



La Sidra

DE LA SEMAINE

ROCH HACHANA

Adapté d'un discours du Rabbi de Loubavitch

Rechercher les racines avec le Chofar

Les relations

La Paracha Nitsavim est toujours lue le Chabbat qui précède Roch Hachana.

Rabbi Its'hak Halévi Hurvitz (1558-1628), que l'on connaît sous le nom du Chalo, (acronyme du titre de son œuvre), enseigne que toutes les portions de la Torah sont liées aux moments où elles sont lues.

Il nous faut ainsi nous interroger sur les liens entre la Paracha Nitsavim et Roch Hachana. Il en existe au moins deux :

Le premier tourne autour du premier verset :

« Vous vous tenez fermement aujourd'hui, tous ensemble devant l'Éternel, votre D.ieu... »

Selon le Zohar, le mot « aujourd'hui » se réfère, dans ce contexte, à Roch Hachana, le Jour du Jugement.

La Torah implique donc ici que nous devons avoir confiance que nous nous tiendrons fermement devant D.ieu et qu'en ce jour, nous obtiendrons un jugement favorable.

Le second lien réside dans le verset :

« Peut-être se trouve-t-il parmi vous une personne (qui grandit dans la méchanceté... comme) une racine qui fait naître (des herbes amères comme) la cigüe et de l'absinthe... ».

Les commentateurs observent que les initiales des mots **Chorèche** (« racine »), **Poré** (« fait naître »), **Roch** (« la cigüe ») et **Vlaanah** (« et l'absinthe ») forment le mot **Chofar**. Cela transmet le message que le son du Chofar peut aider même celui qui est devenu comme un poison et une herbe amère.

Ces quatre mots offrent un autre lien avec Roch Hachana. Toutes les lettres du mot Roch Hachana y sont contenues. C'est ainsi que le verset fait allusion à la fois au jour de Roch Hachana et à la Mitsva qui lui est associée : écouter le son du Chofar. Ces deux allusions à ce jour solennel se complètent admirablement. Comment peut-on avoir confiance que nous nous tiendrons fermement et victorieux à Roch Hachana ? La réponse réside dans la seconde allusion : c'est grâce au son du Chofar.

Il nous faut néanmoins tenter de comprendre pourquoi la Mitsva du Chofar se retrouve précisé-

Suite en page 2

Edito

Le Chofar du fond du cœur

Le grand appel retentit déjà dans la conscience de chacun. Il est ce cri déchirant qui monte du Chofar, de la simple corne de bélier, sans doute le premier instrument de musique utilisé par l'homme. De fait, on ne peut guère ici parler de musique ou d'harmonie. Par le Chofar, c'est l'essence de nous-mêmes qui s'exprime, bien au-delà des élégances et des artifices. Et certes, la puissante sincérité de la démarche s'impose. Alors que l'année 5779 s'achève, chacun sait, en son for intérieur, qu'elle n'a pas été spirituellement aussi grande et constructive qu'elle aurait pu l'être. Certes, chacun s'est sans doute efforcé d'agir au mieux. Chacun s'est employé à combler les manques qu'il se connaît. Pourtant, le monde et ses exigences quotidiennes ont pu détourner notre attention de ce qui fait le fondement des choses : notre âme, le lien avec D.ieu... Voici donc revenues les fêtes de Tichri, le grand rendez-vous d'automne, et ce cri que l'on entend est celui de notre cœur.

Le Baal Chem Tov relève que ce son primaire, inarticulé est comparable à celui de l'enfant qui appelle son père quand il se sent en difficulté. Celui-ci n'a pas besoin de mots. Même si l'enfant avait eu tendance à l'oublier, sa seule voix fait que le père répond à son appel. Nous en sommes là. Le Chofar retentit chaque jour de Roch Hachana et chacun, qui qu'il soit, quels que soient ses choix de vie par ailleurs, est accueilli avec faveur par notre Père commun. D.ieu nous bénit alors, collectivement et individuellement. Il nous reconnaît comme Ses enfants et nous accorde cette merveilleuse nouvelle année, objet de nos rêves. Ecouter le son du Chofar à Roch Hachana, c'est s'inscrire dans cette relation nouvelle, qui dépasse les limites de la création. Ecouter le Chofar, c'est, d'une certaine façon, participer de l'éternité. Pour toutes ces raisons, et bien d'autres encore, l'effort de chacun, sa présence sont indispensables. Le Chofar n'est pas une cérémonie, même importante, de la fête. Il incarne la réalité de notre lien avec D.ieu et apporte à tous la « bonne écriture et signature » pour une année bonne et douce. Puisse-t-il en être ainsi pour chacun, nous en détenons le pouvoir et la clé.

par 'Haïm Chnéor Nisenbaum

ÎLE-DE-FRANCE

Entrée : 19h 20
Sortie : 20h 24

Bordeaux 19.33
Grenoble 19.07
Lille 19.17
Lyon 19.11

Marseille 19.09
Montpellier 19.15
Nancy 19.05
Nantes 19.36

Nice 19.01
Rouen 19.25
Strasbourg 18.59
Toulouse 19.25

A partir du dimanche 22 septembre 2019 Pose des Téléphones : 6h 35 Heure limite du Chema : 10h 39 Molad : dimanche 29 septembre à 5h 50 mn et 5 'halakim

