

Chapitre 11 du Kountrass Hatefila du Rabbi Rachab

Traduit par Haim Mellul - Editions du Beth Loubavitch



Comment ouvrir son cerveau et son cœur afin d'être en mesure de servir D.ieu par sa prière ? Pour y parvenir, une préparation morale est nécessaire, car il faut être un réceptacle, capable d'intégrer la Lumière et c'est la raison pour laquelle certains sont émerveillés à l'issue d'une méditation conservant un caractère général, alors que, par la suite, quand leur réflexion devient plus précise, ils s'installent dans l'indifférence totale.

Il en est ainsi parce qu'ils ne sont pas prêts, moralement, à intégrer la Lumière, parce qu'ils ne sont pas des réceptacles pour la contenir. De ce fait, une méditation à caractère général peut les émouvoir, car elle est superficielle, ne fait que les entourer et l'on sait que la Lumière qui entoure les mondes, Sovev(*), se passe de réceptacle.

En revanche, une méditation plus précise suscite une révélation profonde et, dès lors un réceptacle est nécessaire. **Lire la suite**

Cette préparation comporte différentes phases :

A) Il faut, tout d'abord, se départir de tout souci, afin de ne pas subir la contrariété et la confusion, pendant

De la sorte, on se préparera à prier et c'est dans le cadre de cette préparation que l'on commencera à r

En outre, on priera en se tenant dans un même endroit, mais non en allant et en venant, car le fait de m

B) Lorsque l'on porte d'ores et déjà le Talith et les Tefillin, il est bon de réfléchir, avant la prière, à une n

C) Autre point, un homme doit aussi méditer à sa propre petitesse. Ainsi, disent nos Sages, " on comme

Car, le palais du Roi doit être exempt de tout élément repoussant, de toutes immondices. Si ce n'est pas

En pareil cas, l'âme animale règne sur le corps et le domine. Elle investit les trois vêtements moraux qu

Il en est de même pour celui qui se met en colère, ce qui est également considéré comme une action co

Il peut en être ainsi, de la même façon, pour celui qui étudie abondamment la Torah. Il est concevable q

En pareil cas, la Torah qu'un tel homme étudie se trouve également en exil et en captivité auprès de lui.

Si chacun établit, dans son esprit, un bilan moral de tout cela, en fonction de ses difficultés personnelles

De fait, cette amertume et ce sentiment d'humilité ne doivent être ressentis que dans des moments bien

En outre, il est nécessaire d'être seul, à ce moment. Il ne faut pas que d'autres personnes soient présen

Mais, le moment le plus favorable est, avant tout, celui en lequel un homme sent qu'il est triste de toute

D) Si toutes ces préparations ne suffisent pas encore pour faire de son esprit le réceptacle et le sanctua

Or, cette âme divine est descendue ici-bas, s'est revêtue d'un corps et d'une âme animale. Ce qu'elle ob

La pitié que l'on peut éprouver pour cette âme divine est donc véritablement incommensurable et c'est à

Le moment spécifique pendant lequel on peut invoquer cette miséricorde divine est la bénédiction Ahav

E) Il est également une préparation spécifique à la prière de la Amida. Celle-ci consiste à réfléchir que l'

Ainsi, " toutes les Lumières sont obscures devant Lui ", car elles ne sont que des Lumières, qui n'ont rie

Résumé

Nous avons énuméré ici cinq préparations à la prière :

1. Il est nécessaire d'écarter toute pensée relative aux préoccupations du monde et de se tenir en un m

2. Il faut réfléchir à des idées de 'Hassidout en portant son Talith et ses Tefillin.
3. Il convient de ressentir sa propre petitesse en éprouvant de l'amertume.
4. On invoquera l'immense miséricorde de D.ieu pour son âme.
5. On se dira que l'on se tient devant l'Essence de l'En Sof, béni soit-Il.

Notes

- (1) Qui sont ce que l'on appelle ici : " l'extérieur ".
- (2) Car, on est préoccupé par ce jugement et incapable de se concentrer sur un autre objet.
- (3) Ayant l'étude de la Torah pour seule activité.
- (4) Introduisant les bénédictions du Chema Israël.
- (5) A l'issue de ce bilan moral.
- (6) On retrouve donc bien l'ordre qui a été défini, détérioration des pensées, puis des paroles et enfin de l'acte.
- (7) L'impie désigne ici l'âme animale et la couronne, celui qui prend le dessus.
- (8) Les prières de lamentation pour la destruction du Temple qui ont lieu au milieu de la nuit.
- (9) Le Rabbi explique, néanmoins, qu'à notre époque, compte tenu de l'affaiblissement physique des personnes, on ne peut pas faire cela.
- (10) C'est-à-dire après le Tikoun 'Hatsot.
- (11) La seconde bénédiction précédant la lecture du Chema Israël.

Définitions

Sovev : " La Lumière divine qui entoure les mondes ". Elle entoure chaque stade de la création, influence tout.

En Sof : " Ce qui n'a pas de fin ". Cette expression désigne l'Essence de D.ieu, illimitée et infinie, telle qu'elle est.

Kéter : Tantôt défini comme un stade indépendant, qu'il est impossible de définir, tantôt présentée comme la source de toute la lumière.

Tsimtsoum : " Contraction, occultation ". C'est le processus par lequel D.ieu fit abstraction de Son Essence pour créer le monde.

