

# La conversation de *Kedousha*

Comment parler des problèmes de Kedousha aux garçons  
proches de la Bar-Mitsvah



**Written and edited by:**

Rabbi Avi Landa, Mashgia'h TA Middle School, LCPC Yaakov Nadel (GuardYourEyes)

**Guidance & Review:**

Rav Aharon Feldman, Rosh Yeshivas Ner Yisrael

Rabbi Yaakov Schwartz, Menahel of TA middle school

© 2017 GuardYourEyes This booklet may be copied and distributed with discretion, on condition that full credit is given to the GuardYourEyes organization.

To order copies of this booklet, write to [eyes.guard@gmail.com](mailto:eyes.guard@gmail.com)

## Table des matières

Préface .....	4
Introduction à “La conversation” .....	6
Qui doit mener la conversation ? .....	6
Quand la conversation doit-elle avoir lieu ? .....	6
Dans quelle mesure le Rav doit-il être impliqué ? .....	7
Et les parents ? .....	7
Comment parler aux garçons ? .....	8
En tête-à-tête ou en groupe ? .....	9
Dans quel contexte la discussion doit-elle être présentée ? .....	9
« La conversation » .....	10
Discutons un peu .....	10
Préoccupations courantes, questions et suivi .....	15
Préoccupations courantes .....	15
Questions fréquentes .....	16
Succès et suivi .....	17
Poursuivre la conversation .....	19

הרב אהרן פלדמן  
RABBI AHARON FELDMAN  
421 YESHIVA LANE, APT 3A, BALTIMORE, MD 21208  
TEL: 410-6539433 FAX: 410-6534694  
STUDY: 410-4847200 EXT. 6050; DIRECT LINE: 443-5486050  
E-MAIL: RAF@NIRC.EDU

ROSH HAYESHIVA  
NER ISRAEL RABBINICAL COLLEGE

ראש הישיבה  
ישיבת נר ישראל

בס"ד אב תשע"ז

A qui elle peut concerner :

Nous serions négligents dans l'éducation de nos enfants si nous leur permettions de devenir des adolescents sans les préparer d'abord avec des outils adéquats pour les aider à vivre en tant que Juifs dans l'environnement non juif dans lequel ils vivront. La seule façon est de leur apprendre, avant que leur adolescence ne prenne le volant, comment un juif est obligé de s'occuper de son moteur reproductif. Il est essentiel que nous transmettions notre message à l'enfant avant que les messages de la culture qui l'entoure ne commencent à l'inonder.

Je soutiens donc "The Talk", préparé par l'organisation Guard Your Eyes avec Rabbi Avi Landa, que je peux personnellement soutenir, et qui fait passer ce message. Je recommande qu'il soit vu par les Menahalim, les Me'han'him et les parents afin d'établir un cadre pour préparer les préadolescents aux défis auxquels ils seront bientôt confrontés.

Avec ma bénédiction,

Rabbin Aharon Feldman



## Préface

En tant que Mashgia'h dans une Yeshiva bien connue à Baltimore, MD, et en tant que psychothérapeute qui travaille avec des enfants et des adultes de la communauté frum, j'ai été sollicité par l'organisation Guard Your Eyes afin de créer un partenariat avec eux dans la création d'un mahala'h clair pour les écoles pour être en mesure d'éduquer les enfants dans la zone plus sensible de inyanei kédoucha, ou le développement de la puberté. J'ai puisé dans diverses présentations organisées par Torah Umesorah, ainsi que dans ma propre expérience personnelle avec de nombreux enfants, adolescents et leurs familles, et bien sûr, avec la vaste expérience de Guard Your Eyes dans ce domaine.

"Avoir la conversation" est peut-être l'expression la plus redoutée des parents. Des clichés comme "les bébés ne naissent pas dans les choux" ainsi que des moments gênants aux visages rouges me viennent à l'esprit. Nous savons tous que l'éducation de nos enfants est notre responsabilité. Pour maximiser les résultats, nous espérons que les parents travailleront en partenariat avec l'école ou la Yeshiva de leur enfant. Mais quand il s'agit d'inyanei kédoucha, y compris la puberté et les pulsions qui se développent pendant l'adolescence, nous avons tendance à prendre du recul. Après tout, il s'agit de questions très privées et même en discuter peut-être inconfortable. Toutefois, devrions-nous faire l'autruche et laisser nos enfants développer leur propre compréhension de ce sujet délicat mais important ?

J'ai vu dans mon expérience en tant que Mashgia'h et psychothérapeute, qu'une fois livrés à eux-mêmes, beaucoup d'enfants tenteront de satisfaire leur curiosité naturelle avec tout ce qui est à leur disposition. Lorsqu'un enfant entend parler de ce sujet pour la première fois, peut-être via un ami à l'école, ou le cours de Houmash ou de Mishna, ou encore lehavdil des nombreuses suggestions du monde séculier, il peut susciter une curiosité innocente naturelle. Souvent, dès son plus jeune âge, l'enfant est conscient qu'il existe un espace privé de la vie qui tourne autour de certaines parties de son corps. Quand leur corps ou certains des corps de leurs amis commencent à se développer, cela ranime cette curiosité, comme il se doit, puisqu'elle leur est de plus en plus applicable.

Les enfants peuvent trouver des dictionnaires ou des passages encyclopédiques décrivant certains aspects de cette partie kadosh de la vie. J'ai aussi vu des livres scientifiques qui ne parlent parfois que de procréation animale, et l'enfant extrapolait à partir de l'animal lui-même. C'est sans même mentionner l'utilisation d'Internet, qui ouvre une pléthore d'informations erronées et contraires à la Torah. Même si l'enfant lui-même ne cherche pas à obtenir de telles informations, quelqu'un dans l'environnement de l'enfant, qu'il s'agisse d'un camarade de classe, d'un voisin, d'un parent ou d'une personne de la shul, peut parler de ce sujet souvent à portée de voix de l'enfant. Moins nous éduquons nos enfants et nos élèves dans ce domaine, plus ils chercheront ou trouveront de l'information ailleurs.

D'abord, une petite histoire. Nous souhaitons concevoir une présentation, un "entretien", qui pouvait être organisé avec chaque enfant individuellement. Il n'était pas nécessaire de parler longuement, mais il fallait éduquer les enfants sur ce qui se passe ou se produira bientôt avec

leur corps. Cela inclurait l'information de base fidèle du point de vue de la Torah, qui est la vraie perspective.

