

2026 • 5786

PESSA'H

du mercredi 1er avril au jeu. 9 avril (au soir)



VOTRE GUIDE
pour vivre la fête



Une fête pour notre libération

La fête de Pessa'h est un moment central de la tradition juive, elle est « le temps de notre liberté ». Les événements qu'elle rappelle, la servitude de nos ancêtres en Egypte puis leur libération miraculeuse, marquent la naissance de notre peuple et de notre lien particulier avec D.ieu.

Au début de la fête, nous célébrons le Séder qui, s'il raconte tout ce que nos ancêtres ont traversé, nous parle surtout au présent. Ainsi, dit le Talmud (traité Pessa'him 116b),

« dans chaque génération, chacun est tenu de se considérer comme s'il était lui-même sorti d'Egypte ». Et de fait, tous les rites prescrits à cette occasion sont autant de symboles de la prodigieuse aventure de la liberté qui commence ce soir-là.

Car cette libération ne doit pas être vécue simplement comme la commémoration d'un glorieux passé. La servitude matérielle en Egypte évoque les contraintes que nous font subir au quotidien nos habitudes, notre mode de vie etc. C'est aussi de tout cela que la fête de Pessa'h nous invite à sortir. En brisant nos propres limites, nous faisons retentir toute la puissance du message profond de la fête.

C'est que la liberté authentique demande une attention constante, un rejet de toutes les menaces qui tentent de mettre en cause la liberté du Juif.

La menace la plus grave vient peut-être de l'intérieur. Par exemple, être convaincu que certains accomplissements nous dépassent ou croire complaisamment que l'on n'est pas né pour atteindre les sommets de la vie spirituelle. Penser cela, c'est se limiter, se rendre captif d'une illusion.

Pessa'h est donc un véritable processus d'auto-libération. La fête et ses rites sont autant de symboles du combat toujours renouvelé au sein du Juif pour y créer l'espace de liberté qui lui permettra d'accomplir tout son potentiel spirituel.

C'est une des raisons pour lesquelles nous devons nous souvenir de la sortie d'Egypte dans chaque génération et chaque jour. Nous devons personnellement vivre toujours une telle expérience, échapper aux limites, aux tentations et aux obstacles que notre existence physique place sur le chemin de notre vie spirituelle. Et ainsi nous apportons la Délivrance au monde tout entier.



D'après les enseignements du Rabbi de Loubavitch

HABAD LOUBAVITCH MARSEILLE 112, BD BARRY 13013 MARSEILLE - Directeur : RAV FITCHÉ LABKOWSKI TÉL : 06 20 51 43 53

VOTRE GUIDE – Hanouccah 5785 est un supplément à la Sidra de la Semaine | Rédaction : 'Haïm Shnéor Nisenbaum |

Publication éditée par Beth Habad Marseille 6ème • Directeur de Publication Yossef Elgrishi Tél: 0652237741 | Design et mise

en page : © Beam Agency Israel Elmkiés | Crédit Photo : Shutterstock

Vendre votre 'Hamets

Pendant tout Pessa'h, la Torah (Ex. 13:6) interdit de manger, de posséder ou de tirer profit du 'Hamets. On appelle 'Hamets tout produit levé contenant du blé, de l'orge, de l'avoine, du seigle ou de l'épeautre.

Aussi, la fête de Pessa'h demande des préparatifs particuliers. Dans les semaines qui la précèdent, on retire soigneusement tout le 'Hamets de notre maison. Pour une utilisation pendant la fête, nous n'achetons que des produits certifiés « Cachère pour Pessa'h ».

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 sur:

LOUBAVITCH.FR

01 45 26 87 60



La vente du 'Hamets

Pour permettre au rabbin de procéder à cette vente, retournez le formulaire au verso, en choisissant un des moyens proposés ci-dessous.

Il est inutile d'avoir rangé tout le 'Hamets pour envoyer la procuration. Il suffit de préciser les lieux où il sera déposé. Le 'Hamets devra s'y trouver à la date de la vente effective.

PAR LA POSTE AU BETH LOUBAVITCH

8, rue Lamartine - 75009 Paris
à poster au plus tard le vendredi 27 mars
(ne pas envoyer en recommandé)

SUR INTERNET

www.loubavitch.fr
Jusqu'au lundi 30 mars à 19 heures



Procuration de vente du 'Hamets

Je soussigné :

Demeurant :

Code Postal : _ _ _ _

Ville :

donne le plein pouvoir au Rabbin L.I. 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 L.I. Kahn.

