



**Paracha Ékev** *En bref*

*L'observance des mitsvot pour un avenir prometteur*

*Deutéronome 7, 12 - 11, 25*



Dans la paracha de Eikev (« Parce que »), Moïse poursuit ses admonestations : il promet aux Enfants d'Israël que, s'ils accomplissent les commandements (Mitsvot) de la Torah, ils connaîtront la prospérité sur la Terre dont ils s'apprêtent à prendre possession, conformément au serment fait par D.ieu à leurs ancêtres. Il rappelle aussi les manquements commis par la première génération constituée en peuple : le veau d'or, la rébellion de Kora'h, la faute des espions, leurs accès de colère contre D.ieu à Taveirah, Massah et Kivrot Hataavah (« les Sépulcres de la Concupiscence ») : « Vous vous êtes rebellés contre D.ieu depuis le jour où je vous ai connus », leur dit-il . Mais il souligne aussi la bienveillance divine, le pardon des fautes et les Secondes Tables de la Loi données après leur repentance. Les 40 années passées dans le désert, ajoute-t-il, des années pendant lesquelles chacun fut nourri par la manne venue du ciel, leur ont enseigné que « l'homme ne vit pas seulement de pain, mais l'homme vit par la parole émise de la bouche de D.ieu ». Moïse décrit la terre d'Israël comme un pays « ruisselant de lait et de miel », béni par les « Sept Espèces » (le blé, l'orge, le raisin, la figue, la grenade, l'huile d'olive et la datte), le lieu où s'exerce, par excellence, la Providence de D.ieu dans Son monde. Il commande au peuple de détruire les idoles des anciens maîtres de la terre et de ne pas se laisser gagner par un sentiment d'arrogance qui lui ferait croire que « ma puissance et la force de mes mains m'ont apporté cette richesse ». Un passage essentiel de la paracha est constitué

**1- HORAIRE DES OFFICES  
DE CHABBAT 2023 - 5783**

**A) VENDREDI SOIR**

**4 AOÛT 2023 - 17 AV 5783**

Allumage: (A partir de 18h48) 20h01  
Minha Kabbalat Chabbat: 18h30  
Suivi de Arvit

**B) CHABBAT - ÉKEV**

**5 AOÛT 2023 - 18 AV 5783**

Chahrit: 8h15 - Chiour: 18h30  
Min'ha De Chabbat: 19H30  
Séouda Shlishit suivi de Arvit  
Fin du Chabbat: 21h05  
Rabenou Tam: 21h29

**2- HORAIRE DES  
OFFICES DE SEMAINE**

Dimanche 6 Août 2023

Chahrit: 7h30

Min'ha suivi de Arvit: 18h35

**LUNDI 7 AU JEUDI 10 AOÛT**

Chahrit: 6h00 - 7h00

Min'ha de la semaine  
suivi de Arvit: 18h35

**Trente-six aphorismes  
du Baal Chem Tov**

12. L'amour que le Baal Chem Tov portait à son prochain défie l'entendement. Son successeur, le Maguid de Mézeritch, disait : « Si seulement nous pouvions embrasser le Sefer Torah avec le même amour qu'avait mon maître lorsqu'il embrassait les petits enfants qu'il amenait à l'école lorsqu'il était assistant du professeur. »

**Kollel Hékhhal Shalom**

Dédié à la mémoire de

Éliran Elbaz Z"l

et Yaacov Saltiel Z"l

**LUNDI: 19h15** - pour les Dames

Rav. Jérémie Asseraf

**MARDI: 19h15** - Conférence du Mardi

Histoire Juive - Tout Public

Rav. Jérémie Asseraf

**JEUDI: 19h30**

Pensée juive

Rav. Jérémie Asseraf

**Tous les matins**

**Chiour de DAF HAYOMI**

**après le 2ième office**



## Rabbin Jérémie Asseraf



par le second paragraphe de la prière fondamentale du Chéma qui reprend les commandements contenus dans le premier en les assortissant des bénédictions liées à leur accomplissement et des conséquences négatives résultant de leur négligence (famine et exil). Ce passage est également la source du commandement de prier et comporte une référence à la résurrection des morts lors de l'ère messianique.

