



SHALSHELET

MAG

N°18

AV 5786
JULIET-AOÛT 2026

SCIENCES
Leçons de Moussar
de la cabine de pilotage

page 02

LITIGE FINANCIER
La part des filles

page 05

CACHEROUT
Les médicaments
et la cacherout ^{1/2}

page 06

JEÛNES
La fin des jeûnes Dérabbanan

page 08

CALENDRIER
Le moèd de Tisha Béav : “Comme
un père qui réprimande son fils”

page 09

EDUCATION
L'Acceptation de l'Autorité

page 12

MÉDECINE
« l'Oculomics » : votre œil sait
tout de vous !

page 14

Ce magazine est offert :



Leïlouy Nichmat
Israël Cohen
ben Margoucha

Hatsla'ha pour
la famille
M. Sayada

Hatsla'ha pour
la famille
M. Mazouz

Hatsla'ha
pour la famille
N. Attia

www.shalsheletnews.com

מה רבו מעשיך השם Leçons de Moussar de la cabine de pilotage

SCIENCES

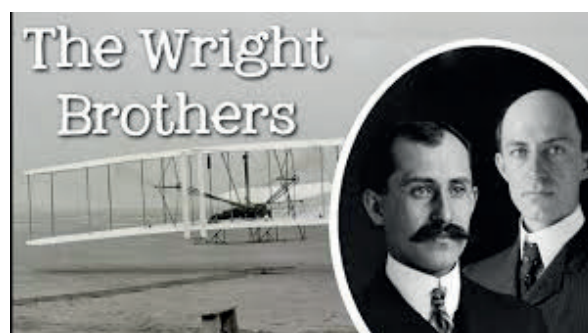
Pr. Daniel Nessim

23 février 2019 : vol cargo *Atlas Air/Prime Air* à destination de *Houston*.¹ Le copilote pilotait l'avion et pensait que l'appareil était en phase d'ascension, alors qu'il était en réalité en phase de descente. Il a donc poussé sur le manche, provoquant une chute verticale de l'avion. Le commandant de bord s'est rendu compte trop tard de cette erreur et ses efforts désespérés pour redresser l'avion ont été vains. Cette erreur a coûté la vie aux trois pilotes à bord. Mais quelle est la cause de cette erreur ? Aurait-elle pu être évitée ? Reprenons depuis le début.

L'homme a toujours été fasciné par le vol, une spécialité que *Hachem* n'a accordée qu'aux oiseaux, aux insectes, et aux chauves-souris.² Pendant des siècles, nombreux sont ceux qui ont tenté de sauter des bâtiments avec toutes sortes de « *dispositifs volants* » pour ressentir l'émotion du vol, souvent avec des conséquences désastreuses.³

Le premier tournant a été l'invention de la montgolfière par les frères français *Joseph-Michel* et *Jacques-Étienne Montgolfier* en 1782. Il repose sur le principe physique qu'**un objet moins dense que la matière qui l'entoure flotte ou s'élève**.⁴ L'air chaud, qui est plus léger que

l'air froid, élève la montgolfière. Le problème est que sa trajectoire dépend du vent, ce qui la rend difficile à contrôler. Ceci a conduit à la course pour inventer l'avion : un objet plus lourd que l'air, mais capable de se déplacer grâce à la puissance fournie par un moteur.



Les frères *Wright* tenaient un atelier de réparation de vélos. Ils ont mis à profit leur grande expertise mécanique et ont construit une soufflerie pour tester des modèles réduits d'avions. Le 17 décembre 1903, à *Kitty Hawk*, en *Caroline du Nord*, *Wilbur* et *Orville Wright* ont fait voler un avion pour la première fois. Ils ont réussi un vol de 12 secondes, parcourant une distance de quelques dizaines de mètres. Ils ont ainsi inauguré l'ère du vol motorisé.

J'ai visité leur site commémoratif à *Kitty Hawk* il y a plus de 25 ans. Je me souviens encore de l'inscription mémorable : « *Achieved by dauntless resolution and unconquerable faith* » = **Réalisé grâce à une résolution intrépide et une foi inébranlable** ». Cette citation semble provenir directement de nos Sages ! Comme nous le disons, rien ne peut entraver notre volonté, le *Ratzon*, une détermination sans faille lorsqu'elle s'accompagne d'une foi inébranlable en *Hachem*.

Plus d'un siècle s'est écoulé depuis lors. Aujourd'hui, les pilotes ne sont plus assis

1 L'avion transportait des marchandises Amazon.

2 Les chauves-souris sont des mammifères. D'autres animaux peuvent planer sans soutenir le vol (*par exemple*, les écureuils volants, les poissons volants, les grenouilles planantes, etc.).

3 Un exemple pour tous : le tailleur français né en Autriche *Franz Reichelt* a conçu une tenue parachutiste portable qu'il croyait capable de planer en toute sécurité jusqu'au sol. Le 4 février 1912, il l'a testée en sautant du premier étage de la tour *Eiffel* (57 m). Tristement pour lui, ce fut une chute libre qui ne dura que 3 secondes...

4 La densité est égale au rapport entre la masse d'un corps et celle d'un même volume d'eau (ou d'air, pour les gaz). La glace flotte sur l'eau parce qu'elle est moins dense que l'eau, ce qui signifie que, pour le même volume, la glace est plus légère que l'eau. Un litre d'eau pèse 1 kg mais un litre de glace ne pèse que 0,92 kg. Ou 1 kg d'eau occupera 1 litre mais 1 kg de glace occupera 1,09 litre – c'est pourquoi une bouteille en verre pleine d'eau mise au congélateur va casser la bouteille lorsque l'eau va geler. Nous mettons de

