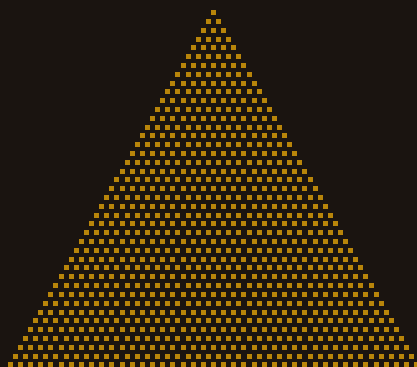




Le livre de la famille

La famille Cohen

כהן · דוד · שרה · נועם · מיכל

David · Sarah · Noam · Michal

SAPIR 861

Composé d'après les lettres et les nombres de vos prénoms · sapir861.com ·
2026-10-24

Dédicace

Si ce livre est un cadeau, écrivez ici de qui il vient et à quelle occasion. Avec les années, ces deux lignes vaudront plus que tout ce qui est imprimé plus bas.

SAPIR 861 · Le livre de la famille

La famille Cohen

Ce livre a été écrit pour votre famille, et pour elle seule. On n'y trouvera ni horoscope ni description de caractère: nous ne connaissons pas vos enfants comme vous les connaissez, et nous ne ferons pas semblant du contraire. Ce que chacun de vous possède, c'est un prénom, et un prénom a des lettres, un nombre et une place dans un texte ancien. Nous avons suivi ces traces et rassemblé nos trouvailles en une seule histoire: l'histoire de votre famille, racontée dans la langue du plus ancien livre que l'on lit encore chaque jour sur tous les continents. Nul besoin d'être croyant ni de savoir l'hébreu: n'importe quel prénom du monde, de Maria à Nougzar, peut s'écrire en lettres hébraïques d'après sa sonorité, et alors un nombre lui apparaît. Lisez ce livre sans hâte. Mieux encore: à voix haute et ensemble.

Le mot de votre famille

En additionnant les nombres de tous vos prénoms, on obtient un nombre. Dans la Torah, ce nombre a un mot: le voici.

$14 + 505 + 166 + 100 = 785$

פשתה

«lin»

Lévitique 13:47

Comment ce livre est fait

Chaque lettre hébraïque est aussi un nombre: aleph vaut 1, bet vaut 2, et ainsi jusqu'à tav, 400. Il en allait ainsi bien avant les chiffres arabes: on écrivait les nombres avec des lettres, et un mot portant le même nombre se lisait comme l'écho d'un autre mot. Les sages additionnaient les lettres et cherchaient dans la Torah — les cinq livres de Moïse — d'autres mots au même nombre; cela s'appelle la guématrie. Nous avons fait de même avec vos prénoms, avec votre nom de famille et avec chaque paire de la maison.

Il n'y a pas de signes cachés dans les nombres, et nous n'en cherchons pas. Une rencontre de nombres est une raison de s'arrêter et de lire un verset devant lequel on serait peut-être passé. Et un bon verset, lu au bon moment, agit comme un miroir: on y voit quelque chose que l'on sentait depuis longtemps sans l'avoir nommé.

Ce que le prénom signifie lui-même, nous ne le tirons que du texte ancien et de vieux dictionnaires. À un prénom venu d'une autre langue — géorgien, arménien, espagnol — nous donnons un nombre d'après sa sonorité et nous disons franchement qu'il ne figure pas dans la Torah; c'est alors son nombre qui parle pour lui.

Chaque chapitre s'achève par une conversation. Ce n'est ni un examen ni un questionnaire: les questions n'ont pas de bonnes réponses. Sous chacune, nous expliquons à quoi elle sert et ce qu'il vaut la peine d'entendre dans la réponse.

Après chaque récit vient un paragraphe intitulé Si l'on regarde de près. Nous y essayons de lire une image de la Torah comme le miroir d'une vie de famille ordinaire: la fatigue que personne ne voit, le silence, le désir d'être entendu. Nous n'affirmons rien à votre sujet: nous décrivons seulement ce qui est familier dans bien des maisons. S'y reconnaître ou non vous appartient.

Pourquoi cela agit

Les psychologues Marshall Duke et Robyn Fivush, de l'université Emory, ont interrogé pendant des années des adolescents sur ce qu'ils savaient de leur famille: comment leurs parents s'étaient rencontrés, d'où venaient leurs grands-parents, ce que la famille avait traversé. Il s'est avéré que ceux qui en savaient davantage étaient en moyenne plus assurés et voyaient plus clairement qui ils étaient. Les chercheurs l'expliquent ainsi: l'enfant sent qu'il fait partie d'une histoire commencée avant lui. Donc les épreuves se traversent — d'autres, dans sa famille, les ont déjà traversées. Le prénom est le premier mot qu'une personne entend à son sujet. L'enfant l'entend

des milliers de fois avant même de savoir parler. Quand la famille lui raconte d'où vient ce prénom et ce qu'il signifie, il reçoit non pas une étiquette mais une histoire dans laquelle il peut grandir.

