



Paracha Vaéra *En bref*

Les 7 premières plaies s'abattent sur l'Égypte - Exode 6, 2 - 9, 35



Dieu se révèle à Moïse. Employant les « quatre expressions de délivrance », Il promet de faire sortir les Enfants d'Israël d'Égypte, de les délivrer de leur servitude, de les rédimer et d'en faire Son peuple élu au Mont Sinaï, suite à quoi Il les conduira à la terre qu'il a promise aux Patriarches en héritage éternel. Moïse et Aharon se présentent à plusieurs reprises devant Pharaon pour exiger au nom de Dieu « Laisse partir Mon peuple, afin qu'il puisse Me servir dans le désert », mais Pharaon refuse à chaque fois. Le bâton d'Aharon se transforme en serpent et avale les bâtons magiques des sorciers égyptiens. Dieu envoie ensuite une série de plaies sur les Égyptiens. Les eaux du Nil se changent en sang, des grenouilles envahissent le pays par millions, une vermine infeste hommes et bêtes. Des hordes d'animaux sauvages envahissent les villes, une maladie mortelle s'abat sur les animaux domestiques, de douloureux furoncles affligent les Égyptiens. Lors de la septième plaie, le feu et la glace se combinent dans des grêlons dévastateurs qui pleuvent du ciel. Toutefois, « le cœur de Pharaon s'endurcit et il ne voulut point laisser partir les enfants d'Israël ; comme Dieu l'avait dit à Moïse. » Dieu confirme la promesse de la libération prochaine. Après un bref énoncé de la généalogie de Moïse et d'Aaron, Dieu les engage à se présenter immédiatement devant le maître de l'Égypte. Des signes miraculeux, le bâton qui deviendra serpent, et l'eau qui se transformera en sang, devront soutenir leurs paroles. Cependant, la première apparition des deux frères reste sans résultat et Pharaon ne donne

בס"ד

1- HORAIRE DES OFFICES DE CHABBAT 2024 - 5784

A) VENDREDI SOIR

12 Janvier 2024 - 2 Shévat 5784

Allumage: 16h14

Min'ha Kabbalat Chabbat: 16h14

Suivi de Arvit

B) CHABBAT - VAÉRA

13 Janvier 2024 - 3 Shévat 5784

Chahrit: 8h15

Min'ha de Chabbat: 15h55

Séouda Chélichit

Arvit et fin de Chabbat: 17h20

Rabenou Tam: 17h46

C) Horaire des Offices de Semaine

Dimanche 14 Janvier 2024

4 Shévat 5784

Chahrit: 7h30

Min'ha suivi de Arvit: 16h20

Lundi 15 au 18 Janvier 2024

Chahrit: 6h00 (Miniyan 1)

Chahrit: 7h00 (Miniyan 2)

Min'ha suivi de Arvit: 16h20

Shabbat Shalom, Israel



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

MERCREDI: 19h30

Cours donné par Charles Abikhzer

basé sur les écrits de

Rav David Ménachè ZATSAL

JEUDI: 19h30

Pensée juive

Rav. Jérémie Asseraf

Tous les matins Chiour de DAF

HAYOMI après le 2ième office



Rabbin Jérémie Asséraf



aucune suite à l'ordre qui lui est signifié. C'est alors que commence l'effroyable suite de plaies qui s'abat sur l'Égypte. Les fleuves et les cours d'eau se transforment en sang. Les grenouilles envahissent le territoire. La vermine à son tour s'ajoute aux souffrances des hommes et des bêtes, et les fauves se déchaînent contre le pays. La peste, les pustules et la grêle augmentent encore le désespoir du peuple égyptien, mais Pharaon continue de résister

Haftara Vaéra

En bref - Ezekiel 28:25-29:21.