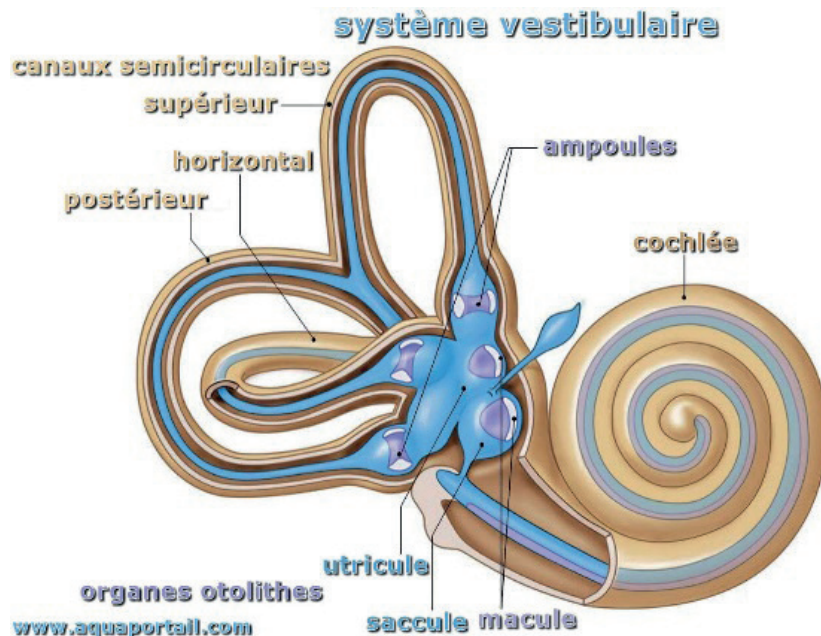
l'antigel dans notre voiture pour éviter que le liquide de refroidissement (à base d'eau) ne gèle, ce qui entraînerait une augmentation de volume capable de fissurer le bloc moteur!

sur une aile, mais dans une cabine de pilotage remplie de dizaines de boutons, de leviers, de jauges, et d'écrans. C'est extrêmement complexe.⁵

Je voudrais m'attarder sur un aspect particulier qui m'a marqué. Bien que les statistiques montrent que l'avion est l'un des moyens de transport les plus sûrs, nous savons tous que de nombreux accidents aériens se sont produits.⁶ Hormis les actes de terrorisme et les détournements, ces accidents se répartissent principalement en deux catégories : les défaillances mécaniques et les erreurs humaines. Les défaillances mécaniques comprennent les pannes de moteur, les portes mal conçues qui se détachent en vol, les courts-circuits électriques, les ruptures mécaniques, les incendies de réservoirs de carburant, les tubes de Pitot bouchés, etc.

L'erreur humaine la plus courante se produit lorsqu'un pilote se trouve dans une situation difficile et réagit de manière impulsive en se fiant à ses sens. Cela peut par exemple se produire en cas de turbulences ou lorsque la visibilité est réduite ou nulle. Dans de tels cas, il existe un protocole très spécifique à suivre. Tout d'abord, le pilote doit évaluer la situation de l'avion en vérifiant les instruments du tableau de bord.

Mais que se passe-t-il si le pilote perd son sang-froid et se fie à ses sens au lieu de regarder les instruments ? **Nous maintenons notre équilibre grâce à nos yeux, à notre posture corporelle et, surtout, à notre oreille interne, ou système vestibulaire.**



Le système vestibulaire, situé derrière la cochlée, est un système sensoriel de notre oreille interne qui nous aide à maintenir notre équilibre.⁷

Cette merveille d'ingénierie se compose de trois canaux semi-circulaires (antérieur, postérieur et latéral) disposés à angle droit les uns par rapport aux autres. Cette disposition leur permet de détecter les rotations de la tête dans toutes les directions. Chaque canal est un minuscule tube courbé, d'environ 6 à 7 mm de diamètre, rempli de liquide (*endolymphe*). Chaque canal détecte la rotation dans un plan spécifique, comme un gyroscope intégré dans notre tête. Ils détectent les changements de position, de rotation, et de mouvement de la tête à l'aide de minuscules canaux remplis de liquide et de capteurs qui réagissent à la gravité et au mouvement. Le saccule et l'utricule sont des organes distincts contenant de minuscules cristaux de calcium qui se déplacent lorsque nous bougeons ou changeons de position et courbent les cellules ciliées, qui envoient au cerveau des signaux concernant la force de gravité et les mouvements verticaux ou horizontaux. Le cerveau combine ces informations avec les

⁵ Quand vous êtes contrarié parce qu'ils ont encore oublié votre repas *Cacher*, pensez que cet objet métallique pesant 70 à 90 tonnes va voler à 800 à 900 km/h et que vous serez assis confortablement (ou presque...) à siroter votre boisson – absolument incroyable!!!

⁶ Savez-vous quel est le moyen de transport le plus sûr ? L'ascenseur ! Contrairement à la croyance populaire, les avions sont bien plus sûrs que les voitures. De 2003 à 2023, un total de 787 personnes sont décédées lors de voyages aériens aux États-Unis, tandis que des accidents de voitures et de camions ont causé 543479 décès sur les autoroutes durant la même période, soit une moyenne de 25880 décès par an (<https://usafacts.org/articles/is-flying-safer-than-driving/>).

⁷ La fonction du système vestibulaire était inconnue jusqu'en 1824. Le Lashon HaKodesh nous indique que l'ouïe ואזניים et l'équilibre מאזניים sont reliés. Nous avons de la chance qu'il n'ait pas été considéré comme un organe vestigial, à l'instar des amygdales et de l'appendice (et aujourd'hui des dents de sagesse), que les médecins retiraient dès que possible. Les scientifiques ont désormais découvert que les amygdales et l'appendice jouent un rôle important dans le système immunitaire et la lutte contre les infections.

signaux provenant de nos yeux et de nos muscles pour nous aider à rester debout, à coordonner nos mouvements et à maintenir une vision stable lorsque nous bougeons.

Lorsqu'un pilote vole sans visibilité, par exemple à travers les nuages, il ne peut compter que sur son système vestibulaire. Le problème est que ce système peut cesser de fonctionner correctement lorsque le corps est soumis à de multiples accélérations dans toutes les directions, comme c'est le cas dans un avion. Ce phénomène est connu sous le nom d'*illusion sensorielle vestibulaire*. **On enseigne aux pilotes à se fier à leurs instruments, et non à leurs sens.** Cela est particulièrement vrai pour les pilotes de chasse, chez qui de fortes accélérations interfèrent souvent avec le bon fonctionnement du système vestibulaire. Ils doivent se fier exclusivement à leurs instruments, et non à leurs sens.

L'**horizon artificiel** est un instrument



essentiel. Il s'agit d'un instrument basé sur un gyroscope qui indique si l'avion monte ou descend, vole en ligne droite ou tourne. Il permet de voler sans références visuelles externes. Grâce à ces informations, le pilote peut comprendre la situation et la corriger afin de reprendre le contrôle de l'avion. Le pilote reste également en contact avec la **tour de contrôle**, qui peut lui fournir une assistance concernant les conditions météorologiques et les dangers le long de la route.

