

*J'édifierai un Sanctuaire
dans mon Coeur*



"Bilvavi Michkan Evné"



Y a-t-il une finalité à la vie?
Le livre qui a changé la vie de milliers de personnes...

AVANT PROPOS

De manière générale, pour traduire un texte, il faut d'une part maîtriser la langue source et la langue cible, afin de ne pas tomber dans un piège de faux sens, et d'autre part – surtout lorsqu'il s'agit, comme ici, de deux langues radicalement différentes – d'être doté de subtilité et de finesse afin de présenter au lecteur un texte qui, tout en étant agréable et attrayant, transmette avec exactitude l'idée exprimée par l'auteur.

Ceci est vrai et suffisant pour tout traducteur conscient de sa responsabilité de rester fidèle à l'intention de l'auteur.

Dans notre livre cependant, ce travail (ou plutôt ce « service » puisqu'il s'agit bien là d'un service divin, *'avodat hakodech*) est ô combien bien plus difficile ; et ce pour la simple raison que cet ouvrage aborde et tente de dévoiler un thème qui relève du « secret » !...

Expliquons-nous :

Il existe deux sortes de secrets. Un secret peut être accidentel (*mikri*), ou intrinsèque (*'atsmi*). C'est-à-dire qu'une chose peut être cachée ou dissimulée soit accidentellement (*mikri*), soit de manière intrinsèque (*'atsmi*).

Dans le premier cas, quand le secret est accidentel, *mikri*, tant qu'une personne ne connaît pas la chose cachée, on dit que cette chose demeure un secret pour elle, par contre, dès que cette chose lui sera connue, du fait qu'elle lui aura été dévoilée, son caractère secret disparaîtra.

Il en va différemment dans le second cas, celui du secret intrinsèque, *'atsmi*, parce que de par son essence même, il est impénétrable ! C'est le cas, par exemple, d'un vécu émotionnel intense, dont on ne peut exprimer ou décrire les profondeurs qu'avec beaucoup de difficulté, parce que les sentiments du cœur contiennent bien beaucoup plus de facettes et de nuances que les mots et les expressions de toutes les langues réunies.

Tel est le cas, à l'évidence, du sujet traité par notre ouvrage.

« J'édifierai un Sanctuaire dans mon cœur » (*Bilvavi Michkan Evné*) ; l'origine de ces termes, inspirés d'un des poèmes de R. El'azar Ezkari (contemporain du Ari *za"l*, et auteur du célèbre *Yédid-néfech*) se trouve dans un verset de la paracha *Térouma* (*Chémot 25, 8*) : « Et ils Me feront un sanctuaire, et Je résiderai en eux ». De là, nos Sages interrogent : si Hachem demande que soit construit précisément « un » sanctuaire – au singulier, il aurait donc été correct de conclure par – « et Je résiderai en lui » en gardant la cohérence du singulier, et non pas « en eux » au pluriel. Que signifie donc ce changement de tournure ?! Nos Sages, de mémoire bénie, répondent : la construction du bâtiment en bois ou en pierres en question n'est pas un but en soi. En réalité, il ne représente qu'un modèle, un plan, selon lequel l'homme devra construire son être intérieur, bâtir en lui un édifice de l'âme qui accueillera la présence Divine en son sein. C'est là l'intention précise du verset : « et Je résiderai en eux » - dans le cœur de chacun d'eux !

Nous voici donc devant deux sortes de sanctuaires : l'un d'ordre matériel, l'autre qui relève de l'âme, de l'être intérieur.

En réalité, la création tout entière revêt deux formes : l'une physique, l'autre spirituelle. Le monde physique n'étant que l'« habit » du monde spirituel. La réalisation de la finalité de la vie nécessite en premier lieu la découverte de cet « autre monde » qui est - a priori - en contradiction totale avec nos sens matériels.

C'est ce monde de l'âme, de la *néchama*, que cet ouvrage tente de nous décrire. Il nous expose de quelle manière vit cette âme divine qui réside en chacun de nous, dans quel monde elle évolue. Il nous décrit ses pensées, ses sentiments, et son aspiration de tous les instants.

Il s'agit dans un premier temps de permettre à notre *néchama* de sortir de sa torpeur et se dévoiler. A l'image d'un bébé qui découvre petit à petit ses différents membres, puis apprend progressivement à s'en servir, l'homme, en donnant à sa *néchama* un espace vital dans lequel elle peut s'exprimer, découvre progressivement la vraie dimension de sa personne. Celle-ci ne se constitue pas d'un être matériel qui ferait quelques incursions fugitives dans le monde de l'âme. Au contraire, l'homme découvre que la quintessence de son être est bien sa *néchama*, le corps matériel dans lequel il habite ne constituant qu'un instrument de travail permettant à son âme d'agir dans le monde matériel.

Le monde de la *néchama*, c'est ce monde qui est intrinsèquement lié au Créateur, monde dans lequel l'homme perçoit la Présence concrète d'Hachem et sa Providence à chaque instant, en tout lieu et dans toute situation. Son aboutissement réside dans la découverte de l'essence de l'existence et de la réalité toute entière...



« Et toute femme, douée d'un cœur empli de sagesse, tissait de ses propres mains... » (*Chémot 35, 25*).

