לשיקבח"ו לחקים שכנתא מעפרא שויתי ה' לנגדי תמיד בינו עמי עשו

HTTPS:// AVODAT- HM.COM
PROPOSE:

ETUDE POUR LA GUERISON ET LA SANTE.

1) L'ETUDE DE LA HUITIEME BENEDICTION DE LA 'AMIDA.
LA BENEDICTION DE LA SANTE !
2) LA BENEDICTION DE « ACHER YATSAR ».
CES DEUX BENEDICTIONS ETANT PROPICES POUR LE RETABLISSEMENT DES MALADES ET POUR QUE CEUX QUI SONT EN BONNE SANTE LE RESTE !

**POUR LA GUERISON DE SALOME RA'HEL PERLE HAYA BAT MYRIAM ET DE TOUS CEUX QUI SOUFFRENT.**

**Cette étude est tirée de l'ouvrage sur le Sidour :**
**De la Couronne au Trône de Gloire !**

***Etude de la huitième bénédiction :***

***La santé – רפואה תפארת י-ה-ו-ה***

**INTRODUCTION :**

La santé dépend directement de la Mida du Tiféret qui fait référence à Ha-Chem Lui-Même. C'est pour cette raison que les sages soulignent que le Saint Béni Soit–Il n'a pas voulu transmettre la « Guérison » à aucun des Archanges qui dirigent les 70 nations. Ce pouvoir reste la « propriété » réservée d'Ha-Chem, nul en dehors de Lui n'en possède les forces et les secrets, cela afin que tous mettent leurs espoirs et leurs confiance qu'en Ha-

Chem uniquement, ainsi qu'il est dit : Je Suis l'Eternel qui te guérit. ***כי אני ה' רופאך*** .

Dans cette bénédiction il y a 27 mots qui correspondent aux 22 lettres de l'alphabet auxquelles nous ajoutons les cinq lettres finales ***מנצפ"ך*** . Ces 27 mots font références aux 27 lettres du verset : ***הסלח לכל עונכי הרפא לכל תחלאיכי***. Ps 103,3. Ainsi qu'aux lettres du verset : ce sera la santé pour ton corps; une sève généreuse pour tes membres. Proverbes 3,8. ***רִיפְאוּת תִּהִי לְשָׁרֶיךָ וְשִׁקּוּי לְעַצְמוֹתֶיךָ***.

Le Tour mentionne que les 27 mots de cette bénédiction correspondent aux 27 versets de la Paracha de la Mila (voir plus loin). Il ajoute, que le verset qui souligne qu'Ha-Chem est notre guérisseur comporte 27 mots.

Il dit: Si tu écoutes la voix de l'Éternel ton Dieu; si tu t'appliques à lui plaire; si tu es docile à ses préceptes et fidèle à toutes ses lois, aucune des plaies dont j'ai frappé, l'Égypte ne t'atteindra, car moi, l'Éternel, je te préserverai (Je Suis ton guérisseur). Chémot 15,26.

***וַיֹּאמֶר אִם שָׁמוֹעַ תִּשְׁמַע לְקוֹל ה' אֱלֹהֶיךָ, וְהַיָּשָׁר בְּעֵינָיו תַּעֲשֶׂה וְהַאֲזַנְתָּ לְמִצְוֹתָיו וְשָׁמַרְתָּ כָּל חֻקָּיו כָּלהַמַּחֲלָה אֲשֶׁר שַׂמְתִּי בְּמִצְרַיִם לֹא אָשִׂים עָלֶיךָ כִּי אֲנִי ה' רֹפְאֶךָ.***

Nous remarquons l'importance que nos maitres accordent au nombre de mots qui composent cette bénédiction, ils s'appliquent à lui trouver une correspondance dans les textes (Psaumes, proverbes et Torah) au niveau des lettres, des mots et des versets. Ce qui signifie que les lettres, les mots et les versets des textes qui traitent de la guérison contiennent en fait les énergies qui procurent la santé, en y faisant référence nous relions notre prière, ici la demande spécifique pour la santé à sa source afin que les « réservoirs » qui contiennent ses énergies s'ouvrent et que les flux se déversent sur nous.

