



Av 5786 - 2026

Deuil ou joie ?

Introduction

Du sommet du deuil au sommet de la joie

Nous voici entrés dans Ben HaMetsarim, les Trois Semaines - ces jours où le peuple juif porte le deuil. Un deuil inhabituel qui s'intensifie progressivement, au lieu de s'apaiser avec le temps.

Dès le 17 Tamouz, on ne se marie pas ; à partir de Roch 'Hodech, on ne mange plus de viande ; la semaine où tombe Tichea Béav, on ne se douche plus. Puis arrive Tichea Béav, le sommet du deuil : on ne mange pas, on s'assoit par terre, on ne porte pas de chaussures en cuir...

Et moins d'une semaine plus tard survient déjà le 15 Av, dont la Guémara affirme : « Il n'y a pas eu de jours de fête pour Israël comme le 15 Av. »

Comment passe-t-on du sommet du deuil au sommet de la joie en quelques jours à peine ?

DEUIL OU JOIE ?1

LES LOIS DES TROIS

SEMAINES.....7

LE GUIDE DES VACANCES .35

Deuil ou joie ?

Vivre dans le présent

Pour répondre à cette question, il faut comprendre la raison de ce grand deuil.

On ne pleure pas le passé. Un Juif vit dans le présent.

Certaines personnes restent enfermées dans le passé : elles regrettent ce qu'elles ont fait, ou n'ont pas fait, et s'imaginent qu'en changeant le passé, elles seraient enfin heureuses...

D'autres restent tournées vers le futur : bientôt je ferai, quand j'obtiendrai ceci ou cela, alors je serai heureux.

Mais un Juif doit vivre dans le présent. Le passé n'est plus là, le futur n'est pas encore arrivé. Il n'y a que le présent.

Comme dit le verset : היום אם בקולו תשמעו
« Aujourd'hui, si vous écoutez Sa voix ».

Quand quelqu'un veut se renforcer dans une Mitsva, il pense déjà à ce qui se passera dans un an. Comment va-t-il réussir à tenir bon tout ce temps ?

Le conseil est simple : prendre cette décision pour aujourd'hui seulement. Demain sera un autre jour - pour l'instant, il n'y a que celui-ci.

On ne pleure pas ce que nous n'avons jamais connu

Revenons à notre sujet.

'Hazal comparent les pleurs sur le Beit HaMikdash à l'histoire d'une mère. Au moment de l'accouchement, les médecins lui annoncent : « Il faut choisir : toi ou le

bébé. Nous ne pouvons pas vous sauver tous les deux. »

Après beaucoup de larmes, elle choisit son enfant. Elle renonce à la vie pour donner la vie.

L'enfant grandit avec l'histoire de sa maman qui a renoncé à la vie pour lui.

Le jour de sa Bar Mitsva, jour de la disparition de sa mère, le père attend le Kaddich de son fils.

Mais le fils récite le Kaddich sans pleurs, sans émotion particulière.

Le père, bouleversé, lui demande :

« Comment peux-tu ne rien ressentir ? Ta mère a renoncé à la vie pour toi ! »

Et le fils répond :

« Papa, j'ai beaucoup entendu parler d'elle. Mais je ne l'ai jamais connue, je ne l'ai jamais vue. Comment pourrais-je pleurer quelqu'un que je n'ai jamais rencontré ? »

Il en va de même pour nous : on ne peut pleurer une chose que l'on n'a jamais connue.

Ce que nous pleurons est donc forcément un manque bien réel, ressenti aujourd'hui, dans notre propre génération - un manque qui appartient à chacun d'entre nous.

Quelle est donc cette chose qui nous manque tant ?

Deuil ou joie ?

Le 'Hourban que l'on ne ressent plus

Dans les générations précédentes, on ressentait le 'Hourban. On en portait le deuil comme un monde qui s'effondre.

On raconte que, dans la Yechiva du 'Hatam Sofer, on récitait chaque nuit le Tikoun 'Hatsot en pleurant la destruction du Beit HaMikdach.

Une nuit, un étudiant officiait comme 'Hazan pour le Tikoun 'Hatsot - et ne pleura pas.

Le 'Hatam Sofer demanda alors qu'on vérifie s'il n'était pas un Maskil :

« Un jeune homme qui ne pleure pas au Tikoun 'Hatsot, en pleine année, est certainement un Maskil ! »

Aujourd'hui, on cherche au contraire à alléger le deuil autant que possible. Nous organisons des Siyoumim, nous trouvons mille façons d'en adoucir les restrictions.

Et celui qui veut malgré tout ressentir un peu le 'Hourban cherche un cours qui le rend plus concret, pour pouvoir, ne serait-ce qu'un instant, verser quelques larmes sur ce qui nous manque.

Que s'est-il donc passé ?

Il y a deux cents ans, on ressentait encore le 'Hourban. Ces générations non plus n'avaient pas connu le Beit HaMikdach ; elles vivaient elles aussi plus de mille ans après sa destruction. Et pourtant, elles en ressentaient profondément l'absence.

Quant à nous, nous ne comprenons même plus ce que l'on attend de nous.

Le Beit HaMikdach n'était pas un musée

Le Beit HaMikdach n'était ni un monument historique ni un site classé à l'UNESCO.

Quand les Romains l'ont détruit, une voix céleste proclama : « Une maison déjà détruite, tu as détruit. »

Le bâtiment, en lui-même, n'avait aucune valeur : le Beit HaMikdach ne se résumait pas à une construction, mais à ce qui y résidait.

Notre lien avec Hachem

Lorsqu'une personne arrivait au Beit HaMikdach, elle percevait Hachem avec une clarté extraordinaire.

Elle y entrait, ressentait une atmosphère de sainteté, apportait un Korban - et le chant des Levi'im faisait fondre son cœur, jusqu'à dissoudre les couches déposées sur son âme et lui rendre toute sa pureté.

C'est la raison pour laquelle il existait une Mitsva de monter au Beit HaMikdach trois fois par an.

Trois fois par an, on se ressourçait en Emouna, puis on rentrait chez soi, on reprenait son travail, et l'on voyait Hachem dans chaque chose.

Par exemple, lorsqu'un homme regardait une table, il percevait Hachem.

Deuil ou joie ?

Les Sfarim expliquent qu'à la création du monde existait une lumière particulière, permettant de voir d'un bout du monde à l'autre. Hachem l'a ensuite réservée aux Tsadikim, pour le monde à venir.

Cette lumière, disent-ils, permet de voir bien au-delà d'une table ou d'une chaise : les Tsadikim y voient ce qui, dans chaque chose, les relie à Hachem.

Ce qui nous manque vraiment

Tant que le Beit HaMikdash n'est pas reconstruit, c'est cette réalité qui nous manque.

Nous vivons dans un monde où la présence de Hachem nous est voilée.

Nous traversons notre vie comme si le monde fonctionnait de lui-même, comme si chacun était seul maître de ses actes, et comme si les événements n'étaient que le résultat des décisions des hommes.

Pourtant, ce n'est qu'une illusion.

Le monde nous cache Hachem.

Voilà ce que nous avons perdu.

Voilà ce que nous pleurons.

Il est vrai que nous nous rapprochons de la Gueoula complète, et qu'il est difficile de porter ce deuil.

Mais, plus profondément encore, ce qui nous fait souffrir, c'est de ne plus vivre avec cette perception claire de Hachem.

Ce que révélera le Machia'h

À sa venue, le Machia'h ne transformera pas le monde et n'apportera pas de nouveautés : il viendra simplement révéler Hachem. Une lumière si intense brillera que la présence divine deviendra une évidence absolue, perceptible dans chaque objet, chaque parole et derrière chaque action humaine.

Il est possible de vivre cette Gueoula dès aujourd'hui. À l'image de certains Tsadikim, celui qui s'habitue dès à présent à voir Hachem en toute chose vit déjà à la lumière du Machia'h.

David HaMelekh : voir Hachem dans l'obscurité

David HaMelekh était l'homme le plus pourchassé au monde. Son beau-père et son fils voulaient le tuer, il était rejeté par ses frères, et même sa vie lui avait été donnée en cadeau par Adam HaRichon : il ne méritait même pas de vivre. Et malgré tout, toutes ses prières et toutes ses louanges allaient à Hachem ! C'est ainsi qu'il a mérité d'être le quatrième pied de la Merkava. Il vivait dans l'obscurité, et pourtant il voyait Hachem.

C'est pour cela qu'il a institué le Tikoun 'Hatsot : même dans l'obscurité la plus profonde, à l'heure la plus sombre de la nuit, Hachem est encore là, avec toi.

'Hazal racontent qu'une harpe était suspendue au-dessus du lit de David :

Deuil ou joie ?

quand le vent du nord se levait, il se dressait comme un lion. Ce vent souffle sur le monde entier - mais lui seul en perçoit l'appel.

Voilà pourquoi David est le Melekh HaMachia'h : c'est lui qui sait nous apprendre à voir Hachem au cœur même des épreuves, jusque dans l'obscurité la plus totale.

L'amour caché derrière le 'Hourban

Selon le Rama, on ne revêt pas les habits de Chabbat à Chabbat 'Hazon. Le Ari HaKadoch, lui, enseigne le contraire : les revêtir malgré tout.

L'explication est la suivante : vue de l'extérieur, la destruction du Beit HaMikdash est bien une tragédie - le plus grand malheur qu'ait connu le peuple juif. Mais derrière cette douleur se cache, en réalité, un amour immense.

On raconte qu'un jour, Rabbi Akiva vit un renard sortir du Kodech HaKodachim. Les Tannaïm présents se mirent à pleurer, alors que lui se mit à rire. On lui demanda : « Pourquoi ris-tu ? » Il répondit : « Hachem a déversé Sa colère sur du bois et des pierres. »

Quand Hachem a détruit le Beit HaMikdash, Il a renoncé à Sa maison, mais Il n'a pas renoncé à nous. עִמּוֹ אֲנִכִּי בְצָרָה : « Je suis avec lui dans la détresse ». Et ainsi de nombreux versets nous montrent que la Chékhina descend

avec nous en exil, et tant que nous n'en sommes pas sortis, la Chékhina demeure en exil avec nous.

Au fond, la rencontre

C'est pour cela que le deuil commence dès le 17 Tamouz et ne cesse de s'intensifier, étape après étape, jusqu'à Tichea Béav : on s'assoit alors par terre, on pleure, on lit les Kinot et la Méguilat Eikha.

Et c'est justement là, au sommet du deuil, qu'à midi on se relève pour s'asseoir sur une chaise : le détachement du deuil commence.

C'est précisément au sommet du deuil que l'on rencontre Hachem, qui nous dit : « Je suis avec toi dans la détresse. Je te cherche ; c'est toi qui ne Me vois pas. Voilà pourquoi J'ai détruit le Beit HaMikdash : J'ai préféré renoncer à Ma maison plutôt que de renoncer à toi. »

C'est là qu'on découvre l'amour de Hachem, qu'on apprend à Le voir dans chaque chose - et il n'existe pas de joie plus grande que celle-là.

Av, le père

C'est ainsi que, moins d'une semaine après Tichea Béav, tombe le 15 Av. « Il n'y a pas eu de jours de fête pour Israël comme le 15 Av. »

On s'est alors demandé : comment passe-t-on si vite du plus grand deuil à la plus

Deuil ou joie ?

grande joie - et qui plus est, en un même mois ?

Mais les Tsadikim expliquent que ces deux jours puisent à la même racine : Av, du mot Aba, le père.

Quand un père punit son fils pour une faute, on ne voit, de l'extérieur, que la punition : cela fait mal. C'est pour cela qu'on s'assoit par terre le 9 Av et qu'on pleure.

Mais dès le 15 Av, on commence à percevoir l'intériorité de ce père : l'immense amour que Hachem nous porte.

Et quand ce côté du père se dévoile, tout s'éclaire : il n'y a plus de questions, et il n'existe pas de joie plus grande.

