



fr.chabad.org

Vous voilà réveillé-e, habillé-e, vous avez même remercié D.ieu de vous avoir restitué votre âme, c'est parfait. Une minute : vous êtes-vous lavé les mains avant de vous lever de votre lit ?

Les raisons :

A. Dans le Saint Temple de Jérusalem, les prêtres devaient laver leurs mains avant de commencer leur service quotidien. Chaque personne est un prêtre dans le temple de son foyer et de son cœur.

B. Lorsque le corps se repose, l'âme s'élève en haut pour se recharger. Seules les fonctions les plus basiques de l'âme demeurent en place, celles requises pour assurer les fonctions corporelles de base. Le vide qui en résulte permet que s'installe un état spirituel négatif appelé toumah (impureté). À notre réveil, nous nous lavons les mains pour éliminer les restes de cette toumah.

C. Au cours de notre sommeil, nos mains entrent en contact avec des parties de notre corps normalement recouvertes. Nous les lavons donc avant de prier. **Lire la suite**

{BANNER}

La marche à suivre :

1. Avant de dormir, préparez un verre d'eau et une bassine vide et placez-les à côté de votre lit (et non en dessous).
2. À votre réveil, après avoir récité le Modeh Ani, rincez la main droite jusqu'au poignet, puis la

main gauche. Recommencez, puis recommencez de nouveau. Cette ablution est appelée Nétilat Yadayim (ou, en yiddish, Néguel Vasser).

3. Dites la bénédiction :Baroukh Ata Ado-naï Élo-nou Melekh haolam achère kidéchanou bemitsvotav vétsivanou al nétilat yadayimBéni sois-Tu, Eternel, notre D.ieu, Roi de l'univers, qui nous a sanctifiés par Ses commandements et nous a donné l'ordre concernant l'ablution des mains.

4. Débarrassez-vous de cette eau impure au plus vite.

Détails :

- Coutume 'Habad : après vous être lavé les mains, habillé et être allé aux toilettes, lavez-vous les mains une seconde fois (de la même manière) à un lavabo et seulement alors, dites la bénédiction – désormais dans un état de corps et d'esprit plus présentable. (Note : l'eau doit être versée sur les mains à partir d'un récipient, non d'un robinet.)

- Avant Nétilat Yadayim, nous nous abstenons de : marcher sur une distance de quatre coudées (env. 2 mètres), toucher des vêtements, de la nourriture ou des orifices corporels, réciter une quelconque bénédiction ou prière (à l'exception du Modeh Ani).

- Vous ne vous êtes pas lavé les mains à votre lit ? Faites-le à la première occasion.

- Lavez-vous les mains chaque fois que vous dormez plus de 60 minutes. Si c'est une sieste diurne, inutile de préparer l'eau avant, marchez jusqu'au lavabo le plus proche et ne dites pas de bénédiction.