(Il est à noter que le texte ne notre prière ne comporte pas 27 mots mais en contient 30. Pour répondre à cette difficulté il faut considérer que certains mots sont soudés entre eux par un « Makaf » une barre qui relie deux mots entre eux de sorte qu'ils ne font qu'un). Ces six mots n'en font que trois.

***וּלְכָל־מַכְאוֹבֵינוּ וּלְכָל־מַכּוֹתֵינוּ, לְכָל־תַּחֲלוּאֵינוּ***

*Il convient de souligner que l'intention essentielle quand on prie pour la guérison d'une personne en particulier consiste à lui procurer les « énergies » qui lui manquent qui sont la cause de sa maladie. Il est fait ici allusion à trois reprises au Chem de valeur 216 qui est composé de trois fois 72* **חסד** *qui symbolise la Bonté, de sorte que cette Bonté se diffuse aux trois niveaux qui composent le Tiféret. Dans la conclusion de cette Brakha il est fait référence aux énergies qu'il convient de procurer au malade, elles sont de l'ordre de 288 étincelles qui nécessitent réparation. On aura l'intention de les adoucir et de les apaiser afin que le malade retrouve la santé. Les 288 étincelles font références aux 4 Noms qui ont subi une altération lors de la « brisure », ils*

*correspondent à 4 x 72 = 288.* ר״ת רפ״ח נצוצין. ר וֹפֵא ח וֹלֵי עַ מּוֹ יִשְׂרָאֵל

***Le texte de la bénédiction :***

Guéris-nous, Eternel, et nous serons guéris.

Sauve-nous et nous serons sauvés, car Tu es notre louange.

Et apporte remède et guérison à tous nos maux et à toutes nos souffrances et à toutes nos plaies, car Tu es D... qui guéris, miséricordieux et fidèle.

Source de bénédictions Tu es, Eternel, qui guérit les malades de Son peuple Israël.

רְפָאֵנוּ ה׳ וְנֵרָפֵא, ר״י״ן 216

הוֹשִׁיעֵנוּ וְנִוָּשֵׁעָה, ר״ת הוכת״א = 2x 216

כִּי תְהִלָּתֵנוּ אָתָּה,

וְהַעֲלֵה אֲרוּכָה וּמַרְפֵּא

לְכָל־תַּחֲלוּאֵינוּ

וּלְכָל־מַכְאוֹבֵינוּ וּלְכָל־מַכּוֹתֵינוּ,

כִּי אֵל רוֹפֵא רַחֲמָן וְנֶאֱמָן אָתָּה.

בָּרוּךְ אַתָּה י-ה-ו-ה ,

ר וֹפֵא ח וֹלֵי עַ מּוֹ יִשְׂרָאֵל. ר״ת רפ״ח נצוצין

Il convient de prier à l'intention de tous les malades et pas uniquement pour soi. Il ne faut pas réduire les demandes à sa petite personne. Le sens de toutes les bénédictions est bien au contraire d'élargir au maximum le flux divin pour qu'il se déverse sur le plus grand nombre. Le *Choul'han Aroukh* (119,1) indique qu'il convient de prier pour les proches qui sont souffrants. Selon le Rav *Ha* Ari *zl*, il est préférable de faire cette demande en pensée dans cette bénédiction, et de la formuler dans *Choméya Téfila*.

***Nos Maîtres se demandent pourquoi avoir placé la bénédiction pour la Délivrance en septième position avant celle pour la santé ? (Méguila 17b).***

***En effet, selon l'ordre des mots du verset (Psaumes 103,3-4) : « C'est Lui qui pardonne toutes tes fautes, guérit toutes tes souffrances. C'est Lui qui délivre ta vie de la mort », la bénédiction pour la guérison aurait dû être placée immédiatement après celle concernant le pardon, et celle pour la délivrance venant ensuite. Nos Maîtres répondent que la Délivrance devant arriver lors de la septième année, c'est pour cette raison qu'elle a été mise en septième position, repoussant de ce fait la guérison à la huitième place.***

***Cependant nos Maîtres poursuivent : pourquoi la bénédiction pour la santé se trouve-t-elle en huitième position ? Rav Aha répond : « Comme la Mila se fait le huitième jour, elle requiert la guérison qui est donc placée dans la huitième bénédiction » (Méguila 17b). Le Méharcha***