Conclusion

Regarde notre point juif

Et alors on dit à Hachem, comme il est écrit dans la Michna à propos du 15 Av :

« בחור, שא נא עיניך וראה מה אתה בורר לך. אל תתן עיניך בנוי... תן עיניך במשפחה »

« Jeune homme, lève les yeux et regarde ce que tu choisis. Ne pose pas tes yeux sur la beauté, sur l'apparence extérieure... pose tes yeux sur la famille. »

Lorsque Tu agis envers nous à travers la douleur, nous ne regardons pas l'extérieur, la souffrance apparente, mais l'intériorité : l'amour que Tu nous portes.

Alors Toi aussi, Hachem, pose Tes yeux sur la famille : ne regarde pas notre extérieur, nos fautes, mais regarde notre intériorité - ce point juif qui, en nous, n'aime et ne veut que Toi.

Les lois des Trois Semaines

Du 17 Tamouz au 9 Av

Selon les décisions halakhiques du Rav Ofir Malka Chelita

Nos Sages ont expliqué le verset : « כל רודפיה השיגוה בין המצרים », « Tous ses poursuivants l'ont atteinte entre les détroits », il s'agit des jours qui vont du 17 Tamouz au 9 Av. Cette période est appelée Ben HaMetsarim, ce sont des jours de souffrance et d'épreuves pour le peuple juif. De nombreux événements tragiques s'y sont produits au fil des générations, en particulier la destruction du Premier et du Second Beit HaMikdash.

C'est pourquoi le peuple juif a pris l'habitude d'observer durant cette période certaines pratiques de deuil, qui deviennent progressivement plus strictes à mesure que l'on approche du 9 Av.

Il faut toutefois se rappeler que le but principal de ces coutumes n'est pas seulement de se souvenir de la destruction du Temple, mais surtout d'amener chacun à réfléchir à ses actes et à se rapprocher d'Hachem par la Techouva. C'est ainsi que nous mériterons rapidement la reconstruction du Beit HaMikdash et la délivrance complète.

La période de Ben HaMetsarim se divise en plusieurs étapes :

- Du 17 Tamouz jusqu'à Roch 'Hodech Av.
- De Roch 'Hodech Av jusqu'à la semaine où tombe le 9 Av.
- La semaine où tombe Tichea Béav.
- La veille de Tichea Béav.
- Tichea Béav lui-même.
- La sortie du jeûne et la journée du 10 Av.

Du 17 Tamouz jusqu'à Roch 'Hodech Av

Il est important de savoir que toutes les lois qui commencent à partir du 17 Tamouz s'appliquent dès la nuit du 17 Tamouz, même si le jeûne lui-même ne débute que le matin.

Mariages

Le Choul'han Aroukh tranche qu'il ne faut pas célébrer de mariage à partir de Roch 'Hodech Av. Le Rama est plus strict et interdit déjà à partir du 17 Tamouz.

En pratique, la coutume de la majorité des communautés, même Séfarades, est de ne pas célébrer de mariage dès le 17 Tamouz.

En revanche, les fiançailles ou la signature des Tenaïm restent permises durant cette période, et il est également permis d'organiser un repas à cette occasion¹.

Danses et musique

La coutume est de s'abstenir de danses et de réjouissances pendant Ben HaMetsarim. Il est donc interdit de danser, que l'on soit seul ou en groupe.

De même, il est interdit d'écouter de la musique, qu'elle provienne

d'instruments joués en direct ou d'un enregistrement.

En revanche, il est permis de chanter sans accompagnement musical lorsqu'il s'agit de chants de louange ou de remerciement à Hachem.

Pendant les Chabbat de Ben HaMetsarim, on peut également chanter normalement en l'honneur de Chabbat.

Pour les chansons vocales (a cappella), si l'on entend uniquement des voix humaines sans imitation d'instruments, il y a lieu d'être indulgent. Mais lorsque les voix reproduisent clairement le son d'instruments de musique, il n'y a pas lieu d'autoriser.

Séoudat Mitsva

Concernant les repas de Mitsva, les décisionnaires sont partagés sur la question de savoir s'il est permis d'y diffuser de la musique. Ceux qui veulent être indulgents peuvent s'appuyer sur certains avis.

¹Le Kaf Ha'Haïm est plus strict : il n'autorise pas un véritable repas, mais seulement des gâteaux et des boissons.

Les lois des Trois Semaines

Cependant, une personne qui n'a pas l'habitude toute l'année de mettre de la musique lors de repas de Mitsva ne doit pas commencer précisément pendant cette période, car cela pourrait être perçu comme un mépris des coutumes de deuil.

Apprentissage de la musique

Un professeur de musique peut continuer à enseigner jusqu'à la semaine où tombe le 9 Av, puisque cela relève de son gagne-pain.

En revanche, les élèves ne peuvent pas s'exercer simplement pour leur plaisir, car toute la permission repose sur la nécessité financière du professeur.

S'il existe un risque réel que les élèves oublient ce qu'ils ont déjà appris, on peut être indulgent jusqu'à Roch 'Hodech Av, au titre de Davar Haaved (perte à éviter).

De même, une personne qui souffre de tristesse, de solitude ou d'angoisses, et pour qui la musique aide à retrouver un certain équilibre, pourra être autorisée à en écouter selon ses besoins.

Prudence face au danger

Les décisionnaires écrivent qu'il convient durant cette période de redoubler de prudence et de s'éloigner de toute situation comportant un risque².

Il est donc recommandé d'éviter les excursions dangereuses, l'escalade, les activités extrêmes et tout ce qui présente un danger similaire.

De même, lorsqu'il est possible de repousser une opération non urgente sans difficulté particulière, il est préférable de le faire.

D'après la stricte Halakha, il n'est pas interdit d'aller à la mer ou à la piscine pendant cette période. Bien que certains soient plus stricts sur ce point, l'essentiel est surtout d'éviter les endroits présentant un risque réel.

La bénédiction de « Chéhé'héyanou »

La coutume est de ne pas réciter³ la bénédiction de Chéhé'héyanou pendant Ben HaMetsarim sur un fruit nouveau ou un vêtement neuf.

²Le Choul'han Aroukh tranche qu'il ne faut pas marcher seul de la quatrième à la neuvième heure ; les décisionnaires précisent que cela vise les lieux situés hors des zones habitées. De même, les parents veilleront à ne pas frapper

leurs enfants durant ces jours, à cause du danger (Michna Beroura et Kaf Ha'Haïm).

³Choul'han Aroukh, Siman 551, Séïf 17.

Les lois des Trois Semaines

C'est pourquoi on évite de consommer un fruit nouveau ou de porter un vêtement neuf nécessitant cette bénédiction.

Concernant Chabbat et Roch 'Hodech, les décisionnaires sont partagés. Certains permettent de réciter Chéhé'héyanou, aussi bien sur un fruit nouveau que sur un vêtement neuf, tandis que d'autres l'interdisent même pendant Chabbat.

En pratique, selon la stricte Halakha, il est permis de réciter Chéhé'héyanou pendant Chabbat et Roch 'Hodech. Toutefois, il est préférable d'éviter.

Si une personne a récité par erreur la bénédiction Boré Péri Haets sur un fruit nouveau et se souvient seulement ensuite qu'elle doit également dire Chéhé'héyanou, elle récitera malgré tout Chéhé'héyanou, même en semaine, afin de ne pas perdre la bénédiction.

Une femme enceinte qui a très envie d'un fruit nouveau est autorisée à le manger. Certains décisionnaires estiment même qu'elle pourra réciter Chéhé'héyanou normalement.

Achat de vêtements

Il est permis d'acheter des vêtements neufs pendant Ben HaMetsarim en vue de les utiliser après le 9 Av.

L'interdiction d'acheter des vêtements neufs ne commence qu'à partir de Roch

'Hodech Av, comme nous le verrons plus loin.

Coupe de cheveux

Le Rama écrit qu'il ne faut pas se couper les cheveux à partir du 17 Tamouz, et telle est la coutume des communautés Ashkénazes.

Selon l'avis du Choul'han Aroukh, les Séfarades peuvent, quant à eux, se couper les cheveux jusqu'à la semaine où tombe le 9 Av.

Cependant, comme il existe différentes coutumes selon les communautés, chacun suivra son Minhag.

Tikoun 'Hatsot

Le Ari Zal écrit qu'il est bien de s'asseoir chaque jour à midi pendant Ben HaMetsarim pour pleurer la destruction du Beit HaMikdash.

C'est pourquoi beaucoup ont l'habitude de réciter durant cette période le Tikoun Ra'hel, la partie du Tikoun 'Hatsot consacrée à la peine de la destruction.

Il est recommandé de s'asseoir à même le sol et d'enlever ses chaussures pendant sa récitation. Toutefois, cela n'est pas indispensable. Il vaut mieux le réciter sans s'asseoir par terre ni enlever ses chaussures plutôt que de renoncer complètement à le dire.

On ne récite pas le Tikoun 'Hatsot le vendredi, le Chabbat, à Roch 'Hodech

Av, la veille de Roch 'Hodech, la veille du 9 Av et le 9 Av lui-même.

De même, le père du bébé, le Mohel et le Sandak le jour de la Mila ne le récitent pas.

De Roch 'Hodech Av jusqu'à la semaine où tombe le 9 Av

À propos de cette période, la Michna dit :
משנכנס אב ממעטין בשמחה

« Lorsque le mois d'Av entre, on diminue la joie ».

Le Choul'han Aroukh ouvre d'ailleurs les lois de Tichea Béav par cette règle.

À partir de Roch 'Hodech Av, on ajoute donc de nouvelles pratiques de deuil et l'on évite davantage tout ce qui procure une joie particulière.

Achat de meubles et d'appareils électroménagers

Le Choul'han Aroukh⁴ écrit qu'à partir de Roch 'Hodech Av et jusqu'au jeûne, on doit diminuer les activités commerciales et les constructions qui apportent de la joie.

Les décisionnaires discutent pour savoir si cela concerne tout type de commerce ou seulement les achats qui procurent une

joie particulière. En pratique, la coutume est d'être rigoureux autant que possible.

C'est pourquoi on évite durant cette période d'acheter de nouveaux meubles ou des appareils électroménagers qui ne sont pas nécessaires immédiatement.

Il n'y a pas de différence entre un achat effectué avant Roch 'Hodech dont la livraison arrive pendant les neuf jours, ou un achat effectué pendant les neuf jours pour être livré après Tichea Béav : lorsqu'il s'agit d'un achat procurant une certaine joie, il est préférable de le repousser.

En revanche, lorsqu'il s'agit d'un besoin réel, comme un réfrigérateur, une machine à laver, un climatiseur ou tout autre appareil indispensable qui est tombé en panne, il est permis d'en acheter un nouveau et de l'utiliser immédiatement, car il ne s'agit pas d'un achat de confort mais d'une nécessité.

⁴Choul'han Aroukh, Siman 551, Séif 2.

Les lois des Trois Semaines

De même, lorsqu'il y a une perte financière importante, par exemple une promotion exceptionnelle qui ne reviendra pas après Tichea Béav, cela est considéré comme un Davar Haaved (perte à éviter), et l'achat est permis même s'il ne s'agit pas d'un besoin indispensable⁵.

Il en va de même lorsqu'il s'agit d'articles qu'il sera difficile d'obtenir à temps après Tichea Béav, par exemple des achats nécessaires pour un mariage prévu juste après cette date.

En revanche, les petits achats qui n'apportent pas de joie particulière, comme certains ustensiles de maison simples ou de petits appareils électriques, restent permis même sans risque de perte.

Bijoux et cadeaux

De la même manière que l'on réduit les achats procurant de la joie, on évite également d'acheter des bijoux pendant cette période, car ils procurent une joie particulière.

On évite aussi d'acheter des cadeaux ou d'en offrir.

Certains décisionnaires écrivent qu'on ne trouve pas d'interdiction explicite concernant les cadeaux, sauf le jour même de Tichea Béav. Malgré cela, la coutume largement répandue est de s'en abstenir autant que possible.