La *haftarah* de cette semaine commence par une mention du rassemblement des exilés, faisant écho à la promesse de D.ieu mentionnée dans la partie de la Torah : « Je vous sortirai des souffrances de l'Égypte ». Le prophète continue ensuite en discutant de la décimation de Pharaon et de l'Égypte, ce qui rappelle le thème principal de la partie de la Torah : la dévastation que D.ieu a infligée à l'Égypte. Ézéchiël commence par une description de ce qui se passera lors du rassemblement des exilés. "Quand je rassemblerai dans la maison d' Israël des peuples parmi lesquels ils ont été dispersés, et que j'aurai été sanctifié par eux aux yeux des nations, alors ils habiteront sur leur pays que j'ai donné à mon serviteur, à Jacob . Et ils y habiteront en toute sécurité..." Le prophète transmet ensuite une prophétie concernant Pharaon et l'Égypte, prédisant la chute de l'empire égyptien. L'Égypte méritait cette punition pour deux raisons : a) Elle avait renié sa promesse de venir en aide à Israël contre les attaquants babyloniens . b) Ils étaient d'une incroyable arrogance, se considérant comme ne dépendant pas de D.ieu, attribuant plutôt leur succès à la générosité que leur offrait leur Nil déifié. C'est pourquoi Ézéchiël prévient : « Et le pays d'Égypte sera désolé et en ruine, et ils sauront que je suis l'Éternel ! Parce qu'il [Pharaon] a dit : 'Le fleuve est à moi, et je l'ai fait.' » G-d prévient que le pays d'Égypte sera vide et désolé

pendant quarante ans, D.ieu ramènera le ce pays pour le mais ce ne sera plus une nation importante avec laquelle il faut compter. La *haftarah* se termine par une autre prophétie dans laquelle D.ieu informe Ézéchiël que Nabuchodonosor , roi de Babylone, sera celui qui conquérira l'Égypte et s'emparera de son butin. Ceci en récompense de ses efforts pour vaincre la méchante nation de Tyr.

après quoi peuple dans réhabiter,

Voir et croire

par Eli Touger

Les prisons de l'esprit

Quand la Torah cite un lieu, le nom ne désigne pas seulement un emplacement géographique, mais aussi un état d'esprit et un ensemble de circonstances spirituel. Dans ce contexte, *Mitsraïm*, le nom hébreu de l'Égypte, sert de paradigme pour nous enseigner la nature de l'exil et l'essence de l'épreuve spirituelle de notre peuple tout au long de son histoire. *Mitsraïm* est sémantiquement lié au mot hébreu *metsarim* qui signifie « frontières » ou « limites ». L'existence matérielle circonscrit et limite l'expression de la Divinité dans le monde, ainsi que l'expression de l'étincelle divine dans notre âme. C'est cela l'exil, un état non naturel où la véritable réalité qui est que le monde fut créé pour être une résidence pour D.ieu, et que l'âme de l'homme est véritablement une partie de D.ieu, est voilée. Dans cette situation, une personne se retrouve absorbée dans la routine quotidienne de sa vie. Les valeurs spirituelles, pour peu qu'elle les considère, sont alors toutes interprétées selon sa propre perspective du monde. De plus, l'exil se perpétue lui-même de façon naturelle. Nos Sages relatent qu'aucun esclave ne put jamais fuir l'Égypte. De la même façon, tout cadre dans lequel vit une personne crée une inertie qui résiste au changement. Pour emprunter à nos Sages une expression :



**CE BULLETIN EST DÉDIÉ À LA MÉMOIRE DE NOTRE CHER ET REGRETTÉ
HAZANE MAKHLOUF BEN MÉSSODI Z" L..
VEUILLEZ CONTACTER LE BUREAU AU (514) 747-4530
POUR LA COMMANDITE DE CE BULLETIN**



« Une personne enchaînée ne peut se libérer elle-même. » Puisque les mécanismes cognitifs de chacun sont façonnés par un environnement d'exil, de nombreuses personnes ont du mal à voir au-delà de ce cadre.