Date :

Signature :



La recherche du 'Hamets



à partir de : **20h33**

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 en bois 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 (voir ci-dessous).



Le jeûne des premiers-nés

Début : 5h48 - Fin : 20h34

Quand D.ieu 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.

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.

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

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

Béni sois-Tu Eternel notre D.ieu, Roi de l'univers, qui nous a sanctifié 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 le premier Kol 'Hamira :

« 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. »



La destruction du 'Hamets



Avant : 12h38

On terminera de manger du 'Hamets avant : 11h30 et on brûlera le 'Hamets restant avant 12h30. On récite le second Kol 'Hamira.



Le Erouv Tavchiline



Le 2ème jour de Pessa'h tombe cette année un vendredi et est immédiatement suivi du Chabbat, 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 mercredi 1er 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 oeuf dur), qui seront ensuite consommés pendant le Chabbat, et on dit la bénédiction suivante.

**BAROU'H ATA ADO-NAÏ ELOHÉNOU
MÉLÈ'H HAOLAME ACHÈRE
KIDECHANOU BÉMITSVOTAV
VÉTSIVANOU AL MITSVAT ÉROUV.**

**Bédène yéhé chara lana laafouyé
oulvachoulé ouléatmouné ouléadlouké
chéragua outakana oulméévad kol
tsor'hana miyoma tava lechabata lana
oule'hol israël hadarim bair hazot.**



La Matza Chmoura

*Procurez-vous la
Matsa Chmoura !*

**Contactez le Beth Habad
le plus proche**

(voir page 16)

Lumière

SUR PESSA'H

*Éclairages d'après les enseignements
du Rabbi de Loubavitch*



Effacer son ego

La pâte qui lève, le 'Hamets, représente l'enflure de l'ego, la source de bien des traits de caractère négatifs. Aussi, la moindre trace de 'Hamets est interdite car Pessa'h est le moment de se débarrasser de cet ego malsain. En entreprenant cette démarche, nous donnons à la sortie d'Egypte une portée personnelle : nous nous libérons de notre Egypte intérieure et accédons à la véritable liberté pour toute l'année.

Donner du sens à la vie

Les diverses réussites que nous rencontrons dans la vie quotidienne, dans notre travail, dans nos objectifs personnels etc., alimentent un sentiment de fausse indépendance, comme si nos succès n'étaient dus qu'à nous-mêmes et non à la bonté de D.ieu. La recherche du 'Hamets nous rappelle qu'il est nécessaire de mener un véritable examen de conscience pour se défaire de cette attitude et empêcher son retour pendant les mois à venir.

Une force positive

Le 'Hamets spirituel, l'ego boursoufflé, peut cependant être utilisé pour le bien. Pour cela, il faut le réinventer. C'est ce que fit un célèbre érudit du 19ème siècle qui s'exclamait face à une tentation :

« Un érudit tel que moi peut-il commettre une telle faute ? Un homme comme moi peut-il succomber ? » Ainsi il évitait l'erreur.

La loi juive précise que le 'Hamets doit être recherché à la lumière d'une bougie. Spirituellement la flamme représente l'âme. C'est la flamme Divine que nous possédons en nous qui nous donne l'inspiration pour faire un examen sincère de nos qualités morales afin d'en discerner les défauts, le 'Hamets, et de transformer chaque faiblesse constatée en une force nouvelle.



La Matsa

La Torah nous ordonne (Ex. 13:5) de manger de la Matsa pendant la fête de Pessa'h, souvenir de la sortie d'Egypte. En effet, la pâte que nos ancêtres préparèrent alors n'eut pas le temps de lever, c'est ainsi que de la Matsa fut cuite pour la première fois.

On utilise de façon préférable de la Matsa Chmoura, surveillée, au moins pour le Séder. Le blé qui sert à sa fabrication est protégé de tout contact avec de l'eau depuis la moisson et pas seulement depuis la mouture, comme c'est le cas général. Cette Matsa est ronde, sans début ni fin, nous rappelant ainsi l'infini de D.ieu et elle est faite à la main, exactement comme celle que nos ancêtres mangèrent en sortant d'Egypte.

Chacun doit manger au moins 30g. de Matsa à chaque Séder, soit environ la moitié d'une Matsa Chmoura. C'est, nous disent nos Sages, « l'aliment de la foi ».