HORAIRES D'ENTRÉE & SORTIE DE CHABBAT NITSAVIM

HORAIRES D'ENTRÉE & SORTIE DE ROCH HACHANA

ÎLE-DE-FRANCE

1^{er} soir* Dimanche 29/09 : 19h 16
2^{ème} soir** Lundi 30/09 : (après) 20h 17
Fin de la fête Mardi 01/10 : 20h 17

Bordeaux 19.29 / 20.26
Grenoble 19.04 / 20.01
Lille 19.13 / 20.15
Lyon 19.07 / 20.05

Marseille 19.06 / 20.02
Montpellier 19.11 / 20.08
Nancy 19.01 / 20.01
Nantes 19.32 / 20.31

Nice 18.58 / 19.55
Rouen 19.21 / 20.22
Strasbourg 18.55 / 19.55
Toulouse 19.21 / 20.18

* Passé cet horaire, allumez uniquement à partir d'une flamme déjà existante.
** N'allumez pas avant l'heure indiquée. Allumez uniquement à partir d'une flamme déjà existante.

Jeûne de Guedalya : mercredi 2 oct. Début : 6h 17 - Fin : 20h 07

HORAIRES D'ENTRÉE & SORTIE DE CHABBAT VAYÉLE'H (voir page 4)

ment dans les mots qui parlent d'une racine empoisonnée. Il doit ici y avoir un message encore plus profond dans la référence de la Torah au mal comme étant une racine.

Quand nous avançons dans notre lecture du texte, nous pouvons observer que la Torah s'adresse plutôt durement à cette personne semblable à une mauvaise racine et elle déclare que toutes les malédictions mentionnées dans la Paracha précédente l'accableront. On peut en déduire que la racine du mal est bien plus problématique que le fruit du mal. Quelle en est la raison ? Qu'est précisément la racine du mal et comment peut-elle être rectifiée par le son du Chofar ?

L'âme et ses habits

L'une des approches, pour expliquer la racine du mal, consiste à observer le rôle de la pensée par rapport à celui de la parole et de l'action. A un certain niveau, les mauvaises pensées ne constituent pas des péchés, contrairement au fait de parler ou d'agir mal. Cependant, il existe une dimension de la pensée qui peut être à l'origine d'un péché bien plus grave et scandaleux que l'accomplissement concret d'une transgression.

Pour comprendre cette idée, il nous faut rappeler la division que fait le Tanya de la personnalité humaine en deux strates. Tout d'abord, nous avons notre personnalité qui comprend notre intellect et nos émotions. Ensuite, nous possédons ce que l'on appelle « les vêtements de l'âme », par exemple : la pensée, la parole ou l'action. Tout comme des vêtements, ils expriment les contours de notre personnalité : ce sont les manifestations concrètes de notre âme.

La force de la pensée

Mais il existe une différence fondamentale entre la pensée d'une part et la parole et l'action de l'autre. La parole, et dans une dimension qui va plus loin, l'action sont des phénomènes extérieurs. Ils projettent notre personnalité vers le dehors alors que la pensée est l'expression intérieure de nos sentiments et de nos idées, destinée à nous-mêmes.

Une autre caractéristique unique est associée à la pensée. La pensée n'est pas synonyme de l'âme elle-même, n'en étant qu'un « vêtement » mais pour autant, il ne s'agit pas d'un vêtement qui peut être rejeté, contrairement à la parole ou à l'action. On peut cesser de parler ou d'agir, au gré de notre volonté, mais on ne peut cesser de penser. Il s'agit d'un processus autonome et cela souligne qu'il est bien

plus intimement lié à l'âme de l'individu que ne le sont la parole et l'action. Nous pouvons aisément enlever nos vêtements mais on ne peut ôter notre peau qui est, d'une certaine manière, comme un habit qui recouvre nos vaisseaux sanguins et nos organes internes.

Cela explique pourquoi Rabbi Chnéor Zalman de Lyadi affirme dans le Tanya qu'avoir des pensées négatives à propos d'autrui est pire qu'émettre ces pensées à voix haute. Prise telle quelle, cette affirmation paraît contredire le principe de base de la foi juive, tel qu'on l'a mentionné plus haut, à savoir que D.ieu ne punit pas une personne pour les péchés commis « en pensée ». Bien plus encore, quand la Torah énonce l'interdiction du Lachone Hara, « les paroles de médisance ou de calomnie », il est clair qu'il s'agit de dire du mal et non de penser du mal. En fait, l'expression talmudique et usuelle : Lachone Hara signifie littéralement : « une langue mauvaise ». Comment donc expliquer que Rabbi Chnéor Zalman puisse affirmer que penser du mal des autres est encore plus grave qu'en dire ?

La réponse réside dans la distinction entre ce que nous faisons pour faire du mal à autrui et ce que nous faisons pour nous faire du mal à nous-mêmes.

