

fête de la liberté **PESSA'H** 5782



INSTITUTIONS LOUBAVITCH DE MARSEILLE

112 Bd Barry, 13013 Marseille - 06 20 51 43 53

du 15 (au soir)
au 23 avril
2022

du 14 (au soir)
au 22 Nissan



ב"ה

au mois du printemps

A propos de la fête de Pessa'h que nous célébrons à présent, le texte de la Torah souligne qu'elle doit toujours intervenir « au mois du printemps », celui de Nissan. Dans le cycle de la nature, cette saison a un sens particulier. En effet, l'ensemble des forces naturelles était profondément caché pendant l'hiver. A telle enseigne que l'observateur pouvait croire que toute vitalité avait disparu de la terre, que la végétation était morte et que plus jamais on ne verrait de croissance ou de bourgeonnement.

Voici que, tout à coup, la perspective change : le « mois du printemps » révèle que ce qui paraissait être une absence était bien davantage une période où la nature rassemblait ses forces afin de produire de nouveau des arbres verdoyants et des champs fertiles. Les Sages soulignent d'ailleurs cette réalité en indiquant : « celui qui sort pendant le mois de Nissan et voit des arbres en fleurs doit faire une bénédiction ».

C'est d'abord là un enseignement général pour chacun : si, dans notre vie, nous traversons une période dont on viendrait à penser qu'elle n'est pas celle de la croissance ni du progrès, il nous faut prendre conscience que nous commettons là, très probablement, une erreur. Comme la métaphore citée le souligne, cette interruption apparente ne sert qu'à accumuler des forces renouvelées pour un avenir meilleur.

La fête de Pessa'h renvoie à la même idée. Après la dure période de servitude en Egypte – servitude tant matérielle que spirituelle, du corps et de l'âme tout ensemble – voici qu'en un temps très court, le raffinement spirituel, l'élévation que l'exil apporta à chaque Juif apparurent à l'évidence. Alors que ceux-ci, fuyant l'Egypte, sortaient du « 49^{ème} degré de l'impureté », en cinquante jours, ils parvinrent au niveau qui les rendit dignes de recevoir la Torah directement de D.ieu.

Puissions-nous vivre ainsi la fête et avancer, de degré en degré, jusqu'à la venue de Machia'h.

(D'après les enseignements du Rabbi de Loubavitch)



© 2022 - Tous droits réservés
Design & Photos : © LTcrea.fr
Crédit Photos : LeaWab,
Israel Bardugo, Mendy Hechtman

Tout se prépare...

Pessa'h est une fête qui réclame un engagement complet, pas seulement pendant huit jours mais pendant les semaines qui précèdent.

En dehors des obligations habituelles que l'on retrouve à l'occasion de toutes les fêtes, Pessa'h se caractérise par l'interdiction de manger tout levain ou produit levé, désigné comme 'Hamets. « Pendant sept jours, vous mangerez du pain sans levain... et on ne verra pas de levain à toi (qui t'appartient) » ordonne le texte de la Torah (Exode 13:3-7). Pour cela, nous faisons un nettoyage approfondi de nos maisons et les vérifions attentivement avant que Pessa'h commence, éliminant peu à peu le 'Hamets de chaque pièce, de tous les coins et recoins. Dans le monde entier, les maisons juives connaissent ce processus. Les indications qui suivent vous aideront à le mener à bien chez vous.

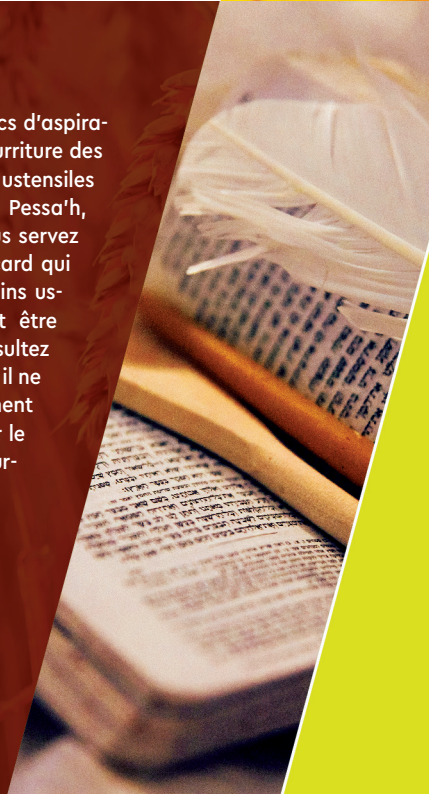
QU'EST-CE QUE LE 'HAMETS ?