Un dernier point. Dans une famille, entendre compte plus que parler. La plupart des disputes entre proches ne portent pas sur ce dont on discute, mais sur quelqu'un que l'on n'a pas entendu. C'est pourquoi, dans ce livre, chacun a sa page et sa soirée, celle où l'on n'écoute que lui.

Le nom de famille, la maison commune

Le nom de famille est la seule chose que tous partagent. Les prénoms, chacun a reçu le sien; le nom, vous le portez ensemble, et vos petits-enfants en hériteront. C'est donc par lui que nous commençons à parler de la famille.

Cohen en hébreu : כהן : 20 + 5 + 50 = 75.

Le nombre du nom de famille, 75, est celui du mot de la Torah לילה — « la nuit » (Genèse 1:5).

Dieu appela la lumière jour, et les ténèbres nuit, « laïla ». Il y eut un soir, il y eut un matin, jour un. La nuit reçoit son nom du Créateur, elle a sa place dans le monde. Et c'est d'elle, du soir, que commence chaque jour dans le compte juif. La nuit est un temps de silence, de sommeil, de conversations à voix basse. Une famille peut réfléchir à ses nuits et à ses soirées. Qu'y a-t-il en elles de l'obscurité, et qu'y a-t-il du calme d'ou naîtra ensuite un jour nouveau.

Si l'on regarde de près

Les ténèbres sont appelées nuit, et depuis lors le jour commence par le soir. C'est un ordre étonnant : d'abord l'obscurité, ensuite la lumière. Beaucoup connaissent ces soirées qui sont le moment le plus difficile de la journée : tout le monde est fatigué, tout s'est accumulé, et c'est alors que l'agacement éclate. Il arrive que les adultes espèrent seulement que la soirée finisse vite. Mais si le jour commence par le soir, c'est le soir qui lui donne son ton. Cette semaine, on peut essayer de faire du soir un commencement et non une fin : allumer une lumière douce, éteindre les écrans une demi-heure, lire aux enfants ou à deux, et voir ce que devient le matin.

Le mot du nom de famille n'est ni une promesse ni un verdict. C'est une image commune vers laquelle la famille peut revenir: l'accrocher au mur, s'en souvenir un jour difficile, la raconter aux enfants quand ils demandent d'ou nous venons.

Les lettres du nom de famille, כ ה נ, chacun de vous les porte.

David : aucune lettre commune avec le nom de famille — le prénom apporte de nouvelles lettres à la maison.

Sarah : le prénom contient les lettres du nom de famille ה.

Noam : le prénom contient les lettres du nom de famille נ.

Michal : le prénom contient les lettres du nom de famille כ.

David

TIT

La page du père. Dans la plupart des familles, on parle moins du père que des enfants: il est occupé, il est censé déjà tout savoir. Cette page est l'occasion de lui donner la parole et de l'écouter.

Le prénom

De la racine « bien-aimé ». Le berger de Bethléem qui a vaincu Goliath, deuxième roi d'Israel et auteur de psaumes ; le Pentateuque ne le connaît pas encore — son histoire est dans Samuel.

ד daleth, 4 — « porte » ; ו vav, 6 — « crochet » ; ד daleth, 4 — « porte »

Le nombre et le mot

Les lettres du prénom David donnent ensemble 14. Le mot de la Torah זהב — "or" — porte le même nombre. Voici où il se tient et ce qui s'y passe:

זהב

«Or»

Genèse 24:22

Le serviteur d'Abraham se tient près du puits. Rébecca l'a désaltéré, lui et tous ses chameaux, et alors il sort un anneau d'or d'un demi-sicle et deux bracelets pour ses bras. Le « zahav », l'or, apparaît ici après l'acte, et non avant. Le serviteur ne cherchait pas la richesse mais un cœur bon, et l'or est devenu la réponse à une générosité. Le présent est ici le signe qu'on a vraiment vu quelqu'un. On peut se demander comment, en famille, nous soulignons la bonté les uns des autres. La remarquons-nous quand elle ressemble à une simple aide au bord d'un puits ?

Si l'on regarde de près

L'or offert au puits ne récompense pas la beauté mais la bonté : Rébecca a donné à boire à un inconnu et à ses chameaux. Beaucoup connaissent cette habitude familiale de remercier pour un résultat — une note, un salaire, une victoire — et de presque ignorer le bien discret accompli sans témoin. Il arrive qu'un enfant ou un adulte cesse de faire le bien simplement parce que personne ne le voit. Le cadeau, dans cette scène, dit : j'ai remarqué. Cette semaine, on peut observer qui,

dans la maison, fait quelque chose de bien sans se faire voir, et le lui dire concrètement, en une phrase, sans jugement et sans récompense.

Comment lire cela

Pour un adulte, son propre prénom est depuis longtemps devenu un son familier. Cette page sert à l'entendre de nouveau, comme l'ont entendu un jour les parents qui le choisissaient.

David — Conversation

Posez ces questions une à une et non à la suite: au dîner, en route, avant le coucher.

Sous chacune, nous avons écrit à quoi elle sert.

1. "Ton prénom signifie: aimant. Ou cela se trouve-t-il dans ta vie ?"