***s'étonne de cette question : il n'est pas nécessaire de justifier la huitième place de cette bénédiction, étant évident qu'il convient de la rapprocher le plus possible de celle du pardon. Pour lui, le fait que la Délivrance doit arriver la septième année n'est pas en soi une raison suffisante pour changer l'ordre du verset.***

***En réalité, il ne convient pas aux hommes de prier pour leurs propres souffrances alors que le peuple d'Israël est en exil, que la Chékhina est souillée, méprisée, et que le lieu de la splendeur d'Israël est profané.***

***Après avoir obtenu la Délivrance, nous demandons la guérison et la santé pour pouvoir nous consacrer totalement au service divin. Il est recommandé de prier pour que D... nous garde en bonne santé, pour ne pas avoir à implorer le miracle de la guérison. C'est aussi pourquoi cette bénédiction est la huitième, le chiffre « huit » symbolisant ce qui est au-delà de la nature – למעלה מן הטבע (Maharal).***

***La Mila est le seul cas où nous pouvons « exiger » de Ha-Chem la guérison pour l'enfant, car il ne s'agit pas d'une maladie causée par un manquement mais d'une Mitsva. En plaçant cette bénédiction en huitième position pour la guérison des enfants nouvellement circoncis, nous demandons à Ha-Chem d'y inclure tous les autres malades.***

***« Guéris-nous, Eternel, et nous serons guéris »*** ***רפאנו ה' ונרפא***

Que signifie cette répétition : « Guéris-nous, Eternel, et nous serons guéris » ? Si *Ha-Chem* nous guérit, il est évident qu'alors nous le serons ! C'est que les médecins, tout en soignant leurs patients, peuvent leur causer des troubles secondaires aux conséquences négatives, comme dit le verset « Guérir, Il guérira » (*Exode* 21,19). Le malade doit parfois guérir des suites de sa guérison, alors que les soins que *Ha-Chem* nous dispense sont parfaits et définitifs.

« Guéris-nous *Ha-Chem* » : même là où la médecine a ses limites et pour les pathologies que les hommes ne savent pas soigner. J'ai espoir car c'est Toi qui me soignes.

***« Sauve-nous et nous serons sauvés »*** ***הושיענו ונושעה***

Quel lien y a-t-il entre la guérison et le salut ? C'est que nos fautes sont créées par les détracteurs qui nous accusent devant le Trône céleste, surtout

lorsqu'il y a danger. « Sauve-nous de leurs accusations et nous serons sauvés des souffrances qui sont la conséquence de nos fautes. »

Dans le *Chaar HaKédoucha,* Rav 'Haïm Vital Zl enseigne que toutes les maladies et tous les maux dont souffre le corps ne sont en fait que les symptômes des troubles de l'âme. Quand nous demandons « Guéris-nous », il s'agit de l'âme, et quand nous disons « nous serons guéris », il s'agit du corps. Le Ran affirme que pour lui, il ne fait aucun doute que les maladies du corps ne sont que les conséquences de celles de l'âme. Le corps ne pourra pas guérir sans la guérison de l'âme (*Drachoth* 6). Si c'est ainsi, comment peut-on oser demander à *Ha-Chem* la guérison des maux de notre corps sans que nous nous donnions la peine d'en rechercher les causes ?

Les fautes et les transgressions, les comportements indignes (*Midoth*) sont les raisons de nos maladies. Il suffirait de se repentir pour guérir, comme dit le verset : « Qu'il s'amende alors et il sera guéri » (*Isaïe* 6,10). Il est vrai que nos fautes sont les causes de tous nos maux, mais elles ne sont pas les seules : la dureté de cet exil, sa longueur, le manque de discernement et de clairvoyance qui en découlent sont aussi responsables de nos faiblesses dans notre service envers *Ha-Chem*. C'est pour cela que la Délivrance précède la guérison.