Il n'est pas de mots pour exprimer le travail extraordinaire de traduction effectué par Madame Avigail Sol, qui s'est tout entière consacrée à sa tâche afin de permettre la parution d'un texte qui soit le plus fidèle possible à l'original, tout en usant d'un style dont la qualité linguistique et la subtilité sont remarquables.

Qu'Hachem regarde avec faveur tous ceux qui ont contribué à l'élaboration de cet ouvrage.

Pour conclure, prions Hachem que cet ouvrage trouve sa place dans le cœur de personnes en quête de vérité, leur permettant de vivre dans un attachement concret à HKB''H chaque instant de leur vie.

Eloul 5768.

L'équipe de travail

Y a-t-il une finalité à la Vie ?

"J'ÉDIFIERAI UN SANCTUAIRE DANS MON CŒUR"

« *BILVAVI MICHKAN EVNÉ* »

Essai traitant des méthodes d'acquisition
de la *Emouna* (croyance, foi)
ainsi que de la *Dvékout* (attachement)
en Hachem béni soit Son Nom.

Tome 1

Traduit de l'hébreu

Rav Benchetrit Yehia
Epinay sur seine
France

Epinay, le 23 Avril 2007

Je viens vous recommander l'étude du livre « Un sanctuaire en mon cœur » qui paraît pour la première fois en français. Il traite de la mitsva de Emouna, de croyance en D-ieu, qui incombe à chacun d'entre nous. Cette obligation est une des plus fondamentales puisqu'elle constitue la base de toute religiosité. Tous les efforts doivent être mis en œuvre pour atteindre son accomplissement complet.

Le Rav Dessler dans son livre le Michtav Mihéliehou déclare que l'acquisition de la croyance est une obligation permanente. En effet, la croyance doit évoluer et se renforcer en fonction de l'âge. Car chaque étape de la vie amène son lot de nouvelles épreuves qui nécessitent encore une plus grande Emouna.

Ce livre permet de percevoir au quotidien et de manière concrète cette proximité de l'intervention du Divin. Le Talmud nous dit qu'à la période pré-messianique la mitsva de Emouna sera prioritaire sur toutes les autres.

La France connaît aujourd'hui un engouement spectaculaire de retour aux sources de la Torah

Ce livre dans sa version hébraïque a rencontré un grand succès et je suis convaincu qu'il apportera beaucoup à notre communauté francophone.

Il me reste à vous souhaiter beaucoup de joie à la lecture de cet ouvrage et qu'Hachem fasse qu'il soit une pierre ajoutée à cette muraille de croyance qui contribue à la protection et à la perpétuité de notre belle communauté.

Yehia Benchetrit



Paris, le 30 juin 2008

L'ouvrage « un Sanctuaire en mon Cœur » est intéressant à plus d'un titre. En effet, non seulement il aborde un thème fondamental du judaïsme à savoir la Emouna, Croyance, mais il propose une méthode pour parvenir à réaliser ce fondement.

Rédigé en français, il met à la portée de nombre de nos coreligionnaires ce qui d'ordinaire est accessible en hébreu.

Dans la vie trépidante du monde moderne, il est bon de rappeler que nous devons toujours nous référer au Tout Puissant, lui faire entière confiance et diriger l'ensemble de nos actions en vue de se rapprocher de Lui. Ce livre a pour vocation de nous aider à y parvenir.

Puisse cet ouvrage participer à l'élévation spirituelle de ses lecteurs.

RABBI M. SECKBACH

הרב מרדכי זעקבאך
למוסד אב"ד שפראסבורק
מודיעון עילית-קרית ספר

*Il m'a été demandé d'écrire une **הסכמה** à la traduction française du ספר "כל בני משכן אבנא".*

Je voudrais vous dire qu'il s'agit d'un grand livre tant du point de vue du but vers lequel il conduit le lecteur, que du point de vue du chemin qu'il lui trace.

Ce n'est pas un Sefer à lire, ni un Sefer à étudier intellectuellement, ce n'est pas un livre philosophique.

C'est un Sefer qui parle tant à notre cerveau et qu'à notre cœur.

*L'auteur est l'interprète des Grands Maîtres qui ont enseigné que être juif c'est l'être **נפש** בכל לבנו ובכל נפש, pas seulement avec une **השקפה**, une vision correcte sur le monde, un comportement conforme aux commandements de la Torah, mais surtout une **שלמות** qui ne peut s'acquérir que par une **דבקות בשם**, un attachement profond au Créateur, qui commence par une **אמונה** profonde et non pas verbale.*

*Quelque soit le paragraphe que nous lisons, on croit entendre parler le Ram'hal (auteur du **משילת ישרים**) et de mon maître Rav Ye'heskel Lewenstein zt"l.*

*Ce qui est particulièrement nouveau, ce sont les conseils pratiques donnés pour arriver au **תכלית**, au but de notre vie.*

*Les intellectuels n'y trouveront peut-être aucune lumière nouvelle, mais les **עובדי השם**, ceux qui veulent réellement s'accomplir et servir **השם** y trouveront des trésors pour s'orienter à travers les tempêtes de notre époque.*

*Grand est le mérite du traducteur et de l'éditeur en langue française de l'ouvrage de ce grand **עובד השם** qui a - dans sa modestie - souhaité rester dans l'anonymat.*

Kiryat Sefer- Mena'hem Av 5768





בית המדרש מקור חיים

BETH HAMIDRACH MEKOR HAÏM

64, rue du Pré St Gervais - 75019 PARIS

☎ : 01 44 52 00 08

E-11

Cher Rav שליט"א

C'est un trop grand honneur pour moi, d'avoir à approuver le travail de traduction pour le livre qui a été encensé par les grands Sages de notre génération. Franchement, je suis loin d'en être digne.

