



# Écrivez Votre Propre Chapitre



הספרייה הלאומית  
مكتبة إسرائيل الوطنية  
The National Library of Israel

**En route pour la Bar/Bat-Mitsva**

tu t'embarques  
en voyage!



**Mazel  
Tov!**

● Chapitre

**1**

**«Vous êtes  
Gordialement  
Invités»**

Découvrir son identité et sa communauté



● Chapitre

**2**

**Réservez  
la Date!**

Explorons le  
calendrier juif



● Chapitre

**3**

**Appelés à  
la Torah**

Découvrir les rites traditionnels



● Chapitre

**4**

**Lire en  
Hébreu?!**

Découvrir la langue



● Chapitre

**6**

**Souriez  
Pour la  
Photo!**

À la découverte des  
racines familiales



● Chapitre

**5**

**Faites une  
Petite Prière**

Explorer la notion de prière personnelle



● Chapitre

**9**

**Que la fête  
Commence!**

Le rôle de la cuisine juive

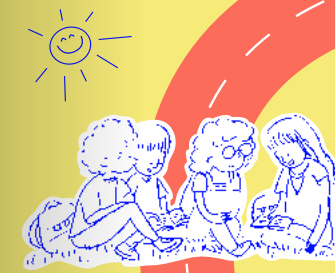


● Chapitre

**8**

**Paroles de  
Sagesse**

Se plonger dans les Textes  
Sacrés et étudier la Torah



● Chapitre

**7**

**Le Voyage  
d'une Vie**

Découvrir Israël



● Chapitre

**11**

**À Table  
avec les  
Amis**

Explorer l'amitié

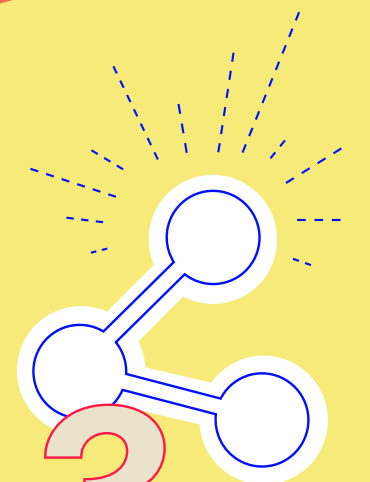


● Chapitre

**13**

**Écrivez  
votre propre  
Chapitre!**

Apportez votre touche au tableau



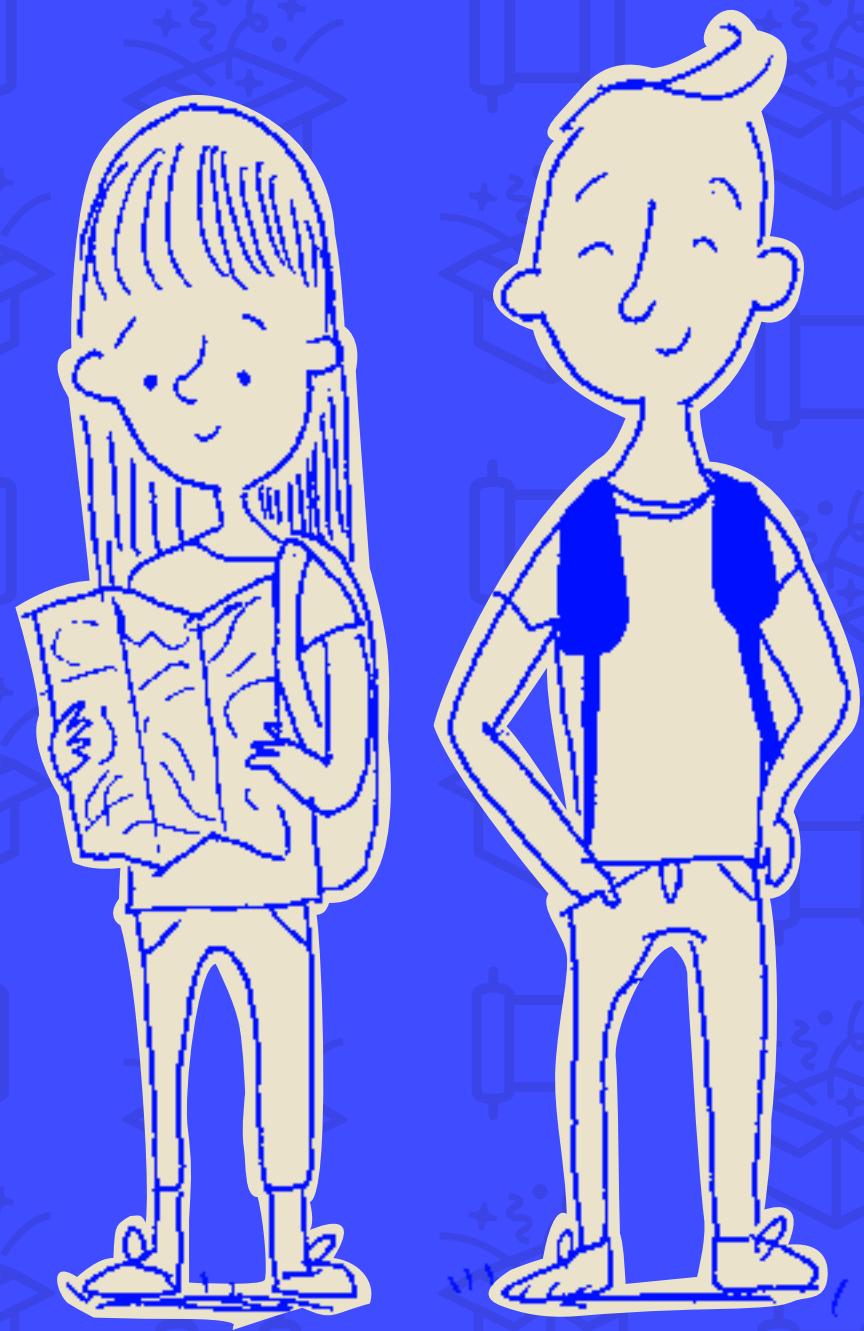
● Chapitre

**12**

**Merci!  
Merci!**

La notion de reconnaissance





# Mazel Tov!

Embarquement immédiat pour  
un merveilleux voyage !

---

Vous entrez aujourd'hui dans l'âge adulte, et vous commencez votre voyage en tant que membre indépendant du peuple juif ! En devenant Bar/Bat-

**12  
13**

Mitsva, vous entamez votre cheminement personnel, et cette étape importante est l'occasion d'explorer différents aspects de la culture et de l'identité juives.

D'après le judaïsme, le cycle de l'existence comporte différentes étapes, chacune avec ses rituels et ses coutumes. Ces étapes sont fondées sur des lois et des traditions profondément imprégnées des valeurs juives, et datent de différentes époques de notre histoire.

---

- 
- \* Par où faut-il commencer à explorer notre patrimoine si riche et diversifié?
  - \* Quels sujets doit-on étudier en profondeur, lorsque l'on atteint l'âge de 12 ou 13 ans?
  - \* Comment pouvons-nous établir un lien personnel avec ces traditions, même avec celles qui nous semblent peu familières?
  - \* Que le passé peut-il nous apprendre sur nous-mêmes, sur la communauté dans laquelle nous vivons, et sur les problèmes auxquels nous sommes confrontés aujourd'hui?
  - \* Comment faire de notre Bar/Bat Mitsva une expérience durable et emplie de sens?
-





Carte de Chana Tova, New York, 1910



Selon vous, pourquoi la Bar/Bat-Mitsva est-elle représentée sur cette carte comme le point culminant des étapes de la vie juive?



À votre avis, pourquoi cette fête est-elle traditionnellement célébrée à l'âge de 12/13 ans?



Quelles sont les autres principales étapes de l'âge adulte? En quoi ces étapes sont-elles différentes aujourd'hui de ce qu'elles étaient autrefois?





ידית חל'אביב-יפו  
 אגף לתרבות לנוער ולספורט  
 אחי"ע"ם - איגוד לקידום  
 ההו"י העברי המקורי

**בית יד לבנים**  
 פנקס 63 ת"א

יום שני, ט"ז אייר תשכ"ח 13.5.68, בשעה 8<sup>30</sup> בערב

**בת-מצוה ובר-מצוה**  
**כיצד לחוג וכיצד לא לחוג**

**סימפוזיון**

**אסתר אבישר** : פסיכולוג  
**אריה בן-גוריון** : חבר קיבוץ בית השיטה  
**יקותיאל עזרוני** : יחס אחיע"ם  
**שלמה קודש** : מנהל מחלקה במשרד החינוך, ירושלים  
**יצחק שבטיאל** : מחנך ובלשן

**שאלות ותשובות**

בכניסה לאולם (החל בשעה 7.00 בערב) ייגבו 50 אג' לכיסוי ההוצאות  
 אישיסטים: 5, 14, 24, 25, 26, 27, 28

Tel-Aviv, 15 Iyar 5728, 13/5/1968  
 Bat-Mitsva et Bar-Mitsva  
 «Comment la célébrer et comment  
 ne pas la célébrer» Conférence

[Bar-Mitsva et Bat-Mitsva](#)  
[- Comment la célébrer,](#)  
[1968](#)



Que pensez-vous du titre:  
 «Comment la célébrer  
 et comment ne pas la  
 célébrer» ?



Quelles sortes de fêtes de  
 Bar/Bat-Mitsva connaissez-  
 vous?



---

Quelles autres cérémonies de passage à l'âge adulte connaissez-vous dans d'autres cultures, et en quoi diffèrent-elles de la Bar/Bar Mitsva?




---

Que signifie cette étape pour les parents, et en quoi la vivent-ils différemment de leurs enfants?



Créez un album personnalisé en utilisant le modèle de mise en page sur [Canva](#) que nous avons conçu pour vous. Cet album vous accompagnera lorsque vous effectuerez des recherches sur la culture juive, lorsque vous réfléchirez au lien que vous entretenez avec certains aspects de notre tradition, lorsque vous partagerez vos pensées, et lorsque vous documenterez vos différentes recherches.



Créez un «[nuage de mots](#)» représentant les multiples facettes de votre identité (lieu de naissance, ville natale, loisirs, aliments préférés, rôle dans la famille, sexe, centres d'intérêt, etc.)



Créez un axe chronologique de votre vie en y faisant figurer les principaux événements que vous avez vécus jusqu'à aujourd'hui, et écrivez en quoi ces étapes ont été importantes pour vous.

**Idées  
D'activités**

## Chapitre 1



# «Vous êtes Cordialement Invités»

Découvrir son identité et sa communauté



Fêter une Bar-Mitsva ou une Bat-Mitsva est l'occasion de se réunir en tant que communauté, et de partager cet événement empli de signification.



Dans ce chapitre, nous allons explorer les notions d'identité et de communauté, à travers l'analyse d'anciennes invitations de Bar-Mitsva et de Bat-Mitsva.

”

אם אין אָנִי לִי, מִי לִי?  
וְכִשְׁאֲנִי לְעַצְמִי, מָה אֲנִי?  
וְאִם לֹא עֲכָשְׁיוֹ, אֵימָתִי?

(Traité Avot 1,14)

Si je ne m'occupe pas de moi, qui le fera? Et si je ne m'occupe que de moi, que suis-je donc? Et si ce n'est pas maintenant, alors quand?

Que symbolisent les deux drapeaux figurant sur cette invitation?



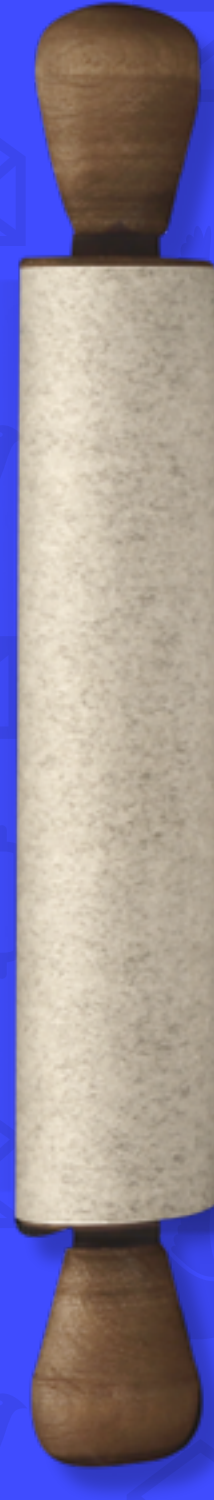
Souhaitez-vous utiliser un modèle prédéfini pour votre carte d'invitation?



Carte d'invitation de Bar-Mitsva, États-Unis, XXe siècle







והכל לקחה את התרומים, ותשטם בבר הנגיל-והשב עליהם; וישש לבו את-כל-האחל, ולא טבא. וה' ותאמר אל-אביה, אל-יחר בעיני ארול כי לא אוכל קטום הקינד, מי-ינדד ושים לי; וישפט, ולא טבא את-התרומים. ה' ויחר ליעקב, וירב לבבו; ושן ועקב, ויאמר לבבו, מה-בטעי מה טעאורי, כי דלקת אהני. ה' כי-משפת את-כל-בלל, מה-קצאת מכל-כלי-ביתך--שים מה, נד ארי ואתיך; ויזכורת, בין שניש. ה' וז' עשרים שנה אבני עקר, רחליך ועיני לא שפסל; והאיל צאנו, לא אכלתי; וז' טרפה, הא-תבאיתי אליך--אבני אחישה, מידו תבקשה; ונבתי יום, ונבתי לילה. ה' הייתי ביום אבלי חרב, וקרח בלילה; ונבתי שנותי, מניני. ה' וזה-לי גשמים שנה, בביתך, צבדותיך ארמני-עלמה שנה בשנה; כתיבך, ושש קנים באאנו; ותחלף את-משקרתה, עשרת מנים. ה' להלי אלהי אבי, אנרקים וסודו עתה, תהי לי-כי שנה, ריקם שלחתי; את-עניי ואת-ליבי בני רפה--ויזכר אקש. ה' ויש לבו ויאמר אל-יעקב, תפיות בנתי והקנים בני והצאן צאני, וכל אשר-אנח ראה, לי-חוא; ולבתי מה-אעשה לאלה, היום. או לבתיך, אשר לבני. ה' ותהי, לבח נברתה בריית-אני ואמה; ותהי עני בני וביני. ה' וישק יעקב, אבו; ויריקם, מנבת. ה' ויאמר יעקב לאמו לקחו אבנים, ויקחו אבנים וישו-גל; ויאכלו שם, על-הגל. ה' וישכא-לו לבו, נגר שלחתי; ויעקב, קרא לו גלעד. ה' ויאמר לבו, הגל הזה עד בני וביני היום, על-כיון קרא שמו, גלעד. ה' והמצפה אשר אמר, וכן יהנה בני וביני; כי קטור, איש טבחה, אס-הענה את-בנותי, ואם-השח נשים על-בנותי-אין איש, עשני, ראה. ה' עד בני וביני. ה' ויאמר לבו, לעקב: תח תל תהי, והנה המעבה, אשר נריתי, בני וביני. ה' עד תל הזה, וענה המעבה; אם-אני, לא-אעבר אליך את-הגל הזה, ואם-אנח לא-תעבר אלי את-הגל הזה ואת-המעבה הזאת, לרעה. ה' אברקם [אלהי נדור, ישפטו מיני--]. ה' אביהם; וישש יעקב, בניה אביו יעקב. ה' ויזבח יעקב וזר פתו, ויקרא סאחיו לאכל לחם; ויאכלו לחם, ותלבו פתו. ה' וישש לבו בנסר, וישש לבו וקטור-והבנותיו-ויבדד אתהם; וילך וישב לבו, למסעו. ה' ויעקב, הלך לדרכו; וישפט-בו, מלאכי. ה' ויאמר יעקב באשר-ראם, סחנה.