Quand nous agissons ou parlons mal, cela a un impact sur le monde qui nous entoure puisque ces « vêtements » sont dirigés vers l'extérieur. Le dommage causé n'est pas négligeable mais le mal essentiel est dirigé vers ceux qui sont affectés par nos paroles et nos actions. Selon le Baal Chem Tov, le Lachone Hara touche la personne visée pas seulement parce que sa réputation est atteinte mais aussi parce que les paroles prononcées ont le pouvoir de concrétiser un mal caché en elle. Il se peut que celui qui est atteint par ces paroles gardait le contrôle sur ses défauts mais en désignant verbalement ces fautes, le médisant les a exposées et leur a donné de l'ampleur. Cependant le vêtement de la pensée a l'effet inverse. Il ne peut susciter beaucoup de ravages sur autrui car il est caché mais la mauvaise pensée a des effets dévastateurs sur la personne qui la porte en toute conscience et intentionnellement. La raison en est que la pensée est très proche de l'âme et que donc de mauvaises pensées peuvent en arriver à ronger l'âme elle-même.

Nous comprenons donc pourquoi la Torah attribue plus de force négative à la racine du mal qu'au mal lui-même.

Il est relativement plus facile de corriger nos paroles et nos actions que nos pensées qui ont un effet plus dévastateur et

requièrent donc une forme de repentance plus intense.

Un plus grand défi

Si la pensée est la racine de la parole et de l'action, les facultés intellectuelles et émotionnelles sont la racine de la pensée. Il s'ensuit donc que si notre intellect et nos émotions sont corrompus, les dégâts sont encore plus graves. C'est donc un plus grand défi encore de les corriger puisque ce sont les caractéristiques qui nous définissent, inséparables de ce que nous sommes et à la base de tout ce que nous faisons.

Le Chofar va à la racine

Nous pouvons désormais comprendre pourquoi la Torah fait allusion au Chofar de Roch Hachana, dans précisément la partie qui discute des racines empoisonnées du mal. En liant le Chofar à ces racines, la Torah nous indique ce qui est nécessaire pour se débarrasser des formes les plus insidieuses du mal. Les méthodes conventionnelles échouent parce qu'elles ne s'adressent qu'à l'aspect extérieur de notre personnalité ou à des dimensions probablement cachées.

Le son du Chofar représente le cri primordial qui jaillit du tréfonds de notre âme. C'est la source (Chorèche) et la racine de tout notre être. Le Chofar est l'instrument qui creuse profondément dans notre psychisme, en atteint le cœur puis le corrige, le polit et le transforme. C'est pourquoi le mot Chofar est lié à la racine du mot qui signifie « orner » et « embellir ».

Le grand paradoxe et le Grand Chofar

Ce qui précède s'applique au « Grand Chofar » dont nous parlent les Prophètes à propos de l'Ère Messianique. En fait l'une des raisons pour lesquelles on souffle le Chofar à Roch Hachana est pour invoquer le Grand Chofar. C'est lui, que D.ieu fait résonner dans ces moments qui nous mènent à la Délivrance ultime, qui atteint et déracine le mal et lui porte un coup fatal.

Notre rôle, dans ce processus est d'écouter le son du Chofar de Roch Hachana, la version miniature du Grand Chofar de D.ieu et de chercher profondément dans notre âme l'étincelle divine essentielle qui réside en son cœur. Cela vaincra la racine et le cœur du mal. Alors, il est sûr que nous nous tiendrons fermement devant l'Éternel notre D.ieu et nous serons inscrits et scellés par Lui pour une bonne et douce année. Et surtout, nous serons bénis d'une année de véritable et complète Délivrance avec la venue de Machia'h !

Extrait
du Séfer
Hamitsvot
(Maimonide)

Une étude
quotidienne
instaurée par
le Rabbi pour
l'unité du
peuple juif

Etude du **RAMBAM**

• **DIMANCHE 22 SEPTEMBRE – 22 ELLOUL**

Mitsva négative n° 320 : Il nous est interdit de faire tout travail le Chabbat, ainsi qu'il est dit : "[Le jour du Chabbat] tu ne feras aucun travail".

• **LUNDI 23 SEPTEMBRE – 23 ELLOUL**

Mitsva négative n° 321 : C'est l'interdiction qui nous a été faite de voyager le Chabbat. La tradition a fixé à deux mille coudées la distance (des dernières maisons) de la ville qu'il est interdit de dépasser même d'une seule coudée.

ROCH HACHANA À L'OMBRE DES RUINES...

L'image me hantera toujours : marcher sur le pont menant de Brooklyn à Manhattan, tôt le matin, juste quelques jours après le terrible attentat du 11 septembre 2001, en contemplant les colonnes de fumée s'élevant encore des ruines des tours jumelles...

Les habitants de New York ne parlent pas habituellement avec des étrangers mais cette fois-ci, c'est différent. Nous sommes une ville, un peuple. La tragédie nous a tous touchés : notre statut socio-économique, notre culture ou notre religion n'ont plus d'importance. Nous sommes tous des êtres humains en quête de réconfort.

Mon ami Dany et moi traversons le pont ; un cycliste que nous croisons s'étonne : « Où allez-vous ? Moi je m'enfuis d'ici ! Je ne sais pas où aller mais je pars, je veux fuir cette terrible destruction ! ». Quant à nous, au contraire, nous allons vers Manhattan : c'est le premier jour de Roch Hachana et nous allons sonner du Chofar dans une petite synagogue de retraités à Gramercy Park.