La question ne donne pas de réponse toute faite; elle propose d'essayer le mot. Une réponse "nulle part" est aussi une réponse, et elle mérite le respect.

2. "Qu'est-ce qui t'a plu en moi dès le début ?"

Des chercheurs qui étudient les couples ont remarqué que ceux qui se souviennent avec chaleur du début de leur histoire traversent plus aisément les temps difficiles. Cette question ramène au commencement.

3. "Que faire quand c'est lourd pour toi ?"

Chacun reçoit le soutien à sa façon: l'un a besoin d'un conseil, l'autre d'un silence à côté de lui. Mieux vaut demander que deviner.

4. "Qu'est-ce qui t'inquiète en ce moment et que j'ignore ?"

N'interrompez pas et ne réglez pas le problème aussitôt. Parfois il suffit que l'inquiétude ait été entendue.

5. "De quoi rêves-tu cette année ?"

Les rêves des adultes se perdent derrière le quotidien. Un rêve dit à voix haute se rapproche, et les proches ont enfin la possibilité d'aider.

Les réponses — écrivez-les vous-mêmes

Sarah

שרה

La page de la mère. C'est elle qui, à la maison, demande le plus souvent comment vont les autres, et à qui on le demande le plus rarement. Ici, la question s'adresse à elle.

Le prénom

« Dame, princesse. » Épouse d'Abraham et première matriarche ; la Torah change Saraï en Sara avec la promesse d'un fils (Genèse 17:15).

ש shin, 300 — « dent » ; ר resh, 200 — « tête » ; ה hé, 5 — « voici »

Le nombre et le mot

Les lettres du prénom Sarah donnent ensemble 505. Le mot de la Torah עלתה — "la fleur qui monte sur la vigne" — porte le même nombre. Voici où il se tient et ce qui s'y passe:

עלתה

«la fleur qui monte sur la vigne»

Genèse 40:10

Dans la prison, l'échanson de Pharaon raconte son songe à Yossef: devant moi était un cep, il portait trois sarments, il a comme bourgeonné, sa fleur est montée et ses grappes ont mûri. Alta, elle est montée, dit le mouvement de la croissance, du bourgeon à la fleur et au fruit. Yossef explique: dans trois jours, Pharaon te rétablira dans ta charge. On peut songer à ce qui croît lentement dans votre famille, du bourgeon au fruit, et à la façon dont vous reconnaissez que le temps de la maturité est venu.

Si l'on regarde de près

Dans le songe de l'échanson, le cep a fleuri et porté aussitôt des raisins mûrs. Dans le rêve, tout s'est fait en un instant. Dans la vie, la croissance est lente, et beaucoup connaissent cette impatience: on voudrait que l'enfant apprenne plus vite, que la relation s'arrange plus vite, que la période difficile finisse plus tôt. Il arrive que cette impatience empêche de voir que le cep pousse déjà, simplement lentement. La fleur précède le fruit. Cette semaine, on peut remarquer chez un

proche un petit pas de croissance qui n'a pas encore donné de résultat et s'en réjouir précisément, en le disant à voix haute.

Comment lire cela

Pour un adulte, son propre prénom est depuis longtemps devenu un son familier. Cette page sert à l'entendre de nouveau, comme l'ont entendu un jour les parents qui le choisissaient.

Sarah — Conversation

Posez ces questions une à une et non à la suite: au dîner, en route, avant le coucher.

Sous chacune, nous avons écrit à quoi elle sert.

1. "Qu'est-ce qui t'a plu en moi dès le début ?"

Des chercheurs qui étudient les couples ont remarqué que ceux qui se souviennent avec chaleur du début de leur histoire traversent plus aisément les temps difficiles. Cette question ramène au commencement.

2. "Que faire quand c'est lourd pour toi ?"

Chacun reçoit le soutien à sa façon: l'un a besoin d'un conseil, l'autre d'un silence à côté de lui. Mieux vaut demander que deviner.

3. "Qu'est-ce qui t'inquiète en ce moment et que j'ignore ?"

N'interrompez pas et ne réglez pas le problème aussitôt. Parfois il suffit que l'inquiétude ait été entendue.

4. "De quoi rêves-tu cette année ?"

Les rêves des adultes se perdent derrière le quotidien. Un rêve dit à voix haute se rapproche, et les proches ont enfin la possibilité d'aider.

Les réponses — écrivez-les vous-mêmes

Noam

נועם

La page de Noam. Rien de ce qui est écrit ici ne dit ce que Noam doit devenir; il s'agit de l'origine de son prénom et des mots de la Torah qui résonnent à côté de lui.

Le prénom

Un prénom moderne tiré de « douceur » ; le mot figure dans le psaume « contempler la douceur de l'Éternel » (Psaume 27:4).

