



**היכל שלום**  
COMMUNAUTÉ SÉPHARADE  
HÉKHAL SHALOM

## CHABBAT SHALOM

LE BULLETIN HÉBDOMADAIRE  
DE NOTRE COMMUNAUTÉ

Vol.7 - No.20

CHABBAT 12 SEPTEMBRE 2020 - 23 ÉLOUL 5780

### PARACHA

### NITSAVIM - VAYELEKH



Allumage des bougies  
du Chabbat: 18h54  
Sortie du Chabbat: 19h55  
Rabbenou Tam: 20h23



**BH, NOTRE SYNAGOGUE EST  
MAINTENANT OUVERTE. SVP RESPECTER  
LE PROTOCOLE DES PRIÈRES**

### Horaire des Offices - 2020 - 5780

Vendredi 11 SEPTEMBRE 2020 - 22 ÉLOUL 5780

Minha suivie d'Arvit: 18:15

CHABBAT 12 Septembre 2020 - 23 ÉLOUL 5780

Chahrit: 8h15 Min'ha: 18h30 suivie de Arvit  
Séouda à la maison

Dimanche 13 Septembre - 24 ÉLOUL 5780

SELI'HOT: 6h00 - 7h15

Chahrit: 7h00 - 8h00 Min'ha: 18h45 suivie de Arvit

Lundi 14 au Jeudi 17 Septembre 2020

Seli'hot: 5h00 - 7h00

Chahrit: 6h00 - 7h45 Min'ha: 18h45 suivie de Arvit

Vendredi 18 Septembre 2020 - 29 ÉLOUL 5780

Séli'hot et Hatarat Nédarim 5h15

Veille de Roch Hachanah Min'ha & Arvit 18h30

Allumage des bougies 18h41



בס"ד

## PARACHA NITSAVIM - VAYELEKH

### Repentir et retour - Josué: la Torah



### Paracha Nitsavim - Rosh HaShana

#### Ne trouvez pas d'excuses

« Elle n'est pas au ciel pour que tu dises: qui montera pour nous au ciel la chercher, pour nous la faire entendre et que nous la mettions en pratique ! Et elle n'est pas au-delà des mers... Elle est très proche de toi dans ta bouche et dans ton cœur, pour être accomplie » (Devarim 30, 12-14)

Elle ?! De qui ou de quoi s'agit-il ?

D'après le Siforno, la Mitzvah particulière dont il s'agit ici, ne nécessite pas une révélation spécifique ni l'intervention de prophètes, ni l'expérience des générations, et c'est la Téchouva, le repentir, le retour à l'Eternel.

C'est pourquoi Moshé Rabbénou dit aux enfants d'Israël: "Ne trouvez pas d'excuses en disant, qui irait pour nous au ciel pour la prendre et nous la faire entendre", pensant aux Prophètes dont la vocation est de transmettre le message divin, ni "qui irait au-delà des mers...", faisant allusion aux sages qui demeurent loin. La Téchouva est proche de toi, c'est même la seule chose qui soit vraiment entre les mains de l'homme.

### Unicité de la communauté

« Vous vous trouvez aujourd'hui devant Hachem votre D-ieu : vos chefs, vos tribus, vos anciens... tout homme d'Israël. »

Nos Sages nous apprennent que, lors de notre jugement à Rosh HaShana, devant le Créateur du monde, nous serons absolument et totalement seul. Cette solitude doit nous mettre devant nos responsabilités. En effet, nous ne pouvons nous reposer sur le mérite de notre famille, sur l'éducation que nous avons eue, ou encore sur le milieu dans lequel nous vivons et qui fait parfois que nous faisons les choses pour être dans la norme, sous l'effet de la pression sociale.

« L'homme a été créé unique pour t'apprendre que, si une âme d'Israël est perdue, c'est un monde complet qui est perdu, et si une âme d'Israël est accomplie, alors c'est un monde complet qui est réalisé », nous dit une Michna du quatrième chapitre de Sanhédrin.

# Rabbin Ronen Azriel Abitbol



Cette Michna nous apprend la grandeur du Créateur qui a créé le monde pour chacun d'entre nous. C'est pour chacun d'entre nous que le monde a été créé. Plus que cela, explique Rav Wolbe, chacun de nous est porteur de capacités, d'un potentiel, de forces, de traits de caractère, que personne avant nous et après nous, ne pourra réaliser dans ce monde.