Après un travail méticuleux, nous avons préparé et présenté notre "communication" à quelques-uns des Rabbanei Haïr ici à Baltimore et avons reçu des éloges formidables. Ils ont vu la nécessité de le faire. Leur principale critique était qu'il fallait être plus explicite, afin d'éviter la confusion et de faire savoir à chaque garçon que nous sommes conscients des termes qu'ils auraient pu entendre, et bien plus encore. Ils devraient avoir confiance que nous, en tant que Me'han'him, pouvons les guider dans ce domaine, tout comme nous pouvons les guider dans de nombreux autres domaines. De la même manière que la Torah nous guide vers une véritable compréhension et un comportement dans nos activités quotidiennes et les questions monétaires, elle nous guide aussi dans ce sujet très pertinent et sensible. Les enfants peuvent comprendre comment notre Torah est une véritable Torah 'Haïm, comment elle parle même aux aspects les plus personnels de notre vie.

De telles discussions ont déjà été communiquées BH avec succès à plus de 100 ba'hourim et nous avons reçu beaucoup de réactions positives.

Rabbi Avi Landa

*Mashgia'h TA Middle School, LCPC*

## Introduction à “La conversation”

### Qui doit mener la conversation ?

L'un des principaux objectifs de cet exposé n'est pas seulement d'offrir une éducation de base à nos enfants et à nos élèves, mais aussi de leur faire comprendre qu'il ne s'agit pas d'un sujet secret, bien qu'il s'agisse d'un sujet privé. Avec les bonnes personnes (Parents, Rabbanim, Menahalim, et Mashgi'him), ils peuvent et doivent poser leurs questions et exprimer leurs préoccupations. Nous pensons donc qu'il est préférable que celui qui ait cette discussion avec les enfants soit disponible pour un suivi à l'avenir. Cela devrait être quelqu'un qui fait régulièrement partie de l'école. En raison de la nature délicate du sujet, il serait souhaitable que l'élève ait déjà une certaine relation avec cette personne. Qu'il voit cette personne comme quelqu'un d'admirable et respectueux. Bien que le Rav/Moré actuel puisse sembler être une option facile, il risque de causer une gêne chez certains élèves qui risquent de les empêcher de se sentir à l'aise et d'être ouverts lors de la discussion et dans les conversations de suivi. Le fait d'être tous les jours dans la salle de classe avec le Rav pourrait être gênant en raison de la nature délicate de cette conversation. Il serait donc idéal que le discours soit donné par quelqu'un comme un Mashgia'h qui aurait déjà rencontré chaque ba'hour juste pour bavarder un peu, ou qui a peut-être donné des cours en groupe d'Hashkafa ou de Midot. Si ce n'est pas possible, peut-être un menahel, un menahel assistant, ou même un Rav d'un grade différent peut remplir ce rôle.

### Quand la conversation doit-elle avoir lieu ?

Il y a eu de nombreuses tentatives récentes pour inclure l'éducation de base en matière de "sécurité individuelle" pour nos élèves dès les premières années de l'école primaire. Cela aide l'élève à être conscient de ce qui est nécessaire pour bien se protéger contre les comportements et les relations abusifs. Nous sommes tous d'accord pour dire que certains matériaux exigent une certaine maturité. Donc, bien qu'il soit approprié d'enseigner aux enfants à un très jeune âge qu'il est inacceptable que quelqu'un les touche à certains endroits de leur corps, ce serait une erreur d'essayer d'enseigner à ces très jeunes enfants les détails de cette pulsion qui motiveraient les gens à faire de telles choses. La question est donc de savoir quand enseigner ces détails aux enfants. Devrions-nous attendre qu'ils soient fiancés avant d'être mariés ? Nous soutenons que, même si certains détails n'ont pas besoin d'être communiqués à nos enfants tant qu'ils ne sont pas prêts pour le mariage, il est très important de comprendre ce qui se passe ou arrivera bientôt à leurs corps.

Comme nous l'avons mentionné plus haut, ce développement naturel suscitera beaucoup de curiosité et nous devrions les aider à obtenir les bonnes informations basées sur la Torah. C'est une belle partie d'un enfant qui grandit et nous devrions essayer de diminuer la confusion et d'accroître la compréhension de ce qui se passe pendant que cela se produit. En outre, le fait

de parler aux enfants avant que beaucoup d'entre eux ne commencent à lutter contre les pulsions et les taavot dans ce domaine, permet à l'enfant de digérer les idées de maîtrise de soi et la zéhirout. L'enfant peut alors s'habituer à ces idées et il sera plus facile de s'y maintenir tout au long de l'adolescence.

La décision finale quant à l'âge auquel il faut parler peut parfois être fondée sur la nature des familles et des communautés dont font partie les enfants. Plus la communauté est abritée et fermée, plus elle sera tardive. Mais en général, nous estimons que les années de collège pour les garçons, serait le bon moment pour en parler. C'est vers cet âge que la plupart des enfants vont connaître la puberté ou du moins le développement pré-pubertaire. Nous avons choisi la classe de 5e<sup>1</sup> juste avant la Bar-Mitsva en particulier, car les ba'hourim ont plus de maturité qu'ils n'en avaient en classe de 6e, et beaucoup d'entre eux n'ont pas encore atteint la puberté, comme ils le feront en 4e.

Néanmoins, il y a toujours des exceptions, même au sein d'une communauté spécifique. Parfois, un groupe particulier de jeunes ou quelques individus sont moins matures que la moyenne. Il faut être prudent lorsqu'on prend la décision de laisser quelqu'un en dehors de cette conversation pendant que le reste de la classe est mise au courant. La coordination avec les parents serait cruciale pour prendre de telles décisions.