נ noun, 50 — « poisson » ; ו vav, 6 — « crochet » ; ע ayin, 70 — « oeil » ; מ mem, 40 — « eau »

Le nombre et le mot

Les lettres du prénom Noam donnent ensemble 166. Le mot de la Torah עליון — "le Dieu Très-Haut" — porte le même nombre. Voici où il se tient et ce qui s'y passe:

עליון

«le Dieu Très-Haut»

Genèse 14:18

Melchisédek, roi de Salem, apporte à Abram du pain et du vin ; il est prêtre de « El Elyon », le Dieu Très-Haut. « Elyon » veut dire le plus haut, celui qui est au-dessus de tous les rois qui viennent de se faire la guerre. Après le combat, un homme entend que la victoire ne fait pas de lui le premier. Abram donne à Melchisédek la dîme. Une famille peut réfléchir à la façon dont elle se souvient de ce qui la dépasse dans les moments de réussite, et à ce que signifie pour elle donner une part de ce qu'elle a reçu.

Si l'on regarde de près

Melchisédek nomme Dieu le Très-Haut et bénit Abram sans rien demander en retour. Il y a dans cette scène un regard vers le haut qui aide les gens à se voir avec respect. Beaucoup savent comment, dans l'agitation quotidienne, une famille ne vit qu'à l'horizontale : les tâches, les courses, les emplois du temps. Il arrive qu'il manque cette minute où tous regardent ensemble plus haut que le quotidien. Une telle minute n'annule pas les soucis, mais elle les remet à leur place. Cette semaine, on peut marquer une pause avant le dîner du chabbat ou

d'un jour de fête : chacun se rappelle en silence ce pour quoi il est reconnaissant, avant que l'on commence à manger.

Comment lire cela

Pour un enfant, le prénom est la première chose qu'il apprend de lui-même.

Racontez à Noam cette page avec vos propres mots: d'ou vient le prénom, pourquoi celui-là, quel mot se tient à côté. Inutile d'expliquer le sens: à un enfant, l'histoire suffit. Le sens, il le trouvera seul, plus tard, et il pourra être autre que celui que vous imaginiez. C'est normal.

Noam — Conversation

Posez ces questions une à une et non à la suite: au dîner, en route, avant le coucher. Sous chacune, nous avons écrit à quoi elle sert.

Si l'enfant a moins de 8 ans

1. "Quelle lettre de ton prénom préfères-tu ? Dessine-la."

Les petits enfants pensent avec les mains. En dessinant sa lettre, l'enfant s'approprie son prénom.

2. "Qu'aimes-tu faire le plus avec papa ? Et avec maman ?"

La réponse montre dans quelles minutes l'enfant se sent proche. Souvent ce n'est pas ce que les adultes prévoient, mais de petites choses: le chemin de la crèche, l'histoire du soir.

3. "Quand tu as peur, qu'est-ce qui t'aide ?"

Il importe à l'enfant de savoir que la peur peut se dire. Ne discutez pas la réponse et ne vous hâtez pas de rassurer: retenez simplement ce qui aide.

Si l'enfant est plus grand

1. "Ton prénom signifie: agrément. Ou cela se trouve-t-il dans ta vie ?"

La question ne donne pas de réponse toute faite; elle propose d'essayer le mot. Une réponse "nulle part" est aussi une réponse, et elle mérite le respect.

2. "Que voudrais-tu transmettre un jour à tes enfants de notre famille ?"

Cette question montre ce qu'il estime lui-même à la maison. Les parents sont souvent surpris par la réponse et apprennent du nouveau sur leur propre maison.

3. "Qu'est-ce qui, chez nous, te reste obscur ? Demande-le franchement."

Les enfants remarquent plus qu'on ne croit, mais demandent rarement. La permission de demander est déjà un signe de confiance. Répondez honnêtement et brièvement.

4. "Quand tu as besoin d'aide, comment vaut-il mieux te la proposer ?"

Les adolescents refusent l'aide non parce qu'elle est inutile, mais à cause de la manière dont on la propose. La réponse indiquera la forme.

Les réponses — écrivez-les vous-mêmes

Bénédiction

Dans les familles juives, il est d'usage que le vendredi soir les parents posent la main sur la tête de l'enfant et disent quelques mots. Cela n'exige aucune foi, seulement une minute, n'importe quel soir de la semaine. La main sur la tête dit sans paroles: tu es protégé, tu es aimé. Les enfants gardent ces minutes toute leur vie, même lorsqu'ils font mine d'être gênés.

ישמך אלהים כאפרים וכמנשה

« Que Dieu te rende semblable à Éphraïm et à Manassé » (Genèse 48:20).

Michal

מיכל

La page de Michal. Rien de ce qui est écrit ici ne dit ce que Michal doit devenir; il s'agit de l'origine de son prénom et des mots de la Torah qui résonnent à côté de lui.

Le prénom

« Ruisseau », ou forme brève de Michel. Fille du roi Saül, première épouse de David (1 Samuel 18).