Moshé Rabbénou veut faire comprendre aux enfants d'Israël qu'ils se trouvent tous devant Hachem aussi en tant que communauté. Cela veut dire que, à part d'être des individus, nous faisons partie d'une grande communauté unie qui passe inconditionnellement par la Techouva, pour expier tous manquements personnels. Soyons solidaires envers notre communauté, soit en faisant du bénévolat, soit en la supportant avec des dons, ou au moins payer les dons déjà promis. Ceci fait partie de la Techouva envers nos obligations religieuses publiques. N'oubliez pas que la communauté est toujours là pour vous servir. **Aidez-nous à vous aider.**

## La pomme au miel

La tradition juive reconnaît à la pomme des vertus curatives. Bien qu'aujourd'hui ce fruit ait peu de valeur nutritionnelle, il est riche en antioxydants utiles dans la prévention de maladies cardiaques et du cancer. A la fin des jours, la pomme, avec tous les autres arbres, se verra restaurer toute la force qu'elle possédait dans le Jardin d'Eden.

Abraham Ibn Ezra interprète les deux premiers mots du Cantique des Cantiques (2:5) comme signifiant : «Revigorez-moi avec des pommes ». Rachi commente ce verset en expliquant que nos Sages recommandent d'apporter aux malades des pommes pour les guérir. Aujourd'hui, la pomme symbolise toujours la bonne santé, comme cela se reflète dans le dicton: "une pomme par jour garde loin le médecin toujours".

**Tout comme la pomme guérit tout, ainsi le Saint béni soit-Il guérit tout.**

En gardant à l'esprit ce qui précède, on peut observer un phénomène intéressant : si on coupe une pomme dans le sens de son axe horizontal, on peut y voir des marques qui suggèrent l'inscription du Saint Tétragramme sur la pomme elle-même. La lettre **Youd** (valeur numérique de 10) est implicite dans les dix points entourant les graines. La lettre

**Hé** est indiquée par les espaces des grains dans le cœur de la pomme. La forme de la lettre **Vav** se trouve dans la tige. Le second **Hé** est indiqué par les cinq grains.

## Les pommes luisantes

Selon un nouveau procédé commercial, certains producteurs de pommes rouges enduisent leurs fruits d'un additif permettant de les rendre plus reluisantes.

**Cet additif peut s'avérer être non casher.**

C'est pourquoi il faut privilégier les pommes moins brillantes et plus naturelles, afin d'être certain de la Cacherout.

Au cas où vous avez des pommes rouge luisantes, rincez-les à l'eau froide et au savon.

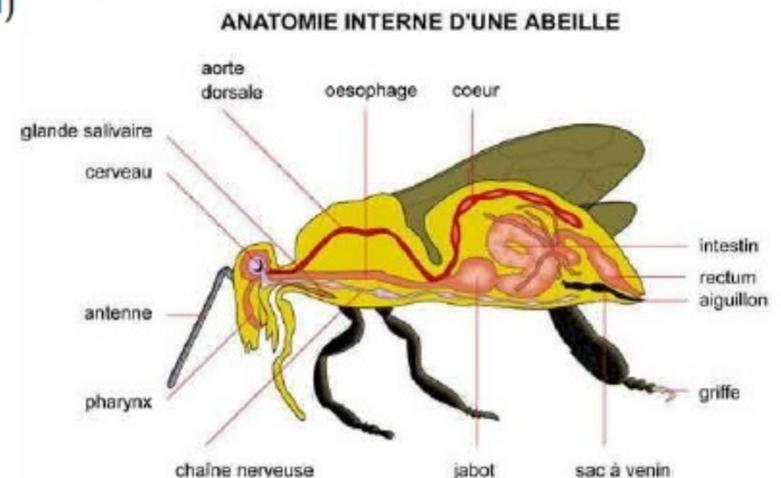
## Le miel

La Loi Orale que nos Sages ont reçue de leurs ancêtres, et leurs ancêtres des leurs, jusqu'à Moïse, établit le principe suivant dans le traité de Békhorote (7b):

« **Le miel d'abeilles est permis. Les abeilles l'introduisent dans leur corps mais ne le produisent pas à l'aide d'un organe de leur corps** ». Des recherches plus récentes révèlent deux faits intéressants

1) **L'abeille** a deux estomacs: l'un consacré à la digestion des aliments et l'autre, **le jabot**, destiné à la fabrication du miel.

