plus de

notre perception de la situation⁴. C'est la comparaison qu'il y a dans Eikha entre ces malheurs et «un jour de moèd». C'est ce qu'annonce le navi que ces jours de jeûne vont s'inverser en «moadim tovim» ou l'on verra ce 'hessed mais jusqu'alors ce sont des moadim de émouna dans lesquels on renforce notre lien et le rendons immuable⁵.

Nous comprenons ainsi la dernière michna de Massé'hèt Taanit qui nous énumère les malheurs arrivés ces deux jours du 17 Tamouz et du 9 Av de manque de confiance en Hachem et de brisure du lien. Elle rapporte immédiatement ensuite les deux jours de réparation pendant lesquels on réussit à retrouver ce lien. À la suite de notre Téhouva après le 17 Tamouz, on reconstruit ce lien et à Yom Kippour c'est notre mariage avec Hachem. À la suite de la punition de la mort de toute la génération dans le désert en 40 ans, à Tou Béav comme l'explique le Rambam en voyant que personne ne périt cette année-là, le 9 av ils ressentirent qu'Hachem les avait pardonnés et ne leur en voulait plus et s'en réjouirent. C'est alors qu'Hachem parle à nouveau à Moché de façon dévoilée en montrant tout son amour, la confiance et le lien sont alors retrouvés. Ce jour de Simh'a est alors fixé comme le jour de la construction du troisième Beit Hamikdash⁶. Ces jours sont donc propices à la construction d'un lien et à des chidou'him organisés ces jours-là. La michna termine par le passouk «tsééna ouréna» pour dire sors de tes étroitures et fais confiance et ainsi retrouve ce lien à Yom kipour et Tou béav.

3 Voir Midrash Raba au début de Parashat Vaéra qui ramène qu'Hachem se lamente de la disparition des Avot qui ne se sont jamais posés de questions sur ce qu'Hachem leur envoyait.

4 On raconte dans le même sens que l'on raconta un jour à un gadol que tel rav arrive à voir les Ouchpizin dans la Souka, ce gadol s'exclama «le pauvre il a besoin qu'on lui montre».

5 Dans Mizmor Létoada, on remercie Hachem à la fois sur son 'hessed visible et sur l'invisible sur lequel nous sommes confiants.

6 Pri tsadik au nom de la psikta rabati.

“ Faire sortir l'eau de la pierre ”

PARACHA

Un passouk dans la paracha de 'Houkat dit la chose suivante :

וַיֹּאמֶר לָהֶם שְׁמַעוּ-נָא הַמְּוֹדִים הַמַּרְהַסְלֵעַ הַזֶּה נּוֹצֵי־אֶתְכֶם מֵיָם:

וַיִּרְם מִשָּׁה אֶת-יָדוֹ וַיִּדְ אֶת-הַסֵּלֶעַ בְּמַטְּהוֹ פַּעַמִּים וַיִּצְאוּ מֵיָם רַבִּים

« Écoutez donc, rebelles ! Ferons-nous sortir pour vous de l'eau de ce rocher ? Moché leva

sa main et il frappa le rocher de son bâton à deux reprises, beaucoup d'eau en sortit ». (Bamidbar 20,10)

Face à un peuple assoiffé, Hachem lui demande de parler au rocher afin que l'eau en jaillisse. Pourtant, Moché s'adresse durement aux Béné Israël, puis frappe le rocher à deux reprises. L'eau finit par couler

en abondance, mais l'acte de Moché est considéré comme une faute, elle lui coûtera même l'entrée en Israël.

Cet épisode contient peut-être une réflexion profonde sur l'éducation.

Le passouk emploie le terme « morim » pour désigner les Béné Israël. Dans son sens simple, le mot signifie « rebelles ». Cependant, il évoque également le mot hébreu « morim », les éducateurs, ou les enseignants. Cela nous invite à réfléchir au regard que l'éducateur porte sur celui ou ceux qu'il a en face de lui.

Tout enseignant ou parent a déjà rencontré un élève qui ressemble à 'un rocher'. Un enfant qui ne comprend pas. Un enfant qui ne trouve aucun intérêt dans ce qu'il étudie. Un enfant qui paraît fermé à toute tentative d'explication. Face à cette situation, une question surgit : « est-il réellement possible de faire sortir de l'eau d'une pierre » ?

L'eau représente souvent la Torah. Nos Sages comparent fréquemment l'eau à la connaissance de la Torah qui permet à l'homme de grandir. Le rocher peut alors symboliser cet enfant dont le potentiel semble enfoui sous une certaine forme de dureté. La véritable question devient donc : peut-on faire jaillir la Torah du cœur d'un enfant qui semble imperméable à toute forme d'enseignement ?