לאדם שטוב לפניו נתן חכמה ודעת ושמחה קהלת ב' כו  
 With great joy and gratitude to Hashem  
 we have the honor to invite you to join us at  
 the celebration of the Bar Mitzvah of our dear son

*Natanel*

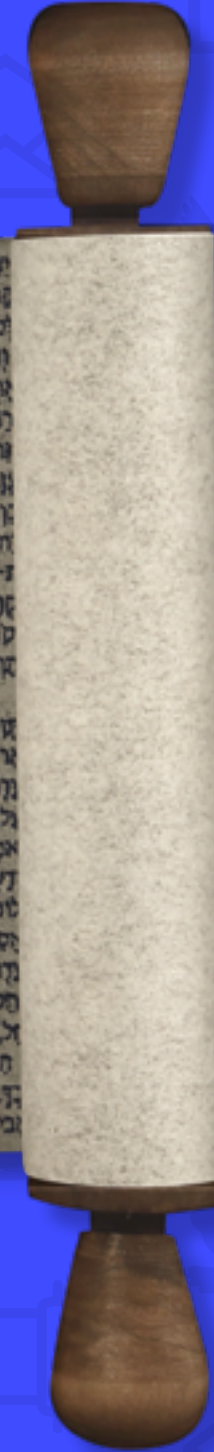
On Saturday November 17 2007,  
 at nine o'clock in the evening  
 at the Salon Emperador Marquis Reforma Hotel  
 Paseo de la Reforma 465 Mexico City  
 Elie and Ariela Gugenheim  
 Marcos and Adina Katz Claude Annie Gugenheim  
 RSVP arielakg@yahoo.com.mx

מתוך שבח והודיה להשיית  
 על כל הטוב אשר גמלת  
 מתכבדים אט להזמין את קרובי וידידי  
 להשתתף עמנו בשמחת הבר מצוה  
 של בנו היקר

**שמחה נ"י**

שתתקיים בעוהשיית  
 בטוצאי שבתיק, ח' כסלו, תשס"ח  
 בתשע בערב, באולם אמפרודור מלון מרקו רפורמה  
 בעיר מנסיקו  
 נוכחותכם תהיה לנו לכבוד  
 אוריאל ואריאלה ענגהיים  
 מרדכי דוד ועדינה כ"ץ חנה ענגהיים

בא עקב, סבאר שבע, וילך, חננה. ה' ויבניו בעקום וילך שם, כי-בא השמש, נח סבאני השמס, והשם טראשתי; וישקב, בעקום מהוא. ה' ויחלם, והנה זכב ארצה, וראשו, טניע השמסמה, והנה מלאכי, עלים וידיים טו. והנה קב עליו, ויאמר, אני אברקם אבתי, יעקב; ארץ, אשר אנה שוכב עליה-לך אהננה, וילרע. ה' והיה ורען קמר הארץ, לבח נסה נסדמה וצמח ננבחה; ונברכך בך כל-משפחת השמסה, וברוע. ה' זה אבני עקר, וטמרתית בכל אשר-הלך, והשבתיך, אל-המקדמה הזאת; כי, לא ונבך, עד אשר-אם-ישית, את אשר-דברתי לך. ה' וישק יעקב, משנתו, ויאמר, א' יש בעקום הזה; ואבלי, לא ידעתי. ה' ויבא, ויאמר, מה-טרא, השמסם ה'; אין זה כי-אם-בית, וזה, שער השמסים. ה' וישש יעקב בבקר, ניקח זיהאבו אשר-שם מראשתי, וישם אתה, מנחה; ויבך שמו, על-ראשה. ה' קרא את-שם-השמסם מהוא, בית-אל; ואולם לז' שם-העיר, לראשונה. ה' ויער עב, נדד אמר: אם-יהיה עשדי ושמני בדרך הזה אשר אבני הולך, אל-לי חסם לאכל, ונבך לבש. ה' וישכחו בשלם, אל-בית אבי; ונסה, לי, ויחאבו הזאת, אשר-שמתי מצבה-יהיה, בית. ה' וכל אשר-על-לי, אשר-אשרני לך. ה' וישא יעקב, רגליו; וילך, ארצה-מי-קדם. ה' ויהי ויהי גר נשדה, והנה-שם שלש עשרי-צאן רבצים עליה-כי מן-הסאר מהוא, ישקו וירים; והאבו גדלה, על-פי הסאר. ה' וישא-שמה כל-העדרים, ויללו את-האבו לו פי הסאר, והטקו את-הצאן; והשיבו את-האבו על-פי הסאר, למקמה. ה' אמר לשם יעקב, אמר סאח אתם; ויאמר, סאח אנתו. ה' ויאמר לשם, דעקם את-לבן בן-חור, ויאמרו, נדעו. ה' ויאמר לשם, השלם לו; ויאמרו לשם-ויהי רחל בטו, קצח עם-הצאן. ה' ויאמר, הן עד היום נדול-לא-שח הסף השמסו; השקו הצאן, ולבו רע. ה' ויאמר, לא טובל עד אשר יאסו-כי כל העדרים, ויללו את-האבו טעל פי נבאר; והשקיתו, הצאן. ה' עדתי, מדבר יעקב כל כצא, עם-הצאן אשר לאבית-כי רעה, הוא. ה' והי באשר ראה יעקב את-אל, פת לבו וחי אמו, ואת-צאן לבו, אתי אמו; וישש יעקב, ויגל את-האבו סני-הצאן, וישש, את-צאן לבו וחי אמו. ה' וישש יעקב, לרעה, וישא את-קולו, נד. ה' נבך יעקב לרעה, כי אחי אבית הוא, וכי בני-רבקה, הוא; ותבך, ותעד וביה. ה' ויהי כשמע לבו את-שמע יעקב בן-אחיתו, ונבך לסראתו ויחבק-לו



Carte d'invitation de Bar-Mitsva imprimée sur un «Rouleau de la Torah», Mexique, 2007

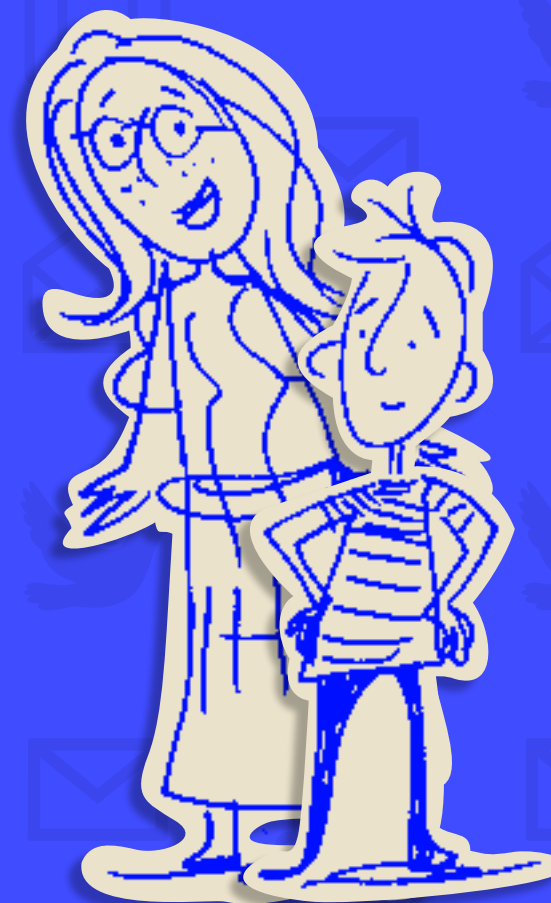




Carte d'invitation de Bat-Mitsva à l'intérieur d'une boîte en bois, Mexique, 2009



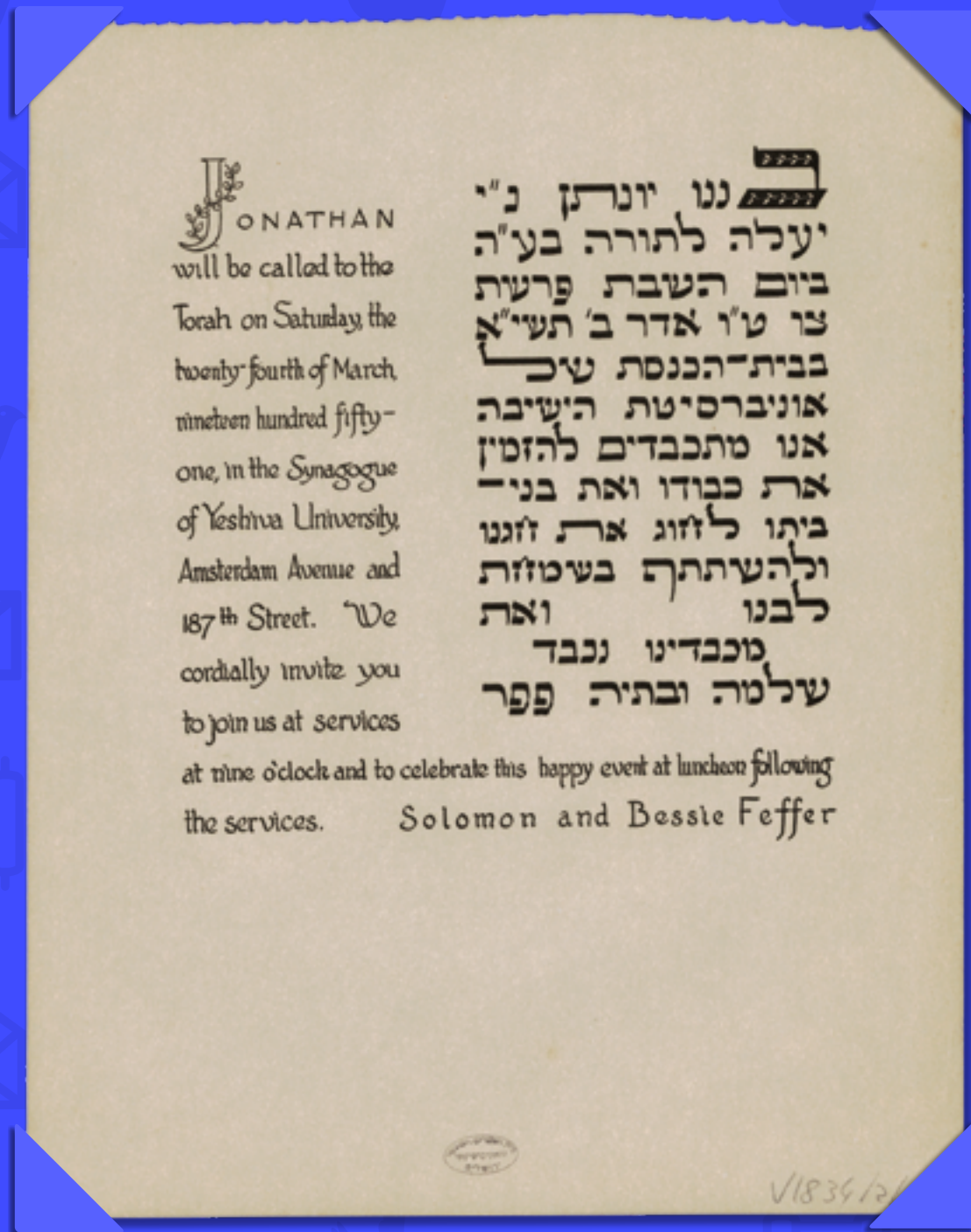
En observant ces différentes cartes d'invitation, que pouvons-nous déduire sur la personnalité et le style de ces jeunes gens fêtant leur Bar/Bat-Mitsva, et que pouvons-nous déduire sur leurs communautés



Est-ce que ce sont généralement les parents ou les enfants qui décident à qui envoyer les cartes d'invitation? De la fête de qui s'agit-il ? Comment trouver un juste milieu







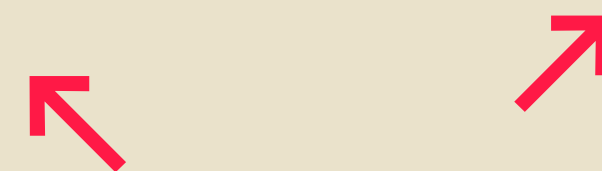
Carte d'invitation de Bar-Mitsva, New York, 1951



Créez votre propre carte d'invitation de Bar/Bat-Mitsva, avec un style de langage et des illustrations qui reflètent votre personnalité, ainsi que la communauté à laquelle vous appartenez.



Lorsque vous dressez une liste d'invités, vous devez prendre en compte les différents cercles communautaires que vous fréquentez (par exemple, vos voisins, vos camarades de classe, votre famille, vos amis d'enfance, etc.). Remplissez chaque cercle concentrique de votre album, en commençant par le centre avec les connaissances qui vous sont les plus proches, puis en vous éloignant progressivement, en notant vos relations plus lointaines.



## Idées D'activités

# Réservez la Date!

Explorons le calendrier juif



Le rythme unique du calendrier juif a un rôle fédérateur pour



l'ensemble de la communauté juive, en la distinguant des autres

communautés. Dans ce chapitre, nous allons analyser la manière dont le temps est sanctifié à travers les fêtes juives.

”

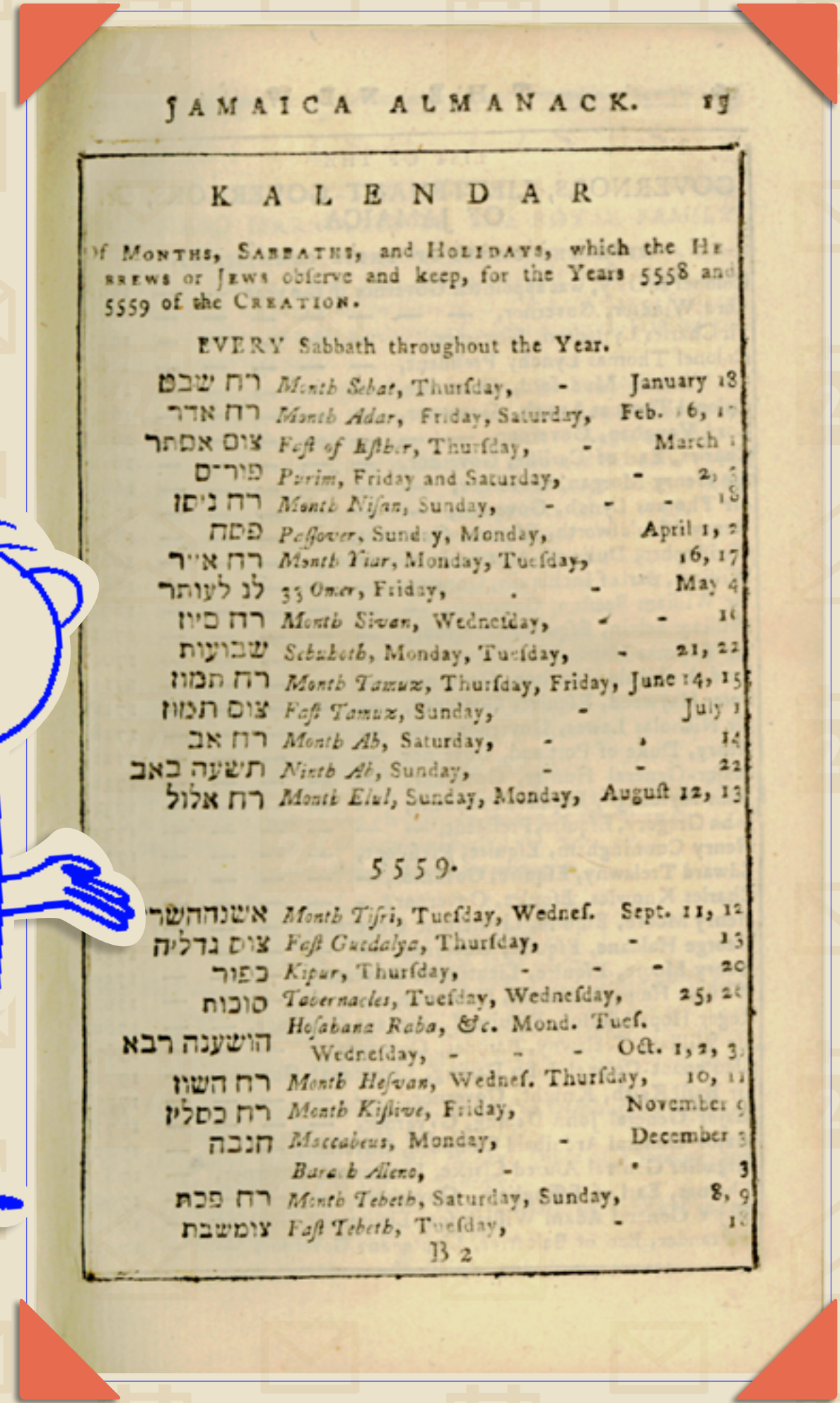
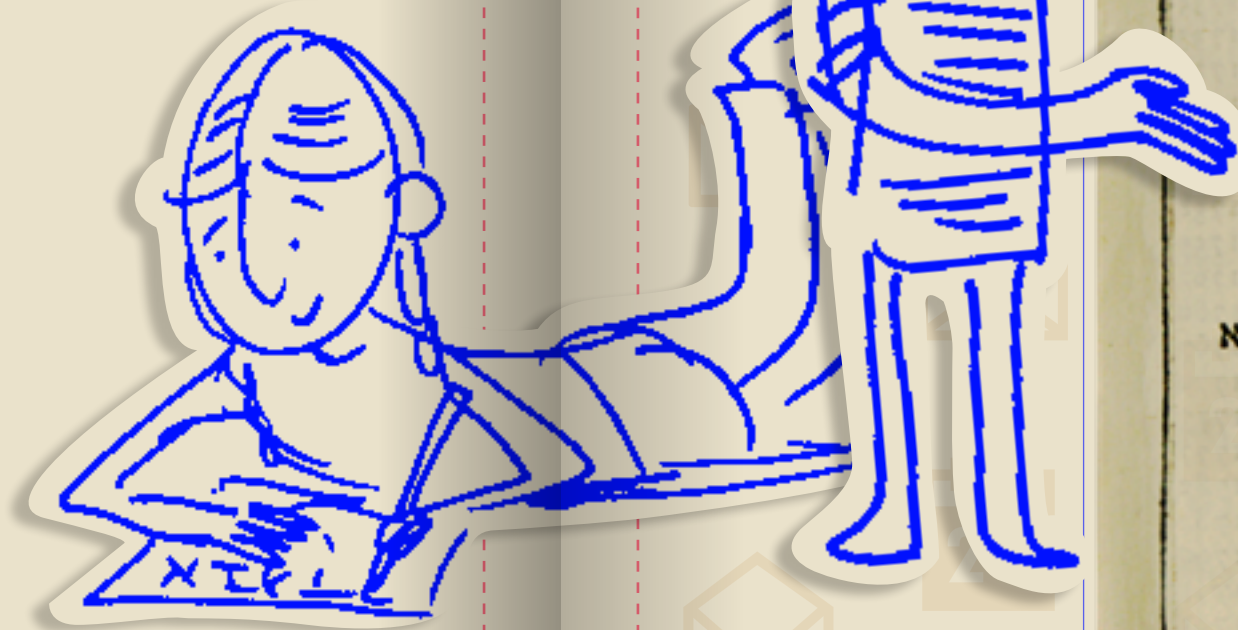
לְכֹל זְמַן  
וְעֵת לְכֹל חֵפֶץ  
תַּחַת הַשָּׁמַיִם.