Le Séder

DE PESSA'H



Le Séder est une des cérémonies les plus significatives du calendrier juif.
Sur la table, on dispose trois Matsot, une coupe pour le vin et un plateau qui contient six éléments précis.



1 Matsa

La Torah nous ordonne de manger de la Matsa pendant toute la fête de Pessa'h. Le Zohar nous enseigne qu'elle est « l'aliment de la foi » et « l'aliment de la guérison ». Elle nous rappelle aussi la grandeur du miracle de notre libération de l'esclavage en Egypte. Pour le Séder, nous utilisons trois Matsot.

2 Vin

Pour le Séder, les Sages ont instauré que chacun boive au total quatre coupes de vin au cours de la cérémonie. Si on ne supporte pas le vin en raison de sa santé, de son jeune âge ou pour toute autre raison, il est tout à fait possible d'utiliser du jus de raisin.

Les quatre coupes représentent les quatre expressions de la délivrance (Exode 6:6-7) :

- **1^{ère} coupe** : le départ physique du pays d'Egypte (« Je vous délivrerai ») ;
- **2^{ème} coupe** : la libération de l'esclavage intellectuel et spirituel (« Je vous sauverai »)
- **3^{ème} coupe** : la création d'un peuple épargné pour toujours d'un esclavage permanent (« Je vous libérerai ») ;
- **4^{ème} coupe** : l'acceptation par D.ieu d'Israël comme Son peuple et le don de la Torah au Sinai (« Je vous prendrai pour Moi comme un peuple »).

3 Zeroa (« bras »)

Un cou de poulet grillé que l'on ne mangera pas. Il rappelle l'offrande de Pessa'h apportée dans le Temple à Jérusalem, qui renvoyait elle-même à l'agneau mangé par nos ancêtres avant leur libération d'Egypte.

4 Betsa (« œuf »)

L'œuf dur symbolise l'offrande de fête que l'on faisait dans le Temple pour la fête de Pessa'h, comme pour toutes les autres. L'absence du Temple évoque aussi une idée de deuil, d'où

le choix d'un œuf dur lié à ce type d'occasion, sa forme ronde représentant le cycle de la vie. Il est trempé dans de l'eau salée et consommé au début du repas.

5 Maror (« herbes amères »)

Cela rappelle l'amertume de la souffrance en Egypte. Il est constitué généralement de feuilles de romaine et de racines de raifort râpées. On peut noter que la romaine ne devient amère que si elle a attendu le moment d'être récoltée pendant trop longtemps. De même, nos ancêtres arrivèrent en Egypte comme les invités attendus de leur parent, Joseph, le vice-roi. Mais, plus leur séjour se prolongea plus leur sort devint amer.

6 'Harosset (pâte faite de fruits et de noix)

Pendant l'esclavage, nous nous servions de mortier, représenté ici par le 'Harosset, pour fabriquer les briques nécessaires aux travaux imposés par les Egyptiens. (Le Maror est trempé dans le 'Harosset avant sa consommation.)

7 Karpass (un légume)

L'Egypte écrasa nos ancêtres par de durs travaux. Un légume, en général de l'oignon, de la pomme de terre etc. est trempé dans de l'eau salée et mangé afin que nous puissions sentir le goût de leurs larmes d'angoisse. Et ce rite dans le Séder est là pour piquer la curiosité des enfants (de tous âges !).

8 'Hazerèt (identique au n° 5)

Un deuxième Maror car nous y avons recours une seconde fois pendant le Séder.



Les 4 coupes de vin

Les quatre coupes sont bues au cours du Séder et elles représentent quatre étapes vers la liberté : «Je vous délivrerai... Je vous sauverai... Je vous libérerai... Je vous prendrai pour Moi comme peuple.» Chacune de ces coupes de vin (ou de jus de raisin) doit contenir au moins 8,6 centilitres et doit être bue accoudé du côté gauche.

Avant de boire le vin, on récite la bénédiction suivante :

**BAROU'H ATA ADO-NAÏ
ELO-HÉNOU MÉLÈ'H HAOLAME
BORÉ PERI HAGUAFÈNE.**

Béni sois-Tu Eternel notre D.ieu, Roi de l'univers, qui crée le fruit de la vigne.

