

# La Hala'ha DE LA SEMAINE

## QUELLES SONT LES TROIS MITSVOT DE LA FEMME ?

Les femmes juives sont tenues de respecter toutes les Mitsvot (sauf les Mitsvot positives limitées par le temps comme les Téfilines qui ne peuvent être mis que le jour et non la nuit).

Certaines Mitsvot sont effectuées plus souvent par les femmes que par les hommes et ce sont :

1) 'Halla : le prélèvement de la pâte. Quand on pétrit une pâte (à pain ou à gâteaux) qui contient plus de 1,200 kg de farine, on en prélève un petit morceau. Si la pâte contient plus de 1,700 kg de farine, on récite la bénédiction (« Barou'h Ata Ado-naï Élo-hénou Mélé'h Haolam Achère Kidéchanou Bé-mitsvotav Vetsivanou Lehafrich 'Halla ») avant d'effectuer le prélèvement. Ce petit morceau de pâte (qui était destiné au Cohen quand le Temple se dressait à Jérusalem) est, de nos jours, brûlé. La Mitsva de la 'Halla symbolise toutes les Mitsvot liées à la cachérou de la nourriture, domaine féminin par excellence.

2) L'allumage des bougies de Chabbat et des fêtes : les femmes se trouvant plus souvent que les hommes à la maison accueillent le Chabbat en allumant vendredi après-midi au moins deux bougies. Les jeunes filles et petites filles allument une bougie dès l'âge de trois ans (ou même avant si elles en sont capables), en récitant la bénédiction (« Barou'h Ata Ado-naï Élo-hénou Mélé'h Haolam Achère Kidéchanou Bé-mitsvotav Vetsivanou Lehadlik Nèr Chel Chabbat Kodèch »). (S'il ne se trouve pas de femme ou de fille dans la maison, ce sera au maître de maison qu'incombera la Mitsva d'allumer les bougies).

3) La pureté familiale dépend essentiellement de la conduite scrupuleuse de la femme juive. Seule la femme prononce une bénédiction en se trempant au Mikvé (bain rituel). Du respect de ces lois dépendent la stabilité du couple, l'harmonie de la famille et le développement satisfaisant des enfants.

F.L.

Bénéficiez de **15% de remise** + d'une **deuxième paire offerte** avec le code "LA SIDRA"

**VOTRE OPTICIEN A PLEINE VUE**

Nos opticiens vous reçoivent dans les 4 boutiques A PLEINE VUE  
37 Avenue Jules Cantini ② / 35 Avenue du Prado ③  
56 rue de Rome ① / 13 Avenue Maréchal Foch ④

OPTICIER A PLEINE VUE

# DANYBERD

TRADITIONAL CLOTHES

## AIX-EN-PROVENCE

3 bis rue Fernand Dol

04 42 27 58 69

## MARSEILLE

163 rue Paradis

04 91 02 48 31



## VOTRE NOUVEAU BETH HABAD

En plein cœur du village de Mazargues, votre nouveau Beth Habad vous accueille pour les offices, les fêtes, des **activités** pour les jeunes ados Cteen et étudiants. Un **messibot chabat** pour les enfants tous les chabat Matins. Des **cours de Torah** pour Hommes et **soirées féminines** à thème. Tous les midi **Repas Cachérou** pour les commerçants avec l'office de Minha.

Adresse: **65 BD de la Concorde 13009 Marseille**  
Il permet de desservir les quartiers de Sourmiou, les Beaumettes, Luminy, Vaufréges et Michelet  
Rav Chneur & Mouchka Assouline  
06 17 78 79 72

# BEYAHAD

Ensemble faisons des miracles!

Vous voulez faire du bénévolat ?  
Vous avez un savoir-faire ?  
Vous voulez le partager ?  
Nos enfants extraordinaires vous attendent !