Je n'ai que dix-huit ans et je ne possède pas encore mon propre Chofar : mon oncle a bien voulu m'en prêter un. J'ai passé plusieurs heures dans ma chambre d'internat à m'exercer à sonner dans cette corne de bélier. Plutôt que de prier et d'étudier la Torah toute la journée dans le confort de ma Yechiva, j'avais répondu à l'appel du Rabbi et décidé de consacrer ces deux journées si cruciales de Roch Hachana à marcher si loin pour que d'autres Juifs puissent accomplir la Mitsva d'écouter le Chofar.

J'avais rencontré Dany en Russie, en été. Tous deux nous étions responsables d'une colonie de vacances organisée par le mouvement Loubavitch non loin de Moscou. Ses parents avaient été pendant longtemps des refuzniks dans l'ex-Union Soviétique avant d'avoir pu émigrer et s'installer en Israël. Dany parlait donc couramment le russe alors que je n'en possédais que des rudiments. Ensemble nous parlions en hébreu... (Depuis, il est devenu émissaire du mouvement Loubavitch à St Pétersbourg et nous avons gardé le contact).

Nous marchions dans l'air frais de l'aube, empêtré par l'odeur de fumée et de destruction tout en nous demandant comment le monde pourrait

survivre dans cette nouvelle année 5762.

Quand nous arrivâmes dans la synagogue – un tout petit local coincé entre un immeuble d'habitation, une laverie tenue par des Chinois et des magasins de proximité – nous nous sommes sentis comme dans une autre époque. Apparemment ce local avait été inauguré dans les années 50 ; les livres étaient usagés et les tapis sentaient la moisissure. Il y avait en tout et pour tout une demi-douzaine d'hommes âgés éparpillés dans la pièce. Sur les sièges vacants, différentes brochures et publicités étaient empilées en désordre – au point qu'il était impossible de s'asseoir.

A l'avant de la pièce, le rabbin était assis, enveloppé dans son Talit.

- Nous ne sommes pas pressés, à Roch Hachana, s'excusa-t-il. Quand nous commencerons, il y aura plusieurs dizaines de fidèles ici...

Il parlait avec assurance. Nous avons appris plus tard qu'avec son fort accent hongrois, il avait animé une émission de radio en yiddish et s'était aussi intéressé un peu à la politique.

Un par un, les fidèles arrivaient. Je ne pense pas que les « quelques dizaines » auxquelles faisaient allusion le rabbin se matérialisèrent mais une bonne assemblée constituée de personnes âgées entre 70 et 80 ans commença à prier.

Dans son sermon, le rabbin parla avec fougue des « méchants qui ont anéanti ces tours », promettant aux fidèles (et peut-être à lui-même) que, certainement D.ieu les jugerait selon la gravité de leurs actes et qu'il ne fallait pas désespérer : le bien finirait par l'emporter.

Ce serait la première fois que le vieux rabbin devait se résoudre à ne pas sonner le Chofar lui-même car il n'en était plus capable et on sentait que cela le peinait. Je récitai les bénédictions, fermai les yeux et soufflai de toutes mes forces dans le Chofar. Je soufflais pour les âmes qui avaient si cruellement été enlevées à l'affection de leurs proches, pour les fidèles de cette petite synagogue oubliée de tous en leur souhaitant mentalement une bonne et douce année de vie et de santé. Je soufflais pour ma génération obligée de réaliser que le droit élémentaire à la sécurité n'était plus évident. Et je soufflais pour D.ieu qui, certainement, distinguait dans les cendres une raison d'être que nous ne pouvions pas comprendre.

Quand nous avons bavardé après l'office avec les fidèles, il nous parut évident qu'ils ne comprenaient pas très bien ce qui s'était passé à quelques rues de chez eux : « C'est ce truc de ground zero quelque chose » tenta d'expliquer une vieille dame en montrant au loin la fumée qui continuait de s'élever des ruines des tours jumelles et en mélangeant un peu les mots. « C'est pour cela qu'il y a si peu de personnes aujourd'hui, les gens ont peur de ce ground zero... » conclut-elle, sans bien saisir de quoi il s'agissait. Et nous, comprenions-nous mieux qu'elle comment des soi-disant humains avaient-ils pu infliger tant de souffrances à des êtres innocents ?

Dans la synagogue, il y avait un homme de

Brooklyn venu passer les fêtes avec sa mère âgée hospitalisée. Il nous demanda de l'accompagner à la clinique Beth Israel afin de sonner du Chofar pour elle et un autre vieillard sur place.

Devant l'hôpital, nous avons remarqué les murs couverts d'affiches, avec des photos de personnes disparues : leurs noms, une brève description des vêtements qu'ils portaient le jour du drame... Manhattan avait vécu un drame terrible, des gens étaient encore portés disparus et leurs familles désespéraient de les retrouver...