Achat, couture et confection de vêtements

Le Choul'han Aroukh tranche qu'à partir de Roch 'Hodech Av, il faut s'abstenir de confectionner des vêtements ou des chaussures neufs. Le Rama ajoute qu'il en est de même pour leur achat.

On ne doit donc pas acheter de vêtements ou de chaussures neufs pendant les neuf jours.

Toutefois, lorsqu'il existe une promotion importante entraînant une perte financière si l'on attend après Tichea Béav, il y a lieu d'être indulgent.

Les chaussures en tissu destinées à Tichea Béav peuvent être achetées pendant cette période, et il est même permis de les porter pour la première fois le jour de Tichea Béav.

Les réparations simples sur un vêtement ancien, comme recoudre un bouton,

⁵Certains sont rigoureux : la permission de «Davar HaAved» ne vaut que pour une perte d'argent effective, et non pour un simple manque à gagner ; sans quoi l'on pourrait toujours dire qu'on aurait pu travailler

d'avantage pour gagner plus. Mais il ressort du Michna Beroura (Seif 11) que, pour un achat, c'est permis même si l'on ne perd que la promotion.

Les lois des Trois Semaines

réparer une déchirure, refaire un ourlet ou ajuster la taille d'un vêtement, sont permises, puisqu'il ne s'agit pas de la joie procurée par un vêtement neuf.

En revanche, on ne fera pas d'ourlet sur un vêtement neuf.

Les tailleurs et couturiers qui ont reçu une commande avant Roch 'Hodech peuvent terminer leur travail, surtout lorsque cela concerne leur gagne-pain.

Achat de livres de Torah

Les livres de Torah étant considérés comme un objet de Mitsva, il est permis de les acheter même pendant les neuf jours.

Construction et travaux

De même que l'on réduit les activités commerciales, on réduit également les constructions qui apportent de la joie.

On évitera donc de commencer des travaux de rénovation, d'agrandissement, de peinture ou toute autre amélioration destinée principalement au confort ou à l'esthétique.

Même lorsqu'une rénovation a commencé avant Roch 'Hodech Av, le Ben Ich 'Haï écrit qu'il est préférable de l'interrompre jusqu'après Tichea Béav.

Toutefois, lorsqu'il s'agit d'une réparation indispensable pour pouvoir habiter normalement dans le logement,

ou lorsqu'il existe un risque de perte, les travaux nécessaires sont permis.

La construction d'une synagogue ou tout autre projet collectif lié à une Mitsva reste autorisé, puisqu'il s'agit d'une Mitsva accomplie pour le public.

Consommation de viande et de vin

Dans la Guémara, l'interdiction de manger de la viande et de boire du vin ne concerne que le repas précédant immédiatement Tichea Béav.

Cependant, au fil des générations, le peuple juif a pris l'usage de s'en abstenir pendant une période plus longue.

La coutume la plus répandue dans la majorité des communautés est de ne pas manger de viande ni boire de vin depuis Roch 'Hodech Av jusqu'après Tichea Béav.

Certaines communautés n'appliquent cette restriction que pendant la semaine où tombe Tichea Béav, tandis que les Yéménites suivent la règle originelle de la Guémara et ne l'interdisent qu'au repas précédant le jeûne.

Chabbat

Pendant Chabbat, on mange de la viande et on boit du vin normalement.

Il est même interdit de s'en abstenir par esprit de deuil, car on ne manifeste pas de deuil pendant Chabbat.

Les lois des Trois Semaines

Il est également permis de goûter un peu des plats de Chabbat après ‘Hatsot, le vendredi, afin d’en vérifier le goût. Toutefois, cette dégustation ne doit pas se transformer en un véritable repas, et il suffit qu’une seule personne goûte.

Concernant les restes de viande de Chabbat, certains permettent de les consommer, d’autres sont plus stricts, et certains ne l’autorisent que lors du quatrième repas (Séouda Réviit).

Les Séfarades boivent eux-mêmes le vin de la Havdala.

Chez les Ashkénazes, la coutume est de donner le vin à un enfant entre six et neuf ans. S’il n’y a pas d’enfant présent, même les Ashkénazes le boivent eux-mêmes.

Roch ‘Hodech

Selon de nombreux Séfarades, on mange de la viande le jour de Roch ‘Hodech Av.

Selon le Michna Beroura, Roch ‘Hodech est déjà inclus dans la coutume de ne pas manger de viande.

Enfants et personnes malades

Pour les enfants qui n’ont pas encore atteint l’âge du ‘Hinoukh, c’est-à-dire avant six ans, il est permis⁶ de leur donner de la viande pendant les neuf jours.

Certains⁷ permettent jusqu’à l’âge où l’enfant comprend le deuil, soit environ neuf ans, et d’autres⁸ sont encore plus indulgents jusqu’à douze ans.

Toutefois, les décisionnaires écrivent que de nos jours, où il existe de nombreuses alternatives à la viande, il n’est généralement pas nécessaire d’en donner aux enfants pendant cette période.

De même, une personne malade, même sans danger vital, une femme ayant accouché dans les trente jours précédents, ou une femme qui allaite lorsqu’elle en a besoin pour sa santé ou celle du bébé, sont autorisées à manger de la viande.

Lorsqu’il existe un besoin médical, il est préférable de se contenter de volaille⁹ si cela suffit, mais cela ne constitue pas une obligation stricte.

⁶Michna Beroura.

⁷Maguen Avraham, ‘Hayé Adam.

⁸Or Letsion et ‘Hazon Ovadia.

⁹Car on n’a interdit la viande qu’en raison de la cessation des sacrifices, et le vin parce que la

libation de vin a cessé. Or la volaille n’était pas offerte sur l’autel ; elle est donc plus légère. Mais pour le reste du peuple, il n’y a pas de différence entre la viande de bétail et la volaille.

Les lois des Trois Semaines

Repas de Mitsva

Lors d'une Brit Mila, d'un Pidyon Haben ou d'un Siyoum, il est permis de manger de la viande et de boire du vin même pendant les neuf jours.

Cependant, certaines règles doivent être respectées :

Entre Roch 'Hodech Av et la semaine où tombe Tichea Béav, toute personne qui participe habituellement à ce type de repas durant l'année peut y assister et y manger de la viande.

En revanche, pendant la semaine où tombe Tichea Béav, on pourra inviter uniquement les proches parents (parents, frères, sœurs, oncles, etc.) ainsi que dix personnes supplémentaires, mais pas davantage.

Le Michna Beroura ajoute que si l'on souhaite inviter plus de personnes, on pourra leur servir un repas lacté.

Ceux qui viennent uniquement pour profiter de la viande commettent une faute, car ils ne participent pas réellement à la joie de la Mitsva.

Même le chanteur ou le photographe engagés pour l'événement n'ont pas le droit de manger de viande.

En revanche, les invités autorisés à participer à un Siyoum, c'est-à-dire ceux que l'on aurait invités même le reste de l'année, peuvent manger de la viande, même s'ils n'ont pas étudié avec celui qui termine le traité.

Le Michna Beroura écrit également qu'il ne faut pas organiser volontairement un Siyoum précisément pendant cette période afin de permettre la consommation de viande.

Toutefois, si l'on termine naturellement un traité pendant les neuf jours, il est permis de célébrer un Siyoum.

De même, on ne doit pas organiser un grand repas spécial pour ce Siyoum si l'on n'a pas l'habitude de le faire lors d'autres Siyoum au cours de l'année.

Procès ou litige avec un non-Juif

Nos Sages enseignent que le Mazal d'Israël est moins favorable durant cette période.

C'est pourquoi une personne qui a un procès ou un litige avec un non-Juif fera bien, dans la mesure du possible, de le repousser après Tichea Béav.

Certains écrivent même qu'il est préférable d'attendre jusqu'au 10 Av, voire jusqu'au 15 Av.

La semaine où tombe Tichea Béav

Lessive et repassage

L'un des rares interdits mentionnés explicitement dans la Michna pour cette période est l'interdiction de laver les vêtements et de se couper les cheveux durant la semaine où tombe Tichea Béav (ainsi que l'interdiction de manger de la viande et de boire du vin lors du repas précédant le jeûne).

La plupart des autres restrictions observées pendant cette période ne relèvent pas de la loi stricte, mais de coutumes adoptées au fil des générations.

Les Ashkénazes ont l'habitude d'être plus stricts et commencent à s'abstenir de laver le linge dès Roch 'Hodech Av.

L'interdiction de laver un vêtement s'applique même lorsqu'on n'a pas l'intention de le porter immédiatement, mais seulement après Tichea Béav.

Il est également interdit de confier son linge à une blanchisserie, même tenue par un non-Juif, car le simple fait de

s'occuper du linge détourne l'esprit du deuil.

De même qu'il est interdit de laver des vêtements, il est interdit de porter des vêtements fraîchement lavés. C'est pourquoi il faut préparer à l'avance des vêtements déjà portés afin de pouvoir les changer pendant cette période, comme nous le détaillerons plus loin.

Concernant le repassage des vêtements, même lorsqu'il s'agit de vêtements déjà portés auparavant, les décisionnaires sont partagés. Certains l'autorisent¹⁰, tandis que d'autres l'interdisent¹¹.

Selon la coutume Ashkénaze, où l'interdiction commence dès Roch 'Hodech Av, le Michna Beroura écrit que celui qui n'a pas d'autre vêtement convenable pour Chabbat peut laver ce qui est nécessaire en l'honneur de Chabbat.

Une personne qui part en voyage pendant cette période devra prévoir suffisamment de vêtements afin de ne pas être amenée à faire une lessive¹².

¹⁰Hout Chani, 'Hazon Ovadia.

¹¹Or Letsion.

¹²Ainsi ont tranché Rav Chlomo Zalman Auerbach et Rav Elyachiv ; mais certains

veulent comparer cette loi à celle de 'Hol HaMoed, où Rav Moché Feinstein a écrit d'être indulgent.

Les lois des Trois Semaines

Il est permis d'enlever une tache sur un vêtement. Certains¹³ sont néanmoins plus stricts même concernant les taches, sauf lorsqu'il s'agit d'une question de dignité et de respect de la personne (Kevod HaBeriyot).

Les vêtements des enfants

Puisque l'interdiction de laver le linge pendant la semaine où tombe Tichea Béav est rapportée dans la Michna, on a l'habitude d'être particulièrement rigoureux à son sujet.

C'est pourquoi les vêtements des enfants sont également concernés.

Deux raisons sont données :

- Certains expliquent que l'enfant participe lui aussi, dans une certaine mesure, au deuil.
- D'autres expliquent que cela concerne surtout les adultes, qui ne doivent pas voir leurs enfants habillés de vêtements fraîchement lavés pendant cette période.

Cependant, le Rama écrit : « Les vêtements des très jeunes enfants, qui se salissent fréquemment, peuvent évidemment être lavés. »

Ainsi, lorsqu'un jeune enfant salit régulièrement ses vêtements et a besoin d'être changé fréquemment, il est permis

de laver les vêtements dont il a réellement besoin.

En revanche, il n'y a aucune permission pour ajouter dans la même machine des vêtements d'adultes ou même des vêtements d'autres enfants qui ne nécessitent pas un lavage immédiat.

Concernant l'âge exact, il n'existe pas de limite fixe.

Certains décisionnaires parlent de six ans, d'autres de neuf ans.

En pratique, cela dépend de chaque enfant, de son comportement et de sa capacité à garder ses vêtements propres.

Cette permission n'existe que lorsqu'il y a un besoin réel.

Si l'enfant dispose déjà de suffisamment de vêtements propres jusqu'à Tichea Béav, il est interdit de faire une lessive pour lui.

De même, si le lavage est destiné à après Tichea Béav et non aux jours précédents, cela reste interdit.

Le Michna Beroura écrit que selon la coutume Ashkénaze, qui interdit la lessive dès Roch 'Hodech Av, il est permis de laver, jusqu'à la semaine où tombe Tichea Béav, les vêtements des

¹³Or Letsion.