Tout produit levé contenant une des cinq céréales – blé, orge, avoine, seigle, épeautre – est appelé 'Hamets et est donc interdit à Pessa'h. Nettoyez votre maison de toute trace de 'Hamets.

Videz les poches des vêtements et les sacs d'aspirateur. Si c'est nécessaire, remplacez la nourriture des animaux familiers. Vous allez utiliser des ustensiles de cuisine et de la vaisselle réservés à Pessa'h, mettez donc de côté ceux dont vous vous servez toute l'année, par exemple dans un placard qui restera fermé durant toute la fête (certains ustensiles et plaques de cuisson peuvent être rendus « cachères pour Pessa'h », consultez votre rabbin à ce sujet.) Après nettoyage, il ne vous reste plus qu'à recouvrir soigneusement les tables et plans de travail utilisés pour le 'Hamets pendant l'année ; ainsi vous pourrez vous en servir pendant la fête.

ACHETER POUR PESSA'H

Tous les aliments que l'on achète tout prêts, souvent produits industriellement, doivent avoir une garantie rabbinique qu'ils sont bien cachères pendant toute l'année. C'est encore



plus important à Pessa'h car il faut vérifier qu'ils ne contiennent aucun 'Hamets. En ce moment, c'est plus facile que jamais. Les magasins concernés sont remplis de produits « cachères pour Pessa'h ». Les fruits, les légumes et la plupart des produits frais et n'ayant fait l'objet d'aucune préparation sont cachères pour Pessa'h. En cas de doute, n'hésitez pas à poser la question à votre rabbin ou au numéro de téléphone indiqué dans ce guide.

Quant à l'aliment vedette de la fête, la Matsa, préférez-la « chemoura-surveillée » à chaque étape depuis la moisson et faite à la main. Elle sera alors pleinement, dit le Zohar, « l'aliment de la foi et l'aliment de la guérison ».

VENDE VOTRE 'HAMETS

Comme il est interdit de consommer et même de posséder du 'Hamets pendant les huit jours de Pessa'h, nous le vendons à un non-Juif. Bien sûr, cette vente doit être légalement valide en droit juif, nous laissons donc faire les experts. Pour cela, vous trouverez dans ce guide un formulaire appelé « Acte de procuration pour la vente du 'Hamets ». Remplissez-le et renvoyez-le comme indiqué.

Vous permettrez ainsi au rabbin de transmettre la propriété de votre 'Hamets pour la durée de la fête. Il se chargera aussi de le récupérer pour vous une fois celle-ci terminée. Pas d'inquiétude à avoir : il vous suffira

d'enfermer votre 'Hamets où vous le souhaitez, dans un placard fermé par exemple et de ne pas y toucher pendant Pessa'h. Personne ne viendra vous le réclamer.

Vous pouvez aussi donner cette procuration par internet sur loubavitch.fr.

LA RECHERCHE DU 'HAMETS

Jeudi soir 14 avril

On enveloppe soigneusement dix petits morceaux de pain dans du papier et on les cache dans la maison (attention : celui qui s'en charge doit garder la liste des cachettes pour être sûr de ne rien oublier !)

Traditionnellement, on utilise une bougie pour s'éclairer pendant la recherche, une cuillère pour recueillir le 'Hamets trouvé, une plume pour nettoyer le lieu et un sac en papier pour y mettre le tout. N'oubliez pas la bénédiction et le texte qui l'accompagne.