Nous avons sonné du Chofar pour ces deux personnes hospitalisées et avons partagé avec elles et leurs enfants notre repas de gefilte-fish, boulettes de viande et compotes - bien apprécié à cette heure déjà tardive. Dany et moi avons passé le reste de l'après-midi à déambuler dans les couloirs de l'hôpital pour permettre aux malades juifs d'écouter le son du Chofar et réaliser que la communauté ne les oubliait pas et que, quelles que soient les circonstances, il est possible d'accomplir les Mitsvot de la fête. Avec un peu de lumière spirituelle, nous avons tenté de chasser beaucoup d'obscurité. Vers le soir, nous sommes retournés – à pied évidemment – vers Brooklyn, trop fatigués pour parler mais aussi trop émus par les traces encore fumantes de cette incompréhensible explosion de haine. Le lendemain, nous avons répété l'expérience mais avons attendu la nuit pour rentrer chez nous en taxi. Le chauffeur mit la radio et, pour la première fois depuis l'attentat, il y avait autre chose que des nouvelles angoissantes : de la musique, des émissions « normales », des plaisanteries... Cela faisait du bien de retrouver l'insouciance habituelle de New York : cela signifiait que la vie reprenait le dessus, que nous étions entrés dans une nouvelle année avec de nouvelles possibilités et que nous pouvions espérer qu'elle serait bonne et douce pour la terre entière.

Mena'hem Posner - chabad.org

Traduit par Feiga Lubecki

ETINCELLES

DE MACHIA'H

LA PRÉPARATION

Quand Machia'h viendra, il y aura une honte immense du fait du manque d'effort spirituel d'aujourd'hui.

En ce temps-là aussi, l'effort spirituel existera mais pas la Techouva, la réparation du passé.

(D'après Séfer Hasi'hot) H.N.

Petit calendrier des fêtes de Tichri 5780

ROCH HACHANA

Lundi 30 septembre et mardi 1^{er} octobre 2019

Jeûne de Guedalya

Mercredi 2 octobre 2019

YOM KIPPOUR

Mardi 8 octobre au soir et mercredi 9 octobre 2019

SOUCCOT

2 premiers jours de fête
Lundi 14 et mardi 15 octobre 2019

Hol Hamo'ed Souccot

du mercredi 16 au dimanche 20 oct. 2019

Hochaana Rabba

Dimanche 20 octobre 2019

CHEMINI ATSÉRET & SIM'HAT TORAH

Lundi 21 et mardi 22 octobre 2019

La Hala'ha DE LA SEMAINE

QUE FAIT-ON LA VEILLE DE ROCH HACHANA ? (cette année dimanche 29 septembre 2019)

On ne récite ni le Ta'hanoun ni les Psaumes 20 et 86 durant la prière du matin. On ne sonne pas le Chofar, afin de marquer la différence entre la coutume (du mois d'Elloul) et l'obligation (de Roch Hachana).

En présence de dix hommes, chacun récite le texte de « **Hatarat Nedarim** », l'annulation des vœux, afin de ne pas commencer la nouvelle année tant qu'on n'aurait pas accompli tout ce qu'on a promis l'année précédente : en effet, à Roch Hachana, chacun promet de mieux faire. Mais quelle serait la valeur d'une telle promesse si on n'avait pas tenu celles de l'année précédente ?

Les hommes se coupent les cheveux (si le besoin s'en fait ressentir) et s'immergent dans le Mikvé. On revêt les vêtements de fête car on est confiant que D.ieu jugera chacun avec miséricorde.

On augmente les dons à la Tsedaka (charité) en s'assurant que chacun a de quoi faire face aux dépenses de la fête.

Nombreux sont ceux qui se rendent au cimetière sur les tombes des êtres chers disparus et des Tsadikim (Justes) afin qu'ils intercèdent en faveur de leurs descendants et de leurs fidèles.

De nos jours, on évite de jeûner et on préfère donner à la Tsedaka (charité) l'argent équivalent aux repas consommés (en général une somme multiple de 18).

QUE FAIT-ON À ROCH HACHANA ?

Dimanche 29 septembre 2019, après avoir mis des pièces à la Tsedaka (charité), les femmes, les jeunes filles et les petites filles allument les bougies de Roch Hachana ainsi qu'une bougie qui dure au moins 48 heures (**avant 19h16**, horaire pour l'Ile-de-France) avec les bénédictions suivantes :

1) « Barou'h Ata Ado-naï Elo-hénou Mélé'h Haolam Achère Kidéchanou Bémitsvotav Vetsivanou Lehadlik Ner Chel Yom Hazikarone »

2) « Barou'h Ata Ado-naï Elo-hénou Mélé'h Haolam Chéhé'héyanou Vekiyemanou Vehigianou Lizmane Hazé ».

(« *Béni sois-Tu Eternel notre D.ieu Roi du monde qui nous as sanctifiés par Ses commandements et nous as ordonné d'allumer les lumières du jour du souvenir. Béni sois-Tu Eternel notre D.ieu Roi du monde qui nous a fait vivre, exister et arriver à cet instant* »).

Après la prière du soir, on se souhaite mutuellement : « **Lechana Tova Tikatev Veté'hatème** » – « Sois inscrit(e) et scellé(e) pour une bonne année ».

Après le Kiddouch, on se lave les mains rituellement et on trempe la 'Hallah dans le miel et non dans le sel (et ce, jusqu'à Hochaana Rabba, dimanche 20 octobre inclus).

Ensuite **on trempe un morceau de pomme douce dans le miel**, on dit la bénédiction : « **...Boré Péri Haëts** » et on ajoute : « **Yehi Ratsone Milfané'ha Chete'hadèche Alénou Chana Tova Oumetouka** » (« *Que ce soit Ta volonté de renouveler pour nous une année bonne et douce* »). Durant le repas, on s'efforce de manger de la tête d'un poisson, des carottes sucrées, une grenade et, en général, des aliments doux, pas trop épicés, comme signes d'une bonne et douce année.