Au cours du vol *Atlas*, le copilote a été victime d'une illusion sensorielle vestibulaire et a cru que l'avion montait alors qu'il descendait en réalité. S'il avait regardé l'horizon artificiel, comme il aurait dû le faire, il aurait immédiatement réalisé que l'avion descendait et aurait corrigé la situation. Cette erreur était tout à fait évitable.

C'est une précieuse leçon de Moussar pour nous : parfois, nous croyons que nous avons raison de faire ce qu'on fait, mais notre Sainte Torah nous dit de faire le contraire. Nous devons suivre la Torah, même si cela va à l'encontre de nos instincts. Au Mont Sinaï, nous avons proclamé : *נַעֲשֶׂה וְנִשְׁמָע* : nous ferons et nous écouterons. Cela signifie que nous ferons ce que la Torah nous commande, même si nous ne comprenons pas tout à fait pourquoi, et que nous ne poserons des questions qu'après coup. La Torah nous dit de ne pas mélanger la viande et le lait, de ne pas porter un vêtement avec un mélange de laine et de lin, de ne pas manger de porc, d'accomplir la Brit Milah le huitième jour, etc. Nous faisons toutes ces choses, même si nous n'en comprenons pas la raison, et même si notre instinct nous suggère de faire le contraire.

La Torah est notre *horizon artificiel*, qui nous montre clairement où nous sommes et dans quelle direction nous devons aller. Nous obéissons à la Torah même lorsque nous ne comprenons pas, ou lorsque notre instinct nous suggère le contraire. **Nous sommes les pilotes dans la cabine de pilotage de notre vie et nous devons consulter notre instrument : la Torah.**

Pour pousser l'analogie plus loin, il arrive parfois que nous soyons incapables d'interpréter correctement notre « *horizon artificiel* ». Dans ce cas, nous pouvons appeler la *tour de contrôle* : **nos Rabbins**. Comme l'explique le *Mesillat Yesharim*, nos Sages sont comme quelqu'un qui se tient sur une tour et guide ceux qui naviguent dans un labyrinthe de hautes haies. *Nos Sages ont une vue d'ensemble et voient les obstacles qui nous attendent. Ils savent comment nous guider à travers ce labyrinthe qu'est la vie.*

Lorsque nous suivons la Torah, même lorsque nous ne la comprenons pas, et que nous écoutons nos Rabbins même lorsqu'ils nous conseillent différemment de ce que nous aurions pensé, nous orientons notre vie dans la meilleure direction possible, tant dans ce monde (עולם הזה) que dans le monde futur (עולם הבא).

science613miracles@gmail.com

La part des filles

LITIGE FINANCIER

Rav Réouven Cohen

Av Beth Dine «Michpat Chalom»



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

06 66 90 51 78

www.michpat-chalom.org

M. Lévy avait six enfants, quatre garçons et deux filles. A son décès, ses biens ont été partagés en six parts égales, filles et garçons, comme le stipulait son testament déposé chez le notaire. Son gendre David, qui s'est rapproché de la Torah, se demande aujourd'hui si sa femme avait le droit de prendre une part puisque le testament que son père a laissé n'était pas conforme à la halakha. Doit-il dire à ses beaux-frères que cette part leur revient ?

Réponse : Bien que les filles n'eussent pas droit à l'héritage, nous considérons que les frères Lévy ont accordé de leur plein gré une part à leurs sœurs. David et son épouse pourront donc garder la part de l'héritage qui leur a été accordée.

Développement : Selon la Torah, s'il y a des fils, les filles n'héritent pas. Si le défunt n'a pas établi de testament conforme à la halakha, dans lequel il précise qu'il donne une part de ses biens à ses filles, selon la majorité des décisionnaires (pris en compte par tous les Beth Dine en Israël), celles-ci n'ont aucun droit au patrimoine de leur père. Pour qu'elles aient une part, les frères devront donner volontairement une partie des biens qui leur sont revenus de droit au décès de leur père. Les frères ne connaissant pas cette halakha pensent en général accorder aux sœurs leur dû en leur donnant une part d'héritage, car ils s'appuient sur la loi civile. Selon la halakha, c'est a priori une *matana bétaoute*, une donation faite par erreur. Pour cette raison, dans un cas où un défunt n'avait pas écrit de testament, le Techourat Chay (259) a déclaré la fille tenue de rendre à ses frères ce qu'elle avait reçu lors du partage. Quant à lui, le Mahari Assad (tome 2 chap. 114) écrit que la loi du pays n'est pas prise en considération pour l'héritage. La fille ne pourra pas y avoir recours pour demander une part, mais elle pourra prendre ce que la loi lui accorde si les frères ne s'y opposent pas. Dans notre cas, ces avis devraient s'accorder. En effet, en écrivant un testament civil (bien qu'invalidé selon la halakha), le père a montré sa volonté que le partage inclue aussi ses filles. Il y a une bonne raison de penser que les frères ont voulu accomplir la *mitsva* de



kiboud av, de respecter la volonté de leur père, en cédant une part à leurs sœurs, même s'ils ne l'avouent pas aujourd'hui. En effet, même si les filles n'ont pas droit à une part d'héritage de par la loi, les fils ont une *mitsva* de respecter la volonté de leur père (Maharcham 2; 224). Le Binyane Tsione (2;24) fait ce raisonnement même dans le cas où le défunt n'est pas le père des héritiers. Bien que, selon le Choul'hane Aroukh ('Hochen Michpat 252), il n'y ait pas de *mitsva lékayem divrei hamét* – d'accomplir le vœu du défunt (père ou autre) – si les biens n'ont pas été déposés chez un tiers, nous considérons que l'accord des héritiers n'a pas été donné par erreur : ils ont sûrement voulu accomplir le vœu du défunt en acceptant de partager l'héritage avec ceux qui n'y ont pas droit selon la halakha. Il est tout de même conseillé de consulter un Dayan ou un *talmid 'hakham* expert en la matière, étant donné que chaque détail peut changer la halakha.