### Dans quelle mesure le Rav doit-il être impliqué ?

Comme c'est le cas dans tous les domaines de l'éducation et de la croissance pour chaque ba'hour, le Rav de l'enfant est un élément essentiel de l'équipe. Il peut être très utile d'avoir cette conversation avec chaque Rav de 5e à l'avance. La dernière chose que nous voudrions, c'est que le Rav soit agité par un garçon qui fait un commentaire grossier ou inapproprié et que le Rav ne sache pas d'où cela vient. Si le Rav est au courant de ce qui se passe, il peut gérer les situations qui surgissent en classe d'une manière beaucoup plus efficace et sans heurts. De plus, le Rav peut s'adresser à n'importe quel ba'hour en privé s'il évoque souvent ce sujet. Obtenir des commentaires de la part du Rav peut être très utile pour guider celui qui à l'origine a tenu la discussion dans le suivi approprié avec le ba'hour ainsi que ses parents.

### Et les parents ?

Idéalement, ce sont les parents qui devraient avoir cette conversation avec leurs enfants, mais comme nous en avons fait état, ce n'est souvent pas le cas. Cependant, nous, les Me'han'him, devrions collaborer le plus possible avec les parents. Idéalement, une rencontre devrait avoir lieu avec tous les parents de 5e, au début de l'année, et l'ensemble du discours pourrait être donné aux parents. Bien qu'il s'agisse d'un sujet délicat, il est nécessaire que les parents sachent très clairement ce qui va être dit à leurs enfants. S'il est possible de s'asseoir avec

---

<sup>1</sup> 7th grade aux USA



chaque parent individuellement et de donner les points de base de la conversation, ce serait l'idéal. En pratique, il n'est peut-être possible de donner cette conférence qu'avec tous les parents ensemble. À première vue, il serait peut-être logique de n'avoir que les pères à cette réunion. Cependant, il arrive souvent qu'une mère connaisse mieux son fils et qu'elle soit en mesure de lui fournir le meilleur retour d'information concernant ses préoccupations ou son suivi. De plus, lorsque les mères demandent à leurs maris un résumé de la conférence ce soir-là, beaucoup de choses peuvent être perdues en l'entendant de seconde main. Cela pourrait entraîner une confusion inutile. Nous recommandons donc fortement que les deux parents soient présents à cette réunion.

Si ce n'est pas faisable, les parents peuvent être encouragés à lire cette brochure pour comprendre comment le processus fonctionne.

Nous suggérons également d'offrir aux parents une option de refus. Si un parent estime que cette conversation ne devrait pas être présentée à son fils, il devrait nous le faire savoir, et nous pourrions toujours être en contact avec lui plus tard, au fur et à mesure que nous parcourons la liste des élèves, pour savoir s'il a encore des réserves. Enfin, bien que l'entretien avec l'élève devrait inclure les termes séculiers à des fins de clarté (selon l'avis des Rabbanei Hair, comme nous l'avons mentionné précédemment), lorsque cela est présenté aux parents, cela n'est pas nécessaire. On peut dire aux parents que lorsqu'on discute avec leur fils, chaque concept sera présenté avec la terminologie séculière, puis on poursuivra avec le langage de la Torah et de 'Hagal.

Les parents devraient être préparés à ce que leurs fils puissent leur poser des questions après la discussion. Après tout, la discussion encourage une telle conversation avec les parents ainsi qu'avec toutes les personnes impliquées dans le 'hinou'h de l'enfant. Il est important d'expliquer aux parents qu'ils n'ont jamais besoin de répondre à une question tout de suite. Dire : "Bonne question, laisse-moi réfléchir pour que je puisse bien te répondre" est une réponse merveilleuse et convaincante. Le parent peut ensuite discuter avec le Mashgia'h, le Rav, et d'autres pour savoir comment répondre au mieux à cette question. Ce livret peut également être une ressource utile pour les parents, car il leur permet de savoir comment répondre aux questions qui pourraient surgir.

### Comment parler aux garçons ?

Chaque fois que je souhaite parler à un garçon, j'en informe le bureau principal. Ils appellent ensuite le garçon en dehors de la classe pour qu'il vienne au bureau principal, puis ils l'envoient à mon bureau. Ce système fait en sorte qu'il est moins évident pour tout le monde dans la salle qu'on fait appel au ba'hour en question pour parler de cela. De plus, si l'intervenant appelle les garçons à "bavarder" sur d'autres sujets, il serait également moins évident de savoir dans quel but le garçon vient à son bureau.

## En tête-à-tête ou en groupe ?

En raison de la nature délicate de cet entretien, nous pensons qu'il devrait être présenté au garçon en tête-à-tête. Bien qu'une discussion en petit groupe ou même à toute la classe puisse sembler moins intimidante, on peut perdre beaucoup de choses en ayant cette discussion en groupe. 'Hagal dans 'Hagiga :x' discutent des malentendus qui peuvent survenir plus facilement lorsqu'on discute de ces concepts en groupe. De plus, le potentiel de leitzanus est grandement accru lorsque plusieurs garçons écoutent ensemble. Un léger sourire à un bout de la pièce peut facilement provoquer un rire et des commentaires de l'autre côté de la pièce. En outre, il s'agit d'un sujet intime et nous voudrions encourager les garçons dès le début, de ne pas en discuter entre amis. Nous estimons donc que la bonne approche est d'avoir cette conversation en tête-à-tête. Bien que cela prendra plus de temps, cela en vaut la peine. Le présentateur peut aussi de cette façon avoir l'occasion d'observer chaque garçon individuellement et cela permet des questions personnalisées ainsi que des observations spécifiques.

## Dans quel contexte la discussion doit-elle être présentée ?

Il est important que le cadre soit privé, mais aussi sécuritaire, tant pour le présentateur que pour l'élève. Il faut donc maintenir un champ de vision clair depuis le couloir jusqu'à la salle où se tient la conversation. Si le dos du garçon peut être tourné vers le couloir, ou si le siège du garçon peut être juste à l'extérieur du champ de vision depuis le couloir, ce serait l'idéal. Cela permettrait aux personnes qui passent par-là de regarder dans la pièce, mais empêcherait les garçons de savoir exactement qui se trouve dans la pièce et de le distraire.

Enfin, comme nous l'avons déjà dit et comme vous le verrez bientôt, nous évoquerons d'abord les termes profanes. Chaque école peut déterminer ce qui est nécessaire pour ses élèves. Cependant, l'inconvénient de ne pas utiliser les termes français doit être soigneusement réfléchi, car si nous donnons l'impression que nous ne connaissons pas certains des termes que les enfants connaissent, ils pourraient être découragés de venir à nous et encouragés à se tourner vers d'autres ressources potentiellement nocives.