Les lois des Trois Semaines

enfants n'ayant pas encore atteint l'âge de la Bar Mitsva.

Achat de vêtements neufs

Le Maguen Avraham écrit qu'il n'y a pas de différence entre laver un vêtement et en acheter un neuf.

Ainsi, tant que la lessive est permise, l'achat de vêtements l'est également.

Selon le Choul'han Aroukh, cela reste permis jusqu'à la semaine où tombe Tichea Béav, tandis que selon le Rama, seulement jusqu'à Roch 'Hodech Av.

Toutefois, cette permission ne concerne que les cas où il existe un véritable besoin, et uniquement pour les vêtements sur lesquels on ne récite pas la bénédiction de Chéhé'héyanou, comme les sous-vêtements, les chaussettes et autres articles similaires.

Malgré cela, il ne convient pas de transformer cette période en période de shopping, ni d'organiser des journées d'achats et de stockage, puisque depuis Roch 'Hodech Av nous devons diminuer la joie et les activités commerciales.

En revanche, les chaussures en tissu nécessaires pour Tichea Béav peuvent être achetées même la veille du jeûne.

Porter des vêtements fraîchement lavés

Le Maguen Avraham écrit que le port de vêtements fraîchement lavés suit les mêmes règles que la lessive elle-même.

Tant que la lessive est permise, il est permis de porter des vêtements lavés. Dès que la lessive devient interdite, le port de vêtements lavés devient lui aussi interdit.

Ainsi, selon la coutume Séfarade, il est permis de porter des vêtements lavés jusqu'après Chabbat 'Hazon.

Les Ashkénazes, eux, s'en abstiennent déjà depuis Roch 'Hodech Av, à l'exception de Chabbat 'Hazon.

Préparer ses vêtements à l'avance

Comme il est difficile de porter les mêmes vêtements pendant toute une semaine, et encore plus longtemps selon la coutume Ashkénaze, on a pris l'habitude de préparer à l'avance des vêtements déjà portés mais encore propres et présentables.

Pour qu'un vêtement soit considéré comme déjà porté et non plus comme fraîchement lavé, il faut le porter pendant un certain temps. En pratique, on a l'habitude de le porter environ une heure.

Celui qui n'a pas eu le temps de préparer ses vêtements avant Chabbat peut le faire pendant Chabbat lui-même.

Les lois des Trois Semaines

Même selon la coutume Ashkénaze, où le port de vêtements lavés est déjà interdit depuis Roch 'Hodech, il reste permis de porter des vêtements propres en l'honneur de Chabbat, ce qui permet d'en profiter pour préparer les vêtements.

Afin d'éviter tout problème de préparation de Chabbat pour la semaine, il est conseillé de porter un vêtement vendredi soir, un autre Chabbat matin et, s'il a l'habitude de faire une sieste, un troisième après son réveil.

Il ne faut cependant pas procéder de manière artificielle, par exemple porter un vêtement une heure uniquement pour le retirer ensuite et le préparer pour la semaine.

Certains permettent malgré tout cette pratique, puisqu'au moment où il le porte il en tire un bénéfice réel, et cela n'est donc pas considéré comme une simple préparation.

Porter plusieurs chemises les unes sur les autres ne suffit généralement pas à rendre toutes les chemises « déjà portées ».

De même, porter un vêtement seulement une minute puis l'enlever ne suffit pas.

Le vêtement doit avoir absorbé un minimum de chaleur corporelle, d'humidité ou de transpiration pour ne plus être considéré comme fraîchement lavé.

Il est donc préférable de porter séparément chaque chemise, pantalon ou autre vêtement pendant au moins une demi-heure.

Toutefois, lorsqu'il fait très chaud et que l'on transpire beaucoup, on peut être plus indulgent et porter deux chemises en même temps, car même la chemise extérieure absorbe alors un peu d'humidité.

Celui qui a oublié de préparer ses vêtements peut les poser par terre et marcher légèrement dessus, ou encore frotter un peu l'intérieur du vêtement contre le sol, de façon à ce qu'il n'ait plus l'apparence d'un vêtement fraîchement lavé mais d'un vêtement déjà utilisé.

Sous-vêtements

Concernant les sous-vêtements, les décisionnaires sont partagés sur la question de savoir s'il est permis de les porter lorsqu'ils sont fraîchement lavés.

La coutume la plus répandue est d'être indulgent, même si celui qui souhaite être plus strict est digne d'éloge.

Toutefois, le jour même de Tichea Béav, il est préférable d'être rigoureux et de ne pas porter de sous-vêtements fraîchement lavés.

Cette permission concerne uniquement le port de ces vêtements ; leur lavage reste interdit selon tous les avis.

Les lois des Trois Semaines

Le livre Piské Techouvot écrit : « Les personnes pieuses, qui ressentent profondément la destruction du Temple, suivent généralement le sens simple des paroles de nos Sages et du Choul'han Aroukh. Elles ne changent leurs vêtements qu'en l'honneur de Chabbat 'Hazon, et même pour les sous-vêtements elles réduisent autant que possible leur fréquence habituelle de changement. Si elles ont l'habitude de les changer chaque jour, elles les changent alors tous les deux ou trois jours. Durant la semaine où tombe Tichea Béav, elles sont encore plus strictes. Celui qui s'afflige et s'endeuille sur Jérusalem méritera de voir sa joie. »

Coupe de cheveux

Comme nous l'avons vu plus haut, le Rama écrit qu'il ne faut plus se couper les cheveux dès le 17 Tamouz, et telle est la coutume Ashkénaze.

Selon la stricte Halakha, les Séfarades peuvent se couper les cheveux jusqu'à la semaine où tombe Tichea Béav. Une fois cette semaine arrivée, la coupe de cheveux devient interdite selon la Guémara.

En pratique, différentes coutumes existent selon les communautés, et chacun suivra donc son Minhag.

Les femmes

Les décisionnaires discutent de savoir si cette interdiction s'applique également aux femmes.

Le Michna Beroura écrit qu'il est préférable d'être rigoureux également pour les femmes dès le 17 Tamouz. Toutefois, en cas de nécessité liée à la pudeur ou dans le cadre d'un Chiddoukh, il permet jusqu'à la semaine où tombe Tichea Béav.

Selon la coutume Séfarade, cette rigueur ne concerne que la semaine où tombe Tichea Béav. C'est pourquoi les décisionnaires Séfarades écrivent eux aussi qu'il est juste que les femmes soient rigoureuses, d'autant plus qu'il ne s'agit que d'une courte période.

Les cils et sourcils ne font pas partie de l'interdit.

Les enfants

Puisque l'interdiction de se couper les cheveux durant la semaine où tombe Tichea Béav est explicitement rapportée dans la Guémara, on y applique une rigueur particulière.

Il est donc interdit à un adulte de couper les cheveux d'un enfant pendant cette période.

Les Baalé Brit

Le père du bébé, le Mohel et le Sandak sont appelés les Baalé Brit.

Les lois des Trois Semaines

Même selon la coutume Ashkénaze, ils peuvent se couper les cheveux jusqu'à la semaine où tombe Tichea Béav, en l'honneur de la Mitsva.

En revanche, une fois arrivée la semaine où tombe Tichea Béav, puisque l'interdiction est explicitement mentionnée dans la Michna, il n'y a plus lieu d'être indulgent.

Se laver à l'eau chaude ou froide

Le Choul'han Aroukh¹⁴ écrit : « Certains ont l'habitude de ne plus se laver depuis Roch 'Hodech, tandis que d'autres ne s'en abstiennent que durant cette semaine. »

La coutume de la majorité des Séfarades est de ne s'abstenir de se laver que pendant la semaine où tombe Tichea Béav.

Les Ashkénazes, eux, sont plus stricts et commencent dès Roch 'Hodech Av.

Malgré cela, le Michna Beroura écrit que celui qui a l'habitude, chaque Chabbat, de se laver la tête ainsi que le visage, les mains et les pieds à l'eau chaude peut continuer à le faire même pendant ce Chabbat.

Les décisionnaires discutent pour savoir si l'interdiction concerne uniquement l'eau chaude ou également l'eau froide.

Le Rambam écrit qu'il est permis de se laver entièrement à l'eau froide, puisque cela ne constitue pas une toilette de plaisir, et ainsi tranche Rav Ovadia Yossef.

Le Rama, en revanche, écrit que même l'eau froide est interdite. C'est ainsi que tranche le Or Letsion.

De nos jours, où la majorité des gens ont l'habitude de se laver quotidiennement, particulièrement pendant les fortes chaleurs de l'été, les décisionnaires¹⁵ écrivent qu'il est permis de se laver le corps à l'eau froide, sans savon.

Une personne qui transpire beaucoup et ne supporte pas cet inconfort peut utiliser un peu de savon ou de shampoing.

Lorsque les décisionnaires parlent d'eau froide, ils ne parlent pas forcément d'eau glacée. Il est permis d'ajouter un peu d'eau chaude afin d'enlever la sensation de froid, à condition que l'eau ne devienne pas agréable au point de procurer un véritable plaisir.

Il faut néanmoins veiller à ne pas transformer cette permission en

¹⁴Siman 551, Séif 16.

¹⁵Igrot Moché, Chevet HaLévi, 'Hazon Ovadia.

Les lois des Trois Semaines

autorisation générale, au point d'oublier complètement l'institution de nos Sages.

Même si aujourd'hui beaucoup de personnes sont considérées comme délicates, le Beit HaMikdash mérite bien que nous ressentions au moins une fois par an une certaine peine pour sa destruction.

Cette permission n'a donc pas été donnée pour une douche de confort, ni pour un simple léger inconfort, mais uniquement lorsqu'il existe un réel besoin : par exemple quelqu'un qui transpire beaucoup, ne supporte plus l'odeur de transpiration ou lorsque cela dérange son entourage.

Il est donc souhaitable de réduire autant que possible la fréquence des douches et la quantité d'eau utilisée, afin de conserver malgré tout un certain manque de confort et renforcer ainsi le sentiment de deuil lié à la destruction du Temple.

Enfants

Comme nous l'avons déjà expliqué, il convient d'habituer les enfants à partir de six ans aux lois de deuil observées pendant cette période.

On évitera donc également pour eux les bains ou douches pris uniquement pour le plaisir.

Cependant, s'ils se sont beaucoup salis ou ont fortement transpiré, il est permis de les laver afin d'enlever la saleté ou la

transpiration, mais sans procéder comme lors de leur toilette habituelle.

Même selon la coutume Ashkénaze, on n'est rigoureux avec les enfants qu'à partir de la semaine où tombe Tichea Béav.

Femme proche de l'accouchement ou ayant accouché

Une femme proche de son accouchement peut se laver à l'eau chaude, car cela lui procure un soulagement et l'aide à mieux supporter l'accouchement.

De même, une femme ayant récemment accouché ou une personne affaiblie qui a besoin de se laver quotidiennement à l'eau chaude pour sa santé ou sa récupération peut le faire.

Dans ces cas, il ne s'agit pas d'un bain de plaisir mais d'un besoin médical ou de santé.

Toutefois, le jour même de Tichea Béav, il ne faut être indulgent qu'en cas de nécessité absolue, et il convient alors de consulter un Rav.

Mikvé

Une personne qui a l'habitude de se tremper au Mikvé, que ce soit le vendredi ou pendant la semaine, peut continuer à le faire dans de l'eau froide.

Si cela lui est difficile, elle peut même utiliser de l'eau tiède ou chaude, car le

Les lois des Trois Semaines

but de l'immersion n'est pas le plaisir mais la sainteté et la pureté.

Les ongles

Les A'haronim discutent de la question de savoir s'il est permis de se couper les ongles pendant cette période.

En pratique, lorsque les ongles dépassent la chair, c'est-à-dire qu'en regardant sa main du côté de la paume, on voit clairement qu'ils dépassent le bout du

doigt, il est permis de les couper, même la veille de Tichea Béav.