Les médicaments et la cacherout ^{1/2}

CACHEROUT

Franck Delache

Il y a des aliments qu'on a très envie de manger (une bonne glace pendant la canicule par exemple), mais si leur cacherout est douteuse, on s'en passera sans problème. Et il y a ce qu'on doit avaler pour la santé. Et là c'est souvent difficile de faire sans. On sait que la Torah place la vie et sa préservation au-dessus de tout. Pour autant, tout devient-il permis ? Nous allons essayer de répondre à cette question.

Avant tout, il importe de préciser que si habituellement nos articles ont une vocation générale et ne prétendent pas trancher la halakha pratique, c'est encore plus vrai pour le sujet présent, où les cas particuliers parfois complexes doivent être soumis à un rav compétent et/ou à un médecin et/ou à un pharmacien conscients de l'importance de la cacherout, et qui sauront indiquer la conduite la plus adaptée.

Les ingrédients problématiques

La fabrication des médicaments est particulièrement complexe, elle fait appel à de nombreuses matières premières, qui peuvent être d'origine animale, végétale ou synthétique. Celles-ci peuvent se retrouver dans le principe actif ou dans les excipients, qui pourront contribuer au goût du produit et faciliter son absorption. Parmi les ingrédients problématiques les plus courants, on retrouve les sous-produits de la vigne (alcool vinique notamment), certains émulsifiants et anti-agglomérants (mono et diglycérides d'acides gras, stéarate de magnésium...), les produits d'origine animale (héparine, insuline, compléments alimentaires...) ou encore des colorants comme la cochenille. Le lactose est souvent utilisé comme excipient et peut poser question après de la viande.

Par ailleurs, l'industrie pharmaceutique est moins transparente que l'industrie agroalimentaire traditionnelle (pour des raisons commerciales évidentes) et il est souvent difficile d'obtenir des informations sur les matières premières utilisées et les processus de fabrication.

La forme du traitement

On retrouve des produits pharmaceutiques sous plusieurs formes. Seuls les traitements par voie orale (comprimés à avaler ou à sucer, gélules, sirops...) sont concernés par les questions de cacherout. Il y a là un équilibre à trouver entre l'intérêt thérapeutique et la nature éventuelle de l'interdit. Tout ce qui est pommades, injections, gouttes, suppositoires, inhalations, patchs... ne pose aucun problème. En effet, le Gaon de Vilna explique que bien que pour d'autres sujets appliquer sur la peau est assimilé à une consommation, cette rigueur ne s'applique pas quand il y a un besoin physiologique (O.H. 326,10).

Les catégories de malades

Pour apprécier la nécessité du traitement, la Torah distingue plusieurs niveaux :

- Le malade en danger : on parle évidemment de quelqu'un dont la vie est menacée directement et qui doit se soigner, mais aussi de personnes qui risquent d'être en danger vital si elles ne prennent pas leur médicament. Cela concerne donc les pathologies chroniques : cardiologie, cancer, diabète... Dans tous ces cas, le principe de *pikoua'h nefesh prime*, et tout médicament sera autorisé, même s'il n'est pas du tout cacher (Yoma 85, Y.D. 155,3). D'ailleurs, en Israël, le grand rabbinat refuse que les « vrais » médicaments portent une certification rabbinique, afin que le public comprenne que leur prise n'est pas liée à la cacherout. Il importe de préciser que les troubles de santé mentale sont au même niveau que les troubles physiques. De même, les traitements prescrits par un médecin pour ne pas arriver à une situation de danger bénéficient des mêmes facilités, notamment le fer et l'acide folique pour les personnes anémiées ou les femmes enceintes, ou les complexes vitaminiques pour une personne en carence. Si un équivalent cacher offre les mêmes avantages, il sera préférable (Rama Y.D. 155,3), mais en son absence, il n'y a aucune raison d'hésiter.



En cas de doute sur la dangerosité de l'état du malade, il faudra administrer tout traitement nécessaire (O.H. 618,1). En l'absence de médecin, l'avis d'un juif digne de confiance possédant quelques connaissances médicales suffira pour trancher.

- Le malade sans danger : sa vie n'est pas menacée, même à terme, par sa pathologie, mais il en souffre. De même, quelqu'un qui n'est pas malade actuellement mais risque de le devenir sans traitement adapté rentre dans cette catégorie. On y retrouve également celui qui risque de perdre un membre sans risque vital. Le Pit'hé Techouva et le Péri Megadim l'autorisent à transgresser un interdit rabbinique pour se soigner (O.H.328), le Chakh (Y.D. 157,3) peut-être même un issour de la Torah. C'est le cas le plus complexe, car la permission éventuelle de prendre des médicaments non cacher dépend du type de comprimé et de son mode d'absorption. Nous y consacrerons donc le prochain article.
- Le malade léger : dans le domaine du chabbat, la définition du malade sans danger est clairement posée : il doit garder le lit à cause de sa maladie (O.H. 328,17) ou la douleur est étendue à tout le corps (Rama ibid.). Quelqu'un dont la souffrance est localisée (par exemple maux de tête) et ne l'empêche pas de se déplacer n'est donc même pas considéré comme malade au sens de la halakha, et ne

justifie aucune autorisation, même sur un interdit dérabbanan. Les décisionnaires le qualifient de malade léger. Cela comprend également les personnes souffrant d'insomnies ou de douleurs dentaires. Cependant, rav Chlomo Zalman Auerbach (Minh'at Chlomo 1,17) suggère que la définition soit différente pour chabbat (où il y a une interdiction de fabriquer un médicament) et pour la cacherout. Un tel malade que nous avons qualifié de « léger » bénéficierait donc des mêmes facilités que le malade sans danger. Mais a priori il vaut mieux être rigoureux si possible.

- Enfin la personne en bonne santé : elle souhaite prendre des compléments alimentaires ou des vitamines pour continuer à bien se porter, mais ne souffre pas de carence nécessitant un suivi médical. A priori il sera nécessaire de ne prendre que des produits cacher. En l'absence d'équivalent autorisé, et si on ne connaît pas la quantité de matière première interdite dans le produit final, on pourra autoriser (Rama Y.D. 110,9, Yabia Omer Y.D. 6,24). Si on sait que l'interdit est majoritaire (par exemple les gélules de graisses de poissons non cacher), il ne faudra pas le consommer (Chakh' Y.D. 155,13, Michna Broua 447,96).