Une fin à l'exil

Et pourtant, bien que l'homme ne puisse par lui-même se libérer, D.ieu refuse que l'exil se perpétue indéfiniment. Le premier pas de la rédemption est une révélation directe du Divin. Puisque la caractéristique fondamentale de l'exil est la dissimulation de la présence de D.ieu, l'annulation de l'exil implique une vision plus claire du Divin. Cela aura pour effet d'extirper les gens de leur égocentrisme et de les ouvrir à la conscience spirituelle. C'est là le message de la Parachat *Vaéra*. *Vaéra* signifie : « Et Je Me suis révélé. » La racine de *Vaéra* est le mot *réiyah* qui signifie « vue ». *Vaéra* se réfère à quelque chose qui peut être vu directement. Ce thème se poursuit tout au long de cette lecture de la Torah qui décrit sept des dix plaies, des miracles manifestes, qui avaient un double objectif, comme le dit la Torah : « Je manifesterai Ma force,... Je ferai sortir Mes légions d'Égypte... Et l'Égypte saura que Je suis D.ieu. » Ces plaies rendirent le monde entier conscient de la présence de D.ieu. Même les Égyptiens, dont le roi s'était vanté en affirmant⁸ : « Je ne connais pas D.ieu », devinrent conscients de Lui et reconnurent⁹ : « C'est le doigt de D.ieu ! » Du fait que ces miracles furent ouvertement visibles, ils transformèrent la manière de penser des gens. Quand une idée nous est communiquée intellectuellement, il nous faut du temps pour l'assimiler au point qu'elle affecte notre conduite. En revanche, quand une personne voit quelque chose de ses propres yeux, cela change immédiatement sa façon de penser. Quand une personne a été visuellement témoin d'un événement, personne ne peut la convaincre que cela ne s'est pas produit.

Un riche héritage

Il est cependant naturel que l'on demande : « Mais quand ai-je vu, moi, le Divin ? Peut-être y eut-il des miracles, par le passé, mais quel rapport ont-ils avec aujourd'hui ? » La réponse se trouve dans le commentaire de Rachi sur le verset dont la Paracha tire son nom : « Et Je Me suis révélé à Abraham, à Isaac et à Jacob. » Rachi commente : « Aux patriarches. » Il semble que cette remarque soit superflue. Nous savons tous qu'Abraham,

Isaac et Jacob furent les patriarches du peuple juif. Ayant mentionné chacun par son nom, il n'était pas nécessaire de mentionner leur qualité. Toutefois, Rachi met l'accent sur le fait qu'ils méritèrent ces révélations, non pas de par leurs vertus personnelles, mais parce qu'ils étaient les « patriarches », et que leurs réalisations spirituelles seraient transmises en héritage à leurs descendants. En Se révélant à nos patriarches, D.ieu fit de la conscience de Son existence un élément fondamental de la nature de leurs descendants pour tous les temps. croyance et notre vie concrète. Hélas, ce genre de dichotomie n'est que trop répandu. Le besoin de résoudre ce schisme explique pourquoi la lecture de la Torah précédente, Parachat Chemot, se conclut en décrivant la façon dont Moïse aborda D.ieu et demanda : « O D.ieu, pourquoi maltraites-Tu Ton peuple ? » La question de Moïse ne reflétait pas un manque de foi. Il ne fait aucun doute que Moïse croyait ; de même que l'ensemble du peuple, car les Juifs sont par nature « des croyants, descendants de croyants ». Mais Moïse réalisa que sa responsabilité était d'être un « berger de la foi », c'est-à-dire de nourrir la foi du peuple jusqu'à ce que celle-ci puisse affecter leurs processus de pensée. C'est pourquoi il posa cette question à D.ieu.

Les miracles de nos vies

En réponse à la question de Moïse, D.ieu déclencha les miracles décrits dans notre lecture de la Torah. Les actions de Moïse pour faire de la foi un facteur de la vie quotidienne suscitèrent une réponse de D.ieu. Des concepts similaires s'appliquent dans chaque génération, car les miracles n'appartiennent pas à un passé révolu. Dans chaque génération, D.ieu manifeste Son grand amour de Son peuple en accomplissant des actes qui transcendent l'ordre naturel des choses. Il se peut que le bénéficiaire d'un miracle ne reconnaisse pas ce qui s'est produit, et que dans d'autres occasions, les miracles soient évidents pour tous. Dans le passé récent, nous avons d'ailleurs vu de grands miracles : la Guerre du Golfe, la chute du Communisme et l'immigration massive des Juifs en *Erets Israël*. Nos prophètes ont promis : « Tout comme lors de votre sortie d'Égypte, Je vous montrerai des merveilles. » Tout comme les miracles que D.ieu fit en Égypte annoncèrent la délivrance, puissent ceux dont nous avons été témoins et dont nous serons témoins dans l'avenir annoncer la Rédemption ultime. Et puisse cela avoir lieu dans l'avenir immédiat.