Selon la Kabbala, cela présente même une importance particulière, car les forces négatives s'y attacheraient.

En revanche, si les ongles ne dépassent pas la chair, on ne les coupera pas.

Malgré tout, à l'approche de Chabbat 'Hazon, même les Ashkénazes peuvent se couper les ongles.

La veille de Tichea Béav

Étude de la Torah

Le Rama¹⁶ écrit : « On a l'habitude de ne plus étudier la Torah à partir de 'Hatsot la veille de Tichea Béav, sauf les sujets qu'il est permis d'étudier le jour de Tichea Béav. »

Puisque l'étude de la Torah réjouit l'homme, et qu'il est possible d'étudier les sujets autorisés à Tichea Béav, certains ont pris l'habitude d'être plus rigoureux dans ce domaine que pour d'autres interdictions qui ne s'appliquent qu'à Tichea Béav lui-même.

Cependant, de nombreux décisionnaires ne sont pas d'accord avec le Rama et

permettent de continuer à étudier normalement même après 'Hatsot.

Ainsi, celui qui peut consacrer ces heures aux sujets permis à Tichea Béav est digne d'éloge. Mais si cela risque de l'amener à délaisser ou à diminuer son étude de la Torah, il vaut mieux qu'il continue son étude habituelle.

Promenades et sorties

Le Rama écrit : « On ne se promène pas la veille de Tichea Béav. »

Cette restriction commence à partir de 'Hatsot.

¹⁶Siman 553, Séif 2.

Le repas précédant le jeûne (Séouda Hamafséket)

La Séouda Hamafséket est le dernier repas que l'on prend avant l'entrée de Tichea Béav.

Il est permis de faire auparavant un autre repas comprenant plusieurs plats, puis de réciter le Birkat HaMazone et de prendre ensuite la Séouda Hamafséket.

Cependant, cela soulève un problème de Berakha Chééna Tsrikha (bénédiction inutile), puisqu'on récite le Birkat HaMazone uniquement pour recommencer à manger quelques instants plus tard.

De plus, cela peut donner l'impression que le véritable repas est le premier, tandis que la Séouda Hamafséket n'est faite que pour s'acquitter de l'obligation.

C'est pourquoi la coutume est de prier Min'ha entre les deux repas.

Certains ont également l'habitude d'avancer le premier repas afin d'arriver à la Séouda Hamafséket avec un peu d'appétit, ce qui lui donne davantage le caractère d'un véritable repas.

Deux plats cuisinés

Le Choul'han Aroukh écrit : « La veille de Tichea Béav, lors de la Séouda Hamafséket prise après 'Hatsot, on ne mangera pas de viande, on ne boira pas de vin et on ne mangera pas deux plats cuisinés. »

Le Michna Beroura explique que la raison est : « Afin d'augmenter le deuil, de se souvenir de la destruction du Temple et d'en ressentir la peine. »

On ne doit donc consommer qu'un seul plat cuit lors de ce repas.

Même si deux plats ont été cuits dans la même marmite, ils restent considérés comme deux plats distincts et sont interdits.

Toutefois, lorsqu'il s'agit d'aliments que l'on a l'habitude de manger ensemble toute l'année, ils sont considérés comme un seul plat, à condition de les manger effectivement ensemble.

Si on les sépare, ils retrouvent le statut de deux plats distincts.

Cette règle concerne uniquement les aliments cuits.

Les fruits et légumes crus, ainsi que le lait¹⁷, les fromages ou les yaourts, ne sont

¹⁷La Michna Beroura écrit que c'est interdit, car le lait et le fromage sont définis comme un plat; mais cela ne valait qu'à leur époque, où on les

cuisinait à la maison. À notre époque, où le lait et le fromage ne subissent qu'un simple

Les lois des Trois Semaines

pas considérés comme des plats cuisinés. Il est donc permis d'en manger plusieurs sortes.

En revanche, s'ils ont été cuits, ils prennent le statut de plat cuisiné.

Il est également permis de manger du pain, des gâteaux ou d'autres pâtisseries, car ils ne sont pas inclus dans cette interdiction.

Cependant, comme nous l'avons vu, le but est de renforcer le sentiment de deuil et de tristesse lié à la destruction du Temple. Il ne convient donc pas de consommer des aliments particulièrement agréables ou susceptibles de détourner l'esprit du deuil.

C'est dans ce sens que le Choul'han Aroukh¹⁸ écrit : « Celui qui le peut ne mangera à la Séouda Hamafséket que du pain sec avec du sel et de l'eau. »

La coutume la plus répandue est de se contenter de pain, d'œufs durs et d'eau.

Il n'est pas obligatoire de manger du pain, mais il faut malgré tout que cela ait le statut d'un repas. Sinon, le repas précédent serait considéré comme le dernier repas avant le jeûne.

Ainsi, celui qui ne mange pas de pain devra au minimum consommer d'autres aliments sous forme de repas, comme une salade ou plusieurs œufs.

Concernant les boissons, il n'existe pas d'interdiction stricte de boire des boissons sucrées comme les sodas ou les jus de fruits. Malgré cela, il est préférable de s'en abstenir afin de diminuer le plaisir procuré par ce repas.

Consommation de poisson

Comme nous l'avons vu plus haut, selon la Guémara, seule la viande est interdite, et uniquement lors de la Séouda Hamafséket.

La coutume est de s'abstenir de viande et de volaille dès Roch 'Hodech Av.

Le poisson reste permis selon la Halakha stricte.

Cependant, la coutume est de ne pas manger de poisson lors de la Séouda Hamafséket, car certaines sources l'associent parfois à la viande, et parce qu'il représente également un aliment de prestige et de réjouissance, digne d'être servi à la table des rois.

S'asseoir par terre

Le Choul'han Aroukh tranche :

processus de pasteurisation, ils ne sont plus considérés comme un plat.

¹⁸Séif 6.

Les lois des Trois Semaines

« On a l'habitude de s'asseoir à même le sol pendant la Séouda Hamafséket, sans avoir besoin d'enlever ses chaussures. »

Le but est que ce repas ait l'apparence d'un repas de deuil et d'humilité.

Il convient donc de s'asseoir à terre et non de manger debout.

Une fois le repas terminé, il est permis de retourner s'asseoir sur une chaise normale jusqu'au coucher du soleil, comme nous le verrons plus loin.

Une femme proche de l'accouchement, une personne âgée ou un malade qui ont du mal à s'asseoir par terre peuvent s'asseoir sur un siège de moins de trois Tfa'him de hauteur.

Si cela leur est également difficile, ou s'ils ne disposent pas d'un tel siège, ils peuvent utiliser une chaise normale.

Les jeunes filles Séfarades ont elles aussi l'habitude de s'asseoir à même le sol lors de ce repas. Chez les Ashkénazes, certaines communautés suivent cette coutume tandis que d'autres ne la pratiquent pas.

Le Zimoun

Le Choul'han Aroukh écrit qu'il faut veiller à ce que trois hommes ne s'installent pas ensemble à la Séouda Hamafséket de manière à devenir tenus de faire le Zimoun.

En effet, le fait de manger en groupe comporte une certaine dimension de joie qui ne correspond pas à l'esprit du moment.

Il est donc préférable que chacun mange séparément et ait l'intention de ne pas s'associer aux autres pour le Zimoun.

Si malgré tout trois personnes ont mangé ensemble et sont devenues tenues de faire le Zimoun, les A'haronim discutent de la conduite à adopter :

Le Hazon Ovadia écrit qu'ils doivent faire le Zimoun.

Le Or Letsion et le Michna Beroura estiment au contraire qu'ils ne doivent pas le faire, puisqu'ils ne sont pas assis autour d'une même table de manière à former un véritable groupe.

Peut-on continuer à manger après la Séouda Hamafséket ?

Il est permis de continuer à manger ou à boire après avoir terminé la Séouda Hamafséket, tant que l'on n'a pas accepté explicitement le jeûne.

Le Gaon de Vilna considère qu'une simple décision intérieure suffit pour accepter le jeûne.

Le Choul'han Aroukh tranche toutefois qu'il faut une acceptation explicite formulée verbalement.

Dès lors qu'une personne accepte clairement le jeûne, toutes les

Les lois des Trois Semaines

interdictions de Tichea Béav s'appliquent à elle. La seule exception concerne le port de chaussures en cuir lorsqu'elle les porte encore à ce moment-là, car cela est considéré comme une preuve qu'elle n'a pas encore accepté cette interdiction.

En revanche, si elle s'est simplement dit qu'elle ne mangerait plus, sans accepter explicitement le jeûne, elle peut encore revenir sur sa décision et manger ou boire, même après avoir récité le Birkat HaMazone.

Il est néanmoins conseillé de préciser explicitement que l'on n'accepte pas le

jeûne avant le coucher du soleil, car Tichea Béav ne comporte pas de règle de Tosséfet Taanit comme Yom Kippour.

Bénédiction sur l'eau

Une personne qui boit de l'eau avant le jeûne uniquement afin d'augmenter ses réserves et de mieux supporter le jeûne, sans éprouver de soif ni de plaisir particulier à boire, ne récite pas de bénédiction sur cette eau.

En revanche, si elle boit une boisson sucrée, elle devra réciter la bénédiction correspondante comme à l'accoutumée.

Tichea Béav

L'étude de la Torah

Le Choul'han Aroukh tranche :

« Il est interdit de lire la Torah, les Nevi'im et les Ktouvim, d'étudier la Michna, le Midrach, la Guémara, les Halakhot et les Agadot, car il est dit : "Les lois d'Hachem sont droites, elles réjouissent le cœur". »

Tout le monde est concerné par cette interdiction, aussi bien les adultes que les enfants.

Il faut toutefois veiller à ne pas rester sans rien faire à cause de cette interdiction, mais au contraire étudier les

sujets qui sont permis, comme tout ce qui concerne la destruction du Beit HaMikdach, les lois du deuil, les lois de Tichea Béav, etc.

Les Téhilim

Il est également interdit de lire les Téhilim. Cependant, le Michna Beroura écrit que certains ont l'habitude de les lire après Min'ha.

Celui qui a l'habitude de réciter des Téhilim tous les jours peut continuer même à Tichea Béav selon certains. Malgré tout, il est préférable de les rattraper le lendemain.

Les lois des Trois Semaines

De même, lorsqu'on récite des Téhilim pour la guérison d'un malade, il y a lieu d'être indulgent, car cela n'apporte pas de joie ; c'est une prière et une supplication qui éveille la miséricorde divine.

Par ailleurs, une personne qui sait que si elle ne lit pas de Téhilim elle restera sans rien faire et n'étudiera pas les sujets autorisés, peut s'appuyer sur les avis indulgents et lire des Téhilim même pendant Tichea Béav. De même pour les femmes, il y a encore davantage de raisons d'être indulgent. Malgré tout, il est préférable de les lire après 'Hatsot.

Les livres de Moussar

Il est permis d'étudier des livres de Moussar qui poussent l'homme à faire Techouva.

En revanche, les ouvrages fondés principalement sur l'explication des versets, les enseignements de nos Sages et les Midrachim sont interdits.

La prière

Toute cette interdiction ne concerne que l'étude de la Torah en dehors de la prière.

En revanche, on récite normalement tout le déroulement de la prière, y compris la Parachat Hatamid, Eizéhou Mekoman, Rabbi Ichmaël, ainsi que tous les Téhilim qui font partie de la Tefila.

Toutefois, celui qui n'a pas l'habitude de dire les Korbanot et les autres passages

récités avant Hodou pendant l'année ne les dira pas à Tichea Béav.

Certains Ashkénazes ont l'habitude d'omettre le Pitoum Haketoret : certains ne récitent pas celui du début de la prière, d'autres celui de la fin, et d'autres encore omettent les deux.