מ mem, 40 — « eau » ; י yod, 10 — « main » ; כ kaf, 20 — « paume » ; ל lamed, 30 — « apprendre »

Le nombre et le mot

Les lettres du prénom Michal donnent ensemble 100. Le mot de la Torah ימים — "mers" — porte le même nombre. Voici où il se tient et ce qui s'y passe:

ימים

«mers»

Genèse 1:10

Troisième jour de la création. Dieu rassemble les eaux en un seul lieu, et la terre ferme apparaît. Dieu appelle la terre ferme terre, et l'amas des eaux mers, « yamim », et Il voit que cela est bon. Les mers sont une frontière au-delà de laquelle la terre peut devenir une maison. L'eau se retire pour faire place à la vie. Une famille peut se demander : où nous retirons-nous pour qu'un autre ait de la place ? Et comment une frontière peut n'être pas un mur, mais ce qui donne à chacun sa terre.

Si l'on regarde de près

Dieu a appelé mers l'amas des eaux, et Il a vu que cela était bon. La mer est immense, et une multitude d'eaux s'y rejoignent. Beaucoup connaissent la difficulté de réunir tout le monde dans une grande famille : des villes différentes, des emplois du temps différents, des caractères différents. Il arrive que des proches ne se voient plus pendant des années qu'à l'occasion d'un événement, et encore, pas tous. Le rassemblement, dans la Torah, est appelé bon, comme si la rencontre elle-même était déjà un bien. Cette semaine, on peut proposer un appel vidéo ou une rencontre pour toute la grande famille — grands-mères,

| oncles, cousins — sans occasion particulière, simplement pour être ensemble.

Comment lire cela

Pour un enfant, le prénom est la première chose qu'il apprend de lui-même.

Racontez à Michal cette page avec vos propres mots: d'ou vient le prénom, pourquoi celui-là, quel mot se tient à côté. Inutile d'expliquer le sens: à un enfant, l'histoire suffit. Le sens, il le trouvera seul, plus tard, et il pourra être autre que celui que vous imaginiez. C'est normal.

Michal — Conversation

Posez ces questions une à une et non à la suite: au dîner, en route, avant le coucher. Sous chacune, nous avons écrit à quoi elle sert.

Si l'enfant a moins de 8 ans

1. "Quelle lettre de ton prénom préfères-tu ? Dessine-la."

Les petits enfants pensent avec les mains. En dessinant sa lettre, l'enfant s'approprie son prénom.

2. "Qu'aimes-tu faire le plus avec papa ? Et avec maman ?"

La réponse montre dans quelles minutes l'enfant se sent proche. Souvent ce n'est pas ce que les adultes prévoient, mais de petites choses: le chemin de la crèche, l'histoire du soir.

3. "Quand tu as peur, qu'est-ce qui t'aide ?"

Il importe à l'enfant de savoir que la peur peut se dire. Ne discutez pas la réponse et ne vous hâtez pas de rassurer: retenez simplement ce qui aide.

Si l'enfant est plus grand

1. "Ton prénom signifie: ruisselet. Ou cela se trouve-t-il dans ta vie ?"

La question ne donne pas de réponse toute faite; elle propose d'essayer le mot. Une réponse "nulle part" est aussi une réponse, et elle mérite le respect.

2. "Que voudrais-tu transmettre un jour à tes enfants de notre famille ?"

Cette question montre ce qu'il estime lui-même à la maison. Les parents sont souvent surpris par la réponse et apprennent du nouveau sur leur propre maison.

3. "Qu'est-ce qui, chez nous, te reste obscur ? Demande-le franchement."

Les enfants remarquent plus qu'on ne croit, mais demandent rarement. La permission de demander est déjà un signe de confiance. Répondez honnêtement et brièvement.

4. "Quand tu as besoin d'aide, comment vaut-il mieux te la proposer ?"

Les adolescents refusent l'aide non parce qu'elle est inutile, mais à cause de la manière dont on la propose. La réponse indiquera la forme.

Les réponses — écrivez-les vous-mêmes

Bénédiction

Dans les familles juives, il est d'usage que le vendredi soir les parents posent la main sur la tête de l'enfant et disent quelques mots. Cela n'exige aucune foi, seulement une minute, n'importe quel soir de la semaine. La main sur la tête dit sans paroles: tu es protégé, tu es aimé. Les enfants gardent ces minutes toute leur vie, même lorsqu'ils font mine d'être gênés.

ישימך אלהים כשרה רבקה רחל ולאה

« Que Dieu te rende semblable à Sarah, Rébecca, Rachel et Léa » (paroles de la tradition).

Chacun avec chacun

Dans une famille de quatre personnes, il y a six liens distincts, et chacun a sa propre vie. La relation de la mère avec son fils n'est pas celle du père avec ce même fils. Ici, nous regardons chaque paire séparément: nous additionnons deux nombres et nous lisons le mot obtenu.

Vous êtes le commencement de cette famille. Tout le reste a poussé de votre couple, et les enfants apprennent à aimer en regardant comment vous vous parlez. C'est pourquoi, de votre couple, nous parlons plus longuement.

David · Sarah

David et Sarah : $14 + 505 = 519$.

Pas de lettre commune — ensemble les prénoms comptent 5 lettres différentes.