(L'Ecclésiaste 3,1)

Il y a un temps pour tout, et chaque chose a son heure sous le ciel.



Reconnaissez-vous l'une des dates ou l'une des fêtes, dans ce calendrier de la Jamaïque datant du 18e siècle?



EVERY Sabbath throughout the Year.

רח שבט	Month Sebat, Thursday,	-	January 18
רח אדר	Month Adar, Friday, Saturday,	Feb. 6, 17	
צום אסתר	Fest of Esther, Thursday,	-	March 1
פורים	Purim, Friday and Saturday,	-	2, 3
רח ניסן	Month Nisan, Sunday,	-	18
פסח	Pasover, Sunday, Monday,	April 1, 2	
רח אייר	Month Iyar, Monday, Tuesday,	16, 17	
ליל לעומר	33 Omer, Friday,	-	May 4
רח סיון	Month Sivan, Wednesday,	-	16
שבועות	Shewoth, Monday, Tuesday,	-	21, 22
רח תמוז	Month Tamuz, Thursday, Friday,	June 14, 15	
צום תמוז	Fest Tamuz, Sunday,	-	July 1
רח אב	Month Ab, Saturday,	-	14
תשעה באב	Ninth Ab, Sunday,	-	22
רח אלול	Month Elul, Sunday, Monday,	August 12, 13	

5559.

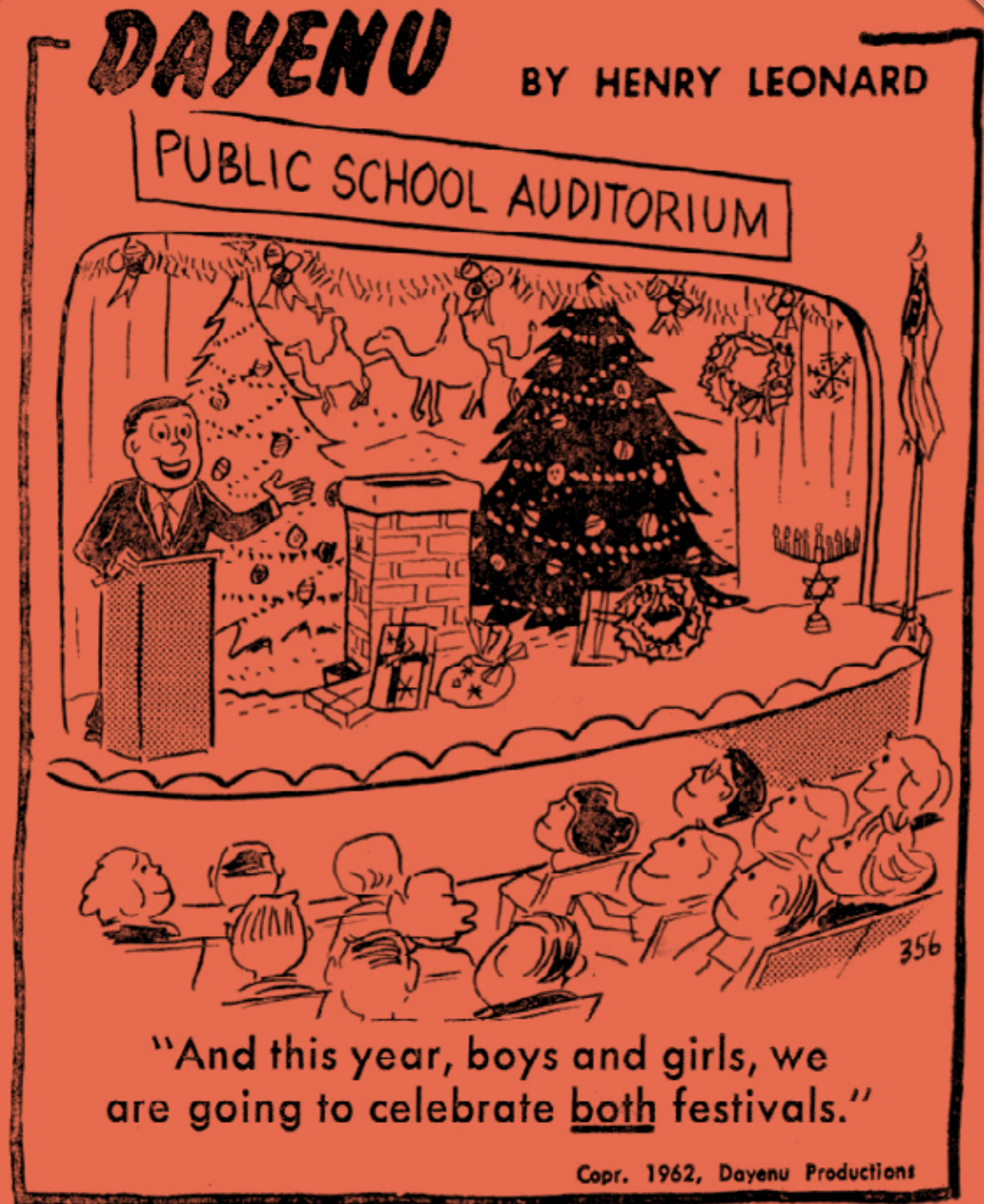
אשנח	Month Tisri, Tuesday, Wednesf.	Sept. 11, 12
צום גדליה	Fest Gedalya, Thursday,	- 13
כפור	Kipur, Thursday,	- 20
סוכות	Tabernacles, Tuesday, Wednesday,	25, 26
הושענה רבא	Hosanna Raba, &c. Mond. Tuesf.	Wednesfday, - - - Oct. 1, 2, 3.
רח חשוון	Month Heshwan, Wednesf. Thursfday,	10, 11
רח כסליו	Month Kislowe, Friday,	November 9
חנוכה	Maccabeus, Monday,	- December 3
	Barab Areno,	- 3
רח טבת	Month Tebeth, Saturday, Sunday,	8, 9
צום טבת	Fest Tebeth, Tuesfday,	- 18

B 2

Calendrier Juif de la Jamaïque, 1798







Dayenu Cartoon, 1962

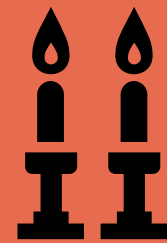


Cette illustration met en scène le fameux «**dilemme du mois de décembre**». Avez-vous déjà été tiraillés entre le calendrier juif traditionnel et le calendrier grégorien? De quel calendrier vous sentez-vous le plus proche?



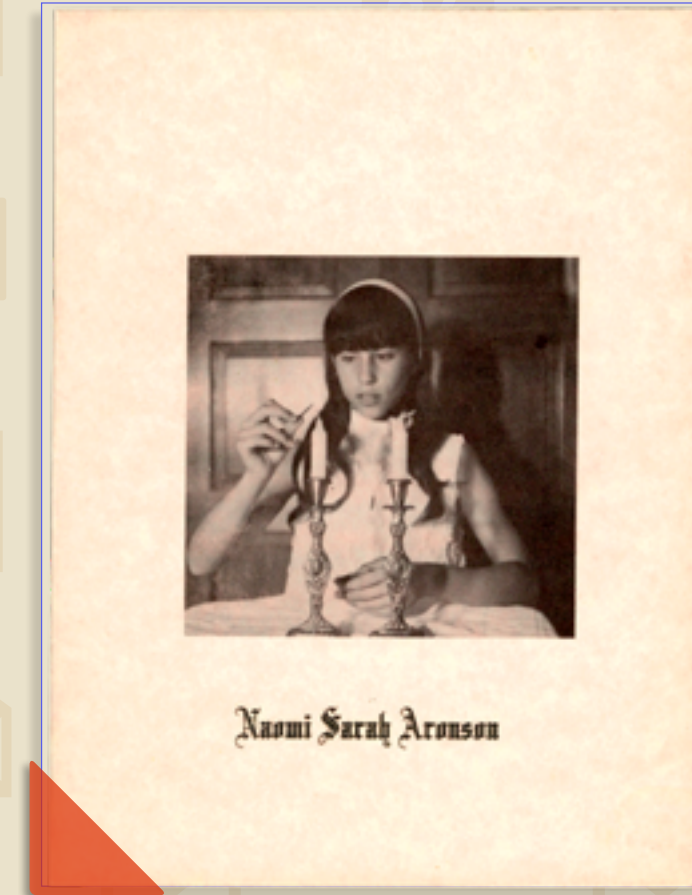


Le «**Manifeste du Chabbat**»\* expose dix principes fondamentaux destinés à aider les gens à ralentir le rythme, et à s'imprégner de l'esprit du Chabbat. Ces principes sont les suivants: **1** Éloignez-vous de la technologie, **2** Reliez-vous à vos proches, **3** Prenez soin de votre santé, **4** Prenez l'air, **5** Évitez de faire des transactions commerciales, **6** Allumez les bougies, **7** Buvez du vin, **8** Mangez du pain, **9** Trouvez le silence intérieur, **10** Donnez en retour.

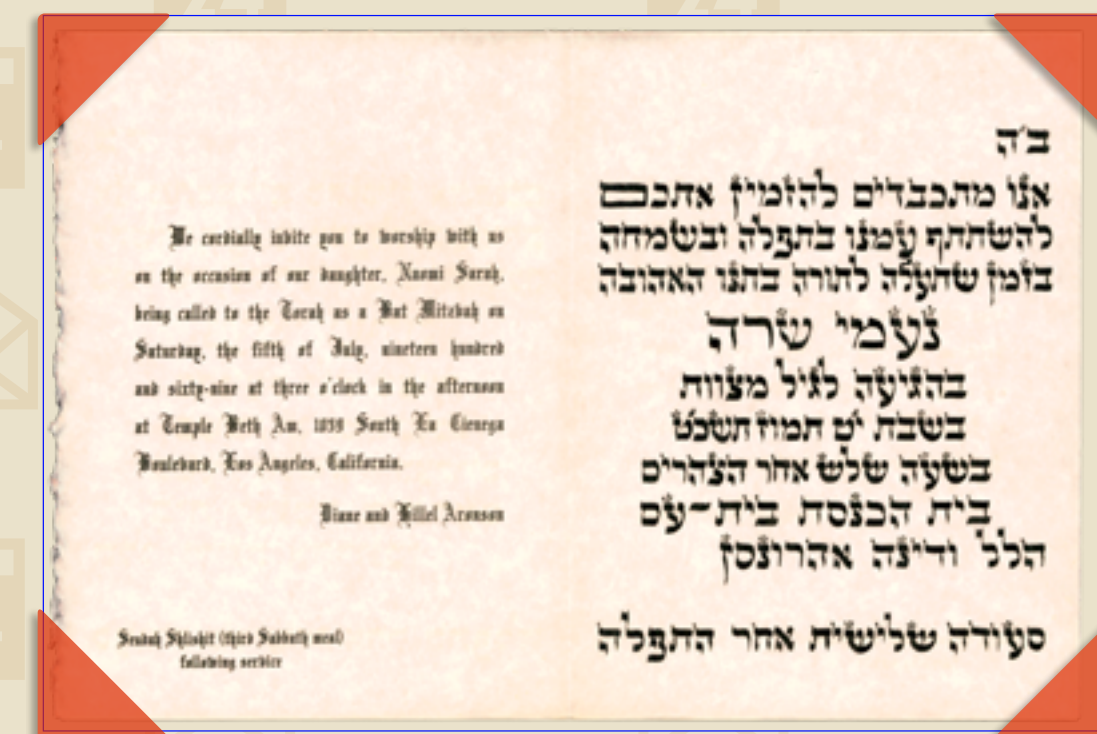


Quels sont les éléments de cette liste qui vous attirent le plus, et pourquoi?

\* A project of the "National Day of Unplugging"



La carte d'invitation de Naomi indique que sa Bat-Mitsva a eu lieu un Chabbat, comme c'est souvent le cas. Cette carte est illustrée par la photo de Naomi en train d'allumer les bougies de Chabbat.



Carte d'invitation de Bat-Mitsva, Californie, 1969

# Idées d'activités



D'après vous, quelle coutume ou quelle action symbolise le plus le Chabbat ? Prenez-en une photo que vous insérerez dans votre album.



Dessinez une caricature qui exprime le conflit/ le juste équilibre entre le calendrier juif traditionnel et le calendrier grégorien.



En vous aidant du convertisseur de date [hebc.al.com](http://hebc.al.com), trouvez la date de votre anniversaire hébraïque, et ajoutez-la à votre album.



Quelle fête juive vous représente le mieux? Répondez à ce [Quiz de personnalité](#) pour le savoir!



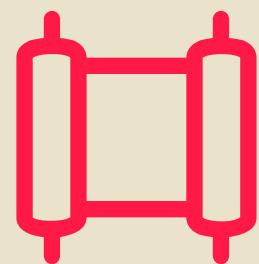


# Appelés à la Torah

Découvrir les rites traditionnels



Dans ce chapitre, nous allons découvrir les rites traditionnels associés à la cérémonie de Bar-Mitsva et de Bat-Mitsva. Traditionnellement,



ces rituels se déroulent à la synagogue et symbolisent le passage de l'enfant à l'âge adulte, ainsi que son statut de membre actif de la communauté. C'est à partir de cet âge que les enfants deviennent responsables de leurs actes et sont considérés comme « Bar-Mitsva/ Bat-Mitsva », littéralement, celui qui est soumis aux mitsvot (lois religieuses).

”

וּשְׁנַנְתָּם לְבָנֶיךָ וּדְבַרְתָּ בָם...  
 וְקִשַּׁרְתָּם לְאוֹת עַל יָדְךָ  
 וְהָיוּ לְטֹטְפֹת בֵּין עֵינֶיךָ.  
 וְכָתַבְתָּם עַל מְזוּזֹת בְּיַתְדְךָ  
 וּבְשַׁעְרֶיךָ.