ACTE DE
VENTE DU 'HAMETS

Je soussigné(e)
demeurant
.....
Code postal : Ville :

donne le plein pouvoir au Rabbin L. Kahn pour procéder à la vente avant Pessa'h de toutes sortes de 'Hamets et de la vaisselle 'Hamets non nettoyée m'appartenant, de même qu'à la location des lieux suivants où ils seront entreposés :
.....
..... et partout où il se trouve

et j'accepte toutes les modalités et les conditions énoncées dans l'acte général de procuration pour la vente du 'Hamets, établi par le Rabbin.

Date : / / Signature :

Formulaire à retourner au centre le plus proche de chez vous

LA DESTRUCTION DU 'HAMETS

Jeudi soir 14 avril

Avant de commencer la recherche du 'Hamets, on dit la bénédiction suivante :

**BAROU'H ATA ADO-NAÏ ELO-HÉNOU MÈLÈ'H HAOLAME ACHÈRE
KIDECHANOU BÉMITSVOTAV VÉTSIVANOU AL BIOUS 'HAMETS.**

*Béni sois-Tu Eternel notre Dieu, Roi de l'univers, qui nous a sanctifiés
par Ses Commandements et nous a ordonné de détruire le 'Hamets.*

Après avoir terminé la recherche, déposez le sac en papier contenant le 'Hamets dans un endroit à part jusqu'au matin et dites :

"Que tout 'Hamets, qui se trouve en ma possession, que je n'ai pas vu ou que je n'ai pas détruit, dont je n'ai pas connaissance, soit considéré comme inexistant et sans valeur, comme la poussière de la terre."

Vendredi matin 15 avril

Après avoir brûlé le 'Hamets, abandonnez toute propriété sur celui que vous auriez pu oublier en disant le Second Kol 'Hamira :

"Que tout 'Hamets, qui se trouve en ma possession, que je l'ai vu ou non, que je l'ai considéré ou non, que je l'ai détruit ou non, soit considéré comme inexistant et sans valeur, comme la poussière de la terre."

LE JEÛNE DES PREMIERS-NÉS

Quand Dieu frappa les premiers-nés d'Egypte, Il épargna les premiers-nés juifs. Depuis lors, en souvenir et en signe de reconnaissance, ceux-ci jeûnent la veille de Pessa'h (**cette année, jeudi 14 avril**). Il est dit que « la joie brise les limites ». Comme la joie d'une Mitsva, telle que la conclusion de l'étude d'un traité talmudique, transcende ici l'obligation de jeûner, les premiers-nés peuvent interrompre leur jeûne très tôt dans la journée grâce à un repas de Mitsva qui suit la conclusion d'un traité. Renseignez-vous auprès de votre communauté.

LA DESTRUCTION DU 'HAMETS

Vendredi matin 15 avril

Les dix morceaux de 'Hamets trouvés pendant la recherche sont brûlés le lendemain matin. La consommation de 'Hamets s'étant terminée plus tôt, celui-ci disparaît alors de notre vie. La vente du 'Hamets a également pris effet (voir le calendrier pour les horaires exacts). Une fois que le 'Hamets a brûlé, nous disons le texte approprié pour abandonner toute propriété sur celui qu'on aurait involontairement oublié (voir ci-contre).

LE MOMENT ARRIVE D'UN SÉDÈR ÉTERNEL !

On a coutume de ne consommer d'aucun des aliments spécifiques du Sédèr aujourd'hui, en particulier la Matsa.



Le Sédèr...

Participez à un Sédèr communautaire ou faites-en un chez vous. Quel que soit votre choix, que ce soit le plus inoubliable et le plus inspirant Pessa'h que vous aurez jamais vécu.

Les sons, les mots, écrits et prononcés, le goût des choses : tout est là, pour la découverte. Toutes les générations sont présentes à la même table et chacun y a sa place, qui lui correspond. **C'est le Sédèr.**

Aucun rite n'a survécu aussi longtemps et n'est resté aussi fidèle à sa forme d'origine. En notre temps, à tous les coins du monde, des familles se réunissent pour reconstituer ce Sédèr originel, année après année.

Pour le second Sédèr, on dressera la table et l'on préparera le repas après la fin du premier jour de fête (voir calendrier).

On mettra trois Matsot l'une sur l'autre et on les recouvrira d'un napperon sur lequel on aura disposé les aliments suivants.