Toutefois, à mon humble avis, il pourrait éclairer et guider beaucoup de nos frères francophones pour comprendre la vraie approche du « service divin » qui est « avoda chébaLev ».

En réalité, c'est démontrer et expliquer la première directive citée dans le premier chapitre du Choul'han Aroukh – Ora'h Haïm, tirée du Rambam – Moré Névochim, et basée sur la citation de notre Roi DAVID : « CHIVITI HACHEM LENEQDI TAMID ».

Je souhaite un grand succès et une large audience. זרק ואבץ.



משה מרדכי קארפ

קריית ספר

הן מודעת לכל יקך תפארת הספר החשוב בלבבי משכן אבנה אשר קנה שביתה אצל רבנן ותלמידיהון בארדהיק ובגולה, מכנף הארץ ומידות באו אודות נפלאות פעולת הספר הגיל, על תיח ובני תורה השואפים להתעלות במסילה העולה בית - קל, כי אמת אמת תפרסם להאי גברא יקרא הרהמיח הספר הגיל - אשר חפץ בעילום שמו, אך תודתו מברות עליו מבחוצ, ומשמיא קומו ליה בחיבור זה המעורר לבבות אחביי לעבודת השיית באמת ולבטחון אמיתי בהשיית ולקיים ולדבקה בו בכל עת, ובעיקר לחיות עם בורא עולם בכל רגע.

ומעידני על הרהמיח שליטיא שתוכו כברו ותורת אמת בפיהו.

וכאשר הרהמיח הגיף ידו בשנית ובשלישית והוציא בזמן קצר עוד חלקים לחיבור הגיל לעורר הלבבות לעבודת השיית לתורה ולמוסר, מלבד החידושים אשר זיכה את ישראל בתורת רבינו הק הארצי וללהיה זיעיא, והרשיש וללהיה זיעיא, וכבר העידו יודעי חין מעלות והשגות שוכה להם הרהמיח שליטיא.

אוי מצוה גדולה להפיץ ולפרסם ספרים חשובים אלו בישראל, ולתרגמם ללשון לעיז. והוא בכלל ברוך אשר יקיים וגו' דברי התורה הזאת. וזכות התורה והרהמיח שליטיא תעמוד למפיצים בעם להתברך בברכת עין חיים היא למחזיקים בה.

ועיז באתי על החתום לכבוד התורה והרהמיח שליטיא

משה מרדכי קארפ

TABLE DES MATIÈRES

AVANT PROPOS.....	1
INTRODUCTION DE L'AUTEUR	11
DÉFINITION DE LA FINALITÉ DE LA VIE	12
<i>EMOUNA</i> – EXISTENCE ET PRÉSENCE D'UN CRÉATEUR	48
<i>EMOUNA</i> – LA RELATION « CRÉATEUR – CRÉATIONS »	65
<i>EMOUNA</i> – LA PROVIDENCE DIVINE	78
<i>YIR-A</i> – LA CRAINTE D'HACHEM	108
<i>AHAVA</i> – L'AMOUR D'HACHEM	126
VIVRE DANS LA PROXIMITÉ D'HACHEM	133
<i>HITKALÉLOUT</i> – L'INTÉGRATION À HACHEM	139
GLOSSAIRE (PARTIEL)	143

INTRODUCTION DE L'AUTEUR

Cet ouvrage a pour but de montrer par quels moyens l'homme peut atteindre le niveau de perfection spirituelle décrit par le Ram'hal (Rabbi Moché 'Hayim Luzzatto) dans *Messilat Yécharim* (*La voie des Justes* chap. 1) : « Seul l'attachement (*dvékout*) à Hachem constitue la véritable perfection, comme le dit le roi David (*Téhilim* 73, 28) : "Quant à moi, la proximité d'Hachem me fait du bien" – car tel est le véritable Bien ; en dehors de lui, tout ce que l'homme pourrait considérer comme un bien n'est que pure vanité et néant ! ... ».

Les notions transmises dans cet ouvrage sont fermement établies sur les fondements de la sagesse. Cependant, comme leur compréhension n'est pas accessible à tous, nous n'avons généralement pas développé les sources de chaque enseignement mais uniquement indiqué la voie à suivre pour le mettre en pratique. En revanche, celui dont l'âme aspire aussi à connaître ces sources, la Torah est à sa porte ; s'il désire porter son joug, qu'il vienne et le prenne sur lui !

Les thèmes que nous abordons sont extrêmement vastes. Aussi nous sommes-nous efforcés de ne pas nous éloigner du cœur de notre sujet, à savoir comment parvenir de façon concrète à la *dvékout*, à un attachement entier à Hachem. Nous avons donc tenté, dans la mesure du possible, de réduire nos développements, et d'écarter tout ce qui pourrait éloigner le lecteur de l'essence même du sujet, afin qu'il garde sans cesse à l'esprit que la finalité de l'homme réside dans l'acquisition d'un attachement profond à Hachem, béni soit Son Nom ...