Deuteronomy 6:4-9

Tu les inculqueras à tes enfants et tu t'en entretiendras [...] et tu les attacheras comme symbole sur ton bras, et tu les porteras en fronteau entre tes yeux. Tu les inscriras sur les poteaux de ta maison et sur tes portes.

La synagogue est également appelée «Shoul» («école» en yiddish), «Beit Knesset» (maison de rassemblement) et «Beit Tefila» (maison de prière). Quelles sont les différentes significations et connotations de chacun de ces termes?



Cette photo vous semble-t-elle mise en scène ou spontanée?



Avraham Sheifeld, Roumanie, 1945



En quoi cette photo de Bat-Mitsva diffère-t-elle de la photo de Bar-Mitsva ci-dessus



Pourquoi à cette époque, était-il courant qu'il y ait des différences de pratique entre les hommes et les femmes



Vera Tomanic explique dans son témoignage : «Mon père, Pavao, était très pratiquant. Chaque matin, il mettait les tefilin et priait. Ma mère Elza n'était pas aussi pratiquante que lui, mais notre famille célébrait toutes les fêtes juives, et chaque vendredi, nous allumions les bougies.»

Bat-Mitsva de Vera Tomanic, Osijek, 1930







Medric Milu, Roumanie, 1930



«À Lași, dans le quartier où nous habitions, il y avait une rue qui s'appelait "la rue des Synagogues", car l'on y trouvait beaucoup de synagogues réparties selon les différents corps de métiers: la Synagogue des Tailleurs, la Synagogue des Aubergistes, la Grande Synagogue... Pendant mon enfance et même plus tard, lorsque j'avais 15 ou 16 ans, mon père m'emmenait avec lui aux offices du vendredi soir et du Chabbat matin. Quand mes amis sortaient pour jouer au football, je devais aller à la synagogue. Mais c'est ainsi que j'ai appris tout ce qu'il faut savoir sur la tradition juive.»

---

Quelle place occupe la synagogue dans votre vie et dans celle de vos parents ? Selon vous, la synagogue représente-t-elle encore aujourd'hui le centre de la vie communautaire juive?



L'image de «[Tefillin Barbie](#)» a été conçue pour remettre en question l'idée que le talit et les tefillin sont des vêtements «masculins».

Que pensez-vous de cette illustration? Quelle est votre coutume?



Les deux rouleaux de la Torah et les tefillin doivent obligatoirement être fabriqués à partir d'un parchemin spécial en cuir d'animal, et ils ne peuvent être écrits que par des scribes expérimentés qui se servent d'une plume d'oie.

À votre avis, pourquoi toutes ces exigences sont-elles encore en vigueur aujourd'hui, alors que de nos jours, il est facile de tout imprimer à grande échelle?



Parcourez le site Internet de la Bibliothèque Nationale d'Israël ou celui du Centre d'Art Juif pour effectuer des recherches sur un objet rituel juif (par exemple le talit, la boîte de tsédaka, la mezouza, le chofar, la soucca, la 'hanoukia, le yad, les tsitsit, la kippa, le verre de kidouch, la coupe du Prophète Élie, le plateau du séder, les rouleaux de la Torah, le service de havdala).



Constituez une galerie de photos d'articles de différents styles et de différentes périodes, que vous insérerez dans votre album. Incluez un texte qui apporte des explications sur l'objet représenté, ainsi que votre lien personnel avec cet objet. Voici un exemple intéressant d'une mezouza très spéciale: la mezouza de l'espace.



À l'intérieur des tefillin et des mezouzot se trouvent des rouleaux contenant un texte sacré. Si vous deviez écrire un texte destiné à être dissimulé, et si ce texte était porteur d'un message essentiel dont il fallait se souvenir et s'inspirer, quel serait-il ? Insérez-le dans votre album !



Pour en savoir plus sur les synagogues du monde entier, jouez à notre jeu «La tournée des synagogues»!

↖ ↗  
**Idées  
d'activité**



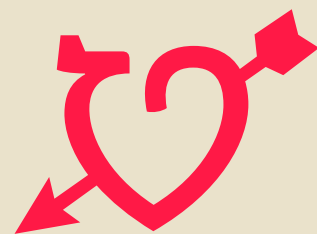
## Chapitre 4



# Lire en Hébreu?!

Découvrir la langue

La Bible et de nombreux autres textes juifs sont écrits en hébreu qui est considéré comme la langue sainte de la tradition juive.



Cependant, de nombreux Juifs ne parlent pas ou ne lisent pas couramment l'hébreu ancien. Dans ce

chapitre, nous prendrons conscience des difficultés inhérentes à l'apprentissage de l'hébreu, tout en analysant l'importance de cette langue pour la culture juive, ainsi que sa capacité à relier entre eux les Juifs du monde entier.

”

עשרים ושתים אותיות  
חקקן, חצבן, שקלן,  
והמירן. צרפן וצר בהם  
נפש כל היצור ונפש כל  
העתיד לצור.

Sefer Yetsira, Chapitre 2

Il a formé, pesé, transformé, composé et créé avec ces vingt-deux lettres tout être vivant, ainsi que toute âme encore incréée.



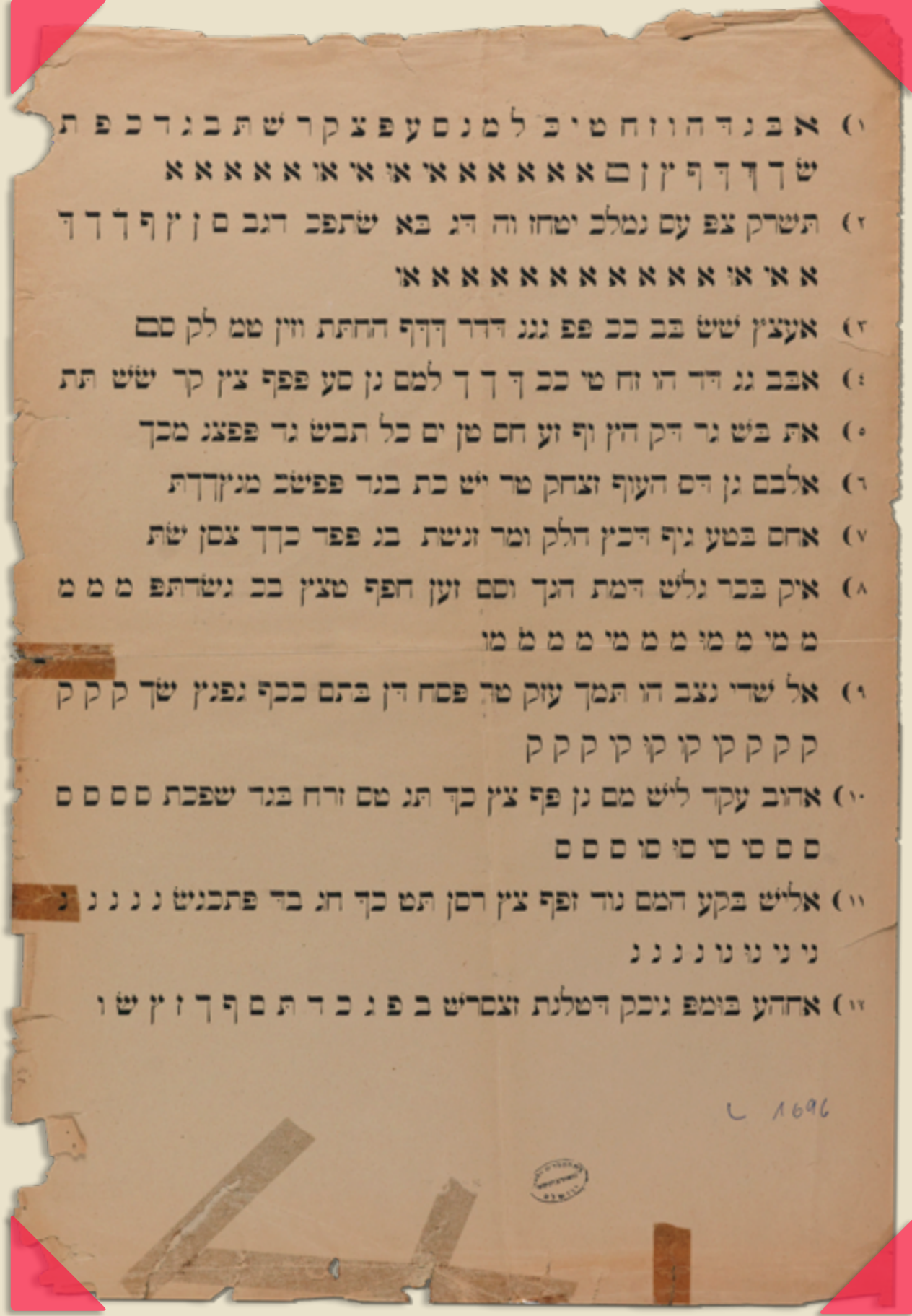
À votre avis, pourquoi étudier l'hébreu a-t-il toujours été tellement important pour les communautés juives? Vous trouverez ci-dessous un certain nombre de raisons généralement évoquées pour expliquer l'importance de l'enseignement et de l'apprentissage de l'hébreu. Avec lesquelles de ces raisons êtes-vous d'accord, et avec lesquelles n'êtes-vous pas d'accord? Selon vous, y a-t-il d'autres raisons possibles?

- ❶ Avoir accès aux textes juifs en version originale
- ❷ Renforcer le lien avec l'État d'Israël
- ❸ Être capable de pratiquer correctement les rites juifs
- ❹ Common connection with Avoir une langue commune et un lien avec les Juifs du monde entier



Cliquez [ici](#) pour en savoir plus sur la façon dont les enfants juifs ont appris à écrire il y a mille ans!

Avez-vous déjà eu un feuillet d'exercices comme celui-ci pour apprendre les lettres hébraïques?



Alphabet hébraïque : feuillet d'exercices pour apprendre l'hébreu, Bagdad, 1920





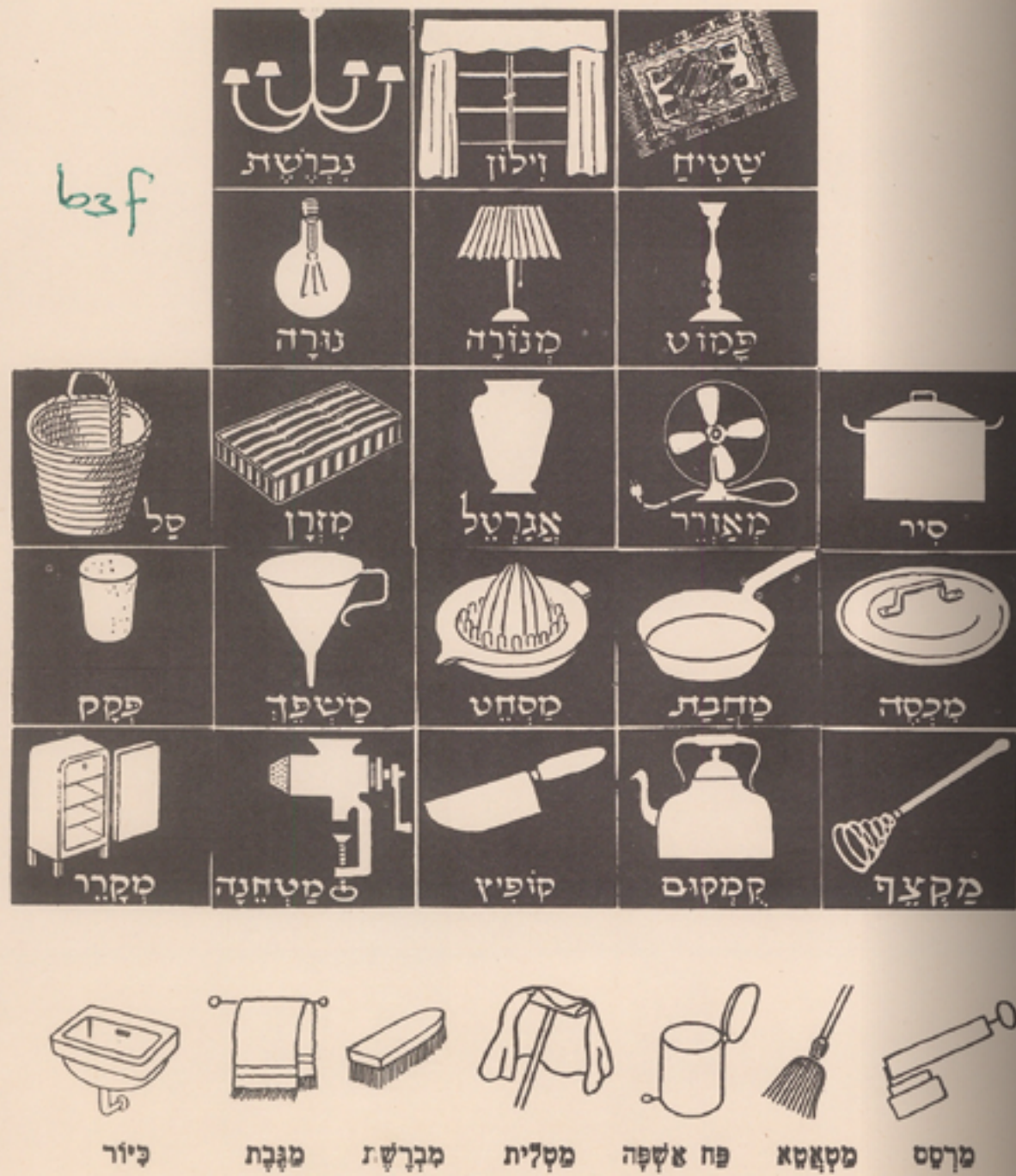
רהיטים



על פי

משרד החינוך והתרבות מבצע הנחלת-הלטון לעם

בבית ובמשפחה



בית



2/10/52

Regardez attentivement les affiches ci-dessus. Connaissez-vous l'un des mots écrits en hébreu?



Selon vous, pourquoi l'hébreu est-il tellement fondamental dans la cérémonie de Bar-Mitsva? Est-il important de lire des textes en hébreu, même si l'on ne comprend pas réellement la signification des mots?







[Photo de la Bar-Mitsva de Mario Modiano, Grèce, 1939](#)



«Ce dont je me souviens le plus clairement de ma Bar-Mitsva, c'est de la difficulté que j'ai eue à essayer d'apprendre suffisamment d'hébreu pour être capable de lire le texte. J'avais un professeur qui venait à la maison pour me faire répéter le passage de la Torah que je devais lire à la synagogue. Je regrette beaucoup de n'avoir jamais vraiment appris l'hébreu.»

Comprenez-vous ce que ressent Mario? Expliquez votre réponse.