Nous recommandons de créer un plan pour la discussion afin qu'il puisse être référencé et suivi tout au long du dialogue.

## « La conversation »

### Discutons un peu

(Assoyez-vous avec l'enfant, commencez par une petite conversation).

Puis, lancez-vous :

Il y a une discussion que j'aimerais avoir avec toi. Tes parents, ton Menahel et tes Rabbanim savent tous que nous avons cette conversation. Il s'agit d'un sujet de tsniout, c'est donc un sujet privé, à ne pas en discuter avec des amis, mais ce n'est pas un sujet secret, ce qui signifie qu'il n'est pas seulement OK, mais c'est important de parler aux bons adultes sur ce sujet si tu as des questions ou des préoccupations. Il peut s'agir de tes parents, de tes menahel, de ton Mashgia'h ou de tes Rabbanim, c'est-à-dire de ceux qui sont impliqués dans ton 'hinou'h. Si tu discutes avec d'autres enfants à ce sujet, ou si tu consultes des sources laïques pour obtenir des informations, tu trouveras beaucoup d'informations fausses et certainement non conformes à la Torah. Il est à ton avantage d'en discuter seulement avec les bons adultes, afin que tu obtiennes les bonnes informations. Commençons.

Nous sommes la nation spéciale choisie par HaShem. Bien que cela signifie que nous avons beaucoup plus de responsabilités que les Goyim, cela signifie également que nous avons le potentiel d'avoir une relation beaucoup plus proche avec HaShem qu'ils ne peuvent avoir. Ils ont peut-être sept façons de se connecter à HaShem, alors que nous en avons 613. Cela peut parfois sembler à un fardeau, mais avec cette compréhension, cela peut être vu et ressenti comme un privilège ! Nous agissons donc différemment des goyim dans notre comportement, nos attitudes et ce avec quoi nous sommes prudents ; HaShem nous a donné d'énormes ko'hot pour accomplir tant de choses. Cette relation étroite que nous entretenons avec HaShem nous permet d'obtenir une récompense et un but plus importants. C'est une responsabilité dont on peut être fier.

En passant en revue ce sujet de tsniout, par souci de clarté, je mentionnerai d'abord les termes séculiers de ce dont nous discutons, puis je partagerai avec toi la terminologie de la Torah et de 'Hagal, qui est souvent un langage beaucoup plus naki et propre.

Il existe un eivèr (une partie du corps) spécial que seul un homme a, qui est principalement utilisé pour les déchets, l'urine. Le monde séculier l'appelle ainsi le pénis et 'Hagal l'appellent l'eivèr habrit, parce que c'est le lieu où la Brit Mila, l'alliance avec HaShem, est marquée sur nos corps à l'âge de 8 jours. Maintenant, vers votre âge, cet eivèr peut commencer à produire un liquide blanc gluant différent que le monde séculier appelle sperme, qui a le potentiel impressionnant de transformer une personne en père, de créer et d'apporter la vie. La Torah appelle ce liquide zéra ou kéri. Zéra signifie littéralement semence parce qu'elle peut grandir pour produire un enfant. Le monde séculier appelle cette partie du liquide qui peut produire la vie, le sperme. Ainsi, le liquide lui-même est appelé sperme, et à l'intérieur du sperme, il y a de petites cellules appelées spermatozoïdes, chacune ayant le potentiel de devenir un enfant. Chaque spermatozoïde peut, avec l'aide d'HaShem, faciliter la création d'un bébé,

lorsqu'il rencontre la particule que l'on trouve dans le corps de la femme, l'ovule. Il est étonnant qu'une si petite particule puisse être transformée au fil du temps en une personne développée et complexe, et que nous aussi ayons été créés de cette façon.

En fait, il y a deux tubes qui mènent au trou situé à l'extrémité de l'eivèr et ils convergent, s'assemblent, en un seul tube juste avant le trou. Un tube transporte l'urine jusqu' à ce trou et un tube transporte le zéra jusqu'à ce trou.

Les testicules ou beitzim, ont la forme de 2 petites boules, qui pendent sous l'eivèr, et sont comme une usine produisant le zéra et le fournissant à l'eivèr. Cette capacité de produire du zéra, commence à se développer autour de ton âge et il vient avec d'autres changements corporels comme l'approfondissement de la voix, et la croissance des poils dans différentes zones. Les hormones, qui sont des produits chimiques spéciaux, se développent dans le corps causant tous ces changements. Le monde séculier appelle ce développement complet, la puberté, et il est normal que cela se produise autour de ton âge jusqu'en première<sup>2</sup>. Des questions ?

Ce n'est pas un hasard si c'est l'eivèr qui a le plus de kédoucha dans le corps, car il a la Brit Mila. En fait, David Hamelè'h fut perturbé de ne pas avoir de Mitzva avec lui dans la salle de bain, et en se rendant compte qu'il avait sa Brit Mila, il fut réconforté. C'est parce que la particularité de ce cadeau, le zéra, est si grande et si sainte, car il a le potentiel de faire naître la vie. Ainsi, nous devons également être très prudents avec ce don immense, et essayer de ne jamais le gaspiller, et seulement l'utiliser quand nous sommes censés, pendant le mariage avec une femme. C'est en fait une avéra de le gaspiller. Nous devons donc être clairs sur le processus de sortie du zéra, sur le moment exact où il s'agit d'une avéra et sur le moment où cela ne l'est pas. Au moment opportun, avec une femme mariée, ce n'est pas seulement une avéra mais c'est en fait une Mitzva que le zéra sorte !

Maintenant, quand un mari est avec sa femme, l'eivèr peut devenir excité, le monde séculier appelle cela une érection - parce que l'eivèr devient érigé, et 'Hazal l'appelle kichouy qui signifie littéralement devenir dur. C'est l'état de préparation pour le moment où le zéra peut sortir. Être avec une femme de cette façon est ce que le monde séculier appelle avoir des rapports sexuels et 'Hazal l'appelle biah. Ne t'inquiète pas si tu ne comprends pas complètement cette partie du processus, puisque cette conversation n'est que le chapitre 1 de l'explication sur ce qui se passe ou se produira bientôt dans ton corps. Le chapitre 2 portera sur tout ce que tu dois savoir sur le mariage et se déroulera peu de temps avant ta 'hatouna.