DÉFINITION DE LA FINALITÉ DE LA VIE

1

La toute première tâche (*'avoda*) de l'homme consiste dans la recherche personnelle de la finalité de sa vie.

Nous introduirons tout d'abord brièvement cette notion. Tout juif sait de manière évidente qu'il existe un Créateur, à l'origine du monde et de sa propre personne ; c'est Lui qui fait exister l'univers tout entier, et par voie de conséquence lui permet à lui aussi de subsister.

Le Créateur dit à tout homme ce qu'Il attend de lui. Cependant, l'homme ne perçoit pas toujours clairement ce que veut de lui le Maître du monde, ce qu'Il lui demande de faire au cours de sa vie. Notre lecteur peut se demander : « Les hommes dont il est ici question ignorent-ils l'origine céleste de la Torah ? Car nous avons reçu la Torah, et celle-ci nous enseigne que le but de la vie de l'homme, dans ce monde-ci, est d'accomplir les 613 *mitsvot* ! ».

Le mot *'olam*, qui dans le *lachone hakodech* (l'hébreu) désigne le monde, est issu de la même racine que *hé'elem* (dissimulation, voilement). Il règne en effet dans ce monde une profonde confusion. Car telle est sa Volonté, béni soit Son Nom : tant que l'homme ne désire pas ardemment définir de façon claire et précise : « ce que l'Eternel ton D. attend de toi » (*Dévarim* 10, 12), et n'y consacre pas tous ses efforts, il ne discerne pas le but de son existence. Il vit alors dans le désordre et le trouble, ignorant qu'il existe un chemin bien défini pour servir le Créateur, béni soit Son Nom.

Autrement dit, l'homme sait pertinemment qu'il doit accomplir les 613 *mitsvot* ; cependant, il ignore parfois que la *'avodat Hachem* (le service de l'Eternel) ne réside pas uniquement dans l'accomplissement occasionnel de telle ou telle *mitsva*, au gré des circonstances qui se présentent à lui. Or, l'homme doit accomplir les *mitsvot* de sorte qu'elles constituent un édifice, en ce sens que par leur accomplissement, l'homme se construit lui-même tel qu'il doit être. Pour que l'accomplissement des *mitsvot* constitue véritablement un édifice, il est nécessaire de suivre une voie bien définie, méthode claire, propre à guider la construction de

l'édifice, depuis ses fondations jusqu'à son assemblage tout entier. Cette voie révélera le but ultime de l'accomplissement intégral des *mitsvot*. En d'autres termes, l'homme se doit de chercher à distinguer comment l'accomplissement des *mitsvot* façonne son âme, et à comprendre le processus de cette réalisation : sa phase initiale, son déroulement, et sa finalité.

Les 613 *mitsvot* ont été données à l'homme, mais c'est à lui de chercher à savoir par quelle *mitsva* il doit commencer, (il ne s'agit évidemment pas des *mitsvot* que l'on doit accomplir quotidiennement ou en des occasions spécifiques, pour lesquelles les prescriptions sont claires et sans équivoque). Une *mitsva* consiste à aimer l'Éternel (*Ahavat Hachem*), une autre à Le craindre (*Yir-at Hachem*), une troisième encore à s'attacher à Lui (*Dvékout bHachem*) etc. Les *mitsvot* sont nombreuses et il nous incombe de les classer. L'ignorance de leur place respective dans l'édifice qu'elles composent constitue en effet un *hé'elem* – un voilement de la Vérité, et dans cet état d'obscurcissement, il est difficile de concevoir le but ultime des *mitsvot* et de l'atteindre.

2

Avant même de commencer à clarifier cette démarche, nous devons nous assurer de notre propre détermination à le faire.

Pour cela, nous devons faire en sorte que notre conception de la vie soit juste, afin d'être en mesure de comprendre notre statut ici-bas. En effet, notre existence n'a de sens que dans la mesure où nous servons Hachem, béni soit Son Nom. Notre devoir et notre privilège consistent en fait à définir notre « mode de vie » en ce monde-ci. Nous devons comprendre et ressentir au plus profond de nous que le repos véritable et la jouissance pure sont de l'ordre du monde de la récompense (comme le *Gan 'Eden*, par exemple). Ici-bas, notre unique but est de servir Hachem, béni soit Son Nom. Il est de notre devoir de trouver la voie authentique et sûre qui nous permettra de réaliser cet objectif.

Il ne s'agit pas pour nous de traiter ici de concepts philosophiques, mais de proposer un « mode de vie » concret, une voie qui permette à l'homme de vivre une existence authentique dans ce monde-ci, et de cheminer vers la réalisation de sa finalité. Nous tenterons de clarifier cette démarche, en cheminant étape par étape,

de la notion la plus simple à la plus complexe, de sorte que la progression soit la plus claire possible vers la vision d'un monde limpide où apparaît distinctement la voie sûre qu'il convient de suivre pour Le servir, béni soit Son Nom.