"CHABBAT CHALOM"



CONDOLÉANCES



Le Rabbin Jérémie Asseraf,
le Président Phillipe Tordjman, le C.A et le Kahal
présentent leurs sincères condoléances à M. Yossi Mouyal et
famille pour le décès de sa mère
Mme Esther Mouyal Z'L'
et les assurons de notre affection et de notre soutien

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

IRIS BAT FORTUNE Z"L

4 SHEVAT - 14 JAN

SULTANA BITTON "L

9 SHEVAT - 19 JAN

KIDDOUCH CHABBAT

Est offert par: La Communauté en l'honneur de
Hilloula de Rabbi Israël Abouhatsira Baba Salé Z"L

SÉOUDA CHÉLICHITE

Est offerte par: La Communauté

ÉVÉNEMENTS COMMUNAUTAIRE À RETENIR

Mercredi soir 24 Janvier après Arvit - 14 Shévat 5784
Fête de Tou Bishvat

mauvaises habitudes. Il est maintenant temps d'analyser comment vous en êtes arrivée là en premier lieu. Pour éliminer la possibilité de remplacer une compulsion par une autre, vous devez aborder sa cause sous-jacente (pour « vous rédimier »). Était-ce l'ennui ? La peur ? Le stress ? Affrontez les problèmes émotionnels qui ont donné lieu à cette béquille.

4) Je vous prendrai pour Moi comme peuple.

Après avoir abordé votre paysage émotionnel, il est temps de jeter un long regard sur votre bien-être spirituel. Le but de notre rédemption était de « vous prendre pour Moi ». Cultivez votre relation avec D.ieu pour assurer un sens, un épanouissement et un but à votre vie.

5) Je vous amènerai à la terre.

Après avoir déployé tous les efforts nécessaires, sachez que la véritable liberté (vous amener dans la terre promise de vos objectifs) vient uniquement de D.ieu. Gardez à l'esprit que D.ieu gouverne chaque aspect de notre existence, et que toute notre force émane de Lui.

5 étapes pour rompre une mauvaise habitude

« Ça y est ! J'en ai assez ! »

Vous êtes résolue à briser une mauvaise habitude qui s'est emparée de votre vie. Cela peut sembler aussi anodin que de se ronger les ongles ou de vérifier ses emails trop souvent par heure (ou par minute !). Ou bien, cela peut concerner des habitudes plus préoccupantes, comme un régime alimentaire menaçant votre santé, des réactions émotionnelles mettant en péril vos relations, ou des routines de shopping compromettant votre sécurité financière. Dans tous les cas, vous avez réalisé que ces pratiques négatives vous asservissent. Vous êtes prête à prendre le contrôle, déterminée à créer un changement positif et durable. Mais maintenant, la question se pose : comment ? Au début de la lecture de la Torah de cette semaine, D.ieu a assuré à Moïse qu'Il libérerait le peuple juif de son esclavage égyptien. « Dis aux enfants d'Israël : Je suis l'Éternel, et **Je vous sortirai** de sous les fardeaux des Égyptiens, et **Je vous sauverai** de leur travail, et **Je vous rédimerais** avec un bras étendu et de grands jugements. Et **Je vous prendrai pour Moi comme peuple**, et Je serai un D.ieu pour vous, et vous saurez que Je suis l'Éternel votre D.ieu... **Je vous amènerai à la terre...** » Ces paroles de D.ieu nous offrent une leçon sur la manière de devenir une nation libre. Cependant, nous pouvons utiliser ces étapes pour nous libérer de nos propres asservissements personnels.

1) Je vous sortirai.

D'abord, éloignez-vous physiquement (« sortez-vous ») de la tentation. Les barres de chocolat ou les chips dans votre garde-manger vous appellent ? Éliminez ces choix malsains de chez vous ! Vous vérifiez vos emails pendant des moments précieux avec vos proches ? Éteignez votre téléphone !

2) Je vous sauverai.

Maintenant que vous avez éliminé la tentation négative, remplissez le vide par quelque chose de positif (« sauvez-vous » de manière pratique). Envie de grignoter quelque chose de malsain ? Appelez une amie. Prête à perdre votre sang-froid et à vous emporter ? Écoutez un cours de Torah ou faites une promenade pour vous calmer.

3) Je vous rédimerais.

Vous avez pris des mesures proactives et pratiques pour vaincre vos

INFORMATION: www.hekhalshalom.com

Communauté Sépharade Hékhhal 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