Lundi 30 septembre et mardi 1^{er} octobre, on écoute les sonneries du Chofar. Si on n'a pas pu l'entendre à la synagogue, on peut encore l'écouter toute la journée.

Lundi après-midi, après la prière de Min'ha, on se rend près d'un cours d'eau et on récite la prière de **Tachli'h**.

Lundi soir 30 septembre, les femmes, les jeunes filles et les petites filles allument les bougies de la fête (**après 20h17**, horaire pour l'Ile-de-France) à partir de la flamme allumée avant la fête, avec les mêmes bénédictions que la veille.

On aura auparavant placé sur la table un fruit nouveau, qu'on mangera après le Kiddouch, avant le repas.

Durant les deux jours de Roch Hachana, on évite les paroles inutiles et on s'efforce de lire de nombreux Tehilim (Psaumes).

Il est permis de porter des objets dans la rue les deux jours de Roch Hachana.

Mardi 1^{er} octobre, la fête se termine à **20h17** (horaire pour l'Ile-de-France).

Jusqu'à Yom Kippour inclus, on ajoute dans la prière du matin le Psaume 130 et on récite matin et après-midi (sauf Chabbat) la prière « **Avinou Malkéno** » (« *Notre Père, notre Roi* »). On ajoute certains passages de supplication dans la prière de la « Amida ». On multiplie les actes de charité et, en général, on s'efforce d'être davantage scrupuleux dans l'accomplissement des Mitsvot.

Mercredi 2 octobre, c'est le jeûne de Guedalia, qui commence à **6h17** et s'achève à **20h07** (horaire pour l'Ile-de-France).

F.L.



A L'OCCASION DE VAV TICHRI
55^e Hilloula de la mère du Rabbi,
la Rabbanit Hatzadkanit 'Hanna ע'ר'ר'ר'

Le mouvement Neché Oubnot 'Habad
a le plaisir de vous convier à une

CONFÉRENCE

par **Mme C. Samama** (Chlou'ha à Strasbourg)

DIMANCHE 6 OCTOBRE 2019

dans les Salons 'Haya Mouchka

49/51, rue Petit - 75019 Paris (Métro: Ourcq)

Vidéo - Buffet

Public exclusivement féminin

Entrée libre

Comme chaque année, le Beth Loubavitch
est à votre disposition
pour procéder gracieusement aux

**SONNERIES DU CHOFAR
DE ROCH HACHANA**

auprès des personnes âgées, malades,
hospitalisées ou autres

N'attendez pas la dernière minute,
contactez-nous au

01 45 26 87 60

pour nous communiquer vos coordonnées

Le Beth Loubavitch et ses Institutions Scolaires souhaitent

Chana Tova Oumetouka – une bonne & douce année 5780 à toute la Communauté

Attention : ce feuillet ne peut pas être transporté dans le domaine public pendant le Chabbat.

Etude du **RAMBAM**

• MARDI 24 SEPTEMBRE – 24 ELLOUL

Mitsva positive n° 165 : Il s'agit du commandement nous incombant de cesser toute activité le jour de Kippour

Mitsva négative n° 329 : C'est l'interdiction qui nous a été faite d'effectuer un travail le jour de Kippour.

Mitsva positive n° 164 : Il s'agit du commandement qui nous incombe de jeûner le 10 Tichri.

Mitsva négative n° 196 : Il nous est interdit de prendre la moindre nourriture le jour du Grand Pardon.

• MERCREDI 25 SEPTEMBRE – 25 ELLOUL

Mitsva positive n° 159 : Il s'agit du commandement qui nous a été ordonné de nous abstenir de tout travail le premier jour de Pessa'h.

Mitsva négative n° 323 : C'est l'interdiction qui nous a été faite d'accomplir un travail servile le premier jour de la fête de Pessa'h.

Mitsva positive n° 160 : Il s'agit du commandement nous incombant de nous abstenir de tout travail le septième jour de la fête de Pessa'h.

Mitsva négative n° 324 : C'est l'interdiction qui nous a été faite d'accomplir un travail servile le septième jour de la fête de Pessa'h.

• JEUDI 26 SEPTEMBRE – 26 ELLOUL

Mitsva positive n° 162 : Il s'agit du commandement nous incombant de nous abstenir de tout travail le jour de Chavouot.

Mitsva négative n° 325 : C'est l'interdiction qui nous a été faite d'accomplir un travail servile le jour de Chavouot.

Mitsva positive n° 163 : Il s'agit du commandement nous incombant de nous abstenir de tout travail le 1er Tichri (Roch Hachana).

Mitsva négative n° 326 : Il nous est interdit d'accomplir un travail servile le jour du Nouvel an.

• VENDREDI 27 SEPTEMBRE – 27 ELLOUL

Mitsva positive n° 166 : Il s'agit du commandement nous enjoignant de nous reposer le premier jour de la fête des Cabanes (Soukkot).

Mitsva négative n° 327 : Il nous est interdit d'accomplir un travail servile le premier jour de la fête des Cabanes (Soukkot).

Mitsva positive n° 167 : Il s'agit du commandement nous enjoignant de nous reposer le huitième jour de la fête des Cabanes (Chemini Atséret).

