



## HISTOIRE DE NOS SAGES

Beth Hamidrach TORAT HESSED VEDAVID de Saint Brice  
[www.hessedvedavid.com](http://www.hessedvedavid.com)



בס"ד

### J'AI ARRETE DE FUMER !



Toute personne soucieuse de sa néchama désire faire Téhouva sur les fautes qu'elle a commises. Malheureusement, nous sommes tellement enfoncés dans nos fautes que nous n'arrivons pas à nous en détacher, et parfois même après avoir accompli de nombreux efforts. Du fait de l'habitude, il existe beaucoup de fautes pour lesquelles il est très difficile de faire Téhouva. Dans l'histoire suivante, Rav Eliahou Dessler nous enseigne comment faire Téhouva sur les choses difficiles. Rav Dessler, dans les années 50, était alors directeur spirituel de la Yéshiva de Ponievitch, à Bné Brak. Bien avant les campagnes récentes anti-tabac, Rav Dessler était un gros fumeur. Un jour, un Rav de la Yéshiva entra dans le bureau de Rav Dessler, et ce dernier, s'adressant à son visiteur lui dit : « Est-ce que vous savez que j'ai arrêté de fumer ? » Quelques minutes plus tard, un élève entra dans le bureau de Rav Dessler et ce dernier lui dit : « Tu sais que j'ai arrêté de fumer ? » Ainsi, durant la journée, le Rav répéta des dizaines de fois cette phrase à tous les élèves qu'il rencontrait à la Yéshiva.

Que nous enseigne ici Rav Dessler ?

Une idée simple mais efficace. Lorsque l'on fait savoir à tout le monde que l'on a arrêté de fumer, même si plus tard, on a à nouveau envie de fumer, il sera impossible de recommencer, car cela serait ridicule après avoir fait tant de bruit sur le fait qu'on arrêta. En fait, il s'est lui-même créé une pression sociale mais qui lui a permis, même dans une chose dont il lui était très difficile de se détacher, de ne plus recommencer. Voici un enseignement comment se détacher d'une faute dont on n'arrive pas à se défaire. Aujourd'hui, le peuple juif vit une situation difficile. Nos Sages enseignent que la Téfilah est notre arme pour surmonter ces difficultés, encore faut-il que celle-ci ne soit pas polluée par des bavardages. Le Rav de Gour disait que lorsqu'au moment de traverser la mer, Moché a dit au peuple juif, Hachem va combattre pour vous et vous gardez le silence, un grand enseignement nous a été donné : si vous vous taisez pendant la Téfilah, Hachem combattra pour vous. Si chacun s'adressait à son ami en lui disant, tu sais je ne parle plus à la synagogue, cela l'empêcherait de parler à nouveau et de nombreux problèmes pourraient être évités. **Que chacun encourage autour de lui les gens à ne plus parler durant la Téfilah afin que rapidement, le peuple juif assiste à la Délivrance !**