Sur le verset « Je fixerai Ma résidence au milieu de vous, et Mon esprit ne se lassera point d'être avec vous » (*Lévitique* 26,11), le Ramban commente : « Quand le peuple d'Israël se trouvait à son véritable niveau, sa destinée n'était pas dirigée par les règles naturelles. » *Ha-Chem* bénissait son pain et ses eaux. Il éloignait la maladie des *Bné Israël* à tel point qu'ils n'avaient aucun besoin de consulter guérisseurs et médecins, comme dit le verset : « Car Je suis l'Eternel, Celui qui te guérit. »

C'est ainsi qu'agissaient les Justes à l'époque des prophètes, tel le roi Ezéchias (*Isaïe* 38,1) : « En ce temps-là, Ezéchias fut atteint d'une maladie mortelle. Le prophète Isaïe, fils d'Amots, lui rendit visite et lui dit : "Ainsi parle l'Eternel : donne tes ordres à ta maison, car tu vas mourir ; tu ne te rétabliras pas." Ezéchias tourna sa face vers le mur et implora l'Eternel en ces termes : "De grâce, Seigneur, daigne Te souvenir que j'ai marché devant Toi fidèlement et d'un cœur sincère, et que j'ai fait ce qui Te plaît !" » (*Rois* II 20,2-3)

Au sujet du roi Assa, il est dit (*Chroniques* II 16,12) : « La trente-neuvième année de son règne, Assa eut les pieds malades. Bien que cette maladie fût extrêmement grave, il ne s'adressa pas à l'Eternel, mais aux médecins. » Ramban s'étonne : pourquoi est-il précisé que le roi consulta les médecins alors que sa faute était de ne pas s'être adressé à *Ha-Chem* ? Il avance que la faute du roi était double : d'une part, ne pas s'être adressé à *Ha-Chem,* et de plus avoir consulté des médecins. C'est comme si on disait de quelqu'un qu'il n'a pas mangé de la *Matsa* à Pessah mais du *Hamets* !

Que signifie « s'adresser à *Ha-Chem* » ? Ramban explique qu'à cette époque il suffisait de consulter les prophètes pour savoir la raison des maux qui accablaient les hommes. Dès lors, il ne restait plus au malade qu'à se repentir de sa faute pour obtenir la guérison. De même il est rapporté que pendant les 22 ans où Raba fut le Roch Yéchiva, Rav Yossef n'eut pas à consulter les médecins (*Bérakhot* 64a). De même il est dit : « La porte qui ne s'ouvre pas devant la *Mitsva* s'ouvrira devant le guérisseur » (*Chir Ha-Chirim Rabba* 6,17).

Si c'est ainsi, que signifie alors le verset : « Il [le] guérira et il sera guéri – ***ורפא ירפא*** » (*Exode* 21,19). De là nous apprenons que les médecins ont reçu l'autorisation de guérir (*Baba Kama* 85a). Et il n'est pas dit qu'il soit permis au malade de consulter des médecins. Mais comme l'habitude est prise de consulter et de suivre leurs prescriptions, ils ont alors l'obligation de tout faire pour sauver leurs patients (Ramban sur *Lévitique* 26,11).

Elicha conseilla à Na'aman, que la lèpre avait frappé, de se tremper 7 fois dans les eaux du Jourdain. Quand il en ressortit guéri, il sut alors que sa guérison était véritablement miraculeuse (*Rois* II chap.5).

Il ressort de cet enseignement que l'intention que nous devrions avoir dans cette bénédiction doit être la guérison miraculeuse sans aucun lien avec le fait que nous devons consulter les médecins. Il ne s'agit donc pas d'implorer *Ha-Chem* pour que telle intervention réussisse ou que tel autre traitement soit efficace.

***« Car Tu es notre louange »*** ***כי תהלתנו אתה***

Grâce à Toi et par Ton Nom, je m'élève et je suis fier de dire que Tu es mon Sauveur. Nous nous adressons directement au Seigneur Tout Puissant afin qu'Il nous octroie la santé, cette demande atteint les « cimes » les plus hautes de la « miséricorde absolue », là où toutes les contingences matérielles et rationnelles de ce monde n'ont aucune place. C'est une

guérison qui dépasse la nature que nous implorons. A la question comment pouvons-nous mériter une telle chose ? Par quel mérite pouvons-nous espérer un tel miracle ? A cela nous répondons : Car Tu Es notre seul espoir, Tu Es grandi, sanctifié et glorifié dans Ton monde quand Tu nous procures une guérison qui dépasse le pouvoir naturel.