Une cinquième coupe de vin :

Avant de faire la bénédiction après le repas, on remplit une coupe de vin particulière pour le prophète Elie. Celui-ci vient voir spirituellement chaque maison juive en ce soir de Séder. Cette coupe lui est symboliquement réservée.



Les 3 Matsot

l'aliment de la foi

Nos ancêtres manifestèrent la profondeur de leur foi quand ils suivirent D.ieu dans le désert avec une si grande hâte qu'ils n'eurent même pas le temps de laisser lever la pâte qu'ils avaient préparée. Les trois Matsot représentent l'ensemble du peuple juif : les Cohen, les Lévi et le reste du peuple d'Israël.

Après s'être lavé les mains, on récite la bénédiction :

**BAROU'H ATA ADO-NAÏ
ELO-HÉNOU MÉLÈ'H HAOLAME
ACHÈRE KIDECHANOU
BÉMITSVOTAV VÉTSIVANOU AL
NÉTILAT YADAIM.**

Une fois les mains lavées, il faut consommer au moins 30 grammes de Matsa, accoudé du côté gauche après avoir récite les bénédictions suivantes :

**BAROU'H ATA ADO-NAÏ ELO-
HÉNOU MÉLÈ'H HAOLAME
HAMOTSI LE'HEM MINE HAARETS.**

Béni sois-Tu Eternel notre D.ieu, Roi de l'univers, qui fait sortir le pain de la terre.

**BAROU'H ATA ADO-NAÏ
ELO-HÉNOU MÉLÈ'H HAOLAME
ACHÈRE KIDECHANOU
BÉMITSVOTAV VÉTSIVANOU AL
A'HILATE MATSA.**

Béni sois-Tu Eternel notre D.ieu, Roi de l'univers, qui nous a sanctifié par Ses Commandements et nous a ordonné de manger de la Matsa.

Quelques repères historiques

Année Juive 2331 • ère commune - 1429

Lévi, le dernier des fils de Jacob encore en vie, quitte ce monde. Le pharaon veut contrôler la population juive grandissante, il décide de la réduire en esclavage.



Année Juive 2367 • ère commune - 1394

Le pharaon décrète que tous les garçons juifs à naître seront jetés dans le Nil.

Année Juive 2368 • ère commune - 1393

Le 7 Adar, Moïse naît. Sa mère, Jochebed, le met dans un berceau en osier sur le Nil. La fille du pharaon le découvre et décide de l'élever dans le palais de son père.



Année Juive 2387 • ère commune - 1373

Moïse tue un Egyptien qui battait un esclave juif. Le pharaon l'apprend et il condamne Moïse à mort. Celui-ci s'enfuit à Midyan.

Année Juive 2447 • ère commune - 1314

Exactement un an avant la sortie d'Egypte, D.ieu apparaît à Moïse dans un buisson qui brûle sans se consumer.

Il lui ordonne de retourner en Egypte et de libérer les Juifs. Moïse se présente devant le pharaon et lui transmet l'ordre Divin. Mais le pharaon refuse. À Roch Hachana, alors que la troisième plaie commence, l'Egypte perd le contrôle de ses esclaves juifs. À partir de là, encore en Egypte, ils sont délivrés de l'oppression.



Année Juive 2448 • ère commune - 1313

LE 14 NISSAN

Les Juifs abattent l'agneau qu'ils ont préparé et mettent son sang sur leur porte.



LA VEILLE DU 15 NISSAN

Les Juifs mangent l'agneau et célèbrent le premier Séder de Pessa'h de l'histoire.

À minuit, la dixième plaie frappe tous les premiers-nés égyptiens mais passent au-dessus des maisons juives.

Les Juifs passent la nuit à recueillir les richesses de leurs voisins égyptiens et à cuire la Matsa pour leur voyage. À midi, ils quittent l'Egypte.

Un mois après la sortie d'Egypte, les provisions de Matsa sont épuisées.

D.ieu commence alors à donner quotidiennement une nourriture miraculeuse : la manne.

Cela continuera pendant quarante ans.



LE 6 SIVAN

Sept semaines après la sortie d'Egypte, les Juifs reçoivent la Torah au mont Sinai.



Les 15 étapes

POUR LE SÉDER

1 Kadech • Réciter le Kidouch

Le Séder commence par la récitation du Kidouch, qui proclame la sainteté de la fête. On le dit sur une coupe de vin, la première des quatre que nous boirons pendant le Séder. Si on ne supporte pas le vin, on peut utiliser du jus de raisin. Chaque coupe doit contenir au minimum 8,6 centilitres.