La réponse d'Hachem est plutôt simple : Il ne demande ni de forcer le rocher ni de le briser, Il demande simplement de lui parler.

Avant de vouloir transmettre, il faut créer un lien, il faut comprendre, il faut complimenter, il faut écouter. Il ne faut pas non plus juger du niveau d'un enfant en ne croyant pas en



lui 'has véchalom.

Lorsqu'un enfant se sent compris et valorisé, il devient souvent capable d'accomplir ce que personne n'attendait de lui. Pourtant, l'expérience montre que la parole seule ne suffit pas toujours, (peut-être parce que nous nous y prenons mal).

Moché frappe alors le rocher à deux reprises, on peut peut-être y voir l'image de deux démarches éducatives.

Le premier coup symbolise la capacité de rejoindre l'enfant là où il se trouve, tous les enfants n'apprennent pas de la même manière. Certains retiennent mieux en chantant, d'autres en dessinant, d'autres encore en mémorisant ou en manipulant des idées concrètes. Un éducateur ne peut pas exiger que tous avancent par le même chemin. Il doit parfois adapter sa méthode à la personnalité de l'enfant. Lorsqu'on va chercher les forces naturelles d'un élève, même une petite ouverture peut nous aider à comprendre le meilleur moyen d'intéresser l'enfant.

Le second sujet c'est le défi. Une fois que l'enfant a découvert ses capacités, il faut lui permettre de les développer. Un objectif clair, un projet personnel, un engagement qu'il choisit lui-même peuvent devenir des moteurs de progression. Lorsqu'un enfant sent qu'un projet lui appartient, il arrête de travailler pour faire plaisir aux autres, il travaille parce qu'il veut réussir. C'est alors que les quelques gouttes (sorties du rocher après le premier coup) deviennent un véritable torrent.

Il faut être capable de se situer à l'équilibre entre accepter l'enfant comme il est et croire en ce qu'il peut devenir. Trop d'exigence risque de le décourager, quand trop de souplesse risque de l'empêcher de progresser. Il faut donc réussir à le lancer sur le défi au bon moment, lorsque ce sera le plus adapté pour lui.

Alors, peut-on faire sortir de l'eau d'une pierre ?

La Torah répond que oui, aucun enfant n'est réellement un rocher. La mission de l'éducateur est de trouver le chemin qui permettra à cette eau de jaillir. Parfois par la parole, parfois par l'encouragement, parfois par le défi.

Il doit toujours y avoir la conviction qu'à l'intérieur même de la pierre, se trouve déjà la source d'où coulera la Torah de cet enfant.

L'éducation à l'amour de la Torah et des Mitsvot

EDUCATION

Rav Ephraim Perez

À une occasion, on m'a demandé de m'entretenir avec un jeune homme issu d'une famille orthodoxe (haredi), fils d'un rabbin et érudit (Talmid 'Hakham), qui avait abandonné la pratique religieuse. Au cours de notre conversation, j'ai essayé de comprendre ce qui l'avait poussé à quitter cette voie, alors qu'il avait grandi dans un foyer imprégné de Torah. Il me répondit : « La voie de la Torah n'est pas authentique, c'est une voie de mensonge. »

Cette réponse m'a fait comprendre qu'il y avait une histoire plus profonde derrière tout cela. Un enfant qui grandit dans une maison de Torah ne se met pas soudainement à penser que cette voie est un mensonge. C'est alors qu'il me raconta que, chez eux, l'argent manquait cruellement et qu'ils vivaient dans une grande précarité. Lorsque l'école organisait des sorties, il ne pouvait pas y participer, car ses parents n'avaient pas les moyens de payer. Son père leur répétait constamment : « C'est vrai que ce n'est pas agréable, mais c'est cela, la vie de Torah, et nous faisons des sacrifices pour elle. » Son père insistait sans cesse sur cette dualité entre une vie de privations et la vie de Torah, affirmant que cette dernière était bien supérieure. Il exaltait la grandeur et l'importance de la Torah, expliquant qu'il valait la peine de lui sacrifier les plaisirs de ce monde, même si cela était inconfortable et difficile, car la vie matérielle n'a aucune valeur réelle : tout n'y est que superficialité.