BEYAHAD Marseille  
07 61 20 80 13  
06 74 88 52 11  
29 Av des Olives 13013 Marseille

[www.beyahadmp.fr](http://www.beyahadmp.fr)

## TALMUD TORAH

TKids 8ème  
TOUS LES DIMANCHES  
De 9h45 à 12h15  
Pour garçons et filles

LECTURE ET ÉCRITURE INITIATION À L'HÉBREU SIGNIFICATION DES FÊTES  
ATELIERS LUDIQUES HISTOIRE JUIVE PRÉPARATION À LA BAR MITSVA

Renseignements et inscriptions : Rav Eliahou ALTABÉ - 06 11 60 03 05  
PROTOCOLE SANITAIRE RESPECTÉ

## BETH HABAD 12<sup>ème</sup>

OR Ménahem

A vos cotés toute l'année :

- offices quotidiens
- kolel boker
- événements
- cours de Torah hebdomadaires
- talmud Torah
- mobile Mitsva
- verification tefilines et mezouzot
- beth hamidrach
- colonies garçons

BETH HABAD marseille 12<sup>ème</sup>  
Rav Emmanuel Taubenblatt  
06 25 70 32 12  
57 avenue de St Julien 13012 Marseille

[www.bh12.fr](http://www.bh12.fr)

# La Sidra DE LA SEMAINE

## HAYÉ SARAH

Adapté d'un discours du Rabbi de Loubavitch

Hayé Sarah

Sarah meurt à l'âge de 127 ans et est enterrée dans la grotte de Ma'hpélah à 'Hévron qu'Avraham a achetée à Ephron le Hittite pour quatre cents Chékels d'argent.

Le serviteur d'Avraham, Eliézer, est envoyé à 'Haran, chargé de cadeaux, pour trouver une femme pour Its'hak. Au puits du village, Eliézer demande à D.ieu un signe : quand les jeunes filles arriveront au puits, il demandera de l'eau pour boire. Celle qui proposera d'abreuver également ses chameaux sera celle qui est destinée au fils de son maître.

Rivka, la fille du neveu d'Avraham, Bethouel, apparaît au puits et réussit le « test ». Eliézer est invité dans sa maison où il relate à nouveau les événements du jour. Rivka revient avec Eliézer en terre de Canaan où ils rencontrent Its'hak, priant dans un champ. Its'hak épouse Rivka, l'aime et est consolé de la perte de sa mère. Avraham prend une nouvelle épouse, Ketourah (Hagar) et engendre six autres fils mais Its'hak est désigné comme son seul héritier. Avraham meurt à l'âge de 175 ans et est enterré, à côté de Sarah, par ses deux fils aînés, Its'hak et Ichmaël.

La bague, le cercle et le toit

« L'homme prit une bague en or, du poids d'un demi chékèl, deux bracelets pour ses mains, du poids de dix chékels d'or » (Beréchet 24 :22)

« Comment une femme est-elle fiancée ? Le fiancé (ou son intermédiaire) lui donne de l'argent ou un objet de valeur, en présence de deux témoins, et lui dit : « Voici, tu m'es ainsi consacrée. » Bien que la consécration puisse s'effectuer avec n'importe quel objet d'une valeur minimale d'une Prouta, la coutume veut que l'on utilise une bague. » (Talmud Sanhédrin 2a; Choul'han Arou'h Even HaEzer 27 :1)

Le cercle marque la frontière entre un espace défini, qui se trouve à l'intérieur, et l'étendue illimitée de l'extérieur. En fait, le cercle lui-même est mystérieux dans la mesure où sa valeur, connue sous le nom de « pi », constitue une chaîne de chiffres s'étirant à l'infini.

Dans les enseignements de la Kabbale, le cercle représente la lumière « enveloppante » qui entoure notre réalité. La Kabbale fait la différence entre plusieurs types de lumières :

- a. Une lumière « pénétrante », immanente, la « lumière intérieure »
- b. et une lumière « enveloppante », transcendante.

La lumière « pénétrante » représente un flux d'énergie Divine conforme aux paramètres de notre vie. L'œuvre de la nature, par exemple, ou le processus de l'histoire sont en réalité des influences divines sur notre existence. Mais ces influences ont pris une forme et une « nature » que nous pouvons comprendre et interioriser.