Comme nous l'avons dit, nous reviendrons dans la suite de cet article sur le statut du malade sans danger, qui est le plus complexe.

La fin des jeûnes Dérabbanan

JEÛNES

Yosseph Stioui



Il existe deux moments pour lesquels la Torah ne donne pas de mesure précise, mais uniquement une appréciation humaine : le Michéyakir, moment à partir duquel on peut porter les Téfilines, et l'apparition des étoiles.

Concernant la fin des jeûnes, citons le Choul'han 'Aroukh (O.H. 562, §1) : « Tout jeûne qui ne se termine pas avec l'apparition des étoiles n'est pas un jeûne. Et s'il a l'intention de manger avant ce moment, il ne récitera pas 'Anénou ». Il s'agit ici d'étoiles moyennes, dispersées dans le ciel.

En Erets-Israël, cette durée varie entre 20 et 30 minutes après le coucher du soleil, selon les saisons. Mais en France, et plus particulièrement à Paris, cette durée n'est pas la même. Le Soleil s'enfonce sous l'horizon beaucoup plus lentement en raison de sa trajectoire plus oblique : environ 1,33 fois plus lentement en hiver, et presque deux fois plus lentement en été. Nous sommes d'ailleurs souvent surpris, lors d'un séjour en Erets-Israël, par la rapidité avec laquelle la nuit tombe, alors qu'en France le crépuscule se prolonge sensiblement davantage.

Lorsque la Guemara indique une mesure de l'assombrissement du ciel, c'est-à-dire de la tombée de la nuit, cette mesure correspond aux conditions observées en Erets-Israël, mais

ne s'applique pas uniformément à toutes les régions du monde.

À l'instar des leçons de mathématiques, où l'on énonce d'abord un théorème avant de l'illustrer par un exemple chiffré, il convient de distinguer le principe de son application. Ainsi, lorsqu'on présente un triangle rectangle de côtés 3 cm et 4 cm pour illustrer le théorème de Pythagore, cela ne signifie évidemment pas que tous les triangles rectangles du monde mesurent 3 et 4 cm. Le théorème est universel, mais les valeurs numériques de l'exemple varient.

Les signes de la nuit

Ce sont donc les signes décrits par la Guemara qu'il convient de surveiller : couleurs, luminosité du ciel, emplacement du Soleil, apparition des étoiles, etc. Mais les valeurs des Zemanim doivent être calculées selon la latitude du lieu.

Il n'existe aucun décisionnaire qui puisse affirmer que les signes énoncés par la Guemara concernent uniquement Erets-Israël, tandis qu'en Gola, c'est le calcul qui gouverne, même lorsqu'il semble contredire la réalité observable du ciel (la Métsiout).

Pour cela, on ne peut pas raisonner en valeur absolue, mais obligatoirement en termes de profondeur du Soleil sous l'horizon. Lorsque celui-ci se trouve à **7,08° sous l'horizon**, quel que soit le lieu dans le monde ou la saison, le ciel présente un aspect étoilé permettant de clore un jeûne. C'est ce que l'on appelle couramment le calcul de « **Rav Posen** » que l'on applique en France.

D'autres calendriers, notamment celui se réclamant de **Rav Ovadia Yossef ztl**, calculent la fin des jeûnes en heures Zemaniot, c'est-à-dire en heures saisonnières. Ce mode de calcul ne **convient pas à la France**. Il ne convient d'ailleurs pas non plus pour les Zemanim du matin.

En France, ces heures Zemaniot sont particulièrement courtes en hiver et peuvent correspondre à environ 42 minutes. Ainsi, 20 minutes peuvent représenter environ 14 minutes, et le Soleil ne se trouve alors qu'à environ 2,6° sous l'horizon. Cela correspondrait à environ 10 minutes à

Jérusalem après le coucher du soleil, alors même que le jour reste perceptible.

Si l'on pousse ce type de conversion jusqu'à ses limites, en prenant comme référence une latitude élevée comme Stockholm (60°N), avec une heure Zemanit qui vaut 30 minutes, le Soleil n'est qu'à 1,6° sous l'horizon. Avec cette valeur, on aboutit à des résultats surprenants, comme la possibilité de terminer un jeûne à Jérusalem moins de cinq minutes après le coucher du soleil, à un moment où il fait encore jour et où le bord supérieur du disque solaire peut même demeurer visible depuis le haut d'un immeuble.

Je citerai le Rav Hamou ^{ר"ח}, qui écrivait dans un document : « Certains, se considérant d'une grande sagesse, prétendent voir des étoiles en plein jour et affirment sans hésitation que la nuit est déjà tombée. »

Le moèd de Tisha Béav : “Comme un père qui réprimande son fils”

CALENDRIER

Rav Betsalel cohen

On ne récite pas les Ta'hanounim à Tisha Béav car il s'appelle moèd¹. Or, le terme moèd désigne toujours un moment de rencontre d'amour avec Hachem. Il faut donc comprendre en quel sens Tisha Béav, jour de destruction et de malheur, peut être qualifié ainsi.

Hachem se rapproche de nous pour nous corriger et nous ramener vers Lui

Plusieurs explications sont rapportées, mais le sens le plus simple semble être celui du passouk d'Eikha (1,15), source de cette appellation : « Il a proclamé contre moi un moèd pour briser mes jeunes hommes ». Ce jour-là, Hachem Se rapproche de nous pour nous « frapper ». C'est un rendez-vous où, par

amour et par pitié de notre situation loin de Lui, Hachem se tourne vers nous pour nous corriger, afin de nous ramener à Lui.

On rapporte au nom du frère du Maharal que le mois s'appelle Av parce qu'il réalise le passouk « Comme un homme corrige son fils, ainsi Hachem t'éprouve ». C'est tout le thème du deuxième pérek d'Eikha : « Hachem est devenu comme un ennemi... ». Lorsqu'un père corrige son fils pour son bien, cela lui est extrêmement douloureux. Plus il aime son enfant, plus il souffre de devoir le punir. Il surmonte cette souffrance uniquement par amour pour lui. Il en est de même pour Hachem : bien qu'Il partage pleinement notre douleur, Son amour Le conduit à nous corriger afin de nous rapprocher de Lui.

¹ Tour et Choul'han arou'h Ora'h Haim siman 559.