« Quand j'ai eu environ 14 ans », me confia le jeune homme, « mon père a obtenu un poste rabbinique important. Avec ce poste, il a reçu une luxueuse voiture Mercedes. Il ne nous laissait jamais monter dedans, la nettoyait lui-même avec le plus grand soin et la protégeait comme la prunelle de ses yeux. C'est à ce moment-là que j'ai vu le mensonge de mes propres yeux. Tant que nous étions dans la misère, mon père parlait de l'importance de la Torah et du fait que la vie matérielle n'avait aucune valeur. Mais dès que nous avons été à l'aise et qu'il a eu cette voiture, il nous a montré que le matériel avait une valeur suprême. C'est pourquoi », conclut le jeune homme, « je pense que la voie proposée par la Torah est un mensonge. »



La leçon de Pessa'h Chéni

Dans le livre des Nombres (Bamidbar), la Torah raconte qu'un groupe d'hommes qui étaient impurs se présentèrent devant Moïse (Moché Rabbénu) et réclamèrent : « Pourquoi serions-nous privés de présenter l'offrande du Seigneur en son temps ? » Ils contestaient le fait de ne pas pouvoir offrir le sacrifice de Pessa'h à cause de leur impureté liée au contact d'un mort.

À première vue, cela demande réflexion : si les règles de la Torah stipulent qu'une personne impure ne peut pas apporter le sacrifice de Pessa'h, de quoi se plaignaient-ils ? Au contraire, ils auraient dû se réjouir d'en être dispensés, sachant pertinemment qu'ils ne seraient pas punis pour cela. Quel argument pouvaient-ils bien opposer à Moïse ?

Bien sûr, il existe de nombreuses explications à cet épisode, mais d'un point de vue simple, on peut dire que c'est leur amour de la Torah et des commandements (Mitsvot) qui les a mis mal à l'aise à l'idée de ne pas accomplir le sacrifice de Pessa'h. Ce sentiment venait du cœur, indépendamment du fait qu'ils y soient obligés ou qu'ils risquent une punition.

Le fondement éducatif : l'exemple parental

C'est là un grand principe dans l'éducation des enfants : les enfants ne regardent pas seulement la quantité de commandements que nous accomplissons, mais aussi l'importance que nous, parents, accordons à leur accomplissement. Ils observent la valeur que nous donnons aux Mitsvot par rapport aux plaisirs de ce monde.

Même celui à qui D.ieu a accordé la prospérité financière et la réussite matérielle peut et doit montrer que l'importance de la Torah et des Mitsvot dépasse de loin les biens de ce monde.

Lorsque les parents agissent ainsi : Les enfants voient de leurs propres yeux que la voie de la Torah est la vérité.

Cela leur donne la force, l'inspiration et la motivation d'accomplir la Torah et les Mitsvot par choix et avec joie.

Souvenons-nous de nos mères ou de nos

grands-mères à la fin de leur vie : elles étaient faibles et épuisées et, selon la loi religieuse, elles étaient très probablement dispensées de jeûner à Yom Kippour. Pourtant, nous n'osions même pas le leur suggérer, car il n'y avait aucune chance qu'elles nous écoutent. Leur amour pour les Mitsvot était si grand que la question ne traversait même pas leur esprit.

C'est de cette manière que nous transmettrons, nous aussi, l'amour de la Torah et des Mitsvot dans le cœur de nos enfants.

La cascade de coagulation : quand le corps passe en mode haute précision

MÉDECINE

O.S.

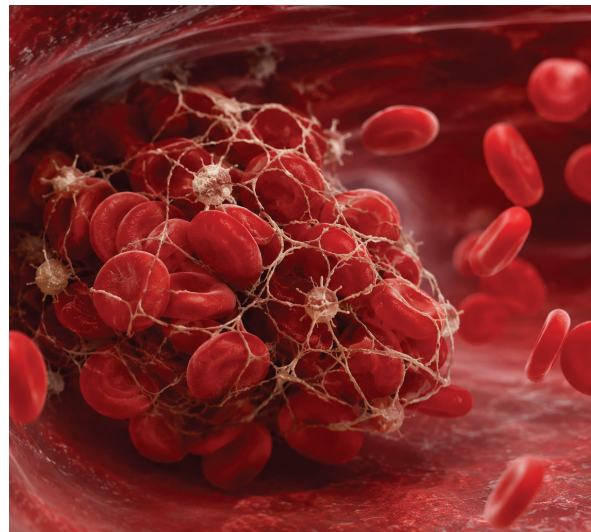
Lors de notre dernier épisode, nous avons relaté un épisode douloureux. Celui d'une coupure accidentelle, erev chabat, devant les yeux écarquillés de la petite Ora.

Le sang s'est désormais arrêté de couler. Ora vous regarde, soulagée. Vous aussi. « Ça va ? » demande-t-elle, les yeux encore discrètement embués. Vous souriez, malgré la douleur. « Oui, ça va ». Le petit bouchon formé par les plaquettes tient bon, la plaie ne saigne plus. Mais en réalité, à l'intérieur de votre doigt, le processus ne fait que commencer. Car ce bouchon, aussi efficace soit-il, reste fragile. Un simple mouvement pourrait le faire céder. Le corps a déjà enclenché une seconde phase, encore bien plus impressionnante : la cascade de coagulation.