Quand on boit le vin ou qu'on mange la Matsa au Séder, on s'accoude du côté gauche en signe de liberté et de confort. Dans l'antiquité, seuls les hommes libres avaient le droit de le faire.



2 Oure'hatz • Se purifier

Nous nous lavons les mains de la manière habituelle comme on le fait avant chaque repas, mais sans la bénédiction qui l'accompagne. C'est que l'étape suivante du Séder, Karpas, demande de tremper un aliment dans l'eau. Or, dans un tel cas, soit on mange l'aliment à l'aide d'un ustensile, soit on se purifie les mains en les lavant. Le soir du Séder, nous choisissons la pratique la moins habituelle pour éveiller la curiosité de l'enfant.



3 Karpass • Le légume

On trempe un petit morceau d'oignon, de pomme de terre ou de céleri dans de l'eau salée et on le mange (après avoir récité la bénédiction sur les produits de la terre). En trempant le Karpass dans l'eau salée, pratique inhabituelle, nous soulevons à nouveau la curiosité de l'enfant.

De plus, consommer un « apéritif » en le trempant était une pratique royale, donc un signe de liberté, tandis que l'eau salée évoque les larmes versées par nos ancêtres asservis.



4 Ya'hatz • Diviser

On casse en deux la Matsa du milieu du plateau du Séder. On met de côté le plus grand morceau qui sera utilisé plus tard pour l'Afikoman. Cet acte inhabituel ne fait pas qu'attirer une fois de plus l'attention de l'enfant mais rappelle aussi comment D.ieu divisa la mer des Joncs pour que les enfants d'Israël la traversent à pieds secs. Le plus petit morceau de la Matsa est remis dans le plateau du Séder. Cette demi Matsa brisée symbolise l'humilité et sera consommée plus tard en tant que « pain de pauvreté ».



5 Maguid • Raconter

À ce moment, les pauvres sont invités à se joindre au Séder. Le plateau du Séder est poussé de côté, on verse une deuxième coupe de vin, et l'enfant, qui est maintenant bouillant de curiosité, pose la célèbre question : « Ma Nichtana... » Pourquoi cette nuit est-elle différente de toutes les autres nuits ? Pourquoi tremper des aliments ? Pourquoi seulement de la Matsa ? Pourquoi les herbes amères ? Pourquoi nous allongeons-nous sur des coussins comme si nous étions des rois ? S'il n'y a pas d'enfant présent, les adultes se posent ces questions l'un à l'autre. Et si on célèbre le Séder tout seul, on pose malgré tout les questions à voix haute. Car ces interrogations enclenchent un des rites les plus significatifs de Pessa'h, le point fort de la cérémonie du Séder : la lecture de la Haggada, l'histoire de la sortie d'Égypte. Dans la réponse donnée on trouve un bref rappel de l'histoire, une description des souffrances subies par les Hébreux, les plaies qui frappèrent les Égyptiens et une énumération des miracles que D.ieu fit pour la délivrance de Son peuple. En conclusion de cette étape, on boit la deuxième coupe de vin.



6 Ro'htza • Se laver

Après avoir terminé la première partie de la Haggada, on se lave à nouveau les mains, cette fois avec la bénédiction habituelle, comme on le fait chaque fois qu'on mange du pain.



7-8 Motsi-Matsa • Manger la Matsa

On prend les trois Matsot (avec la matsa cassée entre les deux autres), et on dit la bénédiction habituelle sur le pain. Puis, on laisse retomber la Matsa du dessous et on ne tient donc plus que la Matsa du dessus toujours entière et celle du milieu qui a été cassée. On récite alors la bénédiction spéciale « Al A'hilat Matsa ».

Puis on prend un morceau de chaque Matsa et on les mange ensemble, accoudé du côté gauche. Attention : il faut manger au moins 30 grammes de Matsa.



9 Maror • L'amertume

On prend au moins 19 grammes d'herbes amères. On les trempe dans le 'Harosset, qui rappelle les travaux forcés de nos ancêtres en Égypte, et on dit la bénédiction « Al A'hilat Maror ». On les mange sans s'accouder.