Mitsva négative n° 328 : Il nous est interdit d'accomplir un travail servile le huitième jour de la fête des Cabanes (Chemini Atséret).

Mitsva négative n° 199 : C'est l'interdiction qui nous a été faite de consommer du levain à partir de midi, le 14 Nissan.

• SAMEDI 28 SEPTEMBRE – 28 ELLOUL

Mitsva positive n° 156 : Il s'agit du commandement nous incombant d'éliminer le levain de nos possessions le quatorzième jour du mois de Nissan. C'est ce que l'on nomme l'élimination du levain.

Mitsva négative n° 197 : C'est l'interdiction qui nous a été faite de manger du levain à Pessa'h.

Mitsva négative n° 198 : Il nous est interdit de manger (durant Pessa'h) tout aliment contenant du levain, même si ce n'est pas du pain.

• DIMANCHE 29 SEPTEMBRE – 29 ELLOUL

Mitsva négative n° 200 : Selon cette interdiction, on ne doit pas voir du levain dans toutes nos demeures durant tous les sept jours de Pessa'h.

Mitsva négative n° 201 : Selon cette interdiction, on ne doit pas trouver du levain en notre possession à Pessa'h.

Mitsva positive n° 158 : Il s'agit du commandement nous enjoignant de consommer du pain azyme (Matsot) dans la nuit du 15 Nissan, qu'il y ait un agneau Pascal ou non.

• LUNDI 30 SEPTEMBRE – 1^{er} TICHRI

Mitsva positive n° 157 : Il s'agit du commandement nous incombant de faire le récit de la sortie d'Egypte la nuit du 15 Nissan, au début de la nuit, chacun selon ses dons d'éloquence. Plus on donne de détails, plus on souligne l'iniquité des Egyptiens à notre égard, les souffrances qu'ils nous ont fait subir et la manière dont l'Eternel nous a vengés d'eux.

Il est à étudier également le texte de la Hagada (récit de la sortie d'Egypte) issu du Michné Torah.

Mitsva positive n° 170 : Il s'agit du commandement nous incombant d'écouter le son du Choffar le premier jour du mois de Tichri.

• MARDI 1^{er} OCTOBRE – 2 TICHRI

Mitsva positive n° 168 : C'est le commandement nous incombant d'habiter dans une Soucca pendant sept jours, soit durant toute la fête de Souccot.

• MERCREDI 2 OCTOBRE – 3 TICHRI

Mitsva positive n° 169 : Il s'agit du commandement qui nous a été enjoint de prendre en main le Loulav et de nous réjouir devant l'Eternel pendant sept jours. Dans le traité Soucca, on y précise que ce commandement n'est obligatoire, durant sept jours, que dans le Temple. Mais dans d'autres passages, ce n'est une obligation de la Torah que le premier jour (de la fête de Souccot).

• JEUDI 3 OCTOBRE – 4 TICHRI

Mitsva positive n° 171 : C'est le commandement qui nous a été enjoint de donner un demi-sicle chaque année

• VENDREDI 4 OCTOBRE – 5 TICHRI

Mitsva positive n° 171 : C'est le commandement qui nous a été enjoint de donner un demi-sicle chaque année.

Mitsva positive n° 153 : Il s'agit du commandement que le Saint béni soit-Il nous a ordonné à propos du compte des mois et des années.

• SAMEDI 5 OCTOBRE – 6 TICHRI

Mitsva positive n° 153 : Il s'agit du commandement que le Saint béni soit-Il nous a ordonné à propos du compte des mois et des années.



HORAIRES D'ENTRÉE & SORTIE DE
CHABBAT VAYÉLE'H

ÎLE-DE-FRANCE

Entrée : **19h 06**

Sortie : **20h 09**

Bordeaux **19.20**
Grenoble **18.54**
Lille **19.02**
Lyon **18.57**

Marseille **18.57**
Montpellier **19.02**
Nancy **18.50**
Nantes **19.22**

Nice **18.49**
Rouen **19.10**
Strasbourg **18.44**
Toulouse **19.12**

A partir du **dimanche 29 septembre 2019** Pose des Téléfines : **6h 45** Heure limite du Chema : **10h 43**



Votre Boîte de Tsédaka est pleine !

Vous pouvez également la déposer au **Beth Loubavitch : 8 rue Lamartine - Paris 9^e ou 55 rue Petit - Paris 19^e**

Contactez-nous au **01 45 26 87 60**
Nous nous ferons un plaisir de venir la chercher

LISTE DES MIKVAOT EN FRANCE



En images: Mikvaot de Bry-sur-Marne, Fréjus et Boulogne

La validité des Mikvaot est sous l'entière responsabilité du Rabbin de la communauté qui en a la charge

PARIS

75003	176 rue du Temple	01 42 71 89 28
75013	31 rue des Cordelières	06 18 71 50 19
75016	23 rue Davioud	01 45 27 32 37
		01 40 50 15 01
	5 bis rue de Montevideo	01 40 72 05 75
		06 63 89 97 45
75017	9 rue Jacques Ibert	06 77 72 45 72
	19/21 rue Galvani	01 45 74 52 80
75018	2 rue Tristan Tzara	06 14 71 45 39
		06 09 80 86 97
75019	25 rue Riquet	01 40 36 40 92
		06 60 34 42 50
	31 bis rue de Thionville	01 42 45 74 20
	150 rue de Crimée	06 60 96 20 02
	1 rue des Annelets	06 71 93 85 99
75020	75 rue Julien Lacroix	06 11 34 89 31