Une réaction en chaîne silencieuse

Pendant que vous rassurez Ora, votre sang devient le théâtre de millions de réactions chimiques d'une précision vertigineuse. Dans la circulation sanguine, environ 12 facteurs de coagulation se promènent patiemment. Ce sont des protéines, présentes en permanence, mais totalement inactives. En présence d'une blessure, tout ce petit monde se met au travail.

Le principe est simple : un facteur en active un autre, qui en active un autre, qui en active encore un autre... Comme une file de dominos qui s'effondrent les uns après les autres.



Une amplification spectaculaire

Mais ce qui rend ce système fascinant, c'est sa puissance. Une seule molécule activée ne se contente pas d'en activer une autre. Elle en active plusieurs, qui vont en activer des dizaines puis des milliers, puis des millions ! Autrement dit, une micro-lésion déclenche une réponse gigantesque. Quand la coagulation est enclenchée, ces facteurs vont s'activer en cascade. Au cœur de cette agitation microscopique se trouve une molécule clé, la thrombine. Une seule molécule de thrombine peut agir sur plus de 1 000 molécules d'une autre protéine appelée fibrinogène. Ce fibrinogène est présent en grande quantité dans notre plasma (environ 2 à 4 g par litre de sang) à l'état liquide. Sous l'action de la thrombine, il se transforme en, fibrine, une matière solide.

C'est le moment où le sang commence à se structurer pour coaguler définitivement la plaie. Peu à peu, la fibrine s'organise. Elle forme un réseau de filaments extrêmement fins qui

s'enroulent autour du bouchon plaquettaire, capturent les globules rouges et consolident toute la structure.

À l'échelle microscopique, c'est une véritable toile d'araignée tridimensionnelle.

En quelques minutes, le caillot devient 100 à 1000 fois plus solide que le simple bouchon initial.

Et c'est une nécessité, car, même dans un petit vaisseau, le sang continue de circuler, parfois à plus de 30 cm par seconde. Le caillot doit résister à cette force permanente.

Deux façons d'y arriver

La cascade de la coagulation démarre par deux chemins différents :

- La voie extrinsèque, déclenchée immédiatement par la blessure (en quelques secondes).
- La voie intrinsèque, un peu plus lente (en quelques minutes), activée par le contact du sang avec les structures internes comme le collagène.

Mais ces deux voies convergent toutes vers un point clé : l'activation du facteur X de la coagulation (ou facteur Stuart-Prower pour les intimes).

C'est le véritable interrupteur qui déclenche la production massive de thrombine.

Ce système est si bien réglé qu'on peut le mesurer très précisément avec une prise de sang.

- La voie extrinsèque est mesurée par le temps de prothrombine (TP) qui dure normalement environ 10 à 14 secondes.
- La voie intrinsèque est appréciée par le Temps de Céphaline Activée (TCA) : environ 25 à 35 secondes.

Ces deux mesures ne sont pas de simples chiffres, elles racontent une histoire :

- En 10 secondes, votre corps détecte et réagit à une brèche.
- En 30 secondes, il met en place un système complet capable de stabiliser la situation.

En moins d'une demi-minute, notre organisme est capable de sécuriser une brèche dans un réseau de plus de 100 000 km de vaisseaux sanguins, et créer ce que certains appellent communément « une croûte ».

Un système sous haute surveillance

À ce stade, une question s'impose : comment éviter que tout le sang coagule ?

Notre corps a prévu des freins. Des molécules telles que l'antithrombine, la protéine C et la protéine S agissent comme des gardiens.

Elles neutralisent les facteurs activés et empêchent la réaction de s'emballer. Grâce à elles, la coagulation reste strictement localisée à votre blessure. Pas un millimètre de plus.

Quand l'équilibre se rompt

Même si tout a fonctionné parfaitement aujourd'hui, ce système peut parfois se dérégler.

- Dans l'hémophilie A, le facteur VIII est déficient, la coagulation devient lente, et les saignements peuvent durer des heures.
- À l'inverse, une activation excessive peut provoquer des caillots dans les vaisseaux : thromboses, infarctus, AVC.

Un équilibre d'une précision extrême.

Un miracle discret

Quelques minutes après la coupure, tout est stabilisé.

Vous reprenez votre préparation comme si de rien n'était. Ora est rassurée. Le dessin est posé à côté de vous.

Et pourtant, dans votre doigt, des dizaines de protéines ont interagi, des millions de réactions ont eu lieu et une structure solide s'est formée. Le tout dans un concert savamment et discrètement orchestré.

La prochaine fois si vous vous coupez, ce que l'on ne vous souhaite absolument pas, vous saurez que derrière un petit pansement se cache une réaction d'une complexité vertigineuse.

DÉJÀ PARUS AUX ÉDITIONS SHALSHELET