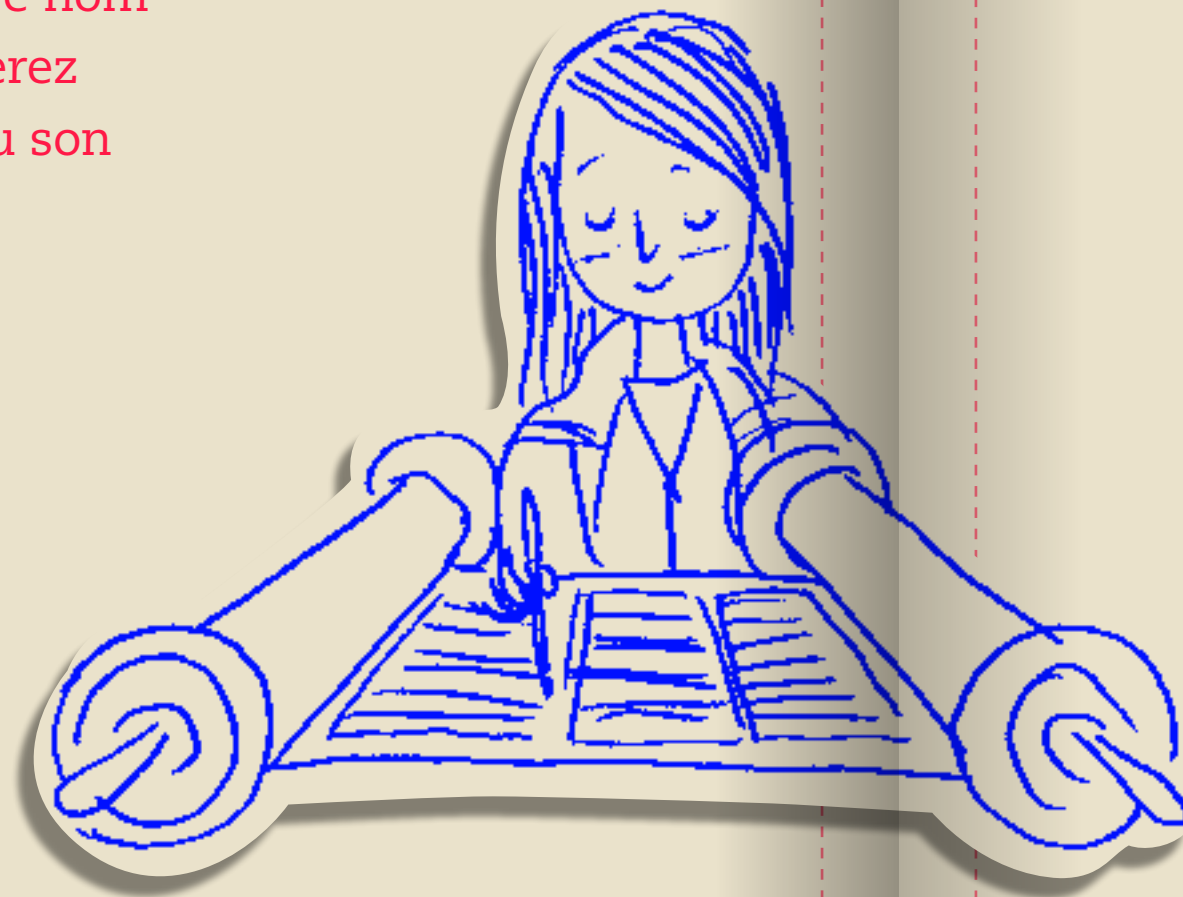


## Idées d'activités

Le nom de l'enfant est souvent mis en valeur sur la carte d'invitation de Bar-Mitsva, et les lettres hébraïques de son nom sont parfois mises en évidence dans un verset biblique, ou intégrées dans l'illustration.



Créez un logo avec votre nom hébreu, où vous illustrerez son origine, sa signification, ou son lien avec un texte juif.



Enregistrez une vidéo de 30 secondes, dans laquelle vous expliquerez les raisons pour lesquelles vous apprenez l'hébreu.



Regardez [la chanson de l'aleph-bet de Victoria Hanna](#)

qui met en scène la prononciation de chaque son et de chaque lettre de l'alphabet hébreu. Connaissez-vous d'autres chansons sur l'alphabet hébreu ? Ajoutez à votre album celle que vous préférez!



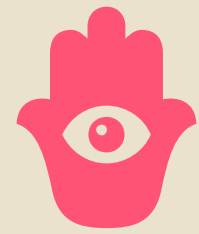


## Chapiter 5

# Faites une Petite Prière

Explorer la notion de prière personnelle

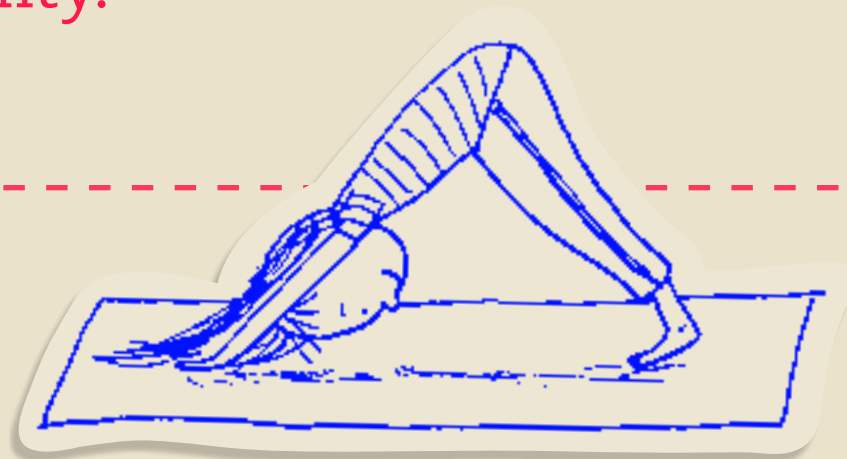
There are many different ways to express our hopes and dreams for the future, and at times we search for the words to encompass



our thoughts. Also, when we experience difficulty or uncertainty, we often seek assurance and inspiration.

Our culture is full of texts and rituals that were created to meet those exact needs.

In this chapter, we will explore our personal connection to prayer and spirituality.



Psaumes 69, 14

וְאֲנִי תְּפִלָּתִי לְךָ  
ה' עֵת רְצוֹן  
אֱלֹהִים בְּרַב חַסְדֶּךָ  
עֲנֵנִי בְּאַמֶּת יִשְׁעֶךָ.

Et je suis une prière, pour Toi,  
Éternel, au moment propice;  
ô D.ieu, dans Ta bonté infinie,  
exauce-moi, en m'accordant  
Ton aide fidèle.



Il y a encore une voile blanche à l'horizon  
 Face à un lourd nuage noir Que tout ce que  
 nous demandons se réalise!  
 Et si le soir au travers des fenêtres  
 Vacille la lumière des bougies de la fête  
 Que tout ce que nous demandons se réalise!  
 Qu'il en soit ainsi, qu'il en soit ainsi – s'il-  
 Te-plaît – qu'il en soit ainsi, Que tout ce que  
 nous demandons se réalise!

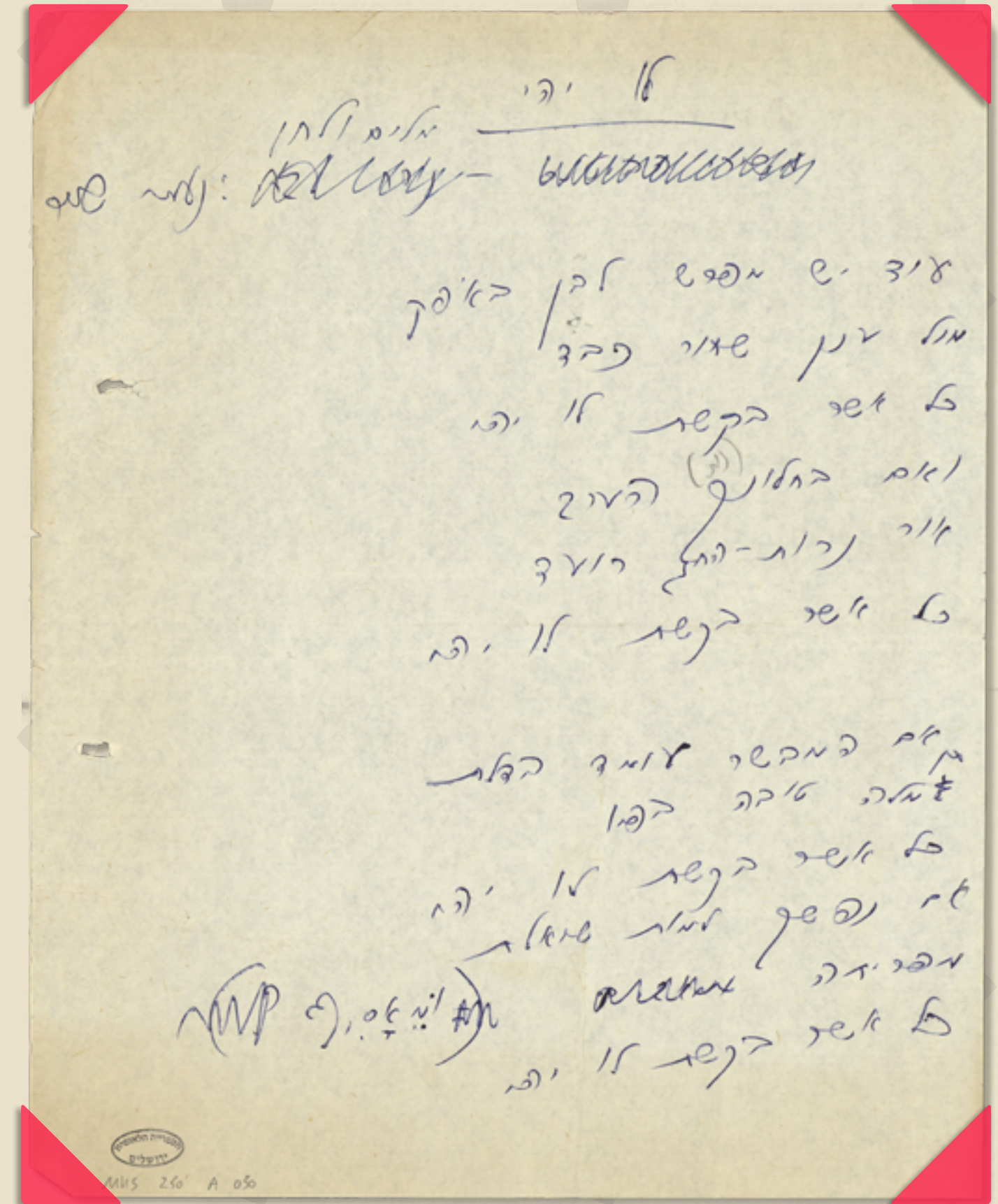
Traduction de la version finale



Compose your own version of “Lu Yehi” (Let It Be) or use the same structure but change the stanzas to reflect your own wishes, hopes, and prayers.



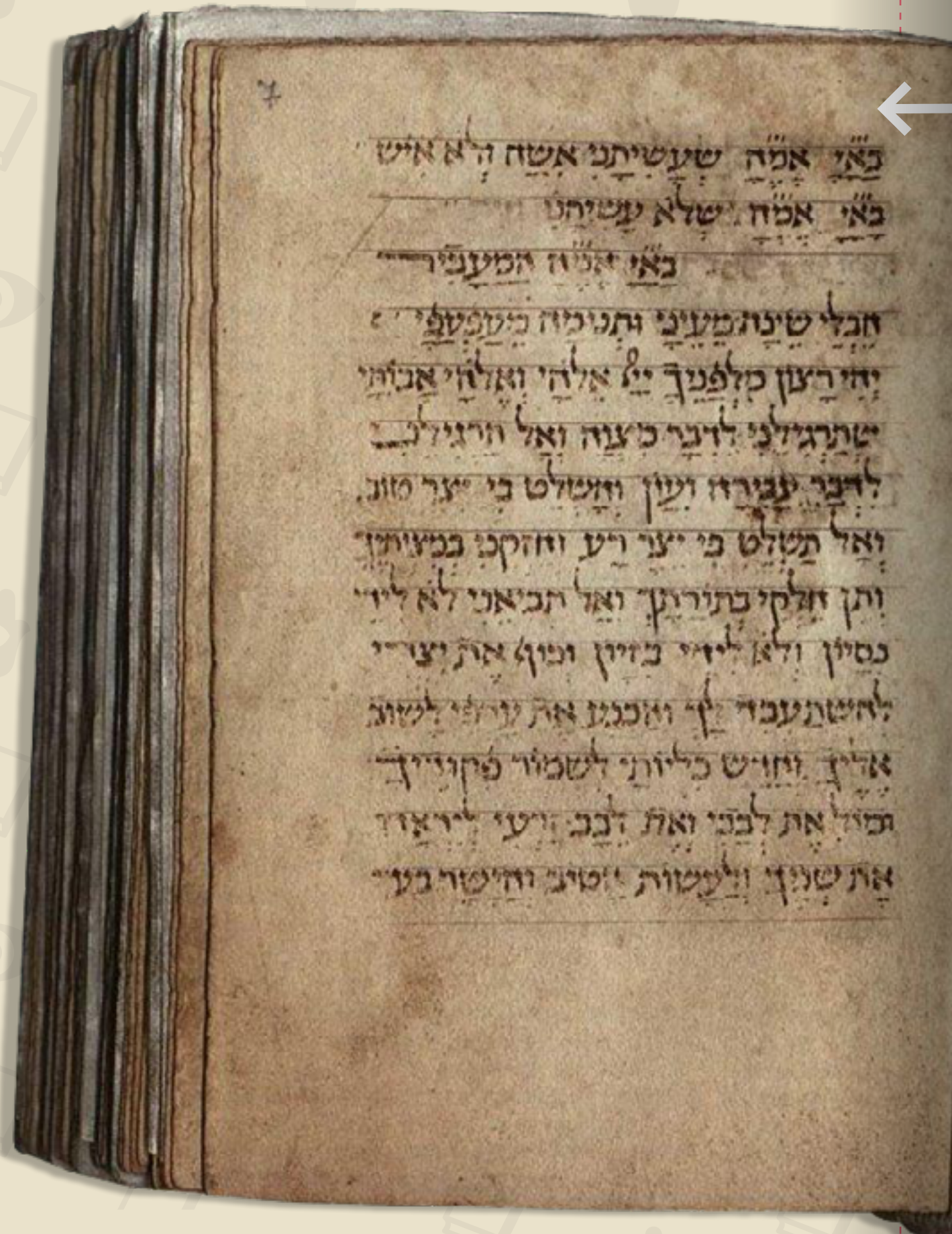
La prière de Naomi Shemer a été écrite dans le contexte de la guerre de Yom Kippour. Quel est le lien entre une période de crise et la prière?



Esquisse de «Lou Yehi» de Naomi Shemer, 1973







[Sidour de Femmes, 1480](#)



«Béni sois-Tu, Seigneur notre Dieu, Roi de l'Univers, qui m'a faite femme, et ne m'a pas faite homme.»

Pourquoi au 15e siècle, les femmes avaient-elles des livres de prières spécialement pour elles ? À votre avis, y a-t-il une différence entre la prière d'un homme et celle d'une femme?



Selon vous, la prière doit-elle être constituée d'un texte unique et commun à tous, ou doit-elle être spontanée et personnelle?





Lors d'un voyage, avez-vous déjà prié pour arriver sain et sauf à votre destination?



Décrivez en un mot votre relation à la prière?

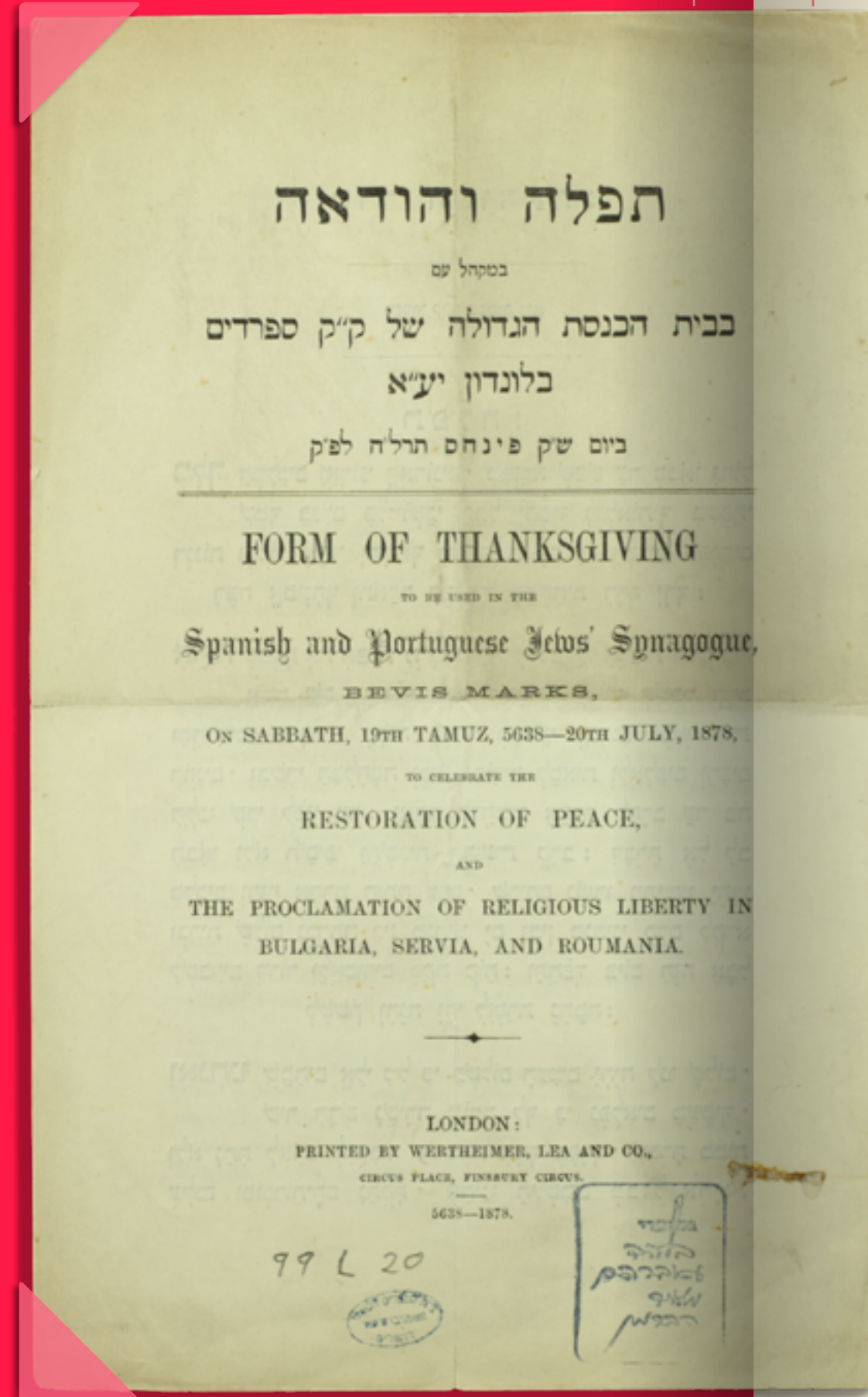


Avez-vous déjà fait appel à des méthodes telles que le yoga, la musique, le journaling (la mise par écrit de vos pensées), ou la méditation, afin d'être davantage attentif à vos besoins, à vos pensées, à vos réflexions, et à vos espoirs?