***« Et apporte remède et guérison à tous nos maux, à toutes nos souffrances et à toutes nos plaies »***

***והעלה ארוכה ומרפא לכל תַּחֲלוּאֵינוּ וּלְכָל מַכְאוֹבֵינוּ וּלְכָל מַכּוֹתֵינוּ –***

Il est cité ici trois sortes de maux : la maladie interne, longue, les douleurs qui persistent, et les souffrances ponctuelles qui ne durent pas.

Les deux mots ***ארוכה*** (*Aroukha*) et ***רפואה*** (*Réfoua*) signifient « guérison », mais le premier terme évoque une blessure qui se referme ou une fracture qui se ressoude. Cette rémission se fait de manière naturelle avec le temps. Alors que le mot « Réfoua » a le sens de guérir d'un mal interne par une intervention ou un traitement.

***« Car Tu es un D... qui guérit, miséricordieux et fidèle »***

***כי אל רופא רחמן ונאמן אתה –***

« El » : c'est la *Mida* de miséricorde absolue et totale.

L'adjectif « miséricordieux » signifie que D... tient compte des souffrances du malade et lui administre un traitement sans douleur. « Fidèle » évoque celui qui ne tient pas compte des plaintes de son patient et lui administre le traitement nécessaire, bien qu'il soit pénible pour le malade. *Ha-Chem*, dans Son immense bonté, conjugue les deux attitudes pour le bien de Ses enfants.

Dans la bénédiction de *Acher Yatsar* (récitée en sortant des toilettes), nous disons : « Qui guéris toute chair » : il s'agit de préserver de tout dommage le corps de toutes les créatures vivantes, de faire en sorte que la « machine physiologique » fonctionne correctement. Dans la deuxième bénédiction (*Guévouroth*) où nous disons « Qui guéris les malades » : il s'agit de l'ensemble du genre humain. Ici le peuple d'Israël est précisé pour souligner l'attention particulière dont nous bénéficions (*Hachga'ha Pratite*).

§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§§

**COMMENTAIRES ET ECLAIRAGES SUR LA BRAKHA DE « ACHER YATSAR ».**

**La propreté du corps**.

La Guémara rapporte la formule que l'on doit prononcer avant d'entrer aux toilettes (*Bérakhoth* 60b – Version retenue par le *Tour Ora'h 'Haïm* 3 et mentionnée par le *Kaf Ha'Haïm* 3,1).

Celui qui entre aux toilettes dira : « Soyez honorés nobles saints, serviteurs de l'Etre Suprême, protégez-moi, protégez-moi, aidez-moi, aidez-moi, attendez-moi le temps que j'entre et que je sorte, car ainsi est la nature des humains. »

**הנכנס לבית הכסא אומר התכבדו מכובדים קדושים משרתי עליון תנו כבוד לאלהי ישראל שמרוני שמרוני עזרוני עזרוני סמכוני סמכוני המתינו לי המתינו לי עד שאכנס ואצא שכן דרכן של בני אדם .**

Bien que cette habitude se soit perdue, suite à l'opinion rapportée par Rav David Aboudarham, pour qui ces mots ne doivent être prononcés que par une personne sainte, craignant D… et sur laquelle repose la Présence divine, il est rapporté cependant au nom du Rav *Ha* Ari *zl* qu'il faut la dire même de nos jours. Elle préserve de penser à la Torah aux toilettes, ce qui est proscrit.

Il est interdit de se retenir quand un besoin naturel se fait sentir. Le verset dit : « Ne vous rendez pas vous-mêmes abominables (*Lévitique* 11,43). » De là nos Maîtres ont enseigné l'interdiction de se retenir d'effectuer ses besoins naturels (*Makoth* 16b). Dans *Chaar HaMitsvoth* (*Paracha Ekev*), sur le verset : « Tu mangeras et te rassasieras », le Rav *Ha* Ari *zl* explique : « L'obligation naturelle de se nourrir a pour but de faire le tri entre ce qui est bon et nécessaire pour le maintien en bonne santé du corps, et ce qui est superflu et néfaste. Ce qui est bon sera absorbé par le corps et le reste sera rejeté. De ces déchets se nourrissent les *Klipoth* et les impuretés. Ainsi celui qui les "garde" en lui rend son corps et son âme impurs. »

Il est dit dans les *Proverbes* (3,6) : « Dans toutes tes voies songe à Lui. » Avant d'entrer aux toilettes, on aura l'intention d'éliminer les impuretés afin de garder son corps et son âme immaculés.