### Haftarah de Ékev *En bref*

*Esaïe 49:14 - 51:3*

La haftarah de cette semaine est la deuxième d'une série de sept "haftarot de consolation". Ces sept haftarot commencent le Shabbat suivant Tisha b'Av et se poursuivent jusqu'à Roch Hachana. Le peuple juif exilé exprime son inquiétude que D.ieu l'ait abandonné. D.ieu les rassure qu'il n'en est rien, comparant Son amour et Sa miséricorde pour Son peuple à ceux d'une mère pour ses enfants, et même plus que cela aussi. Le prophète Isaïe décrit ensuite de façon touchante le rassemblement des exilés qui aura lieu avec l'arrivée du Messie et revenant au sujet initial de cette haftora, celui de la plainte du peuple juif d'être abandonné par D.ieu, il leur rappelle leur comportement rebelle qui a provoqué l'exil et la souffrance. Il conclut par des paroles encourageantes, nous rappelant ce qui était arrivé à nos ancêtres, Abraham et Sarah. Tout comme ils ont eu la chance d'avoir un enfant alors qu'ils avaient pratiquement abandonné tout espoir, de même, D.ieu nous enverra le Messie.



## Fêtes juives: Le 15 Av 7 Versets de la Torah qui transformeront votre perception de votre conjoint

Par Mendy Kaminker et Mordechai Lightstone

Cette semaine, nous avons célébré le 15 Av, une journée dédiée à l'honneur du mariage juif. Nous avons exploré les textes sacrés juifs pour dénicher ces 7 citations inspirantes de la Torah sur le mariage et les relations.

### 1. Adam et Eve : le couple fondateur

D.ieu a proclamé : « Il n'est pas bon que l'homme soit seul. » C'est suite à ces paroles qu'Il créa Eve, formant ainsi le couple fondateur de l'humanité.

### 2. Gagnant ou perdant

Une relation harmonieuse n'est pas seulement le secret d'une vie paisible, sereine et joyeuse, mais aussi la clé pour attirer une bénédiction singulière du Créateur. Comme Rabbi Akiva l'a dit (Sotah 17b), en se basant sur les mots hébreux pour mari (איש) et femme (אשה), qui se combinent pour former les mots « feu » (אש) et « D.ieu » (יה) : « Le mari et la femme, s'ils sont méritants, la présence divine (Chekhina) réside parmi eux. S'ils ne le sont pas, un feu les consume. »

### 3. Quelle bonne affaire !

Dans la Ketouba, le contrat de mariage entre mari et femme, nombreux sont ceux qui incluent le verset (Proverbes 18, 22) : « Celui qui trouve une femme a trouvé le bien, et obtient la

CE BULLETIN EST DÉDIÉ À LA MÉMOIRE DE NOTRE CHER ET REGRETTÉ  
HAZANE MAKHLOUF BEN MÉSSODI Z"l. ET ÉTÉ COMMANDITÉ PAR  
1- M. LEON ALLOUNE POUR LA NAHALA DE SA MÈRE JULIE SIMHA Z"l.  
2- M. MOISE EDERY POUR LA NAHALA DE SON PÈRE MORDECHAI EDERY Z"l.  
VEUILLEZ CONTACTER LE BUREAU AU (514) 747-4530  
POUR LA COMMANDITE DE CE BULLETIN



faveur de D.ieu. » Un bon mariage est le réceptacle pour attirer les bénédictions de D.ieu dans notre vie.

#### 4. Rencontrer mon âme sœur

Le Zohar (I 91a) nous apprend que le mariage n'est pas le résultat du hasard, mais plutôt que « le mari et la femme sont une seule âme, séparée seulement par leur descente dans ce monde. Quand ils se marient, ils sont à nouveau réunis. »

#### 5. Promouvoir la paix !

La paix entre le mari et la femme est d'une importance telle que la loi juive stipule qu'elle peut primer certaines autres mitsvot.

Par exemple, le Talmud enseigne (Chabbat 23b) que si une personne manque d'argent et doit choisir entre acheter « une bougie de 'Hanouka ou une bougie de Chabbat [qui procure lumière et tranquillité dans la maison], la bougie de Chabbat est prioritaire en raison de l'importance de la paix dans le foyer [chalom bayit]. »

#### 6. ... À n'importe quel prix !

Nous constatons l'importance de la paix entre mari et femme non seulement en ce qui concerne l'éclairage du foyer, mais même dans le respect de la sainteté du nom de D.ieu ! Dans la cérémonie de la Sotah – un rituel effectué pour rétablir la paix entre un mari et une femme en conflit –, le nom même de D.ieu est effacé et dissous dans l'eau que la femme doit boire pendant la cérémonie. Comme le Talmud (Derekh Erets Zouta 11) le note : Grande est la paix, car nous constatons que le Saint, béni soit-Il, renonce à la sainteté de Son nom – bien qu'il soit écrit dans la sainteté et ensuite effacé dans l'eau – afin de rétablir la paix entre mari et femme.