Questions l'un à l'autre

1. « Quel jour de notre vie revivrais-tu ? »
2. « Que devrions-nous commencer à faire tous les deux ? »
3. « Comment veux-tu que soit notre maison dans dix ans ? »

Entre un parent et un enfant il y a toujours une inégalité: l'un prend soin, l'autre grandit. Le lien est bon quand l'enfant sait qu'il existe un temps qui n'appartient qu'à lui et à l'un de ses parents. Essayez une heure à deux une fois par mois, sans frères et soeurs et sans téléphones.

David · Noam

David et Noam : $14 + 166 = 180$ — פנים, « face à face » (Genèse 32:31).

La nuit, près du gué du Yabboq, Jacob lutte avec quelqu'un jusqu'à l'aube. Au matin, il nomme le lieu Peniel : « J'ai vu Dieu face à face, et ma vie a été préservée. » « Panim » veut dire le visage. Après une nuit de peur, Jacob repart en boitant, mais avec un nom nouveau, Israel. Face à face, c'est une rencontre sans masque, qui change un homme. Une famille peut se demander quand, pour la dernière fois, elle s'est parlé face à face, honnêtement, même si c'était difficile.

Si l'on regarde de près

Jacob nomme le lieu Peniel parce qu'il a vu face à face. Une rencontre face à face, c'est quand on ne se cache pas et qu'on ne se détourne pas. Beaucoup savent comment on se parle de dos dans une maison : depuis la pièce d'à côté, par messages, par l'intermédiaire de quelqu'un. Il arrive que pendant des années deux conjoints, ou des parents et leurs enfants, ne se regardent pas dans les yeux en se parlant. Or un visage dit plus que des mots. Cette semaine, on peut convenir de ne parler des choses importantes que face à face : assis l'un en face

de l'autre, téléphones posés, les yeux dans les yeux, même si la conversation ne dure que quelques minutes.

Lettres communes : 1.

Demandez-vous : « Qu'aimons-nous faire, rien que tous les deux ? »

David · Michal

David et Michal : $14 + 100 = 114$ — חנון, « compatissant » (Exode 22:26).

La Torah dit : si tu prends en gage le vêtement de ton prochain, rends-le-lui avant le coucher du soleil, car c'est sa seule couverture ; dans quoi dormira-t-il ? Et s'il crie vers Moi, Je l'entendrai, car Je suis compatissant, « hanoun ». La compassion est ici très concrète : se souvenir qu'une personne a froid la nuit. Une famille peut se demander : remarquons-nous ce dont nos proches ont besoin le soir venu ? Que pouvons-nous leur rendre avant le coucher du soleil.

Si l'on regarde de près

La Torah ordonne de rendre son vêtement au pauvre avant la nuit, parce qu'il n'a rien pour dormir. Et elle explique : Dieu est compatissant. Beaucoup connaissent ces maisons où les règles sont parfois si strictement appliquées qu'on en oublie la personne. Il arrive qu'une punition ou une exigence reste en vigueur alors que l'enfant ou l'adulte est déjà à bout. La compassion n'abolit pas les règles, mais elle se souvient qu'une personne a besoin de chaleur la nuit. Cette semaine, on peut lever en fin de journée une exigence ou une conséquence mineure lorsqu'on voit que quelqu'un est déjà fatigué, et le lui dire avec douceur.

Pas de lettre commune — ensemble les prénoms comptent 6 lettres différentes.

Demandez-vous : « De quelle journée ensemble te souviens-tu le mieux ? »

Sarah · Noam

Sarah et Noam : $505 + 166 = 671$.

Pas de lettre commune — ensemble les prénoms comptent 7 lettres différentes.

Demandez-vous : « Qu'aimerais-tu apprendre de moi ? »

Sarah · Michal

Sarah et Michal : $505 + 100 = 605$ — ששה, « six » (Genèse 30:20).

Léa met au monde un sixième fils et dit : Dieu m'a fait un beau présent, maintenant mon mari habitera avec moi, car je lui ai donné six fils. Elle appelle son fils Zabulon. Chicha : six. Derrière ce nombre, de longues années d'attente d'un amour. Léa espère chaque fois qu'on la verra. La Torah ne cache pas cette peine. Six fils, c'est une plénitude, et le désir demeure tout simple : que son mari soit là. S'entend-on, dans votre famille, quand quelqu'un attend en silence d'être remarqué ?

Si l'on regarde de près

Léa dit : j'ai donné six fils à mon mari — et l'on entend dans ces mots l'espoir d'être enfin appréciée. Beaucoup connaissent ce sentiment de donner encore et encore à sa famille en attendant d'être enfin vu et aimé pour cela. Il arrive qu'un

tel espoir dure des années sans que personne s'en doute. Un amour qu'il faut mériter épuise. Cette semaine, on peut dire à celui qui se donne le plus de mal à la maison qu'on l'aime non pour ce qu'il fait, mais simplement parce qu'il est là.

Pas de lettre commune — ensemble les prénoms comptent 7 lettres différentes.

Demandez-vous : « Ou irons-nous tous les deux la prochaine fois ? »

Frères et soeurs, c'est la plus longue relation d'une vie: elle commence avant l'amitié et dure plus longtemps que celle avec les parents. Leurs disputes ne sont pas un signe de malheur mais une manière d'apprendre à s'entendre. La tâche des parents n'est pas de juger qui a raison, mais d'aider chacun à être entendu.