EN PROVINCE

Retrouvez les adresses complètes et numéros de téléphone sur www.loubavitch.fr

03200	VICHY	57000	METZ
06000	NICE	57200	SARREGUEMINES
06160	ANTIBES JUAN LES PINS	59000	LILLE
06240	MONACO (BEAUSOLEIL)	64000	PAU
06400	CANNES	66100	PERPIGNAN
13006	MARSEILLE	67000	STRASBOURG
13009	MARSEILLE	68000	COLMAR
13013	MARSEILLE	68100	MULHOUSE
13100	AIX-EN-PROVENCE	69006	LYON
14800	DEAUVILLE	69007	LYON
21000	DIJON	69008	LYON
30000	NIMES	69009	LYON
31000	TOULOUSE	69100	VILLEURBANNE
31170	TOURNEFEUILLE	69130	ECULLY
33000	BORDEAUX	69140	RILLEUX
34000	MONTPELLIER	69190	ST-FONS
34500	BEZIERS	69500	BRON
35000	RENNES	73300	AIX-LES-BAINS
38000	GRENOBLE	74000	ANNECY
44000	NANTES	83000	TOULON
51100	REIMS	83600	FRÉJUS
54000	NANCY		

EN REGION PARISIENNE

76	CRIEL-SUR-MER	20 av. du Mont Blanc	06 23 91 77 89
77	ARMENTIERES-EN-BRIE BUISSIERES PONTAULT-COMBAULT	Domaine du Vignois Domaine de Séricourt 15 bis av. des Chardons	06 52 09 46 44 06 17 94 38 69 01 64 40 98 73
78	LA-CELLE-S.-CLOUD LE-VESINET VERSAILLES	1 avenue des Etangs 29 rue Henri Cloppet 36 rue Albert Joly	06 09 78 05 58 06 21 50 33 52 06 50 00 50 30
91	BRUNOY MASSY SAVIGNY SUR ORGE YERRES	2 rue de la Glacière 2 Allée Marcel Cerdan 1 av. de l'Armée Leclerc 43/49 rue Raymond Poincaré	06 01 76 49 86 06 11 74 49 67 06 14 19 68 54 06 11 52 06 75
92	ASNIÈRES-SUR-SEINE BOULOGNE-BILLANCOURT COLOMBES LEVALLOIS MEUDON-LA-FORET MONTROUGE NEUILLY-SUR-SEINE SURESNES	82, RPC Gilbert 43 rue des Abondances 31 av. Henri Barbusse 129 rue Edouard Vaillant 2 rue de la Synagogue 90 rue Gabriel Péri 177 av. Charles de Gaulle 54 rue Gardenat Lapostol	06 87 69 92 91 01 41 31 34 95 06 59 78 50 69 06 17 01 42 44 06 62 10 49 47 01 42 53 08 54 01 46 24 39 93 06 16 64 71 85
93	AUBERVILLIERS LE RAINCY PANTIN PIERREFITTE-SUR-SEINE	76 av de la République 65 boulevard du Midi 8 rue Gambetta 52 bis, rue Paul Lafargue	01 48 34 88 40 06 68 42 01 33 01 48 45 87 95 06 62 67 26 11
94	BRY-SUR-MARNE CACHAN CHOISY-LE-ROI CRETEIL FONTENAY-SOUS-BOIS LA-VARENNE-S.-HILAIRE LIMEIL-BRÉVANNES S. MANDE VILLIERS-SUR-MARNE VINCENNES VITRY-SUR-SEINE	94 avenue de la République 28 avenue Beauséjour 28 avenue de Newburn rue du 8 Mai 1945 177 rue des Moulins 30 rue S. Hilaire 20 avenue de la Sablière 46 avenue Robert André Vivien 8 rue Carnot 20 rue de la Paix 127 av. Rouget de L'Isle	07 67 45 22 40 06 86 20 28 53 06 68 16 07 70 01 43 99 03 60 06 19 30 08 24 01 49 76 94 25 06 50 39 15 75 06 62 32 69 01 06 58 25 41 33 06 61 77 52 53 06 20 21 08 27
95	ENGHIEN-LES-BAINS S.-BRICE SARCELLES VILLIERS-LE-BEL	47 rue de Malleville 5 rue de la Marlière 14 avenue Charles Péguy 1 rue Léon Blum	06 25 05 09 65 06 51 03 84 75 01 39 90 40 17 06 23 26 15 70

La liste complète des Mikvaot dans le monde entier se trouve sur www.Mikvah.org



Siège : 8, rue Lamartine - 75009 Paris | Tél. : 01 45 26 87 60 | www.loubavitch.fr
chabad@loubavitch.fr | Serveur vocal Le'haïm : 01 76 34 77 77



Un projet du Keren Shmouel & Batia

לע"נ השליח הרה"ח ר' שמואל וווגנר מורת בת"י ע"ה אוימאוו - שלוחי כ"ק אדמו"ר כ"ק אדמו"ר שנה במדינת צרפת