La bénédiction « Chéassa Li Kol Tsorki »

Les décisionnaires discutent pour savoir si l'on récite la bénédiction « Chéassa Li Kol Tsorki » dans les bénédictions du matin à Tichea Béav, puisqu'elle a été instituée en remerciement pour le port des chaussures, alors qu'en ce jour on ne porte pas de chaussures en cuir.

Aussi bien chez les Séfarades que chez les Ashkénazes, certains ont l'habitude de la réciter et d'autres non. Chacun suivra donc son Minhag.

Port de chaussures en cuir

L'un des interdits de Tichea Béav est de porter des chaussures en cuir. En revanche, il est permis de porter des chaussures en tissu ou en matière synthétique.

Malgré cela, les décisionnaires écrivent qu'il est préférable d'être plus strict et d'éviter de porter des baskets ou des chaussures dans lesquelles on ne ressent pas du tout que l'on marche « comme un endeuillé », même si elles ne contiennent

Les lois des Trois Semaines

aucun cuir. Toutefois, d'après la stricte Halakha, cela reste permis.

Les enfants ne sont pas concernés par l'interdit de porter des chaussures en cuir, mais il est bon de les habituer également à cette pratique.

S'asseoir par terre

On s'assoit par terre jusqu'à 'Hatsot.

D'après la stricte Halakha, puisque les sols sont aujourd'hui carrelés, il est permis de s'asseoir directement par terre, sans rien interposer. Cependant, certains estiment qu'il faut malgré tout placer un vêtement ou un tissu entre soi et le sol. Il est donc préférable d'être rigoureux sur ce point.

Il est également permis de s'asseoir sur un siège dont la hauteur est inférieure à un Téfa'h (environ 8 cm). Celui pour qui cela est difficile peut s'appuyer sur l'usage répandu et s'asseoir sur un siège de moins de trois Tfa'him (environ 24 cm).

Une personne âgée, un malade ou une femme enceinte peuvent s'asseoir sur une chaise normale. Celui qui voyage en voiture peut également s'asseoir sur son siège. En revanche, dans un bus, s'il lui est possible de rester debout, il est préférable d'être plus strict et de ne pas s'asseoir. Certains décisionnaires permettent toutefois de s'asseoir dans le bus même a priori.

Dormir par terre

Le Choul'han Aroukh écrit : « Certains ont l'habitude, la nuit de Tichea Béav, de dormir sur le sol et de placer une pierre sous leur tête. »

Le Rama écrit également qu'il convient de diminuer son confort pendant la nuit de Tichea Béav. Ainsi, celui qui a l'habitude de dormir avec un oreiller l'enlèvera pour cette nuit.

En revanche, les femmes enceintes, qui ne sont pas en mesure de s'imposer cette peine, ne sont pas tenues d'observer ces pratiques.

Fumer

Il est préférable d'être strict et de ne pas fumer à Tichea Béav, en particulier pendant la lecture de la Méguilat Eikha et des Kinot. Mais pour celui à qui cela est vraiment très difficile, il est permis de fumer discrètement après 'Hatsot.

Les aromates

Les décisionnaires discutent également de la permission de sentir des aromates à Tichea Béav, puisque cela procure un certain plaisir.

En pratique, il convient d'être strict et de ne pas sentir d'aromates à Tichea Béav.

Les personnes dispensées du jeûne

Même pour les personnes dispensées de jeûner - principalement les femmes enceintes ou allaitantes, les accouchées et

Les lois des Trois Semaines

les malades, dont les cas seront détaillés plus bas -, il est bon qu'elles jeûnent au moins pendant la nuit afin de participer au deuil. Le lendemain, elles mangeront et boiront, comme le rapporte le Michna Beroura au nom du Éliyah Rabba, qui écrit qu'il est bon de jeûner au moins quelques heures.

Mais si même cela leur est difficile, elles peuvent manger dès la nuit.

Malgré tout, le Choul'han Aroukh écrit : « Bien qu'elles soient dispensées, il convient qu'elles ne mangent ni ne boivent pour se faire plaisir, mais uniquement pour assurer les besoins du bébé. »

Et si boire leur suffit, elles ne mangeront pas¹⁹.

Certains disent également que, même si elles sont dispensées du jeûne, elles ne sont pas dispensées des lois du deuil. Elles éviteront donc de manger deux plats cuisinés au même repas, comme lors du repas précédant le jeûne, et il est bon d'agir ainsi dans la mesure du possible.

Lorsqu'elles mangent, elles n'ont pas besoin de manger ou de boire par petites quantités, comme à Yom Kippour. Elles mangent et boivent normalement.

Si elles mangent du pain, elles se laveront les mains normalement, puisque cette

ablution est une Mitsva et non un plaisir. Cela ne ressemble pas au lavage des mains du matin ou après être allé aux toilettes, où l'on ne lave que jusqu'à la fin des articulations des doigts.

Les Ashkénazes récitent Na'hem dans le Birkat HaMazone. S'ils l'ont oublié, ils ne recommencent pas.

Les Séfarades n'ont pas l'habitude de le dire, bien que certains le récitent dans les Harahaman.

En revanche, dans la Amida, même celui qui mange dira Na'hem, mais il ne dira pas Anénou.

Toutefois, il ne pourra pas monter à la Torah lors de la lecture de Vaye'hal à Min'ha, même s'il est le seul Cohen de la synagogue ; il sortira à ce moment-là. En revanche, il pourra monter à la Torah lors de la lecture du matin.

Les femmes enceintes et allaitantes

Le Choul'han Aroukh tranche que les femmes enceintes et allaitantes sont tenues de jeûner à Tichea Béav.

Cependant, il existe des cas où elles doivent interrompre le jeûne. Dans tous les cas, il est préférable de consulter un Rav avant le jeûne.

Une femme enceinte dont l'état de santé n'est pas bon, ou qui est en grossesse à

¹⁹ Or Letsion

Les lois des Trois Semaines

risque, n'a pas le droit de jeûner et doit consulter un Rav avant le jeûne.

Une femme enceinte en bonne santé ressent en général la faiblesse normale de celui qui jeûne, et cela ne justifie pas d'interrompre le jeûne.

Mais si elle ressent une grande faiblesse, de fortes douleurs à la tête ou aux yeux, des vomissements ou des vertiges, elle doit interrompre le jeûne.

De même, si elle sent une diminution ou une absence de mouvements du fœtus, elle doit changer de position, se reposer et attendre un peu. S'il n'y a pas d'amélioration, elle doit immédiatement interrompre le jeûne.

Si elle ressent plus de quatre contractions par heure, elle doit arrêter immédiatement de jeûner.

Et si elle est dans le neuvième mois et que les contractions deviennent régulières, elle doit boire abondamment sans attendre.

Les accouchées

Une femme dans les sept jours suivant l'accouchement ne doit pas jeûner, même si elle pense pouvoir le supporter.

Entre sept et trente jours après l'accouchement, elle est dispensée du jeûne, car elle a le statut d'une malade présentant un risque.

Cependant, si elle se sent parfaitement en bonne santé et capable de jeûner, elle est tenue de jeûner.

Dans le doute, si elle n'est pas sûre d'elle, on lui permet de manger, surtout aujourd'hui où la faiblesse est plus répandue.

Malgré tout, comme mentionné plus haut, après sept jours il est bon qu'elle commence à essayer de jeûner, et dès qu'elle ressent une faiblesse elle peut manger. Mais fondamentalement, elle peut manger immédiatement.

Après trente jours, elle a le statut de toute personne et doit jeûner.

Mais s'il y a un risque que l'allaitement cesse définitivement à cause du jeûne, elle ne doit pas jeûner, car le bébé est considéré comme un malade sans danger immédiat, et les interdits rabbiniques ont été levés pour son besoin.

Mais si la diminution de lait ne concerne que ce jour-là, elle donnera du lait artificiel.

Les malades

Un malade présentant un danger, ou même un doute de danger, n'a pas le droit de jeûner.

Un malade sans danger vital mais réellement malade (pas une simple gêne), et qui est faible de manière générale, est dispensé du jeûne et ne doit pas être strict avec lui-même, afin de ne pas aggraver son état.

Les lois des Trois Semaines

Mais s'il n'a pas de faiblesse générale, il peut être strict et jeûner. Cependant, s'il commence à se sentir mal ou à avoir de la fièvre, il doit immédiatement manger et boire.

Celui qui doute s'il est considéré comme malade sans danger peut manger et boire en petites quantités.

Une personne en bonne santé qui a seulement des maux de tête, de ventre, etc., doit jeûner. Mais si elle a de la fièvre, elle est considérée comme malade sans danger et doit interrompre le jeûne.

Une personne atteinte d'une maladie chronique (diabète, tension, etc.) doit consulter un Rav avant le jeûne.

Les personnes âgées et affaiblies, notamment au-delà de 80 ans, sont dispensées de jeûner.

Un malade guéri qui craint une rechute à cause du jeûne doit manger normalement.

Médicaments et pommades

Celui qui doit prendre un médicament, s'il peut avaler le comprimé sans eau, c'est préférable.

Sinon, il peut utiliser un peu d'eau dont le goût a été altéré, par exemple avec plusieurs sachets de thé, afin que cela ne soit pas une boisson de plaisir.

Mais un sirop au goût sucré est interdit, à moins de le rendre amer.

Les pommades et crèmes pour la peau, si elles servent à adoucir la peau, sont interdites.

Mais si elles sont utilisées à des fins médicales, comme sur une plaie, elles sont permises.

Il est donc interdit d'utiliser du parfum ou du déodorant pour sentir bon ; mais si le but est uniquement de supprimer une mauvaise odeur, ce sera permis.

Il n'est pas non plus convenable de se parfumer avant Tichea Béav afin d'entrer parfumé dans ce jour de deuil.

Lavage du visage, de la bouche et des mains

Il est interdit de se rincer la bouche à Tichea Béav et à Yom Kippour.

En cas de grande gêne à Tichea Béav, certains autorisent, à condition de ne pas utiliser plus qu'un Revi'it à la fois et de pencher la tête pour ne pas avaler. Il est préférable d'utiliser un bain de bouche plutôt que de l'eau.

Il est également interdit de laver le visage et les yeux.

Cependant, s'il y a une saleté dans les yeux (comme une sécrétion), et que l'habitude est de la nettoyer à l'eau, on peut le faire uniquement sur la zone concernée.

Celui qui ne peut pas supporter de ne pas se laver le visage et qui en souffre beaucoup peut être indulgent.

Les lois des Trois Semaines

Il est permis d'enlever la saleté avec de l'eau ou des lingettes, mais il est interdit de s'essuyer le visage ou les mains avec des lingettes pour se rafraîchir, car cela est considéré comme un lavage de plaisir.

Il est interdit de laver les mains, sauf pour les ablutions obligatoires : au réveil, après être allé aux toilettes, et avant la prière.

Dans ces cas, on lave seulement jusqu'aux articulations des doigts, mais autant de fois qu'au cours de l'année.

Le Cohen qui fait la Birkat Cohanim lave toute la main, car c'est une Mitsva.

Le Lévi qui lui verse l'eau, s'il a l'habitude de se laver normalement les mains toute l'année, se contentera de laver jusqu'aux articulations.

Salutations

On ne salue pas son prochain à Tichea Béav, car c'est un jour de deuil et de tristesse.

Si quelqu'un nous salue sans connaître la Halakha, on lui répond doucement et brièvement, pour ne pas le blesser.

Toutes les formes de salutations sont interdites.

Il est toutefois permis de hocher la tête en signe de salut.

Si l'on rencontre quelqu'un qui serait offensé si on ne le salue pas, on lui explique simplement qu'il est interdit de dire bonjour ce jour-là.

On peut demander à quelqu'un comment il se sent à cause du jeûne, car ce n'est pas une salutation. Mais il ne faut pas demander un « comment ça va » général.

Donner des cadeaux

Il est interdit de donner un cadeau à son prochain à Tichea Béav, car cela entre aussi dans la catégorie des salutations.

Mais il est permis de donner à un pauvre, car cela relève de la Tsédaka.