Et puis existent des manifestations de la Lumière divine, surnaturelles, et irrationnelles. Nous les appelons « miracles », « mystères de l'existence », « expériences à couper le souffle ». Nous

suite p. 2



HORAIRE D'ENTRÉE & SORTIE DE CHABBAT HAYÉ SARAH

MARSEILLE  
Entrée ven : 16h58  
Sortie : 18h00

A partir du dim 8 nov Pose des Téfilines : 6h25 Heure limite du Chema : 9h52 Molad : dim 16h 7min 1 helek Roch Hodech Kislev : mar 17 nov

Edito

## Et si la lumière venait ?

Comment parler avec éclat d'un sujet que tout impose ? La question, aussi étrange puisse-t-elle paraître, est de toute première importance par son actualité. De fait, ce Chabbat, dernier du mois de 'Hechvan en cours, nous bénissons le nouveau, à venir dans la semaine, Kislev. C'est dire à quel point cela doit occuper notre esprit. Car un début de mois n'est jamais chose anodine. Plus encore, il nous est enseigné que le Chabbat où on le bénit contient déjà en lui toute sa puissance encore inexprimée. Alors que nous nous avançons vers ce nouveau rendez-vous de notre voyage spirituel qui ne s'arrête jamais, il nous faut regarder vers ce nouvel horizon.

Car c'est bien de cela qu'il est question. Depuis la fin des fêtes, nous nous étions sans doute quelque peu habitués à une certaine régularité des choses, à un déroulé de la vie sans aspérités, peut-être plus confortable. Une telle situation, précieuse en soi, ne saurait perdurer sous peine de voir s'installer le goût de ce qui ne sort jamais d'une sorte de moyenne. Alors, au rythme du calendrier, sonne le temps d'un éveil nouveau. Kislev ne fait que commencer, et déjà au travers du Chabbat qui le précède et le bénit, sa lumière propre transparait déjà.

La lumière est certes une image traditionnelle. Elle porte en elle les notions de vie, de chaleur ; elle implique que son opposé, l'obscurité, ait été chassé. Il n'est pas étonnant que la Torah utilise fréquemment le concept pour désigner les dons de D.ieu à l'homme, ou Sa présence ou encore, de manière générale, ce qui fait rayonner le Bien. En effet, la lumière présente des caractéristiques qui retiennent l'attention. Ainsi elle éclaire, fait vivre à sa façon tout ce qu'elle touche. Partie d'une source qui peut être lointaine, elle a la capacité de descendre jusqu'au plus bas des degrés. Il y a effectivement ici une notion d'infini Divin. Même s'il ne s'agit pas de comparer D.ieu à un quelconque élément matériel, aussi subtil soit-il, cependant l'évocation est forte.

C'est dire qu'en ce mois, alors que nous allons rencontrer la lumière qu'il amène, c'est bien une nouvelle naissance que nous pouvons vivre. Regarder le monde différemment, y agir pour que le Bien y règne, avoir ainsi les yeux ouverts. Comme au matin des choses.

par 'Haïm Chnéor Nisenbaum

Beth Habad Marseille centre

bhm6.fr

Vente et vérification de Téfilines & Mézouzot  
Librairie Habad - Services religieux  
22 rue St Suffren - 13006 Marseille  
Rav Yossef Elgrishi - 06 52 23 77 41

Si vous souhaitez dédier la "Sidra de la Semaine" à la mémoire d'un défunt ou passer une annonce publicitaire, contactez-nous au 06 52 23 77 41

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

ne pouvons ni les comprendre ni les expliquer mais seulement les accepter et nous ouvrir à elles.

Cela ne signifie pas pour autant que cette lumière « enveloppante » soit quelque chose qui existe en dehors de notre être. Elle pénètre la réalité « de la tête aux pieds et à l'intérieur de sa partie la plus profonde ». Elle est aussi essentielle, voire plus essentielle, à notre existence que la « lumière intérieure ». Cependant, tout en se diffusant à l'intérieur de notre être, elle reste distante et au-delà de notre portée, nous enlaçant tout en écartant toutes tentatives de la saisir et de la définir. L'âme humaine, créée à l'image de D.ieu, irradie également à la fois une « lumière intérieure » et une « lumière enveloppante ».