Tu as peut-être déjà commencé à ressentir les filles un peu différemment de la façon dont tu les voyais quand tu étais plus jeune, ou peut-être que tu commenceras à ressentir une attirance pour elles quand tu grandiras. C'est normal. HaShem a mis dans la nature humaine le fait que les garçons sont attirés par les filles pour que quand les gens grandissent, ils veulent se marier et avoir des enfants.

Il est normal que l'eivèr s'excite même quand une personne n'est pas avec sa femme, c'est pourquoi nous restons loin des choses qui peuvent exciter l'eivèr, par exemple, la pritzout, ce

---

<sup>2</sup> 11th grade aux USA

qui signifie des femmes agissant ou habillées d'une manière révélatrice, ainsi que des histoires, des images et des vidéos de ces choses. Nous essayons également d'éviter de toucher l'eivèr pour cette raison, toutes ces choses pouvant conduire l'eivèr à s'exciter, ce qui est l'état préparatoire pour que le zéra sorte et être gaspillé, qui est une avéra appelée zéra lévatala, zéra étant gaspillé. Est-ce que c'est clair ?

D'ailleurs, il y a une avéra différente qui est de regarder la pritzout même si le zéra ne sort pas. Tu dois savoir qu'en regardant de telles choses, tu peux devenir affaibli dans ta force à ne pas regarder, ainsi que dans ta capacité de te concentrer sur les bonnes choses et à l'école. Pour l'instant, nous allons rester concentrés sur la compréhension des précautions que nous devons avoir avec le zéra, et si tu veux discuter de l'autre avéra de regarder ces choses en général, s'il te plaît demande-moi à la fin ou à un autre moment.

Il est important pour toi de savoir que le zéra peut venir la nuit pendant ton sommeil, tu peux te réveiller et trouver un petit endroit humide dans cette zone. Cela fait partie du fonctionnement normal du corps et puisque tu n'as rien fait pour le causer, il n'y a pas de quoi te sentir coupable ; ce n'est pas considéré comme un gaspillage. Cependant, il peut aussi se produire en regardant des choses inappropriées ou en les touchant pendant que tu es réveillé. C'est ce que 'Hazal appelle avoir causé sa sortie, alors c'est une avéra.

Et si on fait une erreur ? Comme pour chaque avéra de la Torah, il y a toujours la Téchouva. Cela comprend 3 étapes, d'abord, avouer à soi-même et à HaShem que tu l'as fait, ne pas faire semblant de ne pas l'avoir fait. Deuxièmement, le regretter, se sentir mal à ce sujet, mais jamais 'has vechalom devenir déprimé, ce qui ne fait qu'empirer les choses. Le but de ce regret est d'arriver à la troisième étape positive de ne plus jamais recommencer. Tu peux me demander, mais comment puis-je savoir que je ne le ferai plus jamais ? C'est une excellente question et cela concerne la Téchouva sur n'importe quelle avéra : tout ce que HaShem veut de nous, c'est essayer honnêtement de notre mieux. Parfois essayer de ton mieux peut inclure parler à quelqu'un de plus âgé et plus sage qui est impliqué dans ton 'hinou'h, comme nous l'avons mentionné, tes parents, ton menahel, le Mashgia'h, les Rabbanim. Ces gens veulent que tu viennes à eux et ils peuvent te donner des recommandations, des encouragements, du 'hizouk et des conseils. Il y a des stratégies avérées qui peuvent être très utiles et que j'ai vu fonctionner dans de nombreux cas. Ces stratégies sont facilement accessibles lorsque tu t'approches des bonnes personnes. Parfois, même le dire peut faire une énorme différence.

Être prudent dans ce domaine et développer la maîtrise de soi aide réellement une personne à devenir plus forte et capable de résister aux défis tout au long de la vie ! En fait, la force dans cette région est appelée yésod - la fondation, en partie parce qu'elle aide à maintenir la force dans le reste du bâtiment, le reste de toi-même et de ton lien avec HaShem et la Yiddishkeit.

Des questions ?

Un dernier point, un point de sécurité. Personne, peu importe qui il est, que ce soit un parent, un ami ou quelqu'un en qui tu as confiance et que tu respectes, ne devrait jamais faire quoi que ce soit pour t'exciter ou s'exciter de cette façon. Peu importe-s'il dit quelque chose, fait quelque chose, te montre quelque chose, ou quoi que ce soit d'autre, si le but est de t'exciter ou de s'exciter de cette façon, c'est tout à fait inapproprié. Toucher n'importe quelles parties

du corps qui sont normalement couvertes par un maillot de bain est inclus dans ceci, aussi bien que n'importe quel comportement qui te rend mal à l'aise. Tu dois immédiatement arrêter ce qui se passe, sortir de la situation et dire à quelqu'un comme tes parents, ton menahel, ton Mashgia'h, ou tes Rabbanim. Dans le monde séculier aussi, il y a des lois contre une personne qui essaie de faire cela à une autre personne. Nous voulons attraper cette personne tout de suite pour protéger les autres et l'aider à s'améliorer face au problème émotionnel qui l'amène à faire ces choses.

Qui est la seule exception à cette règle, la seule personne à qui il convient qu'elle fasse quoi que ce soit pour t'exciter de cette façon ? (Permettez au garçon de répondre, s'il dit "sa femme", vous savez qu'il a été très attentif et qu'il comprend. S'il dit les parents, vous devez le corriger et dire non, même les parents ne devraient jamais faire quoi que ce soit comme ça dans le but d'exciter ou de s'exciter de cette façon. S'il dit le docteur, vous devez le corriger et dire, non, alors qu'un médecin peut et doit regarder et même toucher les parties intimes de notre corps, c'est seulement pour s'assurer que nous sommes en bonne santé, pendant notre examen, mais si le but est d'exciter ou de s'exciter ainsi, alors absolument pas. Si l'enfant a de la difficulté, vous pouvez lui donner un indice comme "nous avons dit que ce serait une Mitzva avec cette personne").

Est-ce que quelqu'un a déjà essayé de te toucher dans ces espaces privés, ou d'une manière qui t'a mis mal à l'aise, même dans le cadre d'un jeu ? (Enregistrer la réponse).