3

Si l'on invite plusieurs personnes à répondre à la question suivante : a priori, par quel point convient-il d'entreprendre la *'avodat Hachem* ? Quel est à tes yeux le point de départ le plus approprié à ta situation pour entreprendre de te mettre au service de ton Créateur ? – les réponses seront des plus variées. L'un répondra qu'il ne s'estime pas suffisamment assidu dans l'étude de la Torah ; selon lui, c'est dans ce domaine qu'il doit en premier lieu déployer ses efforts et se corriger. Un autre dira que son point faible est le *lachone hara'*, la médisance. Il sent qu'il n'est pas aussi vigilant qu'il le devrait lorsqu'il s'agit de tenir sa langue. De temps à autre il laisse échapper des paroles malencontreuses ou qu'il est interdit de prononcer. Un autre encore affirmera qu'en ce qui le concerne, il doit avant tout s'efforcer de réparer le *chelom-bayit*, la paix du foyer ; d'après lui, c'est là le point qu'il doit améliorer en priorité : il ne se montre pas suffisamment patient à l'égard des membres de sa famille, fait peu de cas de leur avis et ne subvient pas à leurs besoins comme il le devrait. Et ainsi de suite... Les réponses seront différentes d'un individu à l'autre. Il conviendrait, semble-t-il, de proposer à chacun une voie adaptée à sa situation particulière, une voie « sur mesure ».

Or, cela n'est pas tout à fait vrai. Le point de départ de la *'avodat Hachem* est en réalité le même pour tous les hommes, presque sans exception ! ...

4

Chacun d'entre nous a été envoyé du monde supérieur en ce monde-ci. Celui qui était méritant a été envoyé ici-bas depuis le *Gan Eden* (paradis), celui qui ne l'était pas depuis le *Guéhinom* (enfer). Toutefois, nous avons tous un point commun : nous sommes ici-bas pour servir le Créateur, béni soit Son Nom.

Mais pour quelle raison sommes-nous revenus du monde supérieur en ce monde-ci ?

Les *Sefarim HaKedochim* (les ouvrages de nos Sages, de mémoire bénie) enseignent que tout homme revient sur terre pour réparer au moins une faute ; l'essentiel de ses épreuves et de son *tikoun* (réparation) personnel en ce monde ont trait à cette faute. Cependant, même si l'homme est envoyé sur terre afin de réparer une faute, son travail ici-bas ne commence pas par la réparation de cette faute, mais bien en amont de cette tâche (même s'il existe des exceptions). On parle en effet de *tikoun*, de réparation, à propos d'un édifice : lorsqu'un mur ou une porte se dégrade, alors ce dommage nécessite une réparation. Sans édifice, pas de réparation ! Il faut donc construire l'édifice, et ensuite envisager d'effectuer les réparations nécessaires. Il en est de même dans le domaine de la *'avodat Hachem*, le service du Créateur auquel tout homme doit se consacrer ici-bas. Même si l'homme est descendu dans ce monde pour réparer une faute spécifique, cela ne signifie pas pour autant que sa tâche se limite à la seule réparation de cette faute, que là commence et s'achève tout son travail. En réalité, le premier devoir de tout homme est de construire sa propre personne, d'ériger en son âme un véritable édifice, un édifice de *'avodat Hachem*. Une fois cette base bien assurée, mais pas avant, l'essentiel de sa mission consistera à réparer la faute qui a provoqué son retour dans ce monde-ci. Mais en premier lieu, il doit bâtir en son cœur un édifice solide, un édifice de *'avodat Hachem* parfaite et rigoureuse.

En outre, il suffit parfois de quelques instants pour réparer la faute commise dans le *guilgoul* précédent (réincarnation antérieure). Dès lors, le reste de la vie serait-il vain ? Certainement pas ! Il est absolument évident que l'homme a pour tâche principale de construire son âme, depuis les premiers soubassements jusqu'aux finitions les plus subtiles. Indépendamment de cela, il doit prêter une attention soutenue à la réparation de la faute pour laquelle son âme est redescendue sur terre.

Ainsi, la réparation d'une faute particulière ne constitue pas l'objet principal du travail spirituel de l'homme ; mais il existe une cause, commune à tous les êtres humains, qui justifie leur retour dans ce monde-ci.

Il convient donc que tout homme recherche d'abord cette cause. Puis, lorsqu'il l'aura clairement définie, il devra la garder constamment présente à l'esprit. En effet, à chaque moment de sa vie, c'est la raison même de son existence à cet instant précis qui doit guider sa vie. Il doit par conséquent considérer cette raison d'être chaque jour, à toute heure et dans la mesure du possible chaque instant de son

existence. En d'autres termes, la connaissance de cette cause ne constitue pas une information ordinaire, mais elle doit déterminer l'homme à faire en sorte que tout son mode de vie soit conforme à cette raison d'être. A chaque instant donc, il doit conformer ses pensées, ses sentiments et ses actes à cette cause.

Lorsque l'homme découvre la raison de son existence, il comprend que son *tikoun* personnel relève d'une finalité commune à tous les hommes, et que la réparation individuelle s'inscrit réellement dans cette finalité globale.