Elle se manifeste par l'intermédiaire de facultés définies et limitées comme les sens, les talents, l'intellect, les sentiments... Mais elle s'exprime également par des forces « enveloppantes » comme la volonté, le désir, la foi et la capacité du don de soi. Ce sont ces forces surnaturelles et irrationnelles qui défient les limites de la physique et de la raison et même de l'égoïsme et de l'auto préservation.

Trois cercles

Le mariage est l'engagement le plus irrationnel et surnaturel que prend l'homme. Car le fait que deux individus ne forment qu'« une seule chair » va à l'encontre des lois de l'égo et de l'identité personnelle et demande que l'on dépasse la loi de base selon laquelle « un et un font deux. » C'est ainsi que c'est dans le mariage que nous imitons au mieux D.ieu, créant la vie et rendant éternel le temporel (en ayant des enfants, l'homme et la femme ne font pas que créer un enfant mais aussi le potentiel que cet enfant en ait à son tour et ainsi de suite, jusqu'à l'infini). Quand deux individus deviennent un, ils transcendent le fini et le mortel, mettant en œuvre la seule faculté humaine qui est infinie et Divine.

Le mariage demande donc que l'on active les forces « enveloppantes » de tous ceux qui sont concernés. Dans le mariage, il y a trois partenaires : l'homme, la femme et D.ieu et chacun contribue à animer sa dimension qui dépasse la nature.

Le mariage consiste donc en trois cercles : le cercle féminin, le cercle masculin et le cercle Divin.

La cérémonie du mariage commence lorsque la Kalla (mariée) entoure le marié. Elle tourne sept fois autour de lui, l'encerclant dans la lumière « enveloppante » de son âme, s'engageant à un lien qui transcende la raison et l'égo. Puis le fiancé fait alors la même chose en encerclant son doigt d'une bague, et la consacrant ainsi comme son épouse. Et tout cela a lieu sous la 'Houpah (le dais nuptial) qui représente le fait que D.ieu enveloppe le couple de Sa lumière transcendante, lui donnant ainsi la force de dépasser les limites du moi et de s'unir dans « l'édifice éternel » qu'est le mariage.

השיחת השבוע מוקדשת  
להצלחת האישה  
נחמה דבורה שתחי'  
בת יוכבד שפרה  
ולכל משפחתה

## Etude du RAMBAM

**DIMANCHE 8 NOVEMBRE – 21 'HECHVAN**

Mitsva négative n° 42: Il est interdit de s'habiller d'un vêtement tissé de laine et de lin comme les prêtres idolâtres le faisaient à cette époque (où la Torah fut révélée).

Mitsva positive n° 120 : Il s'agit du commandement selon lequel nous devons laisser "le coin" (Péa) des grains, des fruits ainsi que d'autres produits similaires.

Mitsva négative n° 210: C'est l'interdiction qui nous est faite de moissonner entièrement ce qui a été semé.

**LUNDI 9 NOVEMBRE – 22 'HECHVAN**

Mitsva positive n° 121 : Il s'agit du commandement nous enjoignant de laisser la glanure.

Mitsva négative n° 211: C'est l'interdiction qui nous est faite de ramasser les épis tombés (dans les sillons) pendant la moisson.

Mitsva positive n° 123: Il s'agit du commandement qui nous a été enjoint de ne pas grappiller dans notre vigne lors des vendanges, mais de laisser aux pauvres les "Oleloth".

Mitsva négative n° 212: C'est l'interdiction qui nous est faite de prendre tous les fruits du vignoble en vendangeant.

**MARDI 10 NOVEMBRE – 23 'HECHVAN**

Mitsva positive n° 124 : Il s'agit du commandement nous enjoignant de laisser aux pauvres ce qui reste et ce qui est tombé des grappes des raisins au moment de la vendange, et que l'on appelle "Péret".

Mitsva négative n° 213: Il est interdit de recueillir les grains tombés de la vigne lors de la vendange.