Ce livret de prières de la Synagogue espagnole et portugaise de Bevis Marks a été écrit pour célébrer le rétablissement de la paix, ainsi que la proclamation de la liberté religieuse en Bulgarie, en Serbie, et en Roumanie (lors du Traité de Berlin, le 13 juillet 1878). Quel est le lien entre les remerciements et la prière?



## Idées d'activités



It is traditional to put a note in the Kotel (Western Wall) with one's prayers. If you were to write a note, what would it say? Stick it in your scrapbook!

Aujourd'hui certaines personnes (aussi bien des hommes que des femmes) font la bénédiction traditionnellement prononcée par les femmes, mais en éliminant toute référence au genre en disant: «Ché'assani kirtsono» (Qui m'a fait selon Sa volonté). L'artiste juif Hillel Smith a utilisé cette expression pour illustrer une fresque murale dédiée à la Gay Pride juive.

À votre avis, pourquoi a-t-il choisi ces mots?



Créez votre propre art de rue, afin d'exprimer une bénédiction ou une prière qui vous tient à cœur.



## Chapitre 6

# Souriez pour la Photo!

À la découverte des racines familiales



C'est à travers notre famille que nous établissons notre premier lien avec le monde et que nous créons nos premières relations



sociales. Les membres de notre famille constituent une part centrale de notre existence (pour le meilleur comme pour le pire !) et influencent considérablement la structure de notre identité. Dans ce chapitre, nous allons étudier l'importance de la famille dans notre vie, et nous partirons à la découverte de nos racines.

”

זְכוֹר יָמֹת עוֹלָם  
בֵּינוּ שָׁנוֹת דֶּרֶךְ-וָדֹר.

Deutéronome 32,7)

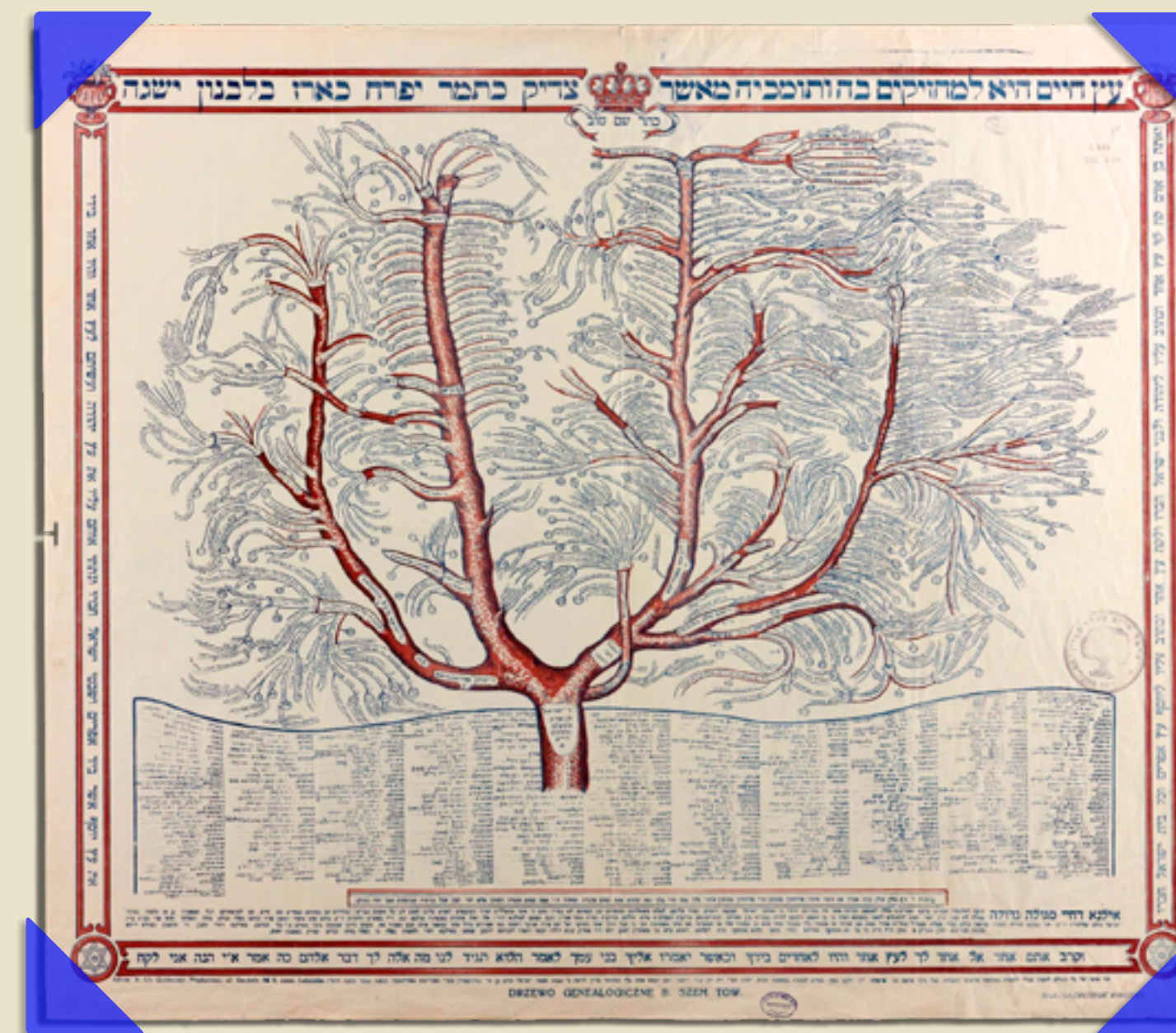
Souviens-toi des jours  
d'autrefois, considère les  
années des siècles passés



La carte d'invitation de 'Hagit indique qu'elle a fêté conjointement sa Bat-Mitsva avec sa grand-mère de 80 ans. Quelle était la relation de vos grands-parents avec le judaïsme, et comment ont-ils fêté leur Bar/Bat-Mitsva?



nvitation à la Bat-Mitsva de 'Hagit et Dorothy Wolk, 1995



Arbre Généalogique de 'Hassidim



Le dessin d'un arbre est utilisé pour représenter les origines du mouvement 'Hassidique. À votre avis, pourquoi a-t-on l'habitude de se servir d'un arbre pour symboliser la famille et l'ascendance?





Dans son témoignage, Wacek Kornblum déclare «Tout le monde voulait figurer sur cette photo ; ils se poussaient les uns les autres pour y être... J'ai fêté ma Bar-Mitsva de manière non religieuse. La famille est venue à la maison, et nous avons mangé quelque chose. Mes parents étaient antireligieux.»

Pourquoi quelqu'un fêterait-il une Bar-Mitsva sans contenu religieux? En dehors de l'aspect religieux, quel autre sens cette étape importante pourrait-elle avoir dans une famille?



Photo de Famille de la Bar-Mitsva de Wacek Kornblum, Pologne, 1939





## Activity Ideas



Votre Bar/Bat Mitsva est le moment idéal pour vous lancer dans des recherches sur votre histoire familiale! Utilisez [le Guide de la Bibliothèque Nationale d'Israël](#) pour créer votre propre arbre généalogique.



Imprimez vos photos de famille préférées datant de toutes les époques, notez-y les légendes correspondantes, et ajoutez-les à la rubrique photo de votre album.



## Chapter 7

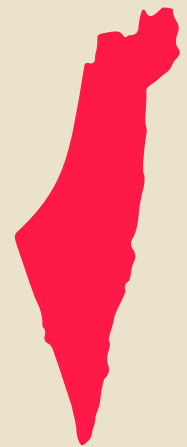


# Le Voyage d'une Vie

Exploring Israel



Certaines familles choisissent de célébrer la Bar/Bat Mitsva de leur enfant en organisant



un voyage ou une fête en Israël. Dans ce chapitre, nous allons analyser notre lien avec Israël, et nous réfléchirons à des activités pleines d'aventure et de découvertes qui pourraient agrémenter la fête de Bar/Bat Mitsva.

”

לְבִי בְּמִזְרָח  
וְאַנְכִי בְּסוֹף מַעֲרָב.

Yéhouda Halevi

Mon cœur est en Orient,  
et moi à l'autre bout de  
l'Occident.





Sur ce plateau de jeu de la compagnie El Al, figurent 55 sites et lieux d'attractions israéliens. Combien en connaissez-vous, et lesquels ont de l'importance à vos yeux ?



Plateau de jeu El Al





La société Zim vous invite à célébrer la Bar-Mitsva/Bat-Mitsva de votre enfant avec votre famille, en pleine mer, à bord de l'un de nos navires de croisière, le «Molédèt», le «Dan», ou le «T. Herzl».



Bar-Mitsva, Bat-Mitsva en Mer



Selon vous, quelle est la destination idéale pour un voyage de Bar/Bat Mitsva?



Quelles autres aventures et activités aimeriez-vous vivre cette année?



Comment définissez-vous votre lien avec Israël? En quoi est-il différent de votre lien avec votre pays d'origine?



## Idées d'activités



Créez un itinéraire ou une brochure de voyage pour un voyage de Bar/Bat Mitsva en Israël. Précisez les sites que vous visiterez, les endroits où vous dormirez, ce que vous mangerez, les personnes qui se joindront à vous, les expériences que vous voulez vivre, etc.



Écrivez une lettre à un ami, à un membre de votre famille, ou à un proche vivant en Israël. Posez-lui toutes vos questions sur Israël, et décrivez vos sentiments vis-à-vis de ce pays.





## Chapter 8



# Paroles de Sagesse

Se plonger dans les Textes Sacrés et étudier la Torah



Au fil des siècles, les penseurs juifs ont établi un dialogue constant avec les textes qui les ont précédés, en se penchant sur les multiples commentaires et interprétations (également appelés «*midrashim*»). Chaque génération est invitée à participer activement à ce vaste échange de pensées et d'idées, en reliant les événements, les dilemmes et les questions existentielles d'aujourd'hui à ce dialogue intergénérationnel essentiel à la culture juive. Et cet échange permanent permet de créer, jour après jour, l'histoire du peuple juif en perpétuel renouvellement. Dans ce chapitre, nous analyserons notre lien vis-à-vis de cette démarche collective, ainsi que la manière dont nous y contribuons.

”

שְׁבַעַיִם  
פְּנִים  
לְתוֹרָה.

Midrash Rabba sur les Nombres 13,15

Il y a soixante-dix  
visages à la Torah





Illustration humoristique de discours de Bar-Mitsva



## Dr. Heschel Advises Fellow Jews Not To Stop Pursuing Justice For The Blacks

GROSSINGER'S, N.Y. — Jews were advised this week by one of their most revered rabbis not to withdraw from the pursuit of justice for blacks because of "the rude and murderous rhetoric of black demagogues."

Addressing some 400 delegates to the 58th annual meeting here of the Anti-Defamation League of B'nai B'rith, Dr. Abraham Joshua Heschel declared that Jews who themselves have had the experience of being "despised" must understand the pain and suffering of the Negro people who "cannot obtain emancipation without the help of whites."

Denouncing black power and its rhetoric as a "desecration of the Negro cause," Dr. Heschel said that Jews must not permit themselves to be rebuffed and must understand that "blacks are speaking out of their agony and despair."

Declaring that "defamation" translates into Hebrew and Yiddish as "speaking evil," he said that guarding against it is a uniquely Jewish concept.

Going on to say that Jews have learned a lesson that "words kill," he pointed out that "the Nazi Holocaust did not start with building crematories but with a few cheap jokes."

Dr. Heschel asserted that Jews are so concerned with the problem of "words" that they pray three times a day, "guard my

tongue from speaking evil and my tongue from guile."

Nevertheless, he said that many Jews, like other whites, are guilty of prejudice when they blame blacks, who are the victims, for social ills perpetrated by others.

Recalling that he came from Poland and therefore "knows what it means to live in a country where you are despised," he said that "blacks have the same feelings here."

Dr. Heschel called upon Jews "to keep our tongues and souls clean" by not participating in such defamation. He said that Jews must "pursue justice justly under all circumstances" by continuing to be active in the struggle for human rights.

"Be like the woodpecker," he said "who uses his head and keeps pecking away until he has finished his job."

Dr Heschel, Chicago Sentinel, 1971

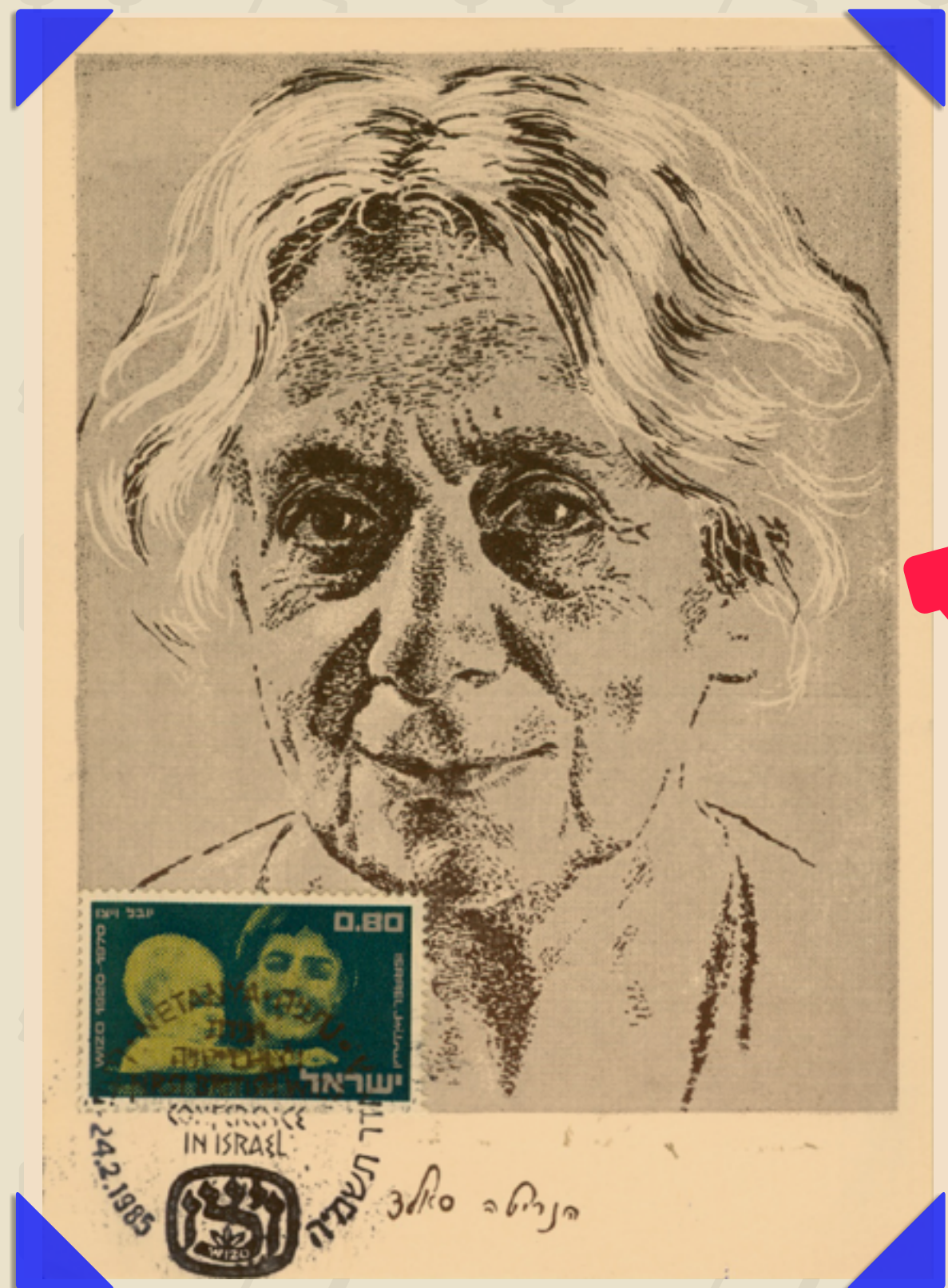


In his famous 1963 speech "Religion and Race," Rabbi Abraham Joshua Heschel evoked multiple biblical verses and stories to make his argument for civil rights.