10 Kore'h • Le sandwich

Pour suivre la coutume instaurée par Hillel, le grand Sage du Talmud, nous mangeons un sandwich de Matsa et Maror. On casse deux morceaux de la Matsa du dessous, qui doivent faire ensemble au minimum 30 grammes. On prend à nouveau au moins 19 grammes d'herbes amères et on les trempe dans le 'Harosset. On le met entre les deux morceaux de Matsa, faisant ainsi une sorte de sandwich, et on dit « Ken Assa Hillel... »

On mange le tout accoudé.



11 Choul'han Ore'h • Le repas de fête

On sert à présent le repas de la fête. On le commence par l'œuf dur du plateau du Séder que l'on trempe dans l'eau salée.



12 Tsafoon • Caché

Après le repas, la demi-Matsa qu'on avait « cachée », mise de côté pour l'Afikoman (« le dessert ») est tirée et mangée. Elle représente l'agneau de Pessa'h qui était mangé à la fin du repas.

Chacun doit manger au moins 60 grammes de Matsa, accoudé. Après avoir mangé l'Afikoman, on ne mange plus ni ne boit en dehors des deux coupes de vin restantes.



13 Bera'h • Bénir

On remplit la troisième coupe de vin, ainsi que celle du prophète Elie, et on récite la bénédiction après le repas. Puis on dit la bénédiction sur le vin, on boit la troisième coupe et on remplit à nouveau la coupe.

Ensuite on ouvre la porte et on dit le passage qui est une invitation au prophète Elie, l'annonciateur de la venue de Machia'h, le Messie.



14 Hallel • Chants de louange

Arrivés là, nous remercions D.ieu pour tous Ses miracles et, allant plus loin, nous chantons Sa louange en tant que Roi de l'univers. Après avoir dit le Hallel, nous récitons encore la bénédiction sur le vin et buvons la quatrième coupe, accoudés.



15 Nirtsa • L'acceptation

Puisque nous avons mené le Séder comme il fallait, nous sommes sûrs qu'il a été accepté par D.ieu. Nous disons alors « Lechana Habaa Birouchalaïm – l'an prochain à Jérusalem. »



Le Séder et après ?

Le compte de l'Omer

Le deuxième soir de Pessa'h, on commence à compter le Omer. Nous comptons les 49 jours qui vont de Pessa'h à Chavouot, dans l'attente du don de la Torah au mont Sinaï. Pendant ces sept semaines nous nous efforçons de nous améliorer pour nous préparer à l'événement à venir. Selon la tradition kabbalistique, tout être humain possède 49 traits de caractère spirituels et émotionnels et chacun des jours qui passent est un moment propice pour travailler sur un de ces aspects, jusqu'à ce que notre âme puisse pleinement recevoir la Divinité le 50ème jour, Chavouot.



Les jours intermédiaires

Entre les deux premiers et les deux derniers jours de fête, en dehors du Chabbat, le travail est autorisé. Cependant, il vaut mieux consacrer en priorité son esprit à la joie de Pessa'h même pendant ces jours intermédiaires. On a du reste la coutume de boire un verre de vin chaque jour de Pessa'h pour le manifester.



Les derniers jours DE PESSA'H

Le septième jour de Pessa'h

est celui où, il y a plus de 3300 ans, la mer s'ouvrit, apportant officiellement la liberté au peuple juif. Chacun peut vivre ce qui est véritablement son réveil spirituel cette nuit-là en n'allant pas dormir jusqu'à l'aube, étudiant la sagesse Divine, la Torah.

Yizkor

Sans ceux qui nous ont précédés, nous ne serions pas ici. C'est pourquoi nous nous souvenons de nos parents disparus le huitième et dernier jour de la fête, avec une prière spéciale, le Yizkor, pendant l'office du matin.

Le huitième jour de Pessa'h

met l'accent sur une liberté encore plus haute. C'est pourquoi il est centré autour de la Délivrance finale et imminente. Suivant la coutume du Baal Chem Tov, le fondateur du 'Hassidisme, Pessa'h se termine donc par un « banquet du Machia'h, du Messie ».

Ce repas de fête, avec de la Matsa et quatre coupes de vin, commence avant le coucher du soleil. C'est la façon parfaite de dire au revoir à la fête et d'ouvrir notre conscience et notre cœur à la Délivrance à venir.

La tombée de la nuit marque la fin de Pessa'h. On attend environ une heure avant de tirer à nouveau le 'Hamets, le temps que le rabbin qui s'est chargé de la vente puisse le racheter et permettre ainsi à tous de l'utiliser sans restrictions.