Il est donc interdit d'envoyer de la nourriture à quelqu'un pour la fin du jeûne avant sa sortie ; on attendra la sortie du jeûne.

Travail

On a l'habitude de ne pas travailler à Tichea Béav pour ne pas détourner l'attention du deuil, de jour comme de nuit.

Le Choul'han Aroukh écrit que toute personne qui travaille ce jour-là ne verra pas de bénédiction dans son travail.

Le Michna Beroura ajoute que cela est vrai même après 'Hatsot, même dans les endroits où l'on travaille habituellement, lorsque cela détourne de l'état de deuil.

Mais un travail qui évite une perte financière est permis. Ainsi, si quelqu'un risque de perdre son emploi s'il ne vient pas travailler, il peut travailler. Après 'Hatsot, il y a encore plus de souplesse.

Les lois des Trois Semaines

Il est permis de demander à un non-Juif de faire un travail, mais on ne lui fera pas construire ni rénover sa maison.

Certains décisionnaires disent que vendre de la nourriture après 'Hatsot pour la sortie du jeûne est une Mitsva et verra donc une bénédiction dans ce travail.

Écriture

Il est permis d'écrire à Tichea Béav, car cela n'est pas considéré comme un travail.

Mais un Sofer ne doit pas écrire, sauf si c'est nécessaire pour ce jour précis.

Sortie de Tichea Béav et 10 Av

Selon le Choul'han Aroukh, dès la sortie des étoiles, il est permis de se couper les cheveux, de laver les vêtements, de se laver et d'écouter de la musique. Il y a différents Minhagim chez les Séfarades : certains font comme le Choul'han Aroukh, mais d'autres attendent midi du lendemain comme les Ashkénazes.

Mais concernant la viande et le vin, il est bon de rester strict jusqu'à la fin du 10 Av, car c'est le jour où le Temple a brûlé.

Le 'Hida écrit qu'on ne récite pas la bénédiction de Chéhé'héyanou le 10 Av avant la nuit.

Les Ashkénazes continuent toutefois les coutumes de deuil jusqu'à midi du 10 Av,

y compris les vêtements propres. Mais après midi, ils permettent la viande et le vin.

Cette année, il existe une souplesse particulière pour les Ashkénazes, afin de se préparer pour Chabbat : ils peuvent se couper les cheveux, se laver et laver leurs vêtements dès la sortie du jeûne en l'honneur de Chabbat. Mais cela n'est valable que si c'est réellement pour Chabbat : s'ils comptent se doucher à nouveau vendredi, ils n'ont pas le droit de se laver jeudi soir ; de même pour laver les vêtements dont ils n'auront pas besoin pour Chabbat. Il faudra donc attendre midi du vendredi.

Puissions-nous mériter la reconstruction du Beit HaMikdash dès cette année, et ne pas avoir besoin de toutes ces lois.

Le Guide des vacances

Selon les décisions halakhiques du Rav Ofir Malka Chelita

Les Bénédictions

Tefilat Haderekh (la prière du voyageur)

À partir de quelle distance doit-on réciter Tefilat Haderekh ?

Le Choul'han Aroukh tranche qu'il faut réciter Tefilat Haderekh une fois qu'on est déjà en route, à condition qu'il reste encore au moins une Parsa à parcourir. Si le trajet est plus court, on la récite sans conclure par la bénédiction.

Si l'on a oublié de la dire au départ, on peut encore la réciter tant qu'on est en chemin et qu'il reste plus d'une Parsa avant d'arriver à destination. Une fois cette distance dépassée, on la dira sans la bénédiction.

Une Parsa correspond à 8 000 Amot, soit environ 4 kilomètres. Cette mesure dépend de la distance et non du temps. Ainsi, même en voiture, dès que l'on parcourt au moins 4 kilomètres sur une

route interurbaine, on est tenu de réciter Tefilat Haderekh.

Cependant, certains avis considèrent qu'une Parsa correspond à un temps de trajet de 72 minutes. D'après eux, même si l'on parcourt bien plus de 4 kilomètres en voiture, si le trajet dure moins de 72 minutes, on ne récite pas la bénédiction dans sa formule complète.

Ainsi, bien que selon la stricte Halakha on se base sur la distance et non sur le temps, les Séfarades préfèrent ne pas faire de bénédiction avec le nom d'Hachem en cas de doute ou de discussion rabbinique (Ma'hloket). Ils ne récitent donc Tefilat Haderekh dans sa formule complète que pour un trajet aller d'au moins 72 minutes. Il existe aussi une discussion pour savoir si l'on peut également prendre en compte le trajet retour lorsqu'on revient le même jour, mais là aussi, on est rigoureux en raison du doute concernant les bénédictions.

Le Guide des vacances

Malgré cela, dès que l'on parcourt plus de 4 kilomètres, on doit réciter Tefilat Haderekh sans la formule complète de la bénédiction.

Les Ashkénazes, quant à eux, récitent la bénédiction dans sa formule complète dès un trajet de 4 kilomètres.

À partir de quand et jusqu'à quand peut-on la réciter ?

Le Choul'han Aroukh écrit qu'on peut réciter Tefilat Haderekh dès qu'on est véritablement sorti en route, c'est-à-dire après avoir quitté la ville, dépassé la dernière maison et parcouru encore environ 35 mètres.

Même s'il y a encore des habitations ou des localités le long de la route à moins d'une Parsa, les décisionnaires écrivent qu'aujourd'hui on peut réciter la bénédiction dès la sortie de la ville de départ.

La meilleure façon de faire est de la réciter immédiatement, avant d'avoir parcouru 4 kilomètres.

A posteriori, tant qu'il reste encore une Parsa avant l'entrée dans la ville de destination - soit 4 kilomètres selon l'avis des Ashkénazes, ou 72 minutes de trajet selon la pratique Séfarade - on peut encore la réciter dans sa formule complète. S'il reste moins que cela, on la dira sans la bénédiction.

Il en ressort que, pour les Séfarades, on ne récite Tefilat Haderekh dans sa

formule complète que lorsque le trajet entre deux villes dure au moins 72 minutes, sans compter le temps de conduite à l'intérieur de la ville de départ et de la ville d'arrivée. De même, tant qu'il reste encore 72 minutes de trajet avant d'arriver à destination, on peut la réciter avec la bénédiction ; s'il reste moins, on la dira sans bénédiction.

C'est peut-être de là que vient la coutume répandue de ne pratiquement jamais la réciter dans sa formule complète.

Plusieurs trajets dans la même journée

Même si l'on voyage plusieurs fois dans la même journée, on ne récite Tefilat Haderekh qu'une seule fois.

La nuit est considérée comme la continuité du jour précédent. Ainsi, même si l'on a dormi dans son lit pendant la journée entre deux trajets, ou d'un sommeil léger pendant la nuit (dans la voiture ou sur le bord de la route), on ne la récite pas de nouveau.

En revanche, si l'on a dormi la nuit pendant au moins une heure dans un lit, il faut la réciter à nouveau.

Le matin, si l'on entreprend un nouveau trajet, même sans avoir dormi dans son lit durant la nuit, il est bon de la réciter à nouveau, mais sans la formule complète de la bénédiction.

Une personne peut acquitter tout le monde

Des personnes qui voyagent ensemble n'ont pas besoin de réciter chacune Tefilat Haderekh. Une seule personne peut la réciter pour tous, à condition que les autres écoutent attentivement du début jusqu'à la fin.

Mais si l'on sait qu'ils ne seront pas réellement attentifs, il vaut mieux que chacun la récite lui-même.

Tefilat Haderekh dans sa formule complète

Les décisionnaires discutent de la question de savoir si l'on doit encore aujourd'hui réciter Tefilat Haderekh dans sa formule complète, puisque les dangers de brigands et de bêtes sauvages sont devenus rares.

La majorité des décisionnaires estime malgré tout qu'il faut continuer à la réciter, car d'autres dangers existent de nos jours, notamment les accidents de la route.

C'est pourquoi certains ajoutent dans le texte : « et sauve-nous des accidents de la route ».

D'autres pensent qu'il ne faut pas modifier le texte institué par nos Sages. Selon eux, lorsqu'on dit « de toutes sortes de malheurs qui viennent au monde », il faut également avoir en tête les accidents de la route et les autres dangers semblables.

Malgré cela, de nombreux Séfarades ont conservé la coutume de ne pas la réciter dans sa formule complète.

Birkat HaGomel

Le Choul'han Aroukh écrit :

« Quatre personnes doivent remercier Hachem : ceux qui ont traversé la mer et sont revenus à terre, ceux qui ont traversé le désert et sont arrivés dans un endroit habité, celui qui était malade et a guéri, et celui qui était emprisonné et est sorti de prison. »

Les décisionnaires discutent pour savoir si l'on ne récite cette bénédiction qu'après avoir été exposé à un danger réel. Selon cet avis, on ne récite pas HaGomel après un simple trajet d'une ville à une autre, et telle est la coutume Ashkénaze.

D'autres estiment qu'un simple risque de danger suffit. Selon eux, on récite HaGomel après un trajet interurbain de 72 minutes, en raison du risque d'accident de la route. Telle est la coutume Séfarade.

Cependant, de nombreux Séfarades ont pris l'habitude de ne pas réciter cette bénédiction, et chacun suivra sa propre coutume.

Concernant un voyage en avion, tous les décisionnaires s'accordent à dire qu'il faut réciter HaGomel. Même s'il y a

statistiquement moins d'accidents en avion qu'en voiture, les décisionnaires écrivent que l'avion ressemble davantage au cas original de la Guémara, puisque le voyage se déroule hors de toute zone habitée. De plus, un accident d'avion est généralement beaucoup plus grave qu'un accident de voiture, même s'il est moins fréquent.

Ainsi, après un vol d'au moins 72 minutes pour les Séfarades - en incluant également le vol retour s'il a lieu le même jour - et de 4 kilomètres pour les Ashkénazes, on récitera HaGomel, même si l'avion n'a pas survolé de mers ou de déserts.

A priori, il faut réciter HaGomel dans les trois jours à compter du moment où l'on y est obligé. Si on ne l'a pas fait, on la récitera dans les cinq jours. Si on ne l'a toujours pas récitée, on la dira dans les trente jours. Et même après cela, on pourra encore la réciter quand on le voudra.

Manger en route – le changement d'endroit

Lorsqu'on part en voyage ou en promenade, on est souvent amené à manger, à grignoter ou à boire en chemin. Il faut donc savoir quand on peut s'appuyer sur la bénédiction déjà récitée, quand il faut refaire une bénédiction, et

quand il faut réciter une bénédiction finale.

En règle générale, pour le pain et les gâteaux (ainsi que les fruits des sept espèces et le vin), si on a déjà mangé un Kazaït (idéalement en moins de 4 minutes, et au maximum 7 minutes a posteriori), alors même s'il est interdit a priori de quitter sa place, si on est quand même sorti, on peut continuer à manger sans refaire la bénédiction. Si l'on n'a pas mangé un Kazaït, ou qu'on l'a mangé en plus de 7 minutes, le statut est comme celui des fruits et des boissons.

En effet, on reste obligé de revenir à l'endroit où l'on a commencé pour y réciter la bénédiction finale. Même si finalement on n'est pas revenu, le premier repas est encore considéré comme non terminé, et si l'on veut continuer à manger, on ne refait pas de bénédiction. Cela n'est valable que si l'on avait l'intention de continuer à manger. Mais si on avait terminé son repas à la maison et qu'on est sorti sans faire le Birkat HaMazone, il est interdit de continuer à manger et il faudra refaire la bénédiction.

En principe, selon le Choul'han Aroukh, même pour le pain et les gâteaux il faudrait refaire la bénédiction. Mais à cause du principe de Safek Berakhot Lehakel (en cas de doute sur une bénédiction, on est indulgent), on tient compte des autres avis et même les

Le Guide des vacances

Séfarades ne referont pas la bénédiction. Mais cela n'est valable qu'a posteriori, car on est justement dans un doute : faut-il suivre le Choul'han Aroukh et bénir de nouveau, ou suivre les autres avis et ne pas bénir ?