Why do people evoke ancient texts when talking about contemporary issues







Lors d'un discours qu'Henrietta Szold a prononcé à la radio en 1940 en l'honneur de son 80e anniversaire, elle a déclaré:

«De nombreux changements incroyables se sont produits au cours des quatre-vingts ans de mon existence ; cependant, certaines choses sont restées constantes et ont traversé les âges: aujourd'hui comme par le passé, des hommes et des femmes généreux font de bonnes actions. Aujourd'hui comme par le passé, des hommes et des femmes instruits expriment de grandes idées. Aujourd'hui comme par le passé, des hommes et des femmes travaillent et créent sans relâche. Aujourd'hui comme par le passé, nous, le peuple juif, nous sommes porteurs de cet état d'esprit et de cet espoir qui ont fondé notre existence en tant que peuple. L'âme humaine est éternelle; elle trouve simplement de nouveaux et meilleurs chemins pour atteindre l'âme d'autrui.»

Lisez l'incroyable récit de la vie d'Henrietta Szold, et parmi toutes les actions qu'elle a accomplies durant sa vie, choisissez-en une qui vous parle particulièrement.





«Ma journée de Bar-Mitsva a été passionnante. J'avais 13 ans. J'ai eu du mal à préparer le discours que je devais faire. À cette époque, dans la ville de Roussé, il y avait une professeure de littérature qui écrivait de très beaux discours à la demande, et j'ai dû apprendre par cœur le texte qu'elle avait écrit pour moi ; comme il y avait beaucoup de mots étrangers dans mon discours, je n'y comprenais rien, et j'ai eu beaucoup de mal à le mémoriser.»

---

Yako Izidor Yaakov se souvient avoir travaillé dur pour mémoriser le discours rédigé par sa professeure de littérature ; en effet, le texte comportait de nombreux mots étrangers qu'il ne comprenait pas.

À votre avis, quel doit être le contenu d'un discours de Bar/Bat Mitsva? Selon vous, devez-vous écrire votre discours vous-même?



Yako Izidor Yaakov, Bulgaria, 1933



En hébreu, un discours portant sur la Torah ou sur le judaïsme est appelé un «*dvar Torah*» (une parole de Torah) ou une «*drasha*» (une interprétation). Ce discours commence généralement par une question philosophique ou linguistique portant sur un aspect des lois de la Torah ou du récit biblique.

Avez-vous des questions sur un aspect du judaïsme, sur une loi de la Torah, ou sur un récit biblique?



## Idées d'activités



Cette analyse talmudique du célèbre discours de Martin Luther King, «I have a dream», souligne de nombreuses références à des concepts bibliques et rabbiniques.

Choisissez un verset du *Tanakh* (Bible) ou un autre texte juif auquel vous êtes sensibles, puis répondez aux questions suivantes:

- \* Qu'est-ce qui m'intéresse le plus dans ce texte?
- \* Qu'est-ce que je pense du problème qui est évoqué dans ce texte?
- \* Comment est-ce que je comprends les commentaires traditionnels de ce texte?
- \* En quoi ce texte me concerne-t-il aujourd'hui, dans ma vie quotidienne?



Utilisez le modèle type figurant dans votre album pour rédiger un discours de Bar/Bat Mitsva.



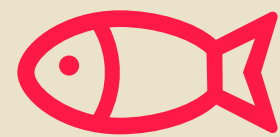
## Chapitre 9

# Que la fête Commence!

Le rôle de la cuisine juive



La nourriture, l'alimentation et la cuisine ont toujours joué un rôle important dans le judaïsme - aussi bien dans la



vie quotidienne, que dans la loi et la culture. Il existe en effet des lois détaillées portant sur la cacherout, diverses bénédictions

qu'il faut prononcer avant et après avoir mangé, des aliments symboliques consommés pendant les fêtes, ainsi que de nombreuses recettes juives traditionnelles. Tous les événements de la vie juive sont célébrés avec un repas de fête (appelé «séoudat mitsva»). Dans ce chapitre, nous découvrirons le rôle que joue la nourriture dans la vie juive.

”

וְאָכַלְתָּ  
וְשָׂבַעְתָּ  
וּבֵרַכְתָּ.

Deutéronome 8,10

Tu mangeras, tu seras rassasié, et tu rendras grâce à l'Éternel





Boulettes de Matsa Kneidelech, et Matsé-Knepflish, France, 1903

\*\*\*\*\*  
SPECIAL  
RECIPE  
\*\*\*\*\*

**OSEM**  
**CHEESE CAKE**  
for  
**SHAVUOT**

**Ingredients:**  
Dough: package of OSEM Self-raising Flour, 3/4 of a package of margarine, 2 cups of sugar, 2 egg yolks, juice from 1/4 lemon, vanilla extract.  
Filling: 750 grams cream cheese, 3 egg yolks, 1/2 cup sugar, 100 grams raisins, 1/4 cup sweet cream, 5 whipped egg whites, vanilla extract.

**Method:**  
Dough: mix the margarine and the sugar to a light consistency, add the egg yolks and stir. Add the lemon juice and the flour and mix well until dough forms.  
Filling: Pass the cheese through a sieve, or whip in mixer. Add the rest of the ingredients and mix well. Add the vanilla and the egg whites and mix. Beat the egg whites to a stiff cream, add to the cheese mixture and mix lightly.  
Grease cake pan with margarine, leave a small part of the dough for decoration and line dough for decoration and line pan and sides with an evenly thick layer of dough. Put in filling and decorate with cream-raisin strips or dough. Bake on medium flame until the dough is brown.

It's Good, it's **OSEM**

---

**MENU For SHAVUOTH**  
4-5 servings

<b>OSEM MUSHROOM SOUP</b>	2 pkgs. OSEM Pasta Bologna
•	500 grams fresh cottage cheese
<b>MACARONI SOUFFLE</b>	1/2 cup milk
•	4 tbsps butter (or margarine)
<b>OSEM FRUIT SOUP OR ICE CREAM</b>	8 tbspc. grated yellow cheese
	salt and pepper to taste

Cook the Pasta Bologna as directed on the OSEM packet. Drain and return to the pot, then add the butter or margarine. Now mix the cottage cheese with milk and pour this over the hot pasta. Simmer gently, over a low flame, for just three or four minutes. Add salt and pepper to taste and sprinkle with the grated yellow cheese. Serve piping hot.

It's good, it's **OSEM**

Recette de gâteau au fromage d'Osem pour Chavouot (Israël)

Pensez-vous qu'il existe «une cuisine juive»?  
Qu'est-ce qui fait qu'un plat est «juif»







Publicité de Tnuva, années 1930



Selon vous, est-il important de manger *cacher*, lors d'une célébration juive telle qu'une Bar/Bat Mitsva ? Justifiez votre réponse



Sceau de cacherout de Boukhara





En plus des nombreuses règles de *cachérou*, la loi juive instaure de nombreuses bénédictions à prononcer avant et après avoir mangé. Selon vous, pourquoi faut-il faire autant de bénédictions?



## Activity Ideas

Demandez à vos parents ou à vos grands-parents la recette d'un plat qui était systématiquement consommé à l'occasion des fêtes familiales.



Essayez de faire cette recette vous-même, et insérez-la dans votre album avec les récits et les souvenirs qui y sont associés.



Faites un montage photo de différents aliments que vous associez à votre famille, à votre tradition, aux fêtes juives, ou à vos célébrations.

Les nombreuses lois juives concernant la nourriture peuvent inciter à être davantage conscient de son alimentation.



Dans votre album, dressez votre propre liste de règles permettant de prendre conscience de votre façon de manger.

## Chapitre 10



# Tséédaka et Tikoun Olam

Explorer les valeurs juives





Dans le judaïsme, tous les moments de célébration nous obligent à prendre en compte les gens qui ont moins de chance que nous. Ces moments constituent l'occasion de chercher de quelle manière nous pouvons apporter notre contribution financière ou sociale, afin de rendre le monde meilleur. Dans ce chapitre, nous allons étudier les notions de charité, de compassion et d'altruisme – autant de valeurs qui sont au cœur de la culture juive.

”

לֹא עָלֶיךָ הַמְּלָאכָה לְגַמּוֹר  
וְלֹא אֶתָּה בֶּן חוֹרִין  
לְבַטֵּל מְמֻנָּה.

Traité Avot 2,16

Tu n'es pas tenu de terminer le travail, mais tu n'es pas libre de t'en dispenser»



Don de Bar-Mitva pour le KKL-JNF, 1938



Keren Kayemeth Le Israel  
(Fonds National Juif)  
Jérusalem

Ville : Tel-Aviv  
Date : 14 Sivan 5698

Chère Madame Kesselman, membre de la WIZO,  
et cher Monsieur Kesselman

Nous vous adressons nos chaleureuses  
bénédictions à l'occasion de la Bar-Mitsva de  
votre fils Aryeh.

Qu'il soit un fils fidèle à notre nation et à notre  
terre, et puissiez-vous mériter de voir, avec lui, la  
renaissance d'Israël sur sa terre.

Cordialement,  
Les membres de la WIZO de Ramat Gan

Faire un don au KKL est un exemple de don caritatif offert à l'occasion d'une Bar/Bat Mitsva en guise de cadeau. Que pensez-vous de cette pratique?

Si vous receviez tel cadeau, seriez-vous déçu ou reconnaissant ? Votre réaction dépendrait-elle de la cause pour laquelle ce don a été fait?





Aux États-Unis, entre les années 1960 et 1980, il était courant qu'un enfant Bar/Bat-Mitsva se «jumelle» à un enfant juif d'Union soviétique ne pouvant célébrer sa propre Bar-Mitsva en raison de l'oppression religieuse.

Si vous deviez établir un programme de jumelage aujourd'hui, avec qui vous jumelleriez-vous?



[Affiche Let my People Go, 1971](#)



## Activity Ideas



Créez une page de collecte de fonds pour une organisation qui est importante à vos yeux (vous pouvez utiliser un site comme [depositagift.com](https://www.depositagift.com)).



Créez une affiche ou une infographie illustrant une cause sociale qui vous tient à cœur.



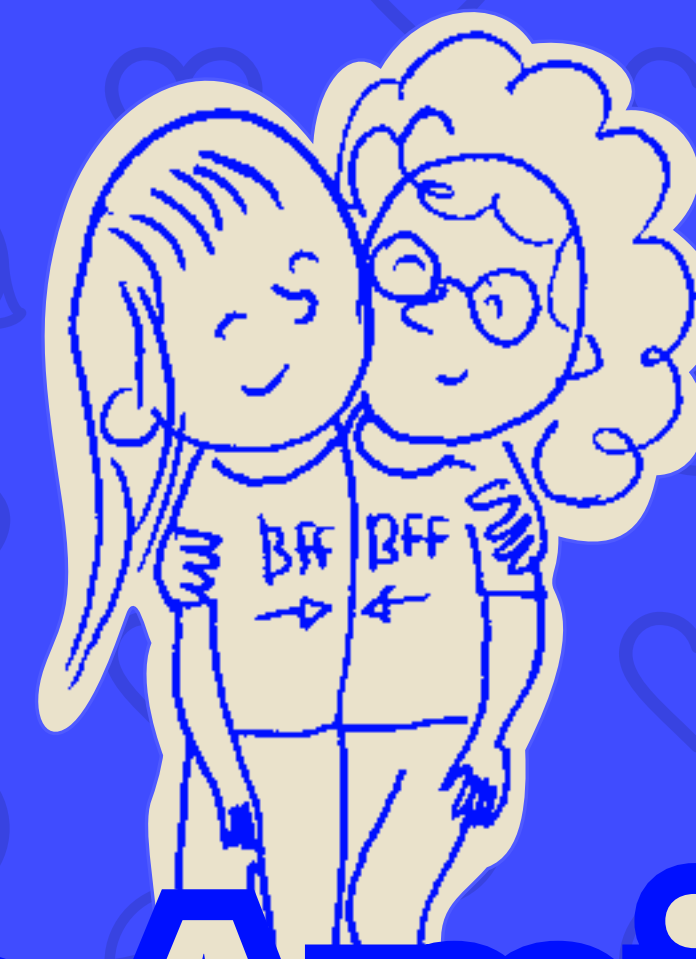
Une façon créative d'ajouter un élément de *tsédaka* ou de *tikoun olam* à une fête consiste à décorer les tables en plaçant en leur centre des paniers de collecte de *tsédaka*. Ces paniers contiennent notamment des fleurs, des livres, ou des boîtes d'aliments qui seront ensuite distribués sous forme de dons.

Que disposeriez-vous dans vos paniers de collecte de *tsédaka*? Notez-le dans votre album!

Chapitre 11

# À Table avec les Amis

Explorer l'amitié







Les amis constituent les relations essentielles de notre existence. Au-delà de la camaraderie, des souvenirs joyeux et des expériences partagées, les amis se procurent de l'affection, du soutien, et des conseils. Dans ce chapitre, nous allons analyser l'importance de l'amitié dans notre existence.

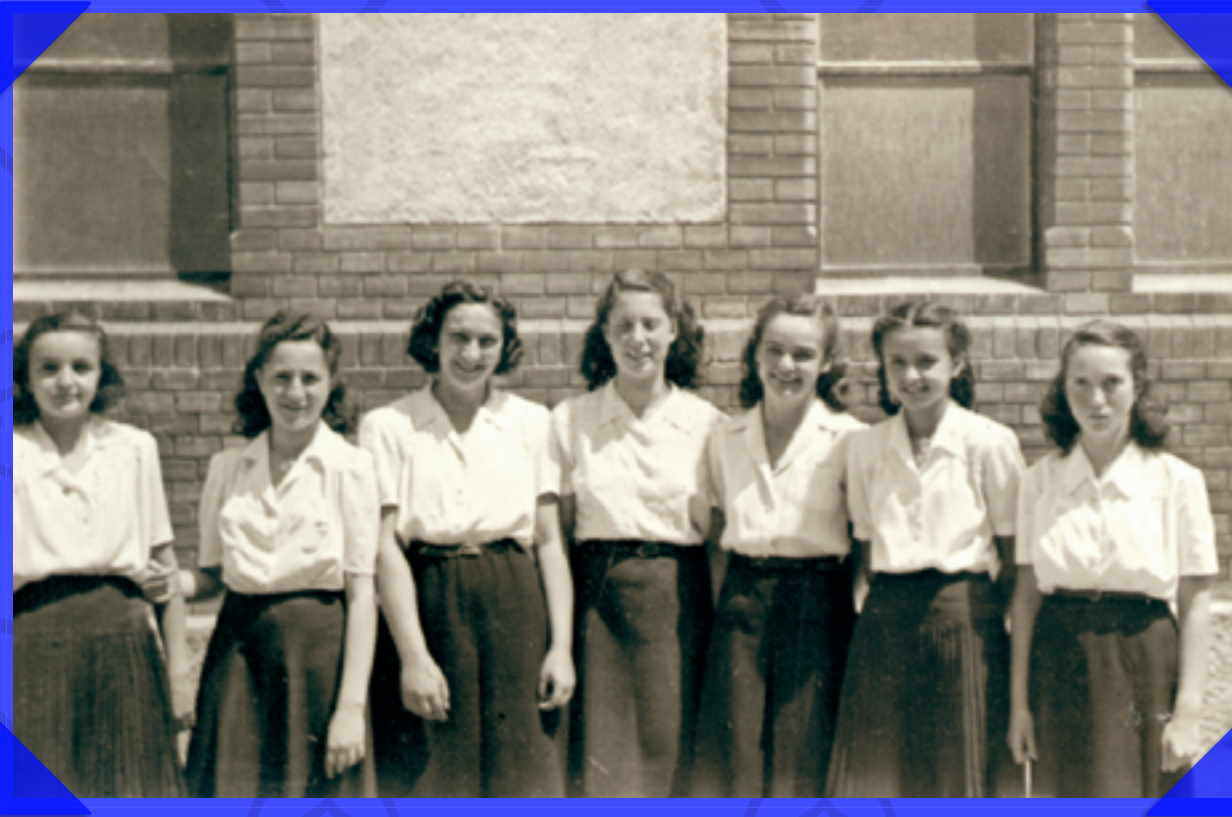
”

טוֹבִים הַשְּׁנַיִם מִן הָאֶחָד, אֲשֶׁר  
יֵשׁ לָהֶם שְׂכָר טוֹב בְּעַמְלָם. כִּי אִם  
יִפְּלוּ, הָאֶחָד יִקִּים אֶת חֲבֵרוֹ, וְאִילוּ  
הָאֶחָד שָׁיְפוּל וְאִין שְׁנֵי לִהְקִימוּ.