Enfin, cette conversation n'a pas pour but de donner une éducation approfondie sur tout ce qu'il y a à savoir sur ce sujet. Il a pour but de te donner les faits de base, et des perspectives sur la raison pour laquelle ces développements se produisent maintenant ou bientôt, et sur la façon d'y faire face du point de vue de la Torah. Comme nous l'avons déjà mentionné, il y aura une autre conversation avant le mariage lorsque des détails supplémentaires seront nécessaires pour que tu puisses les connaître.

Cette conversation était un peu bizarre, non ? (S'il dit non, vous devriez le noter et simplement dire que ça l'est pour presque tout le monde, y compris moi). Ça devrait l'être ! C'est un sujet privé sensible. Cependant, je veux que tu voies que même si c'est gênant, cela ne veut pas dire qu'il ne faut pas en discuter. Tes parents, ton menahel, ton Mashgia'h et tes Rabbanim veulent tous que tu saches que tu peux et que tu dois nous faire part de tes questions ou de tes préoccupations. Ça ne nous dérange pas que ce soit gênant.

Résumons quelques-uns des points pratiques que nous avons abordés aujourd'hui.

- Il est assour de gaspiller le zéra en le faisant sortir d'une façon ou d'une autre avant le mariage ; si cela se produit tout seul quand tu dors, ce n'est pas grave. C'est assour d'exciter l'eivèr et de le rendre plus dur, provoquant la sortie du zéra. Afin de nous protéger contre cela, nous devons veiller à ne pas regarder ou penser à des choses non-tzniout, et nous devons essayer d'éviter de toucher l'eivèr. Il est naturel pour l'eivèr de devenir parfois dur : ne te concentre pas trop dessus, essaye juste de t'occuper d'autre chose.

- Nous devons faire de notre mieux pour ne pas transgresser ces avérot. Si nous glissons et tombons dans ces aspects, nous devons faire Téhouva, mais ne tombons jamais dans la dépression. HaShem veut qu'on essaie et qu'on prie.
- Enfin, c'est assour et dangereux pour quiconque de te montrer quelque chose d'inapproprié ou d'essayer de te toucher dans un endroit privé. Rappelle-toi ce qu'il faut faire si quelqu'un essaie de te faire ces choses inappropriées. (Attendez qu'il réponde : Arrêter, sortir et le dire à quelqu'un).

Comme nous l'avons mentionné, ces espaces privés de la vie sont appelés yésod (fondation) parce qu'ils sont le fondement d'une vie saine. Être prudent dans ces domaines non seulement empêche une personne d'être abaissé spirituellement, mais cela construit et renforce aussi une personne. Plus nous sommes attentifs dans ces domaines, plus la Torah et les mitzvos deviennent significatifs et satisfaisantes pour nous.

Tu as des questions ? Des aspects qui n'étaient pas clairs ? Tu peux toujours revenir plus tard, merci d'être venu.

## Préoccupations courantes, questions et suivi

### Préoccupations courantes

Il est important de prendre de brèves notes sur chaque garçon après son départ. La plupart, sinon tous, seront quelque peu mal à l'aise avec une discussion aussi délicate. Il faut s'attendre à un certain sourire ou malaise. Cependant, si le garçon semble visiblement agité par cette situation et incapable de parler, même discrètement, soit à la fin de l'entretien, soit lorsque vous lui posez la seule "question d'exception" dans la section sur la sécurité individuelle lors de l'entretien, cela devrait être noté. En outre, si le garçon répond à cette question en disant que l'exception à la règle est les parents ou quelqu'un d'autre, cela doit être noté. Rien ici n'est nécessairement un problème, mais c'est une bonne information à connaître si d'autres questions semblables sont soulevées. Il est également important de noter comment le garçon répond s'il a déjà été touché dans une zone privée, même dans le cadre d'un jeu.

Comme nous l'avons mentionné dans la section concernant la coopération avec le Rav, si le garçon parle excessivement à d'autres garçons sur le sujet, cela devrait être noté dans son dossier aussi. On peut ramener le garçon et lui rappeler que c'est tout à fait inapproprié. Le menahel ou le Rav peut prendre des mesures comme tout autre comportement problématique à l'école. Cependant, Baruch HaShem, après que presque 100 garçons eurent eu la conversation avec moi, nous avons vu le sujet de conversation diminuer. Une fois alors que j'étais à mi-parcours avec une classe spécifique, il est devenu plus évident pour les garçons que j'avais cette conversation avec eux, et ils savaient qu'ils seraient appelés pour cela. Il est normal que les garçons parlent entre eux du fait que j'ai eu cette conversation avec eux. Cependant, nous avons été heureux de voir que des discussions concernant les détails de la conversation n'ont presque jamais eu lieu. Ils savaient tous que ce n'était qu'une question de temps avant qu'ils aient tous eu la conversation avec moi. Cela a permis de contenir leur curiosité.

En général, tout ce qui semble étrange et différent de la façon dont la plupart des autres garçons ont réagi, est quelque chose à noter et peut-être même à demander conseil auprès d'une seconde opinion. Une conversation avec les parents devrait avoir lieu si quelque chose de préoccupant est remarqué. Les parents peuvent ensuite vous dire comment le garçon s'est présenté à la maison ce soir-là. Il est préférable de communiquer aux parents qu'ils ne doivent pas révéler à leur fils qu'ils ont été informés des préoccupations soulevées au cours de la conversation, puisque nous voulons essayer de maintenir la confiance, qui est le fondement de toute bonne relation. Ils peuvent simplement observer et vérifier auprès de vous, ou si nécessaire seulement révéler au garçon qu'ils savent que la conversation a eu lieu et qu'ils veillent sur lui et sur ce qu'il en pense en général.

S'il y a un réel souci, s'assurer d'impliquer les bonnes personnes (la famille, l'école et/ou un professionnel) fait partie de votre travail vis-à-vis des enfants dont vous avez la charge. Puisque vous, Baruch HaShem, avez mis cela au premier plan, vous devez faire en sorte qu'il soit bien géré. Un suivi dans les semaines qui suivent est également recommandé. Dans ces



situations et de manière générale, une structure de prise de notes organisée et accessible est très importante.