Le CALENDRIER

Horaires valables uniquement pour Marseille

Avant le Mardi 31 mars

- Vente du 'Hamets (voir p.3)

Mardi 31 mars

- Recherche du 'Hamets avec récitation du premier Kol 'Hamira à partir de **20h33**

Mercredi 1^{er} avril - Veille de Pessa'h

- Jeûne des premiers-nés (début: **5h48** - Fin: **20h34**)
- On arrête de manger du 'Hamets à **11h33**
- On brûle le Hamets restant et on récite le second Kol 'Hamira avant **12h38**
- On fait le Erouv Tavchiline comme décrit en page 5.
- Avant **19h47***- On allume les bougies de Yom Tov et l'on dit les bénédictions 1 et 2
- On commence le Séder après **20h34**

Jeudi 2 Avril - 1^{er} jour de Pessa'h

- Tefilat Tal (prière pour la rosée)
- Après **20h49** - On allume les bougies de Yom Tov, uniquement à partir d'une flamme déjà existante et l'on dit les bénédictions 1 et 2
- On commence à compter le Omer
- On commence le 2^{ème} Séder à **20h49**

Vendredi 3 avril - Second jour de Pessa'h

- Avant **19h49**** - On allume les bougies de Chabbat à partir d'une flamme déjà existante et l'on dit la bénédiction 3

Samedi 4 avril - Chabbat 'Hol Hamoëd

- Fin de Chabbat à **20h51**

Du sam. 4 au mar. 7 avril - Demi-fêtes

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

Mardi 7 avril - Veille de Yom Tov

- Avant **19h54***- On allume les bougies de Yom Tov et l'on dit la bénédiction 1

Mercredi 8 avril - 7^{ème} jour de Pessa'h

Après **20h57** - On allume uniquement à partir d'une flamme déjà existante les bougies de Yom Tov et l'on dit la bénédiction 1

Jeudi 9 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 **20h58**

Le 'Hamets vendu pourra être consommé une heure après la sortie de la fête.

** Passé cet horaire on allumera uniquement à partir d'une flamme existante.*

*** Ne pas allumer après l'heure indiquée.*

les BÉNÉDICTIONS



- 1 BAROU'H ATA ADO-NAÏ ELO-HÉNOU MÉLÈ'H HAOLAME ACHÈRE KIDECHANOU BÉMITSVOTAV VÉTSIVANOU LEHADLIK NÈRE CHÈL YOM TOV
- 2 BAROU'H ATA ADO-NAÏ ELO-HÉNOU MÉLÈ'H HAOLAME CHÉHÉ'HÉYANOU VÉKIYEMANOU VÉHIGUIANOU LIZMANE HAZÉ
- 3 BAROU'H ATA ADO-NAÏ ELO-HÉNOU MÉLÈ'H HAOLAME ACHÈRE KIDECHANOU BÉMITSVOTAV VÉTSIVANOU LEHADLIK NÈRE CHÈL CHABBAT KODECH

LES INSTITUTIONS LOUBAVITCH - MARSEILLE



Rav Fitché LABKOWSKI
Délégué Principal Régional

Synagogue Beth Na'houm
112, Bd Barry 13013 Marseille
06 20 51 43 53

1-2e

Rav Levy Bitoun
06 64 32 44 62

4e

Beth Habad 770
Rav Abraham Chayo
184 avenue de Chartreux
06 68 64 38 33
abichayo@hotmail.com

5e

Beth Habad 5e - Etudiants
Habad on Campus
Rav Baroukh Bard
7, rue Crillon
07 83 52 08 38

6e

Beth Habad Marseille Centre 6e
Rav Yossef Elgrishi
22, rue S. Suffren
06 52 23 77 41
BHM6.fr

7e

Beth Habad Marseille 7e
Rav Zalman Bitton
155, corniche Kennedy
entrée 24 boulevard S. Lucie
06 65 22 60 12
Habadmarseille7.com

8e

Beth 'Habad Marseille 8e
71, Promenade Georges Pompidou
Rav Eliahou Altabé
06 11 600 305
Bh8.fr

8e

École Haya Mouchka
Centre Loubavitch Ahavat Hinam.
18, rue Liandier
Rav Yehouda Madar 06 34 40 15 56
Rav Meir Attal 07 85 74 78 94
Rav Mendy Cohen : 07 68 59 81 72
École Haya Mouchka : 04 91 45 33 34
centreloubavitch.com