L'Ecclésiaste 4,9-10

Deux valent mieux qu'un, car ils tirent un meilleur profit de leur travail. En effet, s'ils tombent, l'un relèvera son compagnon ; mais malheur à celui qui est seul lorsqu'il tombe, car il n'a personne pour l'aider à se relever

Quel est l'avantage de célébrer sa Bar/Bat-Mitsva conjointement avec un groupe d'amis? Quels en sont les inconvénients?



Groupe de jeunes filles Bat-Mitsva  
(Ruth Greif), Brasov, années 1940



Groupe de jeunes filles Bat-Mitsva,  
Synagogue Monastirioton, Grèce, 1990



Quelles sont les trois qualités essentielles que vous recherchez chez un ami?



Quelles sont les trois qualités que vous apportez à autrui dans vos relations amicales?







Enfants dans un village de jeunes, 1957



Si vous avez perdu un ami, quelle a été la raison de cette «rupture»?



Comment vos idées sur l'amitié ont-elles évolué, au fur et à mesure que vous avez grandi?



## Idées d'activités



Écrivez un avis de recherche intitulé «Ami Recherché». Veillez à préciser toutes les qualités que vous recherchez chez un ami.



Dédiez une page de votre album à votre meilleur ami ou à un groupe d'amis. Insérez-y des photos, des souvenirs, et des citations.



Écrivez ou dessinez une métaphore exprimant ce que l'amitié signifie pour vous. Commencez par les mots : «L'amitié, c'est comme...»

## Chapitre 12



# Merci! Merci!

La notion de reconnaissance



Une fois que la fête de la Bar/Bat Mitsva est achevée, il reste encore à écrire les

mots de remerciement!



Dans ce chapitre, nous allons analyser la notion de gratitude à travers la rédaction de lettres.

”

אֵיזָהוּ עֲשִׂירַ?  
הַשָּׂמַח בְּחֻלְקוֹ.

Traité Avot 4,1

Qui est riche?  
Celui qui est  
heureux de ce  
qu'il possède

My dear George! <sup>4</sup>  
 I send you again a short letter  
 to make you know, that I am  
 quite "O.K." and that's all. I  
 guess all my acquaintances and rela-  
 tions are cross with me, that I  
 never write and are perhaps even  
 angry with me, please try to ex-  
 plain the situation, if possible,  
 if not, they will forgive me later.  
 To mother I do not write now  
 either and your letters must replace

the mine. For this reason I give you  
 the right even to forge my signature,  
 hoping you will not make a use of it  
 for "high financial obligations."  
 No use writing that I would like  
 to see you, to talk to you and at  
 least to write more detailed letters  
 I hope you know that very well,  
 I get your letters with great delay, but  
 sooner or later they reach me, and I  
 am always ever so glad to hear about  
 you. Thousand kisses to you and warm greetings  
 to friends from Hanna.

Lettre de Hanna Szenes à son frère, 1944



Mon cher Georges,

Je t'envoie encore une petite lettre pour te dire simplement que je vais bien. Mes connaissances et mes proches m'en veulent certainement, du fait que je n'écris jamais. Ils sont peut-être même très en colère contre moi. S'il te plaît, essaye de leur expliquer la situation. Sinon, ils me pardonneront plus tard.

...

Tes lettres mettent beaucoup de temps à me parvenir, mais elles finissent toujours par arriver, et je suis toujours très heureuse d'avoir de tes nouvelles. Je t'envoie mille baisers, ainsi que de chaleureuses salutations à tous mes amis.

Hanna

Avez-vous déjà attendu avec impatience des nouvelles de quelqu'un ? Qu'avez-vous ressenti, lorsque cette personne vous a enfin fait signe?





Le 31 janvier 1895

Ma chère Lucie,

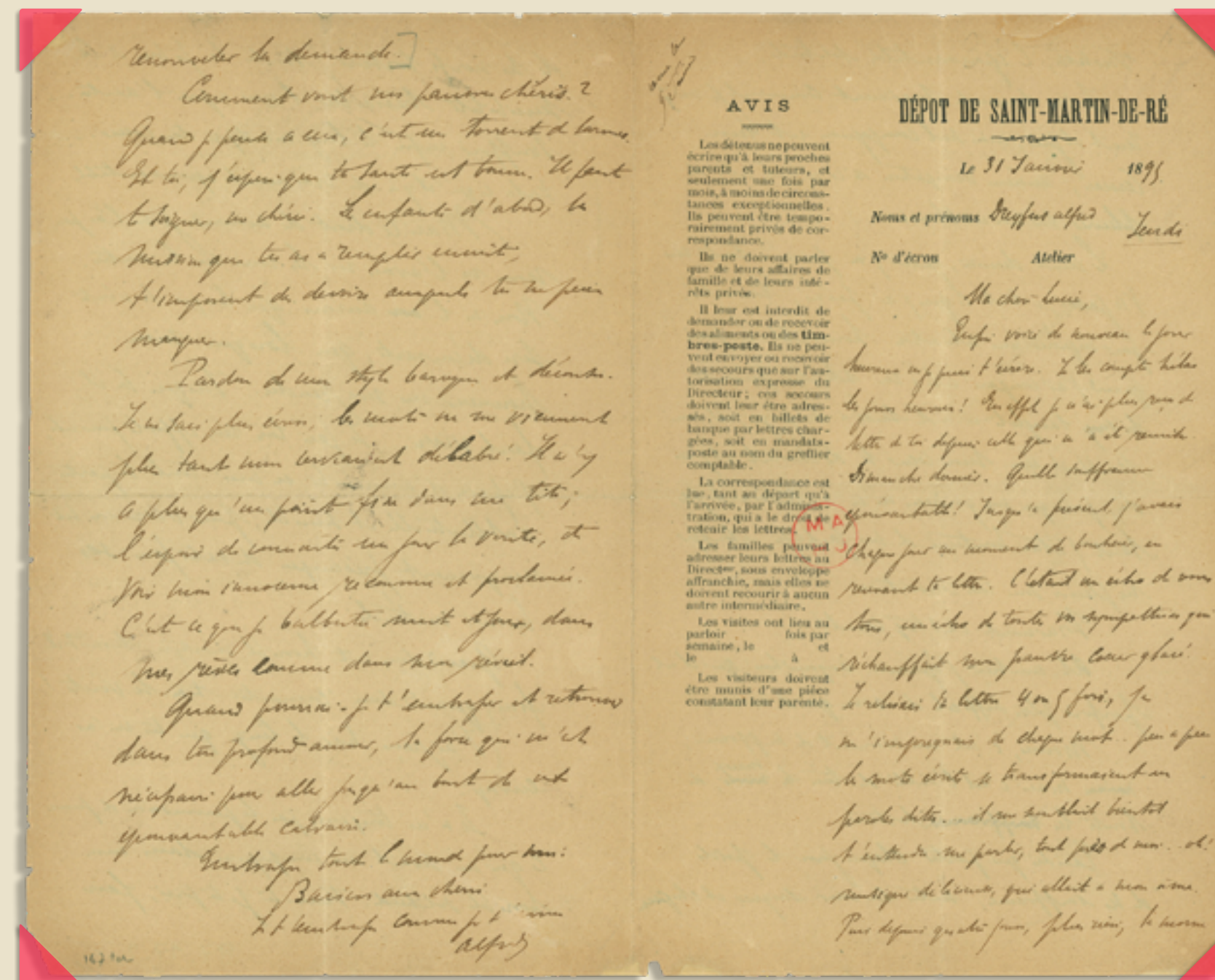
Voici enfin le jour heureux où je peux t'écrire. Je comptais les jours ! Je n'ai pas reçu de tes nouvelles depuis ta dernière lettre qui m'a été remise dimanche dernier. Quelle souffrance épouvantable ! Jusqu'à présent, j'avais chaque jour un moment de bonheur en lisant ta lettre. C'était un écho de vous tous, un écho de votre affection, qui réchauffait mon pauvre cœur glacé. Je relisais ta lettre quatre ou cinq fois, je m'imprégnais de chaque mot jusqu'à ce que les mots écrits se transforment en paroles dites, et il me semblait t'entendre me parler, tout près de moi...

Embrasse tout le monde pour moi.

Bisous aux chéris.

Je t'embrasse comme je t'aime,  
Alfred

Dreyfus écrit : «Les lettres sont un écho de vous tous, un écho de votre affection». Cette phrase vous parle-t-elle?



Lettre d'Alfred Dreyfus à sa femme, Lucie, le 31 janvier 1895



Les lettres manuscrites ne sont plus une pratique courante. Selon vous, pour quelles raisons les lettres manuscrites pourraient-elles encore avoir de l'importance à notre époque?



Tout comme les lettres, les mots de remerciement sont devenus rares de nos jours où il suffit d'envoyer un smiley de remerciement! À votre avis, l'envoi de mots de remerciement représente-t-il encore de l'intérêt?



## Activity Ideas



Dans cette [histoire](#), la jeune fille Bat-Mitsva écrit un mot de remerciement à chaque invité avant la fête, non pas pour les remercier de leurs cadeaux, mais pour exprimer à chaque invité ce qu'il représente pour elle.

Rédigez une lettre manuscrite à un proche, à un ami, ou à un enseignant, dans laquelle vous lui exprimerez votre gratitude pour ce qu'il vous a apporté dans votre vie.



Demandez à un proche, à un enseignant ou à un ami, de vous écrire une lettre manuscrite à l'occasion de votre Bar/Bat Mitsva. Vous pouvez scanner une copie de cette lettre et l'insérer dans votre album.



Créez une «galerie de gratitude» dans votre album, et faites-y figurer les personnes et les choses envers lesquelles vous éprouvez de la reconnaissance.



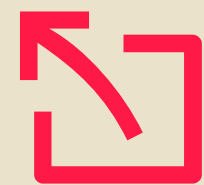
## Chapitre 13

# Écrivez votre propre chapitre!

Apportez votre touche au tableau

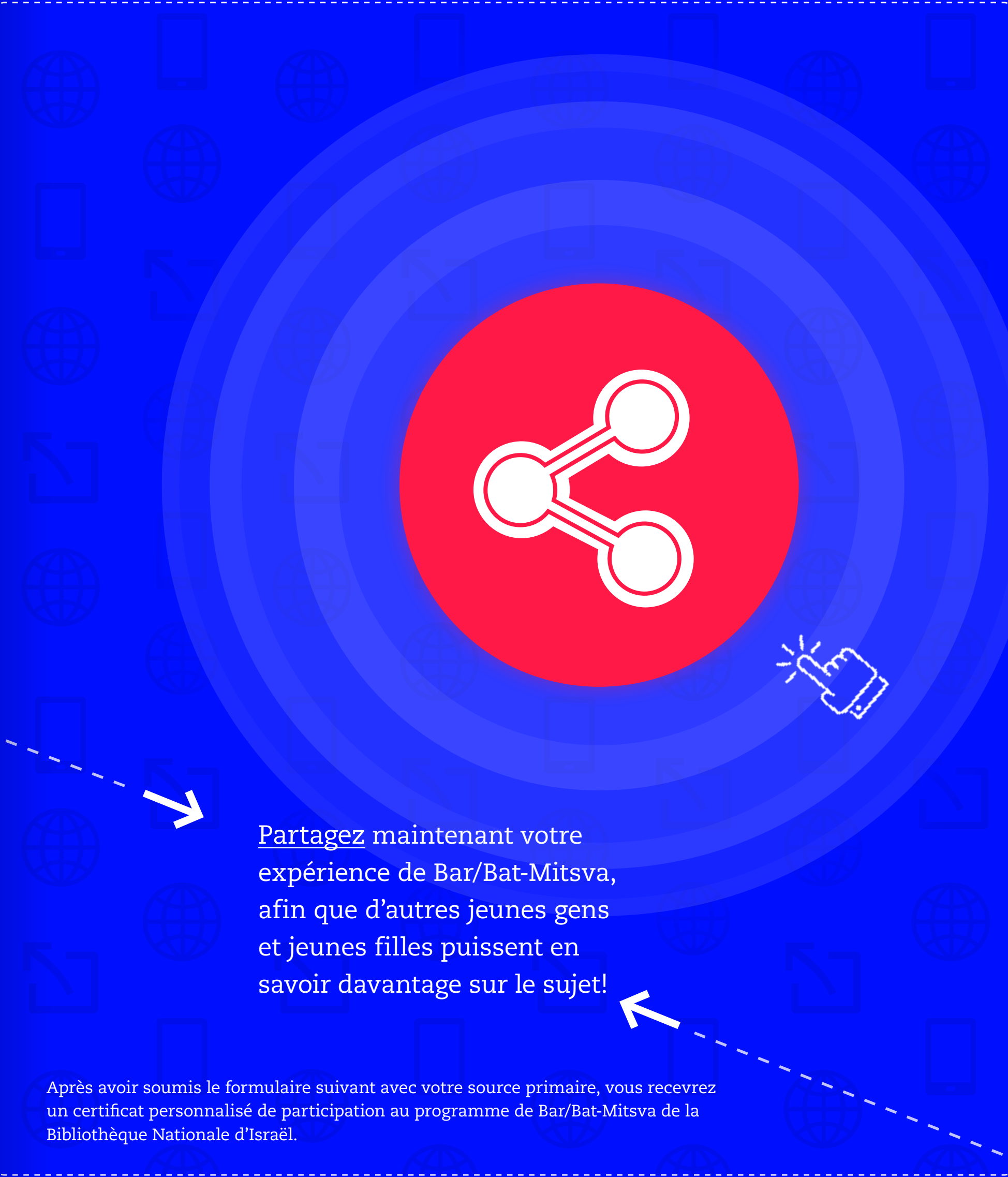


À présent que ce voyage touche à sa fin, nous vous invitons à documenter votre expérience de Bar/Bat Mitsva et à la partager ! L'histoire du peuple juif s'écrit



tous les jours, et la culture juive est en évolution constante. Tout au long de ce voyage, vous avez découvert divers aspects de l'histoire, de la tradition et de l'identité juives. Mais l'histoire n'appartient pas seulement au passé; elle se déroule maintenant, aujourd'hui même!

Après avoir soumis le formulaire suivant avec votre source primaire, vous recevrez un certificat personnalisé de participation au programme de Bar/Bat-Mitsva de la Bibliothèque Nationale d'Israël.



Partagez maintenant votre expérience de Bar/Bat-Mitsva, afin que d'autres jeunes gens et jeunes filles puissent en savoir davantage sur le sujet!

Après avoir soumis le formulaire suivant avec votre source primaire, vous recevrez un certificat personnalisé de participation au programme de Bar/Bat-Mitsva de la Bibliothèque Nationale d'Israël.