#### 7. « Si vous le désirez, le succès viendra »

C'est ce qu'a écrit le Rabbi de Loubavitch, Rabbi Mena'hem Mendel Schneerson de sainte mémoire, à un 'hassid qui lui avait fait part de problèmes familiaux (Iguerot Kodech Vol 10, pp 221) : « Il incombe à vous et à votre femme de faire tout ce qui est en leur pouvoir pour rapprocher vos cœurs et renforcer la paix dans le foyer. Et si vous le désirez vraiment, alors sans aucun doute, vous réussirez ! »

## Chaque chose se mérite

L'âge de deux ans est souvent qualifié d'« âge terrible »,

marquant l'époque où les tout-petits commencent à affirmer leur autonomie. Conformément à cette prédiction, ma charmante petite-fille est devenue bien décidée à accomplir ses tâches « toute seule ». Sa phrase favorite est devenue : « C'est moi qui fais ! » Face aux tâches qu'elle préférerait remettre à plus tard, comme l'heure du coucher, sa réponse est tout simplement : « Maman, va-t'en ! » Pourtant, bien qu'à certains moments elle revendique son indépendance avec véhémence, l'instant d'après elle se blottira joyeusement dans les bras de sa mère pour qu'elle lui lise un livre. Elle exprimera un « merci » sincère lorsque j'habillerai sa poupée après qu'elle n'y soit pas parvenue, mais refusera catégoriquement ma main lors de la montée des escaliers. La fierté dans son regard après avoir atteint le sommet est indescriptible. Depuis environ l'âge de six mois, la graine de l'indépendance est semée et continue de croître, pour certains, avec acharnement. L'indépendance ne signifie pas que nous n'avons pas besoin des autres, mais que nous apportons notre propre contribution, nos propres efforts, dans nos relations et face aux défis de la vie. Dans la lecture de la Torah de cette semaine, nous lisons le second paragraphe de la prière du Chéma, alors que la lecture de la semaine dernière contenait le premier paragraphe. La prière du Chéma, que nous sommes tenus de réciter chaque matin et chaque soir, renferme des croyances fondamentales sur l'amour et le service de D.ieu, sur l'étude et l'enseignement de la Torah, et sur la pratique des mitsvot. Cependant, une grande partie du second paragraphe semble redondante par rapport au premier, avec quelques variations notables. Le second paragraphe traite des récompenses et des sanctions que nous recevrons en suivant les commandements, alors que le premier ne mentionne pas cet aspect. D'autre part, le premier paragraphe s'adresse aux Juifs en tant qu'individus (« tu »), tandis que le second s'adresse à nous au pluriel (« vous »). Deux aspects façonnent notre relation avec D.ieu, chacun se reflétant dans un paragraphe respectif du Chéma. Le premier est le lien que D.ieu établit avec nous, sans lequel une relation avec Lui serait impossible. Le second réside dans nos efforts pour nous élever et nous rapprocher de D.ieu en utilisant nos capacités finies que sont notre intellect et nos émotions. La récompense est uniquement mentionnée dans le second paragraphe parce que, par définition, une récompense



# HÉKHAL SHALOM NOTRE COMMUNAUTÉ



## CONDOLÉANCES



Le Rabbin Jérémie Asseraf,  
le Président Phillipe Tordjman, le C.A et le Kahal  
présentent leurs sincères condoléances à M. Léon Laredo  
et famille pour le décès de son épouse  
Mme Lydia Cohen Laredo bat Rahma Z"L  
et les assurons de notre affection et de notre soutien

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

MAURICE ELKOUBY BAR HASIBA Z"L	21 AV - 8 AOÛT
MORDECHAI EDERY Z"L	22 AV - 9 AOÛT
JULIE SIMHA ALLOUNE Z"L	23 AV - 10 AOÛT
JOSEPH YAACOV PINTO Z"L	24 AV - 11 AOÛT

## KIDDOUCH CHABBAT

Est offert par: LA COMMUNAUTÉ

## SÉOUDA CHÉLICHITE

Est offerte par: M. Moïse Ederly pour la nahala de son père  
Mordechai Ederly Z"L

Un nombre effroyable de Juifs furent massacrés. La louange à D.ieu paraît exprimer la reconnaissance pour avoir survécu et être à même de transmettre un judaïsme vivant à la prochaine génération. Dans cette dernière partie, nous remercions également nos hôtes et nos parents et demandons à nouveau à D.ieu d'envoyer le prophète Élie qui annoncera le Machia'h. 'ajout de certains paragraphes ou de certaines phrases, ou de légers changements dans les mots marquent des jours particuliers tels que le Chabbat, le Roch 'Hodech ou les Fêtes. Les Actions de Grâce ne font pas que remercier D.ieu de pourvoir à nos besoins essentiels. C'est une partie intégrante de notre vie en tant que Juifs, exprimant le cours entier de l'histoire juive, avec ses joies, ses tragédies et ses espoirs. Le réciter ou le chanter nous unit à des milliers d'années d'histoire du peuple juif et nous offre également une précieuse opportunité de nous adresser directement à D.ieu.