## Questions fréquentes

Le garçon pourrait poser des questions pour essayer de comprendre biah plus en détail. Cela peut provenir d'une simple curiosité ou peut-être de l'exposition et de l'audition de certains termes par des amis ou d'autres personnes. Quoi qu'il en soit, les questions devraient être notées pour pouvoir être référencées ultérieurement.

En ce qui concerne la manière de traiter ces questions. Nous voulons qu'ils viennent nous voir et non pas leurs amis ou Google pour obtenir des réponses. Si nous pouvons nous contenter de dire à l'enfant, que cela n'est que le chapitre 1 et que le chapitre 2 aura lieu peu de temps avant leur 'hatouna, comme mentionné dans l'exposé, alors c'est suffisant. Cependant, il est souvent nécessaire de dire un peu à l'enfant et ensuite d'ajouter « rappelle-toi que tu n'as pas à t'inquiéter de ne pas savoir ce que tu dois savoir pour le mariage, puisque ce n'est que le chapitre 1 ».

Souvent, l'enfant entend souvent un terme d'un ami qui pense être cool en répétant quelque chose qu'il a entendu à la maison, dans les médias ou ailleurs, et d'autres garçons ne savent pas ce que cela signifie. Par exemple, un garçon peut venir à l'école en utilisant le mot gay ou homosexuel. Nous devons nous préparer à accueillir un autre garçon qui vient vers nous comme nous lui avons demandé de le faire, en nous demandant ce que ce mot signifie vraiment. Il serait important de donner une compréhension de base au garçon comme : « certaines personnes ont une attirance contre nature envers un autre homme au lieu d'une femme, ce qui n'est pas la façon dont HaShem a fait le monde. HaShem n'a créé cette attraction que pour aider les gens à mettre des enfants au monde, mais ce genre d'attraction ne peut pas conduire à avoir des enfants. Il est important de savoir que la Torah nous interdit fortement d'agir sur de tels sentiments. Ce n'est pas quelque chose dont nous devons vraiment discuter longuement, à moins que tu n'aies toi-même des inquiétudes à ce sujet ». Si nous ne répondons pas du tout à la question, il trouvera très probablement une autre ressource. Il ne veut pas être le seul à ne pas comprendre, même s'il y en a probablement d'autres qui ne comprennent pas aussi bien.

L'enfant peut se demander comment un bébé naît exactement, ou comment le zéra pénètre-t-il dans la femme d'où vient le bébé ? Encore une fois, en donnant un peu d'information comme, « C'est une excellente question, il y a une ouverture correspondant à l'homme toujours sur le corps d'une femme dans laquelle le zéra va et peut se combiner avec un œuf microscopique qu'une femme a dans son corps. Cette combinaison peut devenir un bébé. N'oublie pas que tous les détails seront discutés longuement avec toi peu avant ta 'hatouna ». En général, on peut répondre à toutes les questions relatives aux détails du mariage en fournissant des informations exactes et ensuite conclure par une assurance que toute l'étendue de l'information sera enseignée peu avant la 'hatouna.

Il pourrait y avoir des questions de clarification auxquelles il faudra peut-être répondre très clairement. Par exemple, « d'où sort exactement le zéra ? Puis-je manquer de Zéra ? » Ici vous pouvez dire essentiellement non, mais une utilisation excessive de n'importe quelle partie du corps peut l'endommager avec le temps. Ils pourraient demander : « Comment saurai-je quand ça sortira ? Ou "Est-ce la même chose que l'urine ? En fait, j'ai entendu parler d'une situation où un garçon urinait au point d'éprouver de la douleur en pensant que c'était une avéra de le laisser sortir, en interprétant mal le zéra lévatala en allant aux toilettes. » En fin de compte, toute question relative à la clarification de ce qui se passe dans leur corps, maintenant ou bientôt, devrait être complètement clarifiée. Toute question portant sur des sujets plus abstraits et liés au mariage peut être traitée dans une certaine mesure, avec l'assurance appropriée que la clarté concernant le mariage viendra au bon moment.

Il va sans dire que chaque question doit être traitée avec sincérité et qu'elle doit être qualifiée de bonne question. Si vous ne connaissez pas la bonne réponse ou si vous n'êtes pas certain, c'est toujours acceptable de dire « laisse-moi réfléchir pour que je puisse bien te répondre rapidement », puis communiquez avec lui en temps opportun.

## Succès et suivi

Le plus évident des résultats qu'un tel discours peut accomplir est d'éduquer l'enfant à éliminer la confusion et les inquiétudes inutiles, tout en lui donnant les moyens de prendre les bonnes décisions. Il peut s'agir à la fois d'un renforcement personnel de la maîtrise de soi et du développement de la force nécessaire pour résister à la pression négative des camarades. Si un garçon devient plus conscient dans ces domaines, la conversation a fait son travail.

Cependant, une réussite plus subtile est peut-être aussi la plus universelle et fondamentale. Le simple fait d'avoir cette conversation avec le garçon ouvre la porte à l'idée que ce sujet n'est pas tabou, et est en fait un sujet kadosh. C'est quelque chose que nous voulons qu'il exprime et non pas qu'il le garde à l'intérieur, du moment que c'est avec les bonnes personnes. Nous lui montrons qu'il peut et doit venir à nous (ses parents, son menahel, son Mashgia'h, et ses Rabbanim) quand il s'interroge ou se préoccupe de ce sujet. C'est une intention que nous transmettons explicitement au garçon dans la conversation.

Beaucoup de garçons reviennent pour discuter davantage de certains aspects de la discussion, d'une manière qui les concerne personnellement. Contrairement au garçon qui permet à ces idées négatives, ou à ces comportements de se solidifier et éventuellement de se transformer en habitudes fortes, j'ai eu l'occasion de travailler avec eux (ou de les référer à quelqu'un qui peut travailler avec eux) au début du problème, ou peu après.

Il arrive parfois qu'un garçon revienne ici pour parler de son exposition à des contenus inappropriés et/ou de son comportement de motzi zéra lévatala. Il est tellement plus facile de travailler avec un garçon dans cette situation et dans n'importe quelle autre situation, alors que cela ne s'est produit que quelques fois jusqu'à présent, que depuis des années. Bien sûr,

même si des habitudes se sont formées, il y a des méthodes et des stratégies qui peuvent fonctionner. GuardYourEyes.com a une brochure pour les jeunes adolescents qui décrit l'attitude et la perspective appropriée sur cette lutte et fournit également des conseils pratiques et des outils qui peuvent aider les garçons qui sont déjà en difficulté avec l'exposition à des choses inappropriées ou hotzaat zéra lévatala.