5

Reprenons notre propos, mais cette fois de façon imagée : un menuisier s'apprête à couper une planche. Dans une main il tient sa scie et dans l'autre la planche. Si ce menuisier a « l'esprit ailleurs », si sa pensée n'est pas parfaitement concentrée sur sa tâche, on peut facilement imaginer que la coupe ne sera pas correcte, que la planche lui échappera des mains, ou encore, *'halila vé'hass* qu'il va se blesser. La raison en est simple : lorsqu'il a pris la scie en main le menuisier savait pertinemment comment s'en servir et quel ouvrage précis il voulait réaliser. Cependant, lorsqu'il s'est mis à scier le bois, cette conscience a pu lui échapper et sa pensée s'orienter vers d'autres domaines, totalement étrangers à son travail.

Voyons à présent comment interpréter cette parabole : nos Sages enseignent qu'un juge doit considérer qu'un glaive est posé entre ses jambes (*Sanhédrin 7a*), à savoir que le moindre faux pas risquerait d'être fatal. Et Rabbi Israël Salanter *zts"l* de rajouter qu'en fait tout homme est son propre juge. Ainsi la *'avoda* de l'être humain en ce monde-ci se trouve-t-elle parfaitement illustrée par la parabole du menuisier : si l'homme perd de vue la cause et la finalité de son existence, il se trouve en danger à chaque instant. C'est pourquoi, comme nous l'avons expliqué plus haut, après avoir acquis la connaissance de la cause et de la finalité de son existence, l'homme se doit de la garder présente à l'esprit chaque jour, chaque heure, et réellement chaque instant de sa vie. Car cette connaissance de la cause et du but de son existence n'est pas une information que l'on met par écrit après l'avoir recueillie pour ensuite la conserver « pour mémoire » dans ses archives, et la dépoussiérer une fois l'an, de Pessa'h en Pessa'h. Bien au contraire ! Cette

connaissance doit être *houchite*, concrète et palpable ; l'homme doit la vivre constamment, la respirer et y conformer toute son existence.

6

Quelle est véritablement la finalité de l'homme dans le monde ? Cette finalité est, en fait, à la fois connue et inconnue.

Connue, du fait que chacun a pu lire des articles consacrés à ce thème ou entendre parler d'une façon ou d'une autre. Néanmoins, cela reste un sujet méconnu. Car si l'homme en avait une « connaissance intime » (cf. § 48) et pertinente, s'il était vraiment lié à cette connaissance, son mode de vie en serait alors complètement transformé. Si l'homme investissait dans cette connaissance toute l'énergie de son âme, si la vérité était pour lui une réalité vivante qui brûle dans son cœur, il saisirait une feuille de papier et un stylo pour noter en quelques mots quel est le but de son existence. Il conserverait la feuille dans sa poche et l'en sortirait presque tous les quarts d'heure afin de s'en souvenir, que jamais cette connaissance ne s'éloigne de lui, et qu'elle guide sa vie continuellement.

7

Quel est véritablement le but de l'homme dans le monde ? Les propos du Ram'hal à ce sujet sont bien connus (*Messilat Yécharim* chap. 1) : « car réellement seule la *dvékout* (attachement) à Hachem constitue la véritable perfection, tout comme disait le roi David (*Téhilim* 73, 28) : "Quant à moi, la proximité d'Hachem me fait du bien" ». En d'autres termes, si quelqu'un cherche à savoir ce qu'est un homme « parfait », il lui faut considérer ce que le roi David estimait être « bon pour lui » ; car si cela est bon pour lui, cela vaut aussi pour chacun d'entre nous : « Et moi, la proximité d'Hachem me fait du bien ».

Une table cassée, personne n'en veut. Une chaise cassée n'intéresse personne. Un lit cassé, personne ne prend le risque de s'y allonger pour dormir. A plus forte raison, personne ne saurait vouloir être un homme brisé plutôt qu'un être accompli (en revanche dans la *'avodat Hachem*, avoir « un cœur brisé » est une disposition favorable – mais il s'agit ici d'un tout autre aspect).

Qu'est-ce qu'un juif accompli, parfait ? Celui à qui il ne manque ni une main ni un pied ? Certes non ! Il ne s'agit là que d'une perfection extérieure, physique. La véritable perfection, la perfection spirituelle, intérieure découle de la proximité avec Hachem, comme l'enseigne le Ram'hal : « seule la *dvékout* à Hachem constitue la véritable perfection ». Cette perfection concerne tout homme, sans exception. Et le Ram'hal précise (ibid.) : « car seul l'attachement à Hachem est le véritable Bien, en dehors de lui, tout ce que l'homme pourrait considérer comme un bien n'est que pure vanité et néant ! ».

En réalité, tout ce qu'un juif possède dans sa vie, c'est la proximité d'Hachem et l'attachement à Hachem, béni soit Son Nom. L'essence même du juif consiste à vivre dans la proximité et l'attachement à Hachem. Or la finalité de l'homme n'est pas d'être lié au Créateur seulement dans le monde à venir. Même ici-bas, dans ce monde-ci, la *avoda* de l'homme et son but résident dans l'attachement au Créateur, béni soit Son Nom. Chaque instant vécu loin de l'attachement à son Créateur prive l'homme de son intégrité. Il lui manque la véritable perfection : la *dvékout b'Hachem*, l'attachement à Hachem.