Hachem souffre et pleure avec nous

Rav Asher Arieli rapporte la Michna dans Sanhédrin (6,5) qui parle de celui qui est puni de peine de mort, il doit alors faire téchouva avant d'être tué : «Rabbi Méir dit quand une personne souffre la Chékhina dit : « Ma tête est lourde, Mon bras est lourd». Si Hachem souffre ainsi pour le sang des «réchaim», combien plus pour celui des tsadikim». Même lorsqu'Il punit le fautif, Hachem souffre avec lui et Se tient avec lui dans la détresse. C'est précisément dans les moments de souffrance que se révèle une proximité exceptionnelle : Hachem pleure avec nous, partage notre douleur et demeure à nos côtés. C'est le sens du fait que les Kérouvim s'enlaçaient au moment de la destruction du Beth Hamikdash.

Nous saisissons le message et revenons vers Hachem

De notre côté aussi, les épreuves nous rapprochent davantage d'Hachem que les périodes de prospérité. Dans la souffrance, l'homme prend conscience de sa fragilité et de sa dépendance d'Hachem. Comme le dit David Hamélekh : «Mon père et ma mère m'ont abandonné, mais Hachem m'a recueilli». Surtout, les souffrances amènent l'homme à prendre conscience de sa distance avec Hachem et à comprendre le message qu'Hachem lui envoie : il fait alors une introspection pour trouver les fautes sur lesquelles il doit faire téchouva, afin de se libérer de ses souffrances et retrouver ainsi la proximité perdue.

Rav Chakh explique ainsi le passouk de parashat vayélekh dans lequel Hachem dit «Et je ferai retentir ma colère sur lui (Israël)...

et l'atteindront plein de mauvaises choses et de malheurs et Ils diront : "N'est-ce pas parce que mon D. n'est plus 'au milieu de moi' que ces malheurs m'ont atteint ?". Le sens profond est : si l'on arrive à percevoir ici la main d'Hachem et à comprendre que ces «mauvaises choses» sont une correction d'un Père envers son fils, elles ne sont plus des malheurs, mais deviennent elles-mêmes un bien, puisqu'elles nous amènent à faire téchouva et retrouver notre lien avec Lui.

On comprend maintenant le sens du passouk d'Eikha cité précédemment : «Il a anéanti tous mes héros, mon D. est au milieu de moi, Il a proclamé contre moi un moèd pour briser mes jeunes hommes». Si je reconnais la présence d'Hachem au cœur de l'épreuve et que j'en saisis le message, alors cette souffrance devient un véritable moèd, une rencontre avec Lui.

De Son côté, Hachem nous corrige par amour ; du nôtre, nous accueillons cette épreuve avec amour, nous entendons Son appel «Revenez à Moi», et nous Lui répondons par la Téfila et la Téhouva: «Ramène-nous Hachem vers Toi...» (derniers mots d'Eikha).

Hachem nous rassure et nous console tout en nous corrigeant

Cela éclaire également la première Haftara des trois semaines. Elle commence par la prophétie d'Irmiya annonçant la terrible destruction du Beit Hamikdash et l'exil qui frappera Israël, puis s'achève par ces paroles : «Je Me souviens de la bonté de ta jeunesse, de l'amour de tes fiançailles, lorsque tu Me suivais dans le désert». Pourquoi Hachem évoque-t-Il Son amour précisément au moment

où Il annonce la destruction ? Parce que cette réprimande est elle-même l'expression de Son amour. C'est justement lorsqu'Il décide de nous corriger, qu'Il se rappelle davantage encore l'amour qui nous unit. Puis, comme un père qui, tout en corrigeant son fils, pleure avec lui et le rassure sur son amour, Hachem pleure avec nous et passe de notre côté au point de vouloir déjà s'en prendre aux ennemis qu'Il a Lui-même envoyés : «Tous ceux qui le dévoreront seront punis». Au moment même de l'annonce de l'exil, Hachem nous console en nous annonçant la délivrance.

Les 2 parties de Tisha Béav : le deuil et la consolation

On comprend également l'enseignement du Arizal concernant la coutume d'alléger le deuil à partir de 'Hatsot de Tisha Béav : on s'assoit sur des chaises, on remet la Parokhet et on met les Téfilines, bien que ce soit à cette heure que le Beth Hamikdash a été mis à feu. Il explique cela par le Midrash sur le passouk «mizmor d'Assaf, les nations sont entrées dans Ton héritage» : ce n'est pas une lamentation mais un mizmor, car Hachem a déversé Sa colère sur le bois et les pierres plutôt que sur Israël. Personne n'imaginait la destruction du Beit Hamikdash, mais lorsqu'ils constatèrent que la destruction était devenue réalité, ils prirent conscience de la gravité de leurs fautes et revinrent vers Hachem. Une délivrance potentielle est alors créée et une consolation commence déjà, Assaf entonne alors un mizmor.

Tisha Béav se divise donc en deux parties. Jusqu'à 'hatsot, nous nous endeuillons et pleurons² la destruction qui n'est qu'un aperçu de nos fautes et notre éloignement. Nous recevons alors Son coup en saisissant tout l'amour qu'il contient, Son appel à revenir vers Lui. Cette partie est consacrée au 'hechbon hanéfech, l'introspection³ et à la téchouva. Puis, à partir de 'hatsot, commence la consolation et l'espérance en la délivrance : À Min'ha, nous récitons Na'hem. On continue ensuite de se consoler pendant les sept semaines de consolation jusqu'à Roch Hachana. Ainsi, nous lisons à min'ha la haftara de «chouva israel» et annonçons le début de la période de téchouva aboutissant à Yom Kippour et Soukot.

2 Rav Nathan Rothman explique lorsqu'un homme décide simplement d'abandonner ses fautes et de ne plus y retomber, il risque de penser que les fautes passées n'ont finalement laissé aucune trace. Comme s'il suffisait désormais de ne plus fauter pour effacer ce qui a été fait. C'est pourquoi la Téchouva comporte également une étape de regret et de deuil : prendre conscience que nos fautes ont véritablement porté atteinte à notre lien avec Hachem et qu'elles ont détruit. Cette prise de conscience permet alors d'abandonner sincèrement la faute et de s'en détacher durablement. C'est toute l'importance du travail de deuil.