9e

Beth Habad Marseille 9e
Rav Mendel Assouline
32, rue Joseph Petronio
06 64 88 25 04

9e SUD

Beth Habad 9e SUD
Rav Chneur Assouline
65, bd de la Concorde
06 17 78 79 72

10e

Beth Habad 10e
Rav Yossi Attal
11, rue François Mauriac
06 25 07 25 91

11e

Beth 'Habad 11e
Rav Shneur Bueno
(adresse postale : 59 boulevard
Rabatau 13008)
06 95 59 03 24

12e

Beth 'Habad Ohr Mena'hem
Rav Emmanuel Taubenblatt
57, avenue S. Julien
06 25 70 32 12
Mobile Mitsva – 06 30 88 71 31

13e

Beth Nahoum
Rav Fitché Labkowski
(Chaliah harachi)
112, Bd Barry
06 20 51 43 53

13e

École Maamar Mordekhaï
Rav Yossef Bitoun
112, Bd Barry
04 91 66 44 18

13e

Beth 'Habad Chateau Gombert
Association Beya'had Marseille
Rav Michael Rosenthal
4, rue de Brus Marseille
07 61 20 80 13

13e

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

Aubagne

Beth Habad Or Yossef
Rav Moshé Farouz
Place Lucien Grimaud
06 16 55 72 70

Plan de Cuque, Allauch, La Rose, Croix Rouge.

Rav Tsemah Nisilevitch
07 62 81 68 53
18 avenue du Général Leclerc Plan
de Cuques



LA MATSA CHMOURA

(faïte à la main)

"Pain de la foi et la guérison" (Zohar)



est disponible dans votre centre 'Habad le plus proche
Renseignez-vous (Page 16)



Bénéficiez de **15% de remise**
+ d'une **deuxième paire offerte**
avec le code **"LA SIDRA"**

**VOTRE OPTICIEN
A PLEINE VUE**

Nos opticiens vous reçoivent dans les 4 boutiques A PLEINE VUE
37 Avenue Jules Cantini ⑥ / 35 Avenue du Prado ⑥
56 rue de Rome ① / 13 Avenue Maréchal Foch ④

OPTICIENS
A PLEINE VUE
4 BOUTIQUES À MARSEILLE

37 Avenue Jules Cantini
13006 Marseille
04 91 29 39 25



**LE PLUS GRAND SUPERMARCHÉ
CASHER DE LA RÉGION**



COMMANDEZ EN LIGNE
WWW.MONBOUCHER-GOURMET.COM

87 BOULEVARD RABATEAU 13008 MARSEILLE
04 88 86 19 07

 LIVRAISON À DOMICILE

ב"ה

MARSEILLE 8^{ÈME}

HAYA MOUCHKA

2025-2026



GANONE

Initiation au système scolaire jusqu'à 24 mois

GAN

Eveil aux connaissances du Cycle I de l'Education nationale

ÉLÉMENTAIRE

Approfondissement des matières fondamentales scolaires bénéficiant d'un encadrement personnalisé

COLLÈGE- LYCÉE

Classes démixées profitant d'un Kodech intensif et la préparation aux examens nationaux



Eitisa Graphics

- ✓ **Nouveau !** classe de neige et voyage pour le lycée
- ✓ Cours de soutien scolaire après les cours
- ✓ Ramassage scolaire depuis Marseille & Toulon



18 rue Liandier
13008 Marseille
04 91 45 33 34



www.centreloubavitch.com



Séders Communautaires

Mercredi 1er et jeudi 2 Avril 2026

**Avec le Beth Habad
Marseille 6^{ème}**

Rés. : Rav Yossef Elgrishi
06.52.23.77.41

**Avec le Beth Habad
Marseille 7^{ème}**

Rés : habadmarseille7.com
Rav Chneur Zalman Bitton
06.65.22.60.12

**Avec le Beth Habad
Ahavat Hinam Marseille 8^{ème}**

18 Rue Liandier,
13008 Marseille
Rés. : Rav Mendi Cohen
07.68.59.81.72

**Avec le Beth Habad
Marseille 9^{ème}**

32, rue Joseph Petronio
13009 Marseille
Rés. : Rav Mendel Assouline
06.64.88.25.04