A chaque fois que l'on aura satisfait ses besoins, on récitera la bénédiction suivante, en s'étant lavé ses mains au préalable.

Cette bénédiction se situe au niveau de la Séfirah de « Hokhma **אבא** » du monde de l'action c'est pour cela qu'elle comporte 45 mots comme la valeur numérique de « Adam » (**אדם**) et du Nom écrit de D… :**יוד-הא-ואו-הא**.

L'homme lui-même est dans le rôle de la « Hokhma » qui est créé de par le secret de cette Séfirah. En effet « Adam » correspond aux trois Sefiroths de l'intellect ***ג' ראשונות***, c'est la dimension de « la Création » du monde de l'action (**בריאה שבעשיה** ). C'est là le sens de la phrase : « *Et tu as créé en lui des orifices et des cavités* », il s'agit des 7 orifices du visage qui sont les conduits par lesquels se dévoilent les « énergies » nécessaires au monde de l'action. Ces « énergies » sont octroyées avec « *mesure* », elles ne peuvent aller au-delà des nécessités et des capacités d'absorption des « organes », elles sont fonctions des « orifices ».

C'est le principe des « rigueurs » qui est associé aux « bontés », celles-ci sont réduites pour que l'équilibre des mondes se réalise. Si elles dépassaient « les mesures » qui leurs sont imparties, le trop-plein de « bontés » ne permettrait plus l'équilibre du monde de l'action. C'est pour cela que les « orifices » ne doivent pas s'ouvrir plus qu'il ne faut, ni se refermé, car dans ce cas les « rigueurs » ne seraient plus maitrisées.

Tout changement qui se produirait ne serait-ce qu'un instant ne permettrait plus à la vie de se perpétuer, cet instant fait référence à la Séfirah du Malkhout. La minutie de cet « équilibre » est qualifié ici de « guérison prodigieuse », le mot **פלא** fait référence aux flux des « hauteurs ***פלא עליון***», ils parcourent tous les « étages » de la structure et sont introduit dans le « corps » qui s'anime.

*Il est dévoilé et connu devant le trône de Ta Gloire :* le trône c'est le monde de la Création allusion aux 7 orifices, *devant* ou plutôt *au-delà du trône* renvoi à « l'émanation **אצילות** » au « lieu » d'où proviennent les « *énergies* **אורות** », elles se dévoilent à travers les « orifices » apaisent les « rigueurs ***דינים*** » puis sont perçues, c'est l'équilibre qui s'établit. ***מיתוק הדינים***

Il est à noter que le verbe guérir qui est employé ici ne signifie pas délivrer d'un mal, procurer un remède. Le sens de ce terme est : préservé la santé, d'empêché le mal, comme dit le verset, « *toutes les maladies que J'ai infligées à l'Egypte Je ne te les infligerai pas car Je suis l'Eternel Qui te guérit* ».

***וַיֹּאמֶר אִם שָׁמוֹעַ תִּשְׁמַע לְקוֹל ה' אֱלֹהֶיךָ וְהַיָּשָׁר בְּעֵינָיו תַּעֲשֶׂה וְהַאֲזַנְתָּ לְמִצְוֹתָיו וְשָׁמַרְתָּ כָּל חֻקָּיו כָּל הַמַּחֲלָה אֲשֶׁר שַׂמְתִּי בְּמִצְרַיִם לֹא אָשִׂים עָלֶיךָ כִּי אֲנִי ה' רֹפְאֶךָ.***