Voici quelques-unes des idées :

- Nous devrions le féliciter d'être venu nous en parler à un jeune âge, parce que plus on s'en occupe tôt, plus il est facile de s'arrêter avant que cela ne devienne un problème plus grave.
- Nous devrions essayer d'aider le garçon à comprendre que c'est une lutte normale et qu'HaShem l'aimera toujours, quoi qu'il arrive. Certaines personnes luttent un peu plus que d'autres dans ce domaine, et il y a des moyens de surmonter le défi.
- Chaque fois qu'il dit "non" au yetzer hara, il se construit et finit par gagner la guerre.
- Il deviendra plus facile au fil du temps, comme 'Hazal nous le dit, eivèr katan yeish badam, plus nous lui donnerons à manger, plus il aura faim, plus on l'affamera, plus il sera satisfait.
- Le fait de s'éloigner autant que possible des zones d'immodestie, comme les plages et les centres commerciaux, et d'avoir de bons filtres sur n'importe quel appareil Internet aide à diminuer la fréquence du nisayon.
- Nous pouvons prendre l'engagement de nous tenir à l'écart de telles choses pour une période donnée, et il devrait venir nous dire s'il trébuche. Il y a toujours un "bouton de réinitialisation".
- Il peut essayer de se distraire lorsqu'il ressent une envie, avec quelque chose comme : quitter la zone où il se trouve et/ou faire 10 minutes d'exercice. Cela peut être d'une grande aide pour relâcher la tension.
- Parfois, de petites récompenses et conséquences peuvent s'avérer utiles, même quand elles sont auto-administrées.
- Il devrait éviter l'isolement et rester en contact avec ses amis.
- Il pourrait s'adonner régulièrement à des activités physiques et sportives.
- Il pourrait trouver des passe-temps qu'il aime et des objectifs qu'il peut atteindre pour le motiver et lui donner un sentiment d'épanouissement (y compris des objectifs dans l'apprentissage, comme terminer une massé 'het...)
- Il pourrait étudier davantage la Torah en général (comme nous le savons, la Torah est un tavlin) et il devrait certainement prier afin de demander de l'aide à HaShem.

Une autre approche qui peut être utilisée avec des ba'hourim individuels consiste à "diminuer et retarder". Cela signifie diminuer la fréquence des hotzaat zéra, et même quand cela se produit, retarder la vitesse à laquelle on y succombe. L'auto-contrôle est un peu comme un muscle dans le corps, lorsque nous le travaillons, il devient plus fort. Ainsi, même le fait de retarder l'envie d'une minute permet de renforcer un peu le contrôle de soi. Cependant, céder immédiatement ne sert qu'à renforcer la taava et affaiblir son contrôle de soi. Ce sont des messages que les garçons peuvent entendre. Ils peuvent voir que nous leur demandons de travailler avec nous à un rythme raisonnable, et cela ne devrait pas sembler impossible. Il est

nécessaire cependant que nous commençons avec un garçon qui a au moins un certain intérêt à travailler dans ce domaine et à se rapprocher de HaShem.

Il faut souligner que chaque cas est unique et peut nécessiter une approche différente. Nous encourageons donc tous ceux qui ne sont pas certains de la marche à suivre d'obtenir des conseils sur [guardyoureyes.com](http://guardyoureyes.com).

Nous espérons que tout ceci a clairement tracé la voie à suivre pour mettre en œuvre avec succès ce programme important. C'est à travers une telle conversation faite dans un mahala'h de Torah et de yirat chamayim, que nous pouvons encore davantage faire partie de la vie réussie des talmidim dont nous nous soucions tant. Ceci est certainement inclus dans l'intention de 'Hagal en décrivant les talmidim étant kébanim, comme nos propres enfants.

### [Poursuivre la conversation](#)

GuardYourEyes.com a un deuxième livret pour les adolescents plus âgés qui peuvent être déjà en difficulté avec l'exposition à du matériel inapproprié. Ce livret peut être une bonne ressource pour les jeunes adolescents qui reviennent discuter davantage de ce sujet. Il peut également être une excellente ressource pour les Rabbanim afin de discuter avec leurs talmidim à mesure qu'ils grandissent, ainsi que pour chaque parent pour avoir de bonnes informations pour éventuellement poursuivre la conversation au fil du temps.



Rabbin Avi Landa MS, LCPC, NCC est Mashgia'h et conseiller d'orientation à Yeshivas Chafetz Chaim (TA) Baltimore, MD. Il pratique également en cabinet privé en psychothérapie de counseling clinique. En tant que représentant de GuardYourEyes, il a aidé à développer du matériel pour promouvoir une vie saine et équilibrée en tant que personne et en tant que Juif.

Vous pouvez inviter Rabbi Landa à venir à votre école en tant que représentant GYE.

Ses services de présentation aux établissements d'éducation incluent :

- Comment mettre en œuvre et suivre une conversation d'Inyanei Kédoucha pour les garçons du collège. Cela inclut une présentation de la documentation écrite qui guide l'école (qui se trouve dans ce livret), ainsi qu'un jeu de rôle lors de la discussion avec un élève. Des consultations et des conseils seront fournis à l'avenir tout au long du processus de mise en œuvre.
- Enseigner la sécurité technologique et la sensibilisation aux élèves et aux parents. Un curriculum adapté à l'âge sera présenté aux élèves de la maternelle à la Terminale. Le matériel à envoyer aux parents pour les sensibiliser à la technologie serait partagé. Des consultations et des conseils seront fournis à l'avenir tout au long du processus de mise en œuvre.
- Enseigner des sujets d'Hashkafa contemporains à nos étudiants. Des exemples pourraient inclure des sujets tels que l'élaboration d'une approche appropriée et équilibrée vis-à-vis des "filles" et de la "musique". (Les présentations sur l'Emouna pour le collège, le lycée et les élèves plus âgés sont également disponibles).