8

Un homme sincère, qui sait écouter ces paroles du Ram'hal et les accepte vraiment au plus profond de son âme, devrait les inscrire sur un bout de papier et les conserver dans sa poche ; puis tous les quarts d'heures, (afin que ces mots soient sans cesse présents à son esprit), il devrait tirer cette feuille de sa poche, la relire avec une extrême attention et se rappeler encore et encore : « Quelle est la raison pour laquelle je vis ici-bas ? Quel est le but de ma vie ? – l'attachement à mon Créateur. »

Il relira maintes fois ces paroles, jusqu'à les rendre vivantes en lui de manière spontanée sans plus avoir besoin de les lire. Il aura acquis une connaissance si claire de la finalité de sa vie qu'il cherchera sans cesse à la réaliser.

9

L'homme n'est véritablement vivant que dans les moments où il se souvient du but de sa vie (excepté lorsqu'il étudie la Torah, ce dont nous traiterons plus loin).

Le reste du temps, quand il s'occupe de choses et d'autres sans se souvenir de son Créateur, il est comme mort. Il a alors besoin d'une renaissance, une *te'hiyat hamétim* (résurrection des morts) afin de se rappeler pourquoi il vit et quel est son but ici-bas.

Même lorsque l'homme accomplit les *mitsvot*, il doit garder présent à l'esprit la finalité de celles-ci : dans les *Sefarim HaKedochim*, nos Maîtres rapprochent le mot *mitsva* de l'araméen *tsavta*, qui exprime l'association. En d'autres termes, le but des *mitsvot* est que l'homme « s'associe » au Créateur, qu'il soit proche d'Hachem et uni à Lui. Sans cela, la *mitsva* est dépourvue de ce qui constitue l'essentiel de sa substance intrinsèque ; elle est alors comparable à un corps sans âme.

« *HaKadoch Baroukh Hou* (HKB" H), son enseignement et le peuple d'Israël ne font qu'un » (cf. *Zohar A'haré-Mott* 73a ; *Néféch ha'Hayim* 4, chap. 11). En d'autres termes, la Torah – tant son étude que l'accomplissement de ses commandements – doit s'accomplir dans un processus d'unité, au cours duquel l'homme est attaché à la Torah et à son Créateur. Tel est le but de sa vie : l'attachement à la Torah et à Hachem.

10

« Quant à moi, la proximité d'Hachem me fait du bien ». Il ne s'agit pas d'une information ou d'un simple aphorisme, mais de la raison existentielle de la vie. Cette connaissance n'est pas seulement d'actualité à Pessa'h, Chavou'ot ou Souccot ! Au contraire, cette connaissance doit habiter chaque instant de la vie d'un homme, trois cent soixante-cinq jours par an, vingt-quatre heures sur vingt-quatre (pour celui qui parvient à rester uni au Créateur même pendant son sommeil) et soixante minutes par heure. Telle est l'essence de l'existence de tout homme : être proche de son Créateur et uni à Lui, comme il est écrit : « Et moi, la proximité d'Hachem me fait du bien ».

Bien entendu, pour vivre ainsi, il faut être guidé correctement dans la *'avodat Hachem*, afin d'apprendre comment parvenir à vivre un attachement de chaque instant au Créateur. Cependant, avant d'expliquer par quelle voie l'homme peut atteindre cet objectif, il faut tout d'abord que ce dernier ait acquis une perception claire et parfaite, sans que subsiste l'ombre d'un doute, de la finalité de sa vie.

L'homme doit acquérir la certitude absolue que la vie a pour but de se rapprocher d'Hachem et de s'attacher à Lui à chaque instant. Il s'agit d'un attachement intérieur qui doit pénétrer les moindres fibres de son âme. Si bien qu'avant même d'entreprendre la recherche et l'examen de la voie qui conduit à cet état, l'homme doit savoir parfaitement quel est le chemin qu'il recherche, et où il voudrait que celui-ci le mène. Le but exprimé par le roi David : « Quant à moi, la proximité d'Hachem me fait du bien », doit être parfaitement clair. Ce point doit être bien défini dans l'esprit de tout homme, de sorte qu'il ressente au plus profond de son âme que le but de sa vie est clair à ses yeux et qu'il n'a plus aucun doute à ce sujet.

11

Lorsqu'il examine ce point, à savoir que le but de sa vie se trouve tout entier exprimé par ces paroles du roi David : « la proximité d'Hachem me fait du bien », l'homme peut avoir l'impression que pour être attaché à son Créateur, il lui faut être *parouch* (ascète) comme Moché Rabbénou et se détacher totalement de tout ce qui a trait à ce monde-ci. Il doit savoir qu'une telle pensée vient du *yétser hara'* (mauvais penchant) qui cherche à éloigner l'homme de la vérité, et de son Créateur, béni soit Son Nom. C'est pourquoi il tente de présenter la proximité d'avec le Créateur sous un aspect sombre, comme une voie réservée à l'élite et qui lui demeure inaccessible ! Or, le Ram'hal dit explicitement le contraire !