**יוד-הא-ואו-הא.**

| | |
|---|---|
| Source de bénédictions, Tu es Eternel notre D..., Roi de l'univers, | **בָּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,** |
| Qui as formé l'homme avec sagesse et as créé en lui de | **אֲשֶׁר יָצַר אֶת הָאָדָם בְּחָכְמָה,**<br>**וּבָרָא בוֹ נְקָבִים נְקָבִים, חֲלוּלִים חֲלוּלִים.** |

| | |
|---|---|
| nombreux orifices et de nombreuses cavités. | |
| Il est dévoilé et connu devant le trône de Ta Gloire que si l'un se bouche ou si l'un d'eux s'ouvre, il est impossible de survivre ne serait-ce qu'un instant. | גָּלוּי וְיָדוּעַ לִפְנֵי כִסֵּא כְבוֹדֶךָ, שֶׁאִם יִסָּתֵם אֶחָד מֵהֶם, אוֹ אִם יִפָּתֵחַ אֶחָד מֵהֶם, אִי אֶפְשַׁר לְהִתְקַיֵּם אַפִלּוּ שָׁעָה אֶחָת. |
| Source de bénédictions Tu es Eternel qui guéris toute chair et fais des prodiges. | בָּרוּךְ אַתָּה ה' רוֹפֵא כָל בָּשָׂר וּמַפְלִיא לַעֲשׂוֹת. |

Il est impératif d'être concentré sur chaque bénédiction que l'on prononce, et notamment de ne pas faire autre chose en même temps qu'on la récite. Celui qui s'occupe d'autre chose en récitant les bénédictions agit comme si elles étaient secondaires et superflues, comme le souligne le verset : « Vous m'avez servi de façon fortuite » (*Lévitique* 26,21). On récitera donc cette bénédiction après s'être essuyé les mains – et non durant. De même on ne se déplacera pas pendant qu'on la récite.

***« Qui as formé l'homme avec sagesse »*** ***אֲשֶׁר יָצַר אֶת הָאָדָם בְּחָכְמָה***

La sagesse du Créateur est évidente de par Sa Création, comme l'exprime le verset : « De ma chair je vois mon D… » (*Job* 19,26). Le mot חכמה (sagesse) est formé des mots כח (la force) et de מה (le questionnement). C'est donc dans la nature de l'homme de s'interroger sur tout ce qui l'entoure, de chercher à comprendre la raison de chaque chose. Le mot מה a la même valeur numérique que אדם. La sagesse de D… par laquelle Il crée Son monde est ensuite attribuée à l'homme qui ressemble à son Créateur par son intelligence.

Dans la Guémara (*Bérakhoth* 60), les *Tossafoth* rapportent un *Midrach Tan'houma*. Rabbi Bonn dit : « D… créa l'homme par la sagesse, car Il s'employa d'abord à satisfaire tous ses besoins et seulement après Il le créa. » C'est pour cela qu'il est dit dans cette bénédiction : « Qui as formé l'homme avec sagesse ».

Il y a lieu de remarquer la relation entre le besoin de se nourrir et celui de satisfaire ses besoins naturels. L'intelligence de la Création, dont *Ha-Chem* gratifia l'homme, réside dans sa capacité à faire le « tri », à distinguer le bon du mauvais.

Le mot « formé » ou « façonné » se dit יצירה. C'est une création à partir d'éléments existants. Il s'agit ici de la création physique de l'homme.

Le mot « créé » se dit בריאה: c'est une création ex nihilo. Elle se situe à un niveau plus élevé : c'est-à-dire que les orifices et les cavités du corps de l'homme sont les expressions physiques de forces spirituelles. Ce sont les canaux par lesquels passent « les bontés et les rigueurs ».

***« Et Tu as créé en lui de nombreux orifices et de nombreuses cavités » –***

***וּבָרָא בּוֹ נְקָבִים נְקָבִים חֲלוּלִים חֲלוּלִים***

Les נקבים (orifices) sont la bouche, les narines, les oreilles et l'anus. Les חלולים (cavités) sont les organes creux comme le cœur, l'estomac et les intestins (Rachi dans *Bérakhoth* 60b). La version rapportée dans le Talmud est חללים חללים. Les Maîtres du Moyen-âge avaient une autre version : חלולים חלולים. Le Beth Yossef ne retient pas la première version, car elle sous-entend la notion de vide : on ne peut alors plus parler de Création. Le Rama dans *Darké Moché* donne une autre raison : le mot « '*Hallal* » signifie aussi la mort ou la profanation, qui ont une connotation négative.