3 Le Maharsha (Taanit 30a) explique que la raison pour laquelle l'étude de la Torah est interdite ce jour-là est qu'il est défendu de détourner son esprit du deuil et de cette introspection. Cette interdiction s'étend à toute activité susceptible de distraire l'homme ; l'étude de la Torah n'est mentionnée par la Guémara que pour nous enseigner que même elle est interdite.



L'Acceptation de l'Autorité

EDUCATION

Rav Ephraïm Perez

Près de 2 000 ans se sont écoulés depuis la destruction du Second Temple, et nous sommes toujours en exil. Tant d'épreuves, tant de souffrances ! Pourtant, les possibilités d'étudier la Torah et d'accomplir les commandements sont bien plus grandes aujourd'hui que lors des générations précédentes. Tout cela ne suffit-il donc pas pour mériter la Rédemption ?

Loin de nous l'idée d'exprimer une exigence ou un grief envers le Saint, béni soit-Il ; nous posons cette question simplement pour comprendre ce qui fait défaut.

Certains diront que le point central n'est pas l'étude de la Torah ni les commandements, mais les relations entre l'homme et son prochain. Après tout, le Second Temple a été détruit à cause de la *haine gratuite* (*Sinat 'Hinam*), et malheureusement, ce point n'a pas encore été rectifié. Cependant, face à tant de souffrances, et avec autant d'opportunités d'étudier la Torah et d'accomplir les lois divines, comment n'a-t-on pas encore rectifié ce péché envers le prochain ? On voit pourtant clairement que la Torah est vérité et qu'elle est la seule voie capable de mener au raffinement des vertus et à l'amour gratuit. Alors, pourquoi n'en sommes-nous pas encore là ?

Le Lien Mystique entre le 9 Av et le Nerf Sciatique

L'année compte 365 jours, et la Torah renferme 365 commandements négatifs (interdictions). Il est enseigné dans les livres saints que chaque commandement négatif correspond à un jour précis de l'année, et que l'interdiction du nerf sciatique (*Gid HaNaché*) correspond au 9 Av (*Ticha BeAv*).

Il convient dès lors de comprendre quel est le lien profond entre le commandement du nerf sciatique et le jour du 9 Av.

Certes, de nombreuses explications ont été données concernant le lien entre ce commandement et cette date, mais selon

notre approche habituelle, nous allons l'expliquer en le reliant à *l'éducation des enfants*.

La Racine de la Destruction : Le Refus de se Soumettre

Si l'on examine la Guémara (traité *Guitine*) à travers les récits de la Destruction, on trouve un dénominateur commun à toutes les histoires de la chute de Jérusalem, de Tour Malka et de Betar : le peuple d'Israël n'a pas accepté l'autorité de D.ieu. Le peuple d'Israël n'a pas accepté le fait d'être en exil. Par conséquent, il s'est révolté et a réagi, dans diverses situations, comme s'il n'était pas en exil. C'est précisément cela qui a provoqué cette terrible destruction et a éloigné le peuple d'Israël de la table de son Père.

Un homme peut tout à fait accomplir les commandements et étudier la Torah, tout en manquant totalement de soumission à l'autorité.

L'acceptation de l'autorité ne consiste pas seulement à exécuter les commandements, ni seulement à faire ce que disent les ancêtres ou les parents. *Accepter l'autorité, c'est être fondamentalement capable de recevoir (être un réceptacle)*. Une personne qui refuse l'autorité refuse également la réalité. C'est un principe absolu dans le service divin, et toute notre vie spirituelle en dépend.

La question n'est pas de savoir quelle quantité de Torah et de commandements nous accomplissons, mais pourquoi nous le faisons : est-ce parce que D.ieu l'a ordonné, par simple habitude, par peur du châtement ou pour toute autre raison ?

La Pédagogie Divine de l'Autorité

D.ieu savait que c'était là la seule voie pour Le servir. D'un autre côté, Il a créé l'homme avec une nature qui rejette l'autorité, en particulier celle d'un Être invisible. Le Saint, béni soit-Il, a donc fait une grâce à l'homme en lui



permettant de s'habituer progressivement à accepter l'autorité :

1. *D'abord celle de ses parents* : ce qui est plus facile, car ils sont biologiquement liés à lui.
2. *Ensuite celle de son maître (Rav)* : de qui il reçoit la Torah.

Si l'homme s'habitue à respecter ses parents et ses maîtres, il acceptera assurément, par extension, l'autorité du Saint, béni soit-Il.

L'histoire de Jacob et de l'ange — dont le dénouement fut la luxation de la hanche de Jacob, d'où découle l'interdiction : « C'est pourquoi les enfants d'Israël ne mangeront pas le nerf sciatique » — provient initialement d'un manque de respect envers les parents. Jacob, pour qui ses biens étaient plus précieux que son propre corps, traverse le torrent du Yabbok pour récupérer de petites fioles qu'il avait oubliées sur l'autre rive. C'est alors que « Jacob resta seul ». Où étaient ses enfants ? Comment ont-ils pu laisser leur père Jacob traverser le torrent seul, en pleine nuit ?

À travers cela, nous comprenons le lien direct entre le jour du 9 Av et le nerf sciatique : tous deux découlent du même péché, celui de ne pas avoir accepté l'autorité.

Application Pratique dans l'Éducation

Souvenons-nous qu'il est indispensable d'éduquer nos enfants à l'acceptation de l'autorité, car c'est cela qui leur donnera la force d'accepter plus tard l'autorité des rabbins et, par-dessus tout, l'autorité de D.ieu.

Mais comment éduque-t-on à l'autorité ?

- Il convient, bien entendu, d'expliquer et de parler à l'enfant des commandements de la Torah, de lui exposer ce que l'on attend de lui et pourquoi on le lui demande.
- *Cependant, de temps en temps, il faut exiger de l'enfant qu'il nous obéisse sans lui donner de raison.* Et lorsqu'il demande : « Pourquoi ? », il faut lui répondre qu'il doit écouter la voix de ses parents même s'il ne comprend pas, et ce, uniquement parce que nous le lui avons demandé.

Ainsi, petit à petit, il intégrera qu'il est de son devoir d'accepter l'autorité parentale. C'est de cette manière qu'il grandira et s'élèvera pleinement dans sa vie spirituelle.

« l'Oculomics » : votre œil sait tout de vous !

MÉDECINE

O.S.