1. ZROA – un morceau de viande rôtie, habituellement un cou de poulet
2. BETSA – un œuf dur
3. MAROR – des herbes amères, en général on utilise du raifort et de la salade romaine
4. 'HAROSSET – une pâte faite de noix, de poires et de pommes

5. KARPAS – on peut utiliser de l'oignon ou de la pomme de terre
6. 'HAZERET – des herbes amères (raifort / salade romaine).

ATTENTION ! Pour avoir accompli comme il se doit la Mitsva du Sédèr, il faut avoir au minimum :

► **MANGÉ** : 30g de Matsa et 19g de Maror (raifort et salade romaine), chacun en moins de 4 minutes. Pour la consommation de la Matsa, les hommes doivent s'accouder du côté gauche (sur un coussin ou sur le dossier d'une chaise). Pour les Matsot faites à la main, 30g correspondent à une demi-Matsa.

► **BU** : les 4 coupes de vin ou de jus de raisin, les hommes s'accouder du côté gauche. Chaque coupe doit contenir un minimum de 8,6 centilitres. En outre, il convient d'en boire la majeure partie.



Et au-delà du Sédèr...

LE COMPTE DE L'OMER

Le deuxième soir de Pessa'h nous commençons à compter l'Omer. Ce nom vient de la mesure d'orge offerte au Temple le deuxième jour de la fête; cette céréale venait alors d'apparaître. A partir de là, avec impatience, nous comptons 49 jours jusqu'à la fête de Chavouot, le jour où la Torah nous fut donnée au mont Sinaï. Pendant ces sept semaines, nous faisons effort pour nous élever et nous préparer ainsi à l'événement. L'homme est constitué de 49 éléments spirituels et émotionnels, indiquent les commentateurs. Chaque jour de l'Omer est donc un moment propice pour travailler sur un de ces aspects particuliers jusqu'à ce que notre âme parvienne à l'accomplissement nécessaire et puisse recevoir la Divinité le 50ème jour, à Chavouot.

LES JOURS INTERMÉDIAIRES

Entre les deux premiers et les deux derniers jours de Pessa'h (cette année, du dimanche 17 au soir au jeudi 21 avril) se déroule la période de demi-fête : 'Hol Hamoèd. En dehors du Chabbat, s'il tombe à ce moment, on peut y faire tous les travaux. Mais n'en faisons pas trop ; cela reste la fête ! Et gardons notre esprit en joie : on a coutume de boire un verre de vin chaque jour de Pessa'h.

LE EROUV TAVCHILINE

Le 7^{ème} jour de Pessa'h tombe cette année un vendredi, et est immédiate-

ment suivi du Chabbat, dernier jour de fête. Afin de pouvoir cuisiner vendredi pour le Chabbat, en utilisant uniquement un feu existant, une cérémonie particulière est nécessaire : le Erouv Tavchiline.

Elle doit être pratiquée jeudi 21 avril dans la journée, avant le début de la fête. Pour cela, on prend dans la main une Matsa et un plat cuisiné (un morceau de viande ou de poisson ou encore un œuf dur), qui seront ensuite consommés pendant le Chabbat, et on dit la bénédiction suivante.

BAROU'H ATA ADO-NAÏ ELO-HÉNOU MÈLÈ'H HAOLAME ACHÈRE KIDECHANOU BÉMITSVOTAV VÉTSIVANO AL MITSVAT ÉROUV.

BÉDÈNE YÉHÉ CHARA LANA LAAFOUYÉ OUL-
VACHOULÉ OULÉATMOUNÉ OULÉADLOUKÉ
CHÉRAGUA OULTAKANA OULMÉÉVAD KOL
TSOR'HANA MIYOMA TAVA LECHABATA LANA
OULE'HOL ISRAËL HADARIM BAÏR HAZOT.