Noam · Michal

Noam et Michal : $166 + 100 = 266$ — אסרה, « se détourner pour voir » (Exode 3:3).

Moïse faisait paître les brebis près du mont Horeb lorsqu'il vit un buisson qui brûlait sans se consumer. Il se dit : « Je vais me détourner et voir cette grande vision. » Et c'est seulement lorsque Dieu vit qu'il s'était détourné pour regarder qu'Il l'appela du milieu du buisson. Le dialogue commença parce qu'un homme s'était arrêté et avait quitté le sentier habituel. Une famille peut se demander : remarquons-nous l'inhabituel tout près de nous, et sommes-nous prêts à faire un détour pour le voir ?

Si l'on regarde de près

Moïse aurait pu passer devant le buisson ardent, mais il s'est détourné pour regarder. Dans l'agitation familiale, nous passons souvent : devant un dessin posé sur la table, devant une phrase lancée par un enfant sur le pas de la porte, devant le visage fatigué du conjoint. Il arrive que l'essentiel, à la maison, ne crie pas et brûle simplement en silence au bord du chemin, visible seulement si l'on ralentit le pas. Beaucoup connaissent ce regret tardif de ne pas s'être arrêté à temps. Cette semaine, on peut se fixer un « détour » par jour : quand un proche montre ou raconte quelque chose, poser ce qu'on fait et se tourner entièrement vers lui — ne serait-ce qu'une minute.

Lettres communes : מ.

Demandez-vous : « Que savons-nous mieux faire ensemble que chacun seul ? »

L'histoire de notre famille

Ce sont les questions que les enfants posent aux parents et aux grands-parents. Pas tout d'un coup: une question au dîner. Notez les réponses: dans vingt ans, cette page sera la plus précieuse du livre. Souvenez-vous de ce que disaient les chercheurs: ce qui compte pour un enfant n'est pas une belle histoire mais une histoire honnête, avec les épreuves et la façon dont la famille les a traversées.

1. Comment et où papa et maman se sont-ils rencontrés ?
2. Pourquoi m'a-t-on donné ce prénom ? Qui l'a choisi ?
3. D'où viennent mes grands-parents ? Comment s'appelaient-ils ?
4. D'où vient notre nom de famille, et que racontait-on à son sujet ?
5. Comment étaient papa et maman à mon âge ?
6. Quelle période difficile notre famille a-t-elle traversée, et comment s'en est-elle sortie ?
7. Qui, dans notre famille, est arrivé le premier dans ce pays, et pourquoi ?
8. Quelle fête compte le plus pour nous, et comment la célébrait-on autrefois ?
9. Quel objet de la maison gardons-nous depuis le plus longtemps, et pourquoi ?
10. Quel plat ou quelle chanson est « à nous » ?
11. Qu'est-ce que tes parents t'ont appris, et que veux-tu m'apprendre ?
12. Qu'est-ce qui se transmet dans notre famille de génération en génération ?

Les réponses — écrivez-les vous-mêmes

Quand il y a une dispute à la maison

Une dispute en famille n'est pas un accident mais une conversation qui a dévié. Voici quatre règles simples. Elles agissent non parce qu'elles sont ingénieuses, mais parce que tous ont convenu de les tenir.

1. S'arrêter.

Celui qui se fâche prend trois respirations lentes avant de parler. La colère passe plus vite qu'il n'y paraît; ce qui a été dit reste.

2. Parler à tour de rôle.

Le second redit d'abord ce qu'il a entendu, et ne répond qu'ensuite. Souvent, après cette redite, il n'y a plus matière à dispute.

3. Parler de soi.

"Je suis blessé", et non "tu fais toujours". Le premier peut s'entendre; devant le second on veut se défendre.

4. Finir ensemble.

Quand la dispute est retombée, dites à voix haute la phrase de votre famille. Elle rappelle que vous êtes toujours un même ensemble:

« Sans toi, notre nombre 785 n'existe pas. »

Pour Noam et Michal :

« Sans toi, notre nombre 266 n'existe pas. » « Ensemble, nous sommes 'se détourner pour voir'. »

Les sept premières soirées

Inutile de tout lire d'un coup. Commencez par sept soirées de quinze minutes, de préférence au dîner et sans téléphones sur la table. Quinze minutes, c'est peu, et c'est précisément pour cela que cela tient. Ce qui compte est la régularité, non la durée.

Soirée 1 — toute la famille. Ouvrez la couverture. Chacun trouve son prénom et refait le calcul avec la table des lettres. Lisez à voix haute le mot de la famille et la ligne qui se trouve dessous.

Soirée 2 — David. Ouvrez la page de David. Posez les questions chacun son tour. David décide de ce qu'il faut écrire dans les réponses.

Soirée 3 — Sarah. Ouvrez la page de Sarah. Posez les questions chacun son tour. Sarah décide de ce qu'il faut écrire dans les réponses.