Toute la question de refaire une bénédiction ou non concerne essentiellement les fruits (qui ne font pas partie des sept espèces) et les boissons (à l'exception du vin). Dès qu'on quitte l'endroit, la première consommation est considérée comme terminée et ce qu'on mange ensuite est considéré comme une nouvelle consommation, qui nécessite une nouvelle bénédiction.

En revanche, si quelqu'un mangeait du pain et est sorti, comme il ne doit pas refaire de bénédiction, il peut aussi continuer à boire et à manger des fruits (à condition d'avoir déjà fait leur bénédiction chez lui), car le Birkat HaMazone les couvre également. Toute sa consommation est donc encore considérée comme un seul et même repas, même s'il ne mange plus de pain.

Mais si quelqu'un mangeait des gâteaux et aussi des fruits ou des boissons, même s'il peut continuer à manger des gâteaux, il ne pourra pas continuer à consommer des fruits ou des boissons puisqu'ils ne sont pas inclus dans la bénédiction de Al Hami'hya.

Le fait d'avoir prévu dès le départ de changer d'endroit n'autorise pas à le faire. Cependant, si on est sorti mais qu'on voit encore l'endroit où l'on était au début, et qu'aucun passage fréquenté par le public ne sépare les deux endroits, même s'il est interdit a priori de sortir, si on est sorti on ne refait pas la bénédiction.

À l'intérieur de la maison

De nos jours, il est normal de se déplacer dans toute la maison pendant le repas. On peut donc, a priori, passer d'une pièce à une autre. De même pour un balcon ou une cour privée délimitée.

En revanche, une cour commune ou une cour privée non délimitée est considérée comme étant à l'extérieur de la maison.

Concernant la cage d'escalier ou le parking couvert de l'immeuble, les décisionnaires sont partagés : certains considèrent cela comme un changement d'endroit, d'autres estiment que puisqu'on n'est pas sorti sous le ciel ouvert, on est encore au même endroit. Par conséquent, a priori on évitera d'y sortir, mais si on l'a fait, on ne refera pas la bénédiction en raison du principe de Safek Berakhot Lehakel.

Lorsqu'on laisse des compagnons sur place

Il existe un cas où il est permis de sortir : lorsqu'un groupe d'amis ou une famille

Le Guide des vacances

mange ou boit ensemble. Peu importe qu'il s'agisse de pain, de gâteaux, de fruits ou d'eau. Si l'un d'entre eux sort au milieu du repas et que les autres l'attendent, lorsqu'il revient il ne refait pas de bénédiction, car ses compagnons le rattachent encore à son endroit initial.

A priori, il ne faut pas partir pour une longue durée, mais pour un court moment c'est permis.

En revanche, cela ne permet que de revenir manger à sa place initiale. Il est interdit de continuer à manger ou à boire dehors.

La Cachेरoute

Cachérisation des ustensiles dans une location

Four

Si le four possède un programme pyrolyse, on peut le faire fonctionner à la température maximale et ensuite l'utiliser.

Si les grilles et supports de plaques ont été laissés à l'intérieur pendant le cycle de nettoyage, même si cela risque de les abîmer, on pourra également les utiliser.

Sinon, il faudra les chauffer au four à 200 °C et les envelopper dans du papier aluminium épais. Malgré tout, il est

Tout cela n'est valable que s'ils étaient réellement installés ensemble, et non s'il s'agit simplement de plusieurs personnes qui se sont retrouvées au même endroit sans prêter attention au départ les unes des autres. De même, si lui mangeait seul et que les autres étaient simplement présents sans manger, rien ne les relie.

De même encore, si les autres ont terminé de manger et ont récité leur bénédiction finale, ou s'ils sont eux aussi sortis, même s'ils sont revenus ensuite, cette installation commune est annulée et il faudra refaire la bénédiction.

préférable de ne pas les utiliser sans pyrolyse.

Micro-ondes

Il ne faut pas l'utiliser.

Plaques de gaz

Les décisionnaires sont partagés : certains demandent de chauffer les grilles à blanc ou de les recouvrir de papier aluminium, d'autres ne l'exigent pas. Ceux qui sont indulgents ont sur qui s'appuyer.

Plaques à induction ou vitrocéramiques

Il faut bien les nettoyer et veiller à ce que le dessous des casseroles ainsi que la plaque soient parfaitement secs.

Certains sont plus stricts et conseillent d'allumer toutes les zones de cuisson pendant vingt minutes.

Lave-vaisselle

Il faut le nettoyer soigneusement, enlever tous les restes de nourriture et la graisse, puis le faire fonctionner à la température maximale, à vide, avec du produit nettoyant.

Plan de travail et évier

Si on y pose uniquement des aliments froids et que les aliments chauds sont toujours posés sur une serviette ou un support, aucune cachérisation n'est nécessaire.

En revanche, si on y pose directement des aliments chauds, il faut y verser de l'eau bouillante provenant d'un récipient qui est encore sur le feu. Cela suffit même pour les Ashkénazes.

Autre possibilité : recouvrir la zone où l'on veut poser des aliments chauds avec

du papier aluminium épais. Deux couches sont préférables afin de pouvoir poser directement un aliment chaud dessus, même sans casserole.

Table

Si on y pose seulement des aliments froids, un simple nettoyage suffit. Pour des aliments chauds, il faut mettre une nappe.

Barbecue à gaz

S'il peut atteindre plus de 400 °C, on peut l'allumer pendant trente minutes à température maximale, avec le couvercle fermé et la grille à l'intérieur.

Immersion des ustensiles (Tevilat Kélim)

Si le logement appartient à un Juif et qu'il est destiné à des locations de courte durée, les ustensiles nécessitent une immersion. Il faut donc, a priori, éviter de les utiliser sans les avoir immergés.

Il y a davantage de possibilités d'être indulgent pour les ustensiles en verre.

En revanche, il est permis d'utiliser un appareil électrique.

Si le propriétaire est non-Juif, aucune immersion n'est nécessaire.

Le Chabbat

Porte qui s'ouvre avec une carte magnétique

Il est interdit d'utiliser une carte magnétique pour ouvrir une porte, car cela entraîne une action électrique.

Par conséquent, si en arrivant à l'hôtel on découvre qu'il n'y a pas de clé classique, il faudra laisser la porte de la chambre ouverte.

Si la porte s'est refermée et qu'il est encore tôt, en cas de grande nécessité, on peut demander à un non-Juif de l'ouvrir.

En revanche, si l'on est proche de la sortie de Chabbat, il faudra attendre et il est interdit de demander à un non-Juif de l'ouvrir.

Dans ce cas, peu importe qu'on le demande sous forme d'allusion ou d'un ordre : le simple fait de profiter de l'action du non-Juif est interdit, pas seulement le fait de lui demander explicitement.

S'il n'y a pas de non-Juif et qu'il est indispensable de rentrer dans sa chambre, par exemple le vendredi soir pour aller dormir, on peut ouvrir la porte de manière inhabituelle, en tenant la carte entre ses doigts différemment de l'ordinaire. Si cela est difficile, deux personnes peuvent la tenir ensemble.

En revanche, si c'est simplement pour retourner dans sa chambre le samedi après-midi, on ne peut pas être indulgent sans l'aide d'un non-Juif, même si la nuit est encore loin.

Allumage des bougies à l'hôtel

L'endroit prévu pour l'allumage des bougies est soit le lieu du repas, soit le lieu où l'on dort. Ainsi, les personnes qui séjournent à l'hôtel pour Chabbat doivent allumer soit dans leur chambre, soit dans la salle à manger.

Cependant, la plupart des hôtels interdisent toute flamme dans les chambres et demandent d'allumer les bougies dans un espace spécialement prévu dans le hall de l'hôtel.

Or, il est interdit d'y allumer, car ce n'est ni un lieu de repas ni un lieu de résidence, mais simplement un lieu de passage ; la bénédiction serait donc vaine.

S'il est possible d'allumer dans la salle à manger, il faut le faire là-bas. Selon la coutume Séfarade, seule la première femme qui allume récite la bénédiction et peut acquitter les autres. Chez les Ashkénazes, chacune récite sa propre bénédiction.

Si même cela n'est pas autorisé, on récitera la bénédiction sur une lumière

électrique : de préférence une lampe de poche, puisque l'électricité est déjà stockée dans la batterie ; à défaut, sur la lumière de la chambre, même si elle est en LED.

Dans tous les cas, il est interdit d'allumer une flamme dans une chambre lorsque la direction de l'hôtel l'interdit, car ce serait une Mitsva accomplie au moyen d'une transgression assimilable à du vol.

La bénédiction de Me'ein Chéva le vendredi soir

Quand on prie le vendredi soir dans un endroit qui n'est pas une synagogue et qu'il n'y a pas de Sefer Torah, on ne récite pas la bénédiction de Me'ein Chéva. Après la Amida, on dira simplement Yom Hachichi Vayekhoulou puis le Kaddich.

En revanche, s'il y a un Sefer Torah et qu'on prie à cet endroit pendant plusieurs jours d'affilée, on récite Me'ein Chéva.

À Jérusalem, on a l'habitude de la réciter dans tous les cas, mais ce n'est pas l'usage en dehors de Jérusalem.

Celui qui n'a pas de plaque de Chabbat

Il est permis de cuisiner avant Chabbat et de laisser le plat sur une cuisinière à gaz ou électrique (mais pas sur une plaque à induction qui s'éteint lorsqu'on retire la

casserole), à condition que le plat soit déjà cuit au moins à moitié.

Il est malgré tout préférable d'être plus strict et de recouvrir les flammes avec une plaque métallique, si on en possède une, ou au minimum que le plat soit complètement cuit.

Mais selon la stricte loi, même si le plat n'est qu'à moitié cuit, cela reste permis, à condition de ne pas y toucher avant de le retirer du feu.

Il est également interdit de déplacer la casserole, d'ouvrir le couvercle puis de le remettre, car cela accélère la cuisson.

De même, il est interdit de remettre la casserole sur le feu, même si toutes les conditions habituelles du retour sur le feu ont été respectées.

Réfrigérateurs et congélateurs sans mode Chabbat

Quand on arrive dans une location de vacances, on ne peut pas toujours compter sur la présence d'un réfrigérateur ou d'un congélateur adapté à Chabbat comme à la maison. Il faut donc savoir comment les utiliser sans transgresser d'interdits.

Il faut distinguer les anciens réfrigérateurs, dont le principal problème est généralement l'ampoule, des réfrigérateurs récents, remplis de

Le Guide des vacances

capteurs qui réagissent à chaque ouverture et fermeture de la porte.

Pour les anciens modèles, il suffit généralement de mettre du ruban adhésif sur le bouton qui se relâche à l'ouverture de la porte afin de neutraliser l'éclairage, le ventilateur et le signal sonore qui en dépendent.

Pour les modèles récents, le mieux est de les brancher sur une minuterie de Chabbat et de prévoir, avant Chabbat, des plages horaires pendant lesquelles le réfrigérateur sera éteint, afin de pouvoir l'ouvrir à ces moments-là.

Si ce n'est pas possible, on fera comme avec les anciens réfrigérateurs, en bloquant le bouton.

Dans les réfrigérateurs qui n'ont pas de bouton, le système fonctionne généralement avec un aimant. Il faut alors essayer de coller un aimant suffisamment puissant et vérifier avant Chabbat que l'appareil ne détecte plus l'ouverture de la porte (la lumière ne s'allume pas, le ventilateur ne s'arrête pas, etc.).

S'il est impossible de neutraliser ces systèmes, il est interdit d'ouvrir le réfrigérateur pendant Chabbat, car il s'agit d'un Psik Reicha, et il faudra impérativement installer une minuterie de Chabbat.

Contact : Rav Eliezer Elgrabli
kolleltoratchem@gmail.com
0614330440 / +972548442497