*Par cela il nous sera permis de mettre au four,
de cuire et de garder au chaud, d'allumer
une bougie, 4 de préparer, de confectionner,
le jour de la fête, tout ce qui nous est nécessaire pour le Chabbat - à
nous et à tous les Israélites qui demeurent dans cette ville.*



LES DERNIERS JOURS DE PESSA'H

Du jeudi 21 au soir au samedi 23 avril

C'est le septième jour de Pessa'h que, il y a plus de 3300 ans, la mer s'ouvrit devant les Juifs et que ceux-ci parvinrent définitivement à la liberté. En cette nuit (cette année, celle du jeudi 21 au vendredi 22 avril), nous pouvons vivre un authentique éveil spirituel en n'allant pas dormir, étudiant jusqu'au matin la sagesse Divine, la Torah.

Le huitième jour de Pessa'h nous ouvre à une liberté encore plus grande, il est consacré à notre Délivrance finale par la venue de Machia'h. Alors que le jour se termine, une infinie conscience Divine se déverse sur le monde.

Suivant la coutume instaurée par le Baal Chem Tov, le fondateur du 'hassidisme, Pessa'h se conclut par la « Séoudat Machia'h », le « banquet du Messie ». Ce repas, porté par l'esprit de la fête et la joie de la liberté, est constitué de Matsa et, comme aux premiers jours, de quatre coupes de vin (ou de jus de raisin). Il commence avant le coucher du soleil et il est la façon parfaite de dire spirituellement au revoir à la fête et d'ouvrir cœur et esprit à la conscience de la Délivrance prochaine.

La nuit marque la fin de Pessa'h. Attendez environ une heure pour donner le temps au rabbin de racheter votre 'Hamets ; vous pourrez alors le consommer autant que vous le désirez.

UN DEUXIÈME PESSA'H

Un mois plus tard, le 14 Iyar (cette année, le dimanche 15 mai), nous marquons un « deuxième Pessa'h », « Pessa'h Chéni », simplement en mangeant un morceau de Matsa à cette occasion. Il s'agit d'un rappel : l'année suivant la sortie d'Egypte, certains parmi les Juifs ne purent pas prendre part à l'offrande de l'agneau de Pessa'h car ils étaient rituellement impurs. Comprenant le manque spirituel qu'ils s'étaient causé, ils demandèrent à D.ieu de leur accorder une seconde chance. D.ieu accepta de la leur donner un mois plus tard à la même date. Rien n'est jamais perdu...



AVANT LE JEUDI 14 AVRIL

- Vente du 'Hamets (par l'acte de vente)

JEUDI 14 AVRIL

- Jeûne des premiers-nés (de 5h20 à 20h51)
- Recherche du 'Hamets avec récitation du premier Kol 'Hamira **à partir de 20h50**

VENDREDI 15 AVRIL - VEILLE DE PESSA'H

- On arrête de manger du 'Hamets **à 11h23**
- On brûle le 'Hamets restant et on récite le second Kol 'Hamira **avant 12h31**
- **🕯️🕯️ avant 20h03*** - Allumage des bougies de Chabbat & Yom Tov - Bénédiction 1 et 3
- Débuter le premier Sédèr **après 20h51**

SAMEDI 16 AVRIL - PREMIER JOUR DE PESSA'H

- Tefilat Tal (prière pour la rosée)
- **🕯️🕯️ Après 21h07** - A l'issue du Chabbat allumage des bougies de Yom Tov, à partir d'une flamme déjà existante et l'on dit les bénédictions 2 et 3

- On commence à compter le Omer
- On commence le deuxième Sédèr

DIMANCHE 17 AVRIL - SECOND JOUR DE PESSA'H

- **Fin de la fête à 21h08**

DU LUNDI 18 AU JEUDI 21 AVRIL - DEMI-FÊTES

- Jours de 'Hol Hamoëd
- On ne met pas les Tefiline

JEUDI 21 AVRIL - VEILLE DE YOM TOV

- On fait le Erouv Tavchiline (voir guide)
- **🕯️🕯️ Avant 20h10**** - Allumage des bougies Yom Tov - Bénédiction 2

VENDREDI 22 AVRIL - 7^{ème} JOUR DE PESSA'H

- **🕯️🕯️ avant 20h11*** - Allumage à partir d'une flamme déjà existante des bougies de Chabbat & Yom Tov et l'on dit la bénédiction 1