Mitsva positive n° 122: Il s'agit du commandement nous enjoignant de laisser la gerbe oubliée.

Mitsva négative n° 214: C'est l'interdiction qui nous a été faite de

prendre la gerbe oubliée.

**MERCREDI 11 NOVEMBRE – 24 'HECHVAN**

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.

**JEUDI 12 NOVEMBRE – 25 'HECHVAN**

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 Lévites de prélever de la dîme qu'ils reçoivent d'Israël une dixième et de la donner aux prêtres.

**VENDREDI 13 NOVEMBRE – 26 'HECHVAN**

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

**SAMEDI 14 NOVEMBRE – 27 'HECHVAN**

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.

Extrait  
du Séfer  
Hamitsvot  
(Maimonide)

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

Poisson d'or  
BIJOUX



4, Rue Francis Davso - 13001 Marseille  
04 91 33 30 57

A la mémoire de nos chers disparus :  
Lydia, Aaron et Louise YAFFI יולי



BETH HABAD 5<sup>eme</sup>

Menu burger étudiants : 5.00 €

- classique
- chicken
- mexican
- israeli
- le 770
- fish
- cheese burger ( fromage parve)

HABAD on CAMPUS

Rav Barouh Bard

06 20 32 71 52

7 Rue Crillon 13005 Marseille

<https://aubh5.sumup.link>

# RECHU

## COMMENT NAQUIT LE NOM DE LA MARQUE EIGHTEENTH STREET...

Après mon service militaire en Israël – pendant la Guerre de Kippour en 1973 – je me suis installé à Los Angeles où j'ai ouvert un magasin de vêtements.

Un jour, le propriétaire chinois d'une usine de vêtements me proposa un partenariat. C'était une bonne affaire et j'acceptai. Après la signature du contrat, il m'invita au restaurant et, bien que je ne sois pas à l'époque très pratiquant, je lui demandai de ne pas me faire servir du porc. Mais il me donna une assiette avec un aliment qui avait un goût bizarre et j'en tombai malade. Je me souviens avoir vomi en demandant à D.ieu de pardonner cela car j'en étais vraiment sincèrement malheureux. Pendant longtemps, cet incident me bouleversa puis je l'oubliai.

Quelques mois plus tard, je me rendis en Israël et, en route, je décidai de profiter d'une escale à New York pour demander au Rabbi de Lubavitch une bénédiction pour notre mariage. Mais quand j'arrivai au 770 Eastern Parkway, j'appris qu'il n'était pas si facile d'obtenir un entretien avec le Rabbi ; néanmoins, je transmis à son secrétaire, le regretté Rav Binyamin Klein,

une lettre que j'avais écrite sans mentionner du tout l'incident du restaurant chinois. Pourtant Rav Klein me téléphona pour m'informer que le Rabbi avait demandé que je fasse très attention à ce que je mange ! Il m'invita aussi à passer au 770 récupérer trois billets d'un dollar que le Rabbi avait préparés à mon intention et dont je devais donner l'équivalent à la Tsedaka (charité) à mon arrivée en Israël. Je compris très bien l'importance de ce message et je commençai à effectuer quelques changements dans mon style de vie en devenant plus attentif aux préceptes de la Torah. Le plus difficile restait le Chabbat. Le meilleur chiffre d'affaires de la semaine était réalisé le samedi où je pouvais gagner jusqu'à 15.000 dollars, soit 90 % de mes revenus !

Or si je gagnais moins, comment pourrais-je assumer le loyer de mon magasin ? J'étais tenu à un bail de vingt ans et le propriétaire m'avait averti de ne pas rompre le contrat sous peine de pénalités impossibles à honorer. J'avais déjà essayé de trouver quelqu'un pour me débarrasser de ce contrat mais sans succès. Je ne savais pas comment avancer mais je savais que je devais fermer le magasin Chabbat. Alors j'écrivis au Rabbi : « J'ai décidé de fermer mon magasin Chabbat et je demande une bénédiction pour ne pas souffrir de cette décision ! ».