2) **L'estomac « du miel »** ne sécrète pas de substances digestives. Cette découverte résout le problème des substances digestives mentionnées plus haut. (Univers Torah.com)



CE BULLETIN A ÉTÉ COMMANDITÉ PAR:

M. PATRICK AMAR POUR LA NAHALA DE SA MÈRE YAMNA BAT ITTO Z"l.

VEUILLEZ CONTACTER LE BUREAU AU (514) 747-4530

POUR LA COMMANDITE DE CE BULLETIN



## La gelée royale

Il nous faut en effet préciser ici que la Gelée Royale vendue dans les magasins de nourriture naturelle **n'est pas du miel**, mais une substance secrétée par les abeilles dans des glandes situées à l'extrémité de leurs antennes, et destinée à l'allaitement des larves sorties des oeufs pondus par la reine.

## Miel de sapin

Toutes les marques de miel (100% miel) sont autorisées à l'exclusion du miel de sapin élaboré à partir de miellat.

Le miellat est un ensemble de gouttelettes sucrées rejetées par des insectes suceurs de sève sur les feuilles d'arbre, puis butinées par les abeilles. Le miel de miellat n'est pas un miel 100% abeilles, car il est produit conjointement par les abeilles et des pucerons. Donc, selon certains décisionnaires, ce miel est interdit car produit par des insectes interdits. Cependant, d'autres décisionnaires adoptent une position permissive. C'est la position du Rav Ôvadia Yossef Zt"l.

## Le Seder de Rosh HaShana

Les deux soirs de Rosh HaShana, après avoir récité le Kiddouche, s'être lavé les mains et avoir mangé 30g de pain, il est de coutume de consommer certains aliments pour symboliser, par nos prières et nos espoirs, une année douce. Ces aliments furent choisis car leurs noms hébraïques sont proches de termes qui expriment nos souhaits pour l'année qui commence. Une prière accompagne la consommation de chaque aliment, exprimant nos vœux liés à leurs noms.

- ◆ Dattes
- ◆ Graines de sésame (Roubya)
- ◆ Poireau
- ◆ Blettes
- ◆ Courge
- ◆ Grenade
- ◆ Pomme et miel
- ◆ Tête de bélier (ou de poisson)

## Le coin de la Halakha La Veille de Rosh HaShana

**1.** Certaines personnes ont coutume de jeûner la veille de Rosh HaShana, afin d'accueillir le Nouvel An le coeur soumis et purifié. Ce jeûne commence à partir de l'aube. Pour ceux qui ne peuvent jeûner toute la journée, il est recommandé de jeûner jusqu'à 1 heure de l'après-midi.

**2.** La veille de Rosh HaShana, après la prière de Cha'hrit, on récite la Hatarat Nédarim, annulation des promesses. On choisit trois personnes (ou de préférence dix) qui se constituent en Beth Dine (tribunal religieux) et qui acquièrent ainsi l'autorité d'accorder le désengagement pour les promesses non tenues.

**3.** On ne doit pas sonner le Chofar la veille de Rosh HaShana, ni la nuit, ni le jour, même à la maison, car il doit y avoir au moins une journée d'interruption entre la sonnerie facultative du Chofar pendant le mois d'Eloul (fixée seulement en tant que coutume) et la sonnerie obligatoire de Rosh HaShana exigée par la Torah.

**4.** Il est d'usage de se rendre au cimetière la veille de Rosh HaShana surtout pour prier sur les tombes des Tsadikim. L'intention ne doit pas être de s'adresser aux morts, mais de prier D-ieu en invoquant le mérite de ces Tsadikim. On a l'habitude de donner généreusement la Tsédaka avant ces prières.

**5.** On ne dit pas Ta'hanoune (supplications) la veille de Rosh HaShana, mais à Min'ha du jour précédent, et pendant les Séli'hot de la nuit, on les dit.

**6.** On se coupe les cheveux (on a soin de le faire avant midi) et on prend un bain la veille de Rosh HaShana.

**7.** Il est recommandé de prendre également un bain d'immersion au Mikvé, à titre de purification.

## Le soir de Rosh HaShana

**1-** On s'empresse de se rendre à la synagogue et de réciter la prière d'Ârvit, avec ferveur et émotion, car on est déjà entré dans le jour du Jugement.

**2-** Dans les Âmidot de Rosh HaShana et de Kippour, on intercale dans les deux premières Bérakhot: Zokhrénou Le'hayim et Mi Kamokha respectivement. Dans l'avant-dernière Bérakha, on intercale Oukhtov Léhayim Tovim... et dans la dernière: Oubeséfer 'Hayim. La Âmida de Rosh HaShana comprend une Bérakha intermédiaire spéciale (entre les 3 premières et les 3 dernières) où Roch Hachana est mentionné en tant que jour du souvenir, Yom HaZikarone.