Le rendez-vous était banal. David, accompagnait sa mère chez l'ophtalmologiste pour un contrôle. Pendant qu'elle patientait, le médecin l'a invité à s'asseoir face à un appareil. « Posez le menton, fixez le point. » Un flash. Moins d'une seconde. Affaire conclue.

Ce que David ne savait pas, c'est que cette photographie de sa rétine, un petit disque de tissu nerveux grand comme un ongle, tout au fond de son œil, venait peut-être de livrer des secrets que même son médecin généraliste ne connaissait pas encore.

Une fenêtre grand ouverte sur le corps

L'œil est le seul endroit du corps où l'on peut observer, sans opération, les vaisseaux sanguins et les fibres nerveuses à l'état pur. Ce n'est pas une métaphore : c'est de l'anatomie. La rétine est un prolongement direct du cerveau. Ce qui s'y passe reflète ce qui se passe partout ailleurs.

Dans un espace de quelques centimètres carrés, la rétine abrite plus de **126 millions de photorécepteurs**, irrigués par un réseau vasculaire d'une finesse extrême.

Les médecins le suspectaient depuis le XIX^e siècle. Des anomalies rétinienne pouvaient révéler des pathologies cardiaques (Le Talmud l'avait déjà affirmé des siècles auparavant). Pendant un siècle, cette intuition est restée limitée aux spécialistes, à ce que l'humain pouvait voir. Puis l'intelligence artificielle est arrivée.

La révolution de l'Intelligence artificielle (IA)

En 2018, des chercheurs de Google ont publié une étude qui a stupéfait la communauté médicale. Leur algorithme d'intelligence artificielle, entraîné sur les rétinographies de **284 335 patients**, avait appris à lire dans les yeux des informations que personne ne pensait pouvoir y trouver.

Résultat : l'IA prédisait l'âge d'un patient à **3 ans** près. Elle déterminait le sexe avec une précision de **97 %**. Elle détectait le tabagisme, estimait la pression artérielle, le poids, évaluait le risque d'infarctus. Le tout depuis une seule photographie. Sans prise de sang. Sans électrocardiogramme. Sans rien d'autre que la lumière reflétée par le fond d'un œil.

C'est cela, l'oculomics : la discipline scientifique qui fait de l'œil un tableau de bord médical. Son nom vient d'oculus « l'œil » en latin et de omics, les sciences qui analysent des données massives.

Un bilan de santé à l'oeil

Pourquoi la rétine peut-elle révéler autant de secrets ? Ce qui modifie le corps laisse des traces dans les tissus rétinien, parfois des années avant que les premiers symptômes n'apparaissent.

Chez les patients atteints d'Alzheimer, l'IA détecte un amincissement microscopique de la couche des fibres nerveuses rétinienne et une altération du réseau vasculaire invisible à l'œil humain. Chez ceux atteints de Parkinson, c'est la densité de perfusion qui chute. Dans une méta-analyse portant sur dix études et près de **38 000 individus**, la précision diagnostique de l'IA rétinienne pour les maladies neurodégénératives atteignait plus de 70% de précision, et ce n'est qu'un début.

La liste va bien au-delà. À ce jour, des chercheurs ont démontré que la rétinographie permettait de dépister ou de prédire : le diabète, l'hypertension, les maladies rénales, la schizophrénie, la bipolarité, la dépression, la sclérose en plaques, l'anémie, l'apnée du sommeil, les maladies du foie ... et même le taux de cholestérol.

Plus de **50 pathologies systémiques** détectées depuis le fond d'un œil. Un seul organe. Un seul appareil photo. Un flash d'une fraction de seconde. Et un diagnostic.



L'œil comme miroir de l'âme et du corps

Il y a quelque chose de presque invraisemblable dans cette idée. Depuis des millénaires, certains affirment que « l'œil est le miroir de l'âme ». Voilà que la science moderne découvre que cet organe extraordinaire est aussi le miroir du corps tout entier.

Les vaisseaux qui nourrissent la rétine sont les mêmes que ceux du cerveau, du cœur, des reins. Les altérations que l'IA y détecte sont les empreintes de ce qui se passe ailleurs, en profondeur, souvent en silence.

Pensez-y : un examen qui dure moins d'une seconde, qui ne nécessite ni prise de sang, ni IRM, ni hospitalisation, et qui pourrait un jour dépister des maladies dans quasiment tout le corps humain.

Demain dans votre poche

Les chercheurs travaillent déjà sur la prochaine étape : des appareils portables, adaptables sur un simple smartphone, capables de réaliser une rétinographie de qualité en quelques secondes. D'autres chercheurs ont développé des algorithmes capables de diagnostiquer une ribambelle de pathologies ainsi que les résultats d'une prise de sang de routine juste en photographiant l'œil, sans besoin d'accéder à la rétine.

La vision du futur, si l'on peut se permettre l'expression, c'est celle d'un bilan de santé complet obtenu avec une simple photo de votre œil à l'aide de votre smartphone. Même pas une consultation dédiée. Juste un selfie oculaire.

Retour chez le médecin

David est ressorti du cabinet avec l'ordonnance de sa mère dans la poche et une question en tête. Le médecin lui avait signalé quelque chose sur ses vaisseaux rétinien, un léger signe à surveiller. Rien d'urgent. Mais un signal.

Il a pris rendez-vous avec son généraliste la semaine suivante. L'examen a confirmé un début d'hypertension artérielle. Bien gérée dès maintenant, elle ne lui causera probablement jamais aucun problème sérieux.

Prenez une seconde et réfléchissez-y : toutes les informations concernant votre santé sont là, dans vos yeux. Encore un cadeau d'Hachem.

Sources : Poplin et al., Nature Biomedical Engineering, 2018 • Zhu et al., Progress in Retinal and Eye Research, 2025 • Tan & Sun, BioMedical Engineering OnLine, 2023

DE ELOUL À KIPPOUR

40 JOURS D'ÉVOLUTION

ELOUL, ROCH HACHANA, KIPPOUR = TÉCHOVA

LE NOUVEAU LIVRE DE SHALSHELET OFFRE DE MULTIPLES RUBRIQUES
QUI VOUS ACCOMPAGNERONT TOUT LE MOIS D'ELOUL ET JUSQU'À KIPPOUR.



232
PAGES

A4
COULEURS

TARIF : 22 €

SHALSHELETEDITIONS.COM