Quelques jours plus tard, le Rabbi me répondit, me félicitant pour cette étape et me rappelant de commencer le Chabbat à l'heure, c'est-à-dire déjà le vendredi après-midi, au coucher du soleil. Il me demanda aussi de répandre joyeusement la Torah auprès d'autres Juifs (il souligna le mot joyeusement) et de donner la charité. En guise de participation à cela, le Rabbi m'envoyait 18 dollars...

Ainsi encouragé, je me rendis le lendemain auprès du propriétaire pour lui exposer ma décision – quelles que puissent être les conséquences : « Je suis juif et je veux fermer le magasin Chabbat ! ». Mais il n'était pas là.

Je retournai à mon travail et un homme entra, m'annonçant tout de go : « Je veux acheter ce magasin ! ». Surpris, je répondis qu'il ne m'appartenait pas et lui suggérai d'en parler au propriétaire. « Je lui en ai déjà parlé et il m'a conseillé de voir avec vous puisque c'est vous qui avez signé le

contrat. Je suis prêt à vous le racheter ! ». J'acceptai et le chèque qu'il signa me permit d'acheter une maison et de me lancer moi-même dans la production de vêtements.

Plus tard, je partis voir le Rabbi alors qu'il distribuait des dollars à transmettre à la charité et le remerciai sincèrement pour le miracle qui m'était arrivé. Il écarta cette phrase d'un geste de la main mais j'étais convaincu que sa bénédiction avait provoqué cet enchaînement miraculeux. Au début, j'avais voulu nommer ma société d'après mon prénom : « Ami Sportswear » mais je réalisai qu'un 'Hassid n'est pas supposé mettre son nom en avant. Puis j'eus l'idée de l'appeler « Schmatess » (chiffons en yiddish) et trouvai cela très drôle. Mais quand je l'écrivis au Rabbi, il répondit qu'on ne devrait pas considérer ainsi les vêtements mais plutôt, comme le dit le Talmud « mehaddoussa », c'est-à-dire « mon honneur ». Il remarquait que ceci est particulièrement vrai quand les habits sont fabriqués en respectant l'interdiction du Chatnez (mélange de lin et de laine). Cette réponse me surprit mais quand j'en parlai avec un des secrétaires du Rabbi, Rav Leibel Groner, il m'expliqua : « Le Rabbi veut que vous changiez des chiffons en vêtements et non des vêtements en chiffons ! ».

C'est alors que je pensai aux 18 dollars que le Rabbi m'avait envoyés quand j'avais décidé de fermer mon magasin et tous les miracles qui suivirent. J'appellerai ma société « Eighteen Street » (18ème rue).

18 est la valeur numérique du mot 'Haï, qui signifie la vie. C'était Rav Groner qui m'avait fait remarquer : « Tu vois ? Le Rabbi t'aidera à apporter de la vie dans tout ce que tu entreprendras ! ». Et c'est effectivement ce qui s'est passé !

Ami Pykovski – Here's My Story  
traduit par Feiga Lubecki

Remerciement à  
Hachem & réussite pour  
toute la famille

MICHEL COHEN



ACTIVEIMMO

GESTION  
TRANSACTION - LOCATION

tel. 04.91.66.37.82 Fax 04.91.66.89.43

e.mail : [active.immo@wanadoo.fr](mailto:active.immo@wanadoo.fr)

5, bd Louis Salvator 13006 MARSEILLE

**LA MAISON MICKAEL**  
Cocher Beth Din de Marseille

21 promenade Georges Pompidou - 13008 Marseille  
Tél. 04 91 225 203 - 06 999 6 1000  
[info@lamaisonmickael.fr](mailto:info@lamaisonmickael.fr) [www.lamaisonmickael.fr](http://www.lamaisonmickael.fr)

- Parking Privé et Gratuit à disposition de notre clientèle - Réservation fortement conseillée

Vous souhaitez recevoir la Sidra par e-mail ? Envoyez-nous vos coordonnées par mail à : [bhm13006@gmail.com](mailto:bhm13006@gmail.com)