**3-** Au retour de la prière d'Ârvit, la table doit être prête et les bougies allumées, exactement comme en tout autre Yom Tov. On dit Kiddouch, en mentionnant Chéhé'héyanou les deux soirs de Rosh HaShana. Toutefois, comme il existe un doute quant à la nécessité de répéter Chéhé'héyanou le deuxième soir, il est préférable d'avoir devant soi

## NAHALOT - CE CHABBAT NOUS ÉLEVONS LA MÉMOIRE DE:

RAPHAEL ANDRÉ BENCHETON Z"l.	24 ÉLOUL- 13 SEPT.
JOSEPH SABBAH Z"l	24 ÉLOUL- 13 SEPT.
STRIA BAT HANNA BITTON Z"l	25 ÉLOUL- 14 SEPT.
YAMNA BAT ITTO Z"l	29 ÉLOUL- 18 SEPT.
SAMUEL LANCRY BAR SAADA Z"l	29 ÉLOUL- 18 SEPT.

**KOLLEL HEKHAL SHALOM**  
DÉDIÉ À LA MÉMOIRE DE ÉLIRAN ELBAZ Z"l ET  
À LA MÉMOIRE DE YAACOV SALTIEL Z"l



Il reste peu de temps  
avant Le Jour du Grand Jugement  
Venez rattraper toute une année

au moment du Kiddouch un fruit nouveau sur lequel on appliquera également la Bérakha de Chéhé'héyanou. Quoi qu'il en soit, cette Bérakha sera répétée.

## Le jour de Rosh HaShana

- 1- Il faut se lever de très bonne heure à Roch Hachana, même si on n'a pas l'habitude de le faire, afin d'assister à l'office du début à la fin.
- 2- On prie Cha'hrit comme les jours de Yom Tov, jusqu'à la Âmida, qui est la même que celle d'Ârvit.
- 3- Après la 'Hazara de la Âmida, on dit 'Avinou Malkénou', considérée comme une prière importante, car, rapporte le Talmud (Taânit 25b), c'est en invoquant D-ieu par 'Avinou Malkénou' (notre Père, notre Roi) que Rabbi Âkiva fut exaucé en faveur du peuple obtenant une fois l'annulation d'une terrible sentence divine.
- 4- La lecture de la Torah est suivie de la sonnerie du Chofar, Mitsva, qui caractérise le jour de Rosh HaShana. On sonne à plusieurs reprises, avant et pendant la prière du Moussaf.

5- Le Moussaf comprend, outre les trois premières et les trois dernières Bérakhot habituelles (avec les intercalations spécifiques aux Yamim Noraïm), trois Bérakhot intermédiaires accompagnées chacune d'une série de dix versets. Première série: Les Malkhouyot (versets indiquant le règne de D-ieu). Deuxième série: les Zikhronot (versets qui évoquent le souvenir des ancêtres). Troisième série: les Chofarot (versets qui se réfèrent à la sonnerie du Chofar). Nous suivons en cela la recommandation: "**Récitez devant Moi des Malkhouyot afin que vous Me fassiez régner sur vous, des Zikhronot afin que votre souvenir monte à Moi pour le bien, et par quel moyen, par la sonnerie du Chofar**" (Rosh HaShana 16a).

## Après la Téfila

- 1- On quitte l'office du matin le coeur joyeux et confiant en D-ieu qui a écouté nos prières et accepté l'appel du Chofar. On prend un déjeuner de fête et on en loue le Créateur. Ce deuxième repas doit être pris dans une atmosphère sérieuse de Kedoucha et accompagné de l'étude de la Torah.
- 2- On a l'habitude de ne pas dormir l'après-midi de Roch Hachana et de consacrer ce moment à dire des Téhilim ou à étudier la Torah. Si on a la tête lourde et qu'on ne pourra pas se concentrer plus tard pour la prière de Min'ha, on peut se reposer un peu, passée l'heure de midi.

## Min'ha et Tachlikh

1- Après la prière de Min'ha du premier jour, on récite le Tachlikh. A cet effet, on se rend au bord de la mer ou du fleuve (ou bien sur une terrasse d'où on a une vue sur la mer) ou à côté d'un puits ou d'une citerne d'eau - et on récite les trois versets: « Mi E-l Kamokha... Vétachlikh... Titène Emeth... » invoquant D-ieu qui, dans Sa bonté, pardonne et "jette à l'eau" nos péchés.

Ces versets sont précédés d'une explication sur leur signification profonde et suivis d'une prière générale, comme indiqué dans les rituels de prières de Rosh HaShana. (Mekor Daât-Halakhot)