SAMEDI 23 AVRIL - 8^{ème} JOUR DE PESSA'H

- On dit le Yzkor (prière commémorant

- la mémoire des défunts)
 - Dans l'après-midi: Séoudat Machia'h
 - **Fin de Pessa'h à 21h16**
- Le 'Hamets vendu pourra être consommé une heure après la sortie de la fête

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

lesbénédictions

- 1 BAROU'H ATA ADO-NAÏ ELO-HÉNOU MÊLÈ'H HAOLAME
ACHÈRE KIDECHANOU BÉMITSVOTAV VÉTSIVANOU
LEHADLIK NÈRE CHEL CHABBAT VÉCHÈL YOM TOV
- 2 BAROU'H ATA ADO-NAÏ ELO-HÉNOU MÊLÈ'H HAOLAME
ACHÈRE KIDECHANOU BÉMITSVOTAV VÉTSIVANOU
LEHADLIK NÈRE CHEL YOM TOV
- 3 BAROU'H ATA ADO-NAÏ ELO-HÉNOU MÊLÈ'H HAOLAME
CHÈHÉ'HÉYANOU VÉKIYEMANOU VÉHIGUIANOU
LIZMANE HAZÉ



LES INSTITUTIONS LOUBAVITCH DE MARSEILLE

Siège : 112 Bd Barry, 13013 Marseille
06 20 51 43 53

4	Beth Habad Sèven Seventy	
	Rav Abraham Chayo 53 bd de la Blancarde	06 68 64 38 33
5	Beth Habad Etudiants Habad on Campus	
	Rav Baroukh Bard 7 rue Crillon	07 83 52 08 38
6	Beth Habad Centre	
	Rav Yossef Elgrishi 22 rue St Suffren www.BHM6.fr	06 52 23 77 41
7	Beth Habad	
	Rav Zalman Bitton 155 corniche Kennedy www.HabadMarseille7.com	06 65 22 60 12
8	Beth Habad	
	Rav Eliahou Altabé 8, Bd Mireille Jourdan Barry www.Bh8.fr	06 11 600 305
	Centre Ahavat 'Hinam École Haya Mouchka	
	Rav Yehouda Madar 18 rue Liandier	06 34 40 15 56 04 91 45 33 34

8	Rav M. Cohen	07 68 59 81 72
	Rav M. Attal	07 85 74 78 95
9	Beth Habad	
	Rav Mendel Assouline 32 rue Joseph Petronio	06 64 88 25 04
	Rav Tsemah Nisselevitch	07 62 81 68 53
	Beth Habad 9 ^e Sud	
	Rav Chneor Assouline 65 bd de la Concorde	06 17 78 79 72
10	Rav Yossi Attal	06 25 07 25 91
11	Rav Shnéor Bueno	06 95 59 03 24
12	Beth Habad Ohr Mena'hem Mobile Mitsva Tank	
	Rav Emmanuel Taubenblatt 57 av S. Julien	06 25 70 32 12
	Rav Eliahou Attia	06 30 88 71 31
	Ecole Maamar Mordekhaï	
13	Rav Yossef Bitoun 112, Bd Barry	04 91 66 44 18
	Beth Habad Château Gombert	
	Rav Michaël Rosenthal 4, rue de Brus	07 61 20 80 13

13	Beth Loubavitch Action Sociale	
	Rav Gavriel Elgrishi 65, rue Alphonse Daudet	06 11 81 63 06

AIX EN PROVENCE

	Beth Loubavitch	
	Rav Asher Geribi	06 03 90 36 17
	L'atrium BAT A 5 av Marcel Pagnol	

AUBAGNE

	Beth Habad	06 16 55 72 70
	Rav Moshé Farouz	

TOULON

	Habad	
	Rav Chalom Bitton 166 avenue Émile Vincent	06 60 54 03 51



TRAITEUR - PÂTISSERIE - CAVE À VIN
Nouveau : mon supermarché caché de qualité

87 boulevard Rabatau - Marseille 8^e

Tél : 04 88 86 19 07

600 m2 au service de la communauté - Parking disponible



Commandez en ligne : **monboucher-gourmet.com**
LIVRAISON À DOMICILE - DANS TOUTE LA FRANCE