Le *Tour* rapporte que la valeur numérique de חלולים חלולים est de 248 comme le nombre des membres du corps de l'homme. C'est donc cette deuxième version qui a été retenue.

***« Il est dévoilé et connu devant le trône de Ta Gloire que si l'un se bouche ou si l'un d'eux s'ouvre » –***

***גָּלוּי וְיָדוּעַ לִפְנֵי כִסֵּא כְבוֹדֶךָ, שֶׁאִם יִסָּתֵם אֶחָד מֵהֶם, אוֹ אִם יִפָּתֵחַ אֶחָד מֵהֶם***

L'adjectif « dévoilé » concerne les organes apparents, et l'adjectif « connu » qualifie ceux qui ne sont pas visibles. Il est étonnant que cette expression ne soit jamais employée dans une autre bénédiction. On aurait très bien pu dire : « Il est dévoilé et connu devant le trône de Ta gloire que si Tu ne me donnes pas de pain ou d'eau je mourrai de faim ou de soif. »

En fait, cette expression ne vient pas seulement proclamer une vérité déjà connue – à savoir le fait que l'existence de l'homme est un fait extraordinaire – elle vient surtout définir la sagesse suprême avec laquelle D… a créé l'homme et le maintient en vie. Il n'y a que Lui qui sache véritablement « comprendre » combien l'existence de cet être qu'est l'Homme est immense et exceptionnelle.

שֶׁאִם יִסָּתֵם אֶחָד מֵהֶם, אוֹ אִם יִפָּתֵחַ אֶחָד מֵהֶם.

« Si l'un d'eux se bouche » fait référence à un orifice comme la bouche ou les narines. « Si l'un d'eux s'ouvre *יִפָּתֵחַ* » se rapporte à une ouverture déjà existante qui s'est refermée à la naissance. Cependant il existe une autre version qui emploie le mot « *יִפַּתַּח* » qui signifie qu'une ouverture nouvelle s'est pratiquée sur la paroie d'un organe creux comme l'estomac ou le cœur. (Rachi)

***« Il est impossible de survivre ne serait-ce qu'un instant »***

אִי אֶפְשַׁר לְהִתְקַיֵּם אַפִלּוּ שָׁעָה אֶחָת

Cette phrase n'est pas mentionnée dans la Guémara. Le Maharam de Rothenbourg dit qu'il n'y a pas lieu de la citer, car il est possible de vivre en restant plusieurs heures la bouche fermée. Cependant le Beth Yossef soutient que cette version est juste, en expliquant qu'il s'agit de l'instant de la naissance. Si l'un des orifices restait fermé ou que l'un des organes creux s'ouvrait à ce moment, le bébé ne pourra pas vivre. La Guémara dit que l'embryon a la bouche fermée et le nombril ouvert dans le ventre de sa mère : dès qu'il voit le jour, ce qui était fermé s'ouvre et ce qui était ouvert se ferme (*Nida* 30b). Faute de quoi il ne pourrait pas vivre ne serait-ce qu'un instant.

***« Source de bénédictions Tu es Eternel, Qui guéris toute chair et fais des prodiges » –***

בָּרוּךְ אַתָּה ה' רוֹפֵא כָל בָּשָׂר וּמַפְלִיא לַעֲשׂוֹת

« Qui guéris toute chair » : selon Rachi, c'est l'aptitude à évacuer les déchets, laquelle garantit la guérison du corps.

« Qui fais des prodiges » : le corps fait le tri en retenant ce dont il a besoin pour se maintenir en vie et en rejetant les déchets. Le Rama explique qu'il s'agit du maintien de l'âme dans le corps (*Ora'h 'Haïm* 6). De par sa nature, l'âme désire fuir l'emprisonnement du corps ; à chaque expiration, elle essaie de rejoindre sa source, mais *Ha-Chem* l'en empêche.

***Il est recommandé de prononcer cette bénédiction mot à mot, en prenant le temps d'en comprendre le sens. C'est une garantie (Ségoula) pour se maintenir en bonne santé.***

**באלא"יא**

*Commentaires et éclairages par le tout petit Michel Baruch*

*Poussière sur l'immense terre du Seigneur Tout Puissant.*