Soirée 4 — Noam. Ouvrez la page de Noam. Posez les questions chacun son tour. Noam décide de ce qu'il faut écrire dans les réponses.

Soirée 5 — Michal. Ouvrez la page de Michal. Posez les questions chacun son tour. Michal décide de ce qu'il faut écrire dans les réponses.

Soirée 6 — l'histoire de la famille. Les enfants posent les questions de la page « L'histoire de notre famille », les parents racontent.

Soirée 7 — vendredi ou samedi. La bénédiction des enfants et le verset avec le mot de la famille פשתה (Lévitique 13:47).

Ensuite : une fois par mois, un conseil de famille ; à l'anniversaire de mariage, le verset du couple ; au Nouvel An juif, relisez le livre et ajoutez de nouvelles réponses. À 13 ans, offrez à l'enfant sa page.

Bénédiction

יברכך ה' וישמרך. יאר ה' פניו אליך ויחנך. ישא ה' פניו אליך וישם לך שלום

« Que Dieu te bénisse et te garde. Que Dieu fasse rayonner Sa face sur toi et t'accorde Sa grâce. Que Dieu tourne Sa face vers toi et te donne la paix » (Nombres 6:24-26).

Pour finir

Ce livre s'achève, la conversation non. Tout ce qui est imprimé ici n'est qu'un prétexte. Le vrai livre de votre famille s'écrit aux endroits où vous avez inscrit les réponses de votre main, et dans les soirées où les téléphones étaient posés écran contre la table et où l'un de vous a dit pour la première fois ce dont il a peur ou ce dont il rêve.

Ne le rangez pas trop loin. Ressortez-le dans un an, le même jour, et relisez les réponses. Les enfants grandiront, les réponses changeront, les pages resteront, et un jour votre enfant les montrera à ses propres enfants: regarde, c'est moi qui ai écrit cela quand j'avais sept ans.

Une famille, ce ne sont pas des gens toujours d'accord. Ce sont des gens qui reviennent les uns vers les autres après le désaccord. Que le mot de votre famille vous le rappelle.

L'emblème de la famille

Cette page peut être imprimée et encadrée près de la porte d'entrée.

כהן

Cohen

פשתה

«lin»

785 · Lévitique 13:47

דוד · שרה · נועם · מיכל

David · Sarah · Noam · Michal

La table des lettres

א aleph, 1 — « boeuf »
 ב beth, 2 — « maison »
 ג guimel, 3 — « chameau »
 ד dalet, 4 — « porte »
 ה hé, 5 — « voici »
 ו vav, 6 — « crochet »
 ז zayin, 7 — « arme »
 ח heth, 8 — « clôture »
 ט teth, 9 — la première lettre de tov — « bon »
 י yod, 10 — « main »
 כ kaf, 20 — « paume »
 ל lamed, 30 — « apprendre »
 מ mem, 40 — « eau »
 נ noun, 50 — « poisson »
 ס samekh, 60 — « appui »
 ע ayin, 70 — « oeil »
 פ pé, 80 — « bouche »
 צ tsadé, 90 — dans le Talmud — « le juste »
 ק qof, 100 — dans le Talmud — « saint »
 ר resh, 200 — « tête »
 ש shin, 300 — « dent »
 ת tav, 400 — « signe »

Comment vérifier : prenez la table des lettres ci-dessus et additionnez les lettres du prénom — c'est son nombre. Cherchez le verset par sa référence dans n'importe quelle Torah : le mot au même nombre s'y trouve.

Reproduire ce calcul

Moteur: SAPIR 15.63 · Texte de la Torah: Westminster Leningrad Codex (CC BY 4.0)

Règles de calcul: guématrie standard (mispar hekhrakhi) ; les lettres finales comptent comme des lettres ordinaires

Données: doi.org/10.5281/zenodo.22848827 ·

github.com/shimonmeleh666-alt/sapir861-gematria-data · Date du calcul: 2026-10-24

La même page chez vous: <https://sapir861.com/provenance?q=4>

Chacun peut ouvrir le lien et obtenir le même résultat. Si le moteur change, le numéro de version change avec lui.

Sources

Le sens des prénoms suit le texte du Tanakh (Codex de Leningrad, édition Westminster) et le dictionnaire de Strong (1890). Les questions et les phrases sont une langue de famille, pas une évaluation.

Westminster Leningrad Codex (OSHB), CC BY 4.0 · Strong's Hebrew Dictionary (1890), public domain · Duke M., Fivush R., Emory University, Do You Know scale (2001–2010) · The Family Dinner Project
Биньямин Пичхадзе, «Хумаш 354» (שומ"ח 354), Бней-Брак, 2002 / התשס"ג

Rapport établi le 2026-10-24 · sapis861.com · C'est une addition, pas une prophétie.

Ce livre n'est pas une consultation psychologique, médicale ou juridique et ne remplace pas l'aide d'un spécialiste. Les coïncidences de nombres ne sont pas une preuve et ne disent rien de ce qui vient. Si la difficulté dure longtemps dans la famille, adressez-vous à un psychologue de famille.