est quelque chose que l'on doit mériter et non recevoir en cadeau. C'est après s'être dépensé pour quelque chose que l'on peut véritablement ressentir la joie de son accomplissement. De plus, en déployant des efforts pour améliorer notre caractère moral, nous progressons en tant qu'individus. Chaque nouveau projet sur lequel nous travaillons contribue à développer d'autres facettes de notre personnalité : notre résilience, détermination, empathie, générosité. Nous ne sommes pas des êtres singuliers dotés d'un talent unique, mais des êtres pluriels et multidimensionnels. Le deuxième chapitre du Chéma nous enseigne que bien que les fruits de nos propres efforts puissent sembler moins glorieux et éclatants que ce qui est reçu d'autrui, ils sont plus authentiques. Du haut de ses deux ans, ma petite-fille en est la preuve vivante. (par Chana Weisberg)

## Pas seulement par le pain...

Connaissez-vous le "Birkat Hamazone"? par Tali Loewenthal

La gratitude est un fondement de la vie juive. Aussi bien ressentir et exprimer de la gratitude à l'égard de ceux qui nous entourent qu'à l'égard de D.ieu. Un des aspects importants de cette gratitude s'exprime par la récitation des Actions de Grâce (le « Birkat Hamazone ») après avoir mangé du pain. C'est un moment significatif, qu'il ait lieu lors d'un banquet, d'un repas familial le Chabbat ou simplement après avoir consommé un sandwich. Réciter les Actions de Grâce exprime l'idée que nous dépendons de D.ieu pour tous les détails de notre vie et que nous Lui sommes reconnaissants de veiller sur nous, à chacun de nos pas. Nous avons besoin de D.ieu à chaque instant de notre existence, pour l'air que nous respirons et pour les aliments que nous consommons. L'idée que nous devons réciter cette prière vient d'un verset de la Torah : « Tu mangeras et tu seras rassasié et tu béniras D.ieu pour la bonne terre qu'Il t'a donnée » (Deutéronome 8, 10). Les Sages expliquent que le sens littéral de ces mots implique qu'il nous est enjoint de ne bénir D.ieu que si nous avons mangé suffisamment pour être « rassasiés ». Toutefois, les Sages ont introduit l'idée que nous devons réciter cette prière même si nous ne sommes pas rassasiés, à partir du moment où nous avons consommé une quantité minimale de pain (le « volume d'une olive », soit environ trente grammes de pain). Cette prière comporte quatre paragraphes. Le premier concerne le fait que D.ieu pourvoit en nourriture le monde entier ; il fut composé par Moïse. Le peuple juif errant dans le désert le récitait après avoir mangé la manne qui tombait du ciel. Au bout de quarante ans, ils entrèrent en Terre Promise Josué écrivit alors le second paragraphe qui commence par des remerciements à D.ieu pour la sainte Terre d'Israël. Ce paragraphe remercie également D.ieu pour l'Alliance de la Circoncision, pour la Sortie d'Égypte et pour la Torah. Le troisième paragraphe composé par le roi David et le roi Salomon la lignée des rois descendant de David ainsi que le Temple. Il s'achève avec la supplique à D.ieu de reconstruire la ville sainte de Jérusalem avec la venue de Machia'h. Le dernier paragraphe des Grâces fut composé par les Sages, il y a environ 1870 ans. C'est une expression générale de gratitude envers D.ieu. Il est « le Roi qui est bon et qui fait le bien pour tous ». En fait ce dernier paragraphe fut rédigé après la terrible tragédie de l'échec de la révolte juive contre les Romains en 135 de l'ère commune. Un

INFORMATION: [www.hekhalshalom.com](http://www.hekhalshalom.com)

Communauté Sépharade Hékhal Shalom,  
Mikvé - Synagogue - Kollél - Salle des fêtes  
825 Gratton, Ville Saint-Laurent, H4M 2G4,  
Tél: 514 747-4530 - Fax: 514 747-5283 - Mikvé: 514 747-7707



Ce Bulletin hebdomadaire est dédié à la mémoire de mes chers parents

Ovadia ben Merav Harari Z"L et Liliane Leah bat Rachel Cohen Z"L

Design et Graphisme: Roland Harari

T: (514) 591-2761, E: [teknovar@videotron.ca](mailto:teknovar@videotron.ca)