Le Ram'hal a fondé son ouvrage *Messilat Yécharim (La voie des Justes)* sur l'enseignement de Rabbi Pin'has ben Yaïr, qui commence par le niveau le plus bas, à savoir que « l'étude de la Torah conduit à la prudence », et ainsi de suite jusqu'au niveau le plus ultime de l'esprit de prophétie (*roua'h hakodech*) qui conduit au pouvoir de ressusciter les morts (*te'hiyat hamétim*). A la fin de son traité (fin Chap. 26), après avoir guidé l'homme jusqu'à lui permettre d'atteindre ces niveaux sublimes, le Ram'hal s'adresse au lecteur en ces mots : « Et toi, cher lecteur, tu constates comme moi que je n'ai pas terminé d'exposer toutes les lois relatives à la *'hassidout* (piété) ... et ce pour la simple raison que chaque homme, selon son métier ou son occupation, a besoin d'une conduite et d'une direction particulière. Car la voie de la piété qui sied à celui qui étudie la Torah à plein temps n'est pas

celle qui conviendra au salarié qui est employé chez autrui. Ce n'est pas non plus celle qui conviendra à celui qui s'occupe de son propre commerce. Il en est de même pour tous les autres détails concernant les préoccupations de l'homme dans le monde. A chacun, selon son être, correspond une voie particulière de *'hassidout*. Et ce, non pas parce que la piété est différente selon les cas ; car elle est bien évidemment identique pour chaque âme, du fait que son but ne consiste qu'à effectuer ce qui procure satisfaction chez son Créateur. Cependant, puisque les positions des personnes sont différentes, il est impossible que les moyens leur permettant de parvenir à cet objectif ne changent conséquemment chacun selon son statut. Il est donc évident que peut atteindre un niveau de parfaite *'hassidout* celui qui, en raison de ses besoins, pratique un simple métier (s'il en a vraiment besoin et qu'il ne se réfugie pas dans son travail par paresse afin d'éviter d'étudier la Torah ; il reste cependant à peser le pour et le contre de cela avant de prendre cette décision et il est nécessaire de poser la question à un grand Rav pour ne pas faire partie *'halila* de ceux qui abandonnent la Torah) au même titre que celui qui ne détache pas un instant de sa bouche les paroles de Torah ».

Ainsi, selon le Ram'hal, on comprend qu'un homme peut être *'hassid* (pieux) et attaché à son Créateur jusqu'à être en mesure de recevoir l'esprit de prophétie (*roua'h hakodech*) et d'acquérir la capacité de ressusciter les morts (*te'hiyat haméitim*), et cela quelle que soit son occupation, l'étude de la Torah ou l'exercice d'un métier. Cela est possible en effet, à condition que l'ensemble de ses actes soient accomplis *léchem chamayim* (litt. pour les Cieux), c'est-à-dire de façon vraiment désintéressée ; ainsi se consacre-t-il à l'étude de la Torah selon ses capacités et le temps dont il dispose, et s'il exerce une activité professionnelle, c'est uniquement par nécessité et *léchem chamayim*. Cela nous apprend que tout homme peut vivre dans l'attachement à son Créateur ; cet état n'est pas réservé à quelques individus qui pratiquent l'ascèse et se tiennent éloignés des affaires de ce monde.

Résumons notre propos : nous avons appris que l'homme doit avant tout rechercher méticuleusement à définir le but de la vie, qui n'est autre que la proximité avec Hachem : « Et moi, la proximité d'Hachem me fait du bien », que ces paroles le concernent personnellement, et qu'il est sans aucun doute en mesure de les accomplir.

Avant d'examiner en quoi consiste le devoir de l'homme et quel est sa finalité dans ce monde-ci, nous avons précisé plus haut (§6) que l'homme doit tout d'abord définir clairement son devoir ainsi que le but de sa vie. Il lui appartient ensuite de s'en souvenir tout au long de la journée. Pour cela, il doit le noter sur un bout de papier qu'il mettra ensuite dans sa poche. Tous les quarts d'heure il sortira le papier de sa poche et le relira, afin de placer concrètement devant ses yeux le but de toute sa vie.

A présent, après avoir clairement établi que la finalité de chacun en ce monde réside dans la proximité avec Hachem et l'attachement à Hachem, l'homme devra alors noter clairement que son objectif n'est autre que cette proximité avec son Créateur et s'efforcer de s'en souvenir tout au long de la journée.

Cette connaissance doit être vivante en lui, car elle n'est pas un savoir ordinaire : elle concerne l'essence même de la vie.

Reprenons cette idée sous forme d'allégorie : un homme monte dans un arbre et s'assoit sur une branche. Soudain, la branche plie et cède. L'homme s'agrippe alors à l'arbre de toutes ses forces. Il sent qu'il ne doit pas cesser de s'accrocher au tronc ne serait-ce qu'un instant, sans quoi il risque *'halila* de tomber et de se tuer. Le fait de savoir qu'il faut s'agripper à l'arbre n'est pas une connaissance abstraite ! L'homme sait que toute son existence en dépend. S'il l'oublie un instant, il n'aura pas le réflexe de s'accrocher à l'arbre et par conséquent, il mettra sa vie en péril.

Cette parabole nous enseigne que l'homme doit comprendre et assimiler profondément que toute son existence dépend de cela : il doit avant tout garder constamment à l'esprit la connaissance élémentaire consistant à savoir que le but de son existence est de vivre dans la proximité du Créateur du monde. En outre, il doit être conscient du fait que cette connaissance n'est pas un concept abstrait, mais que toute son existence en dépend ; si sa pensée s'en détourne, toute son existence est mise en péril.

Avant même de savoir quel chemin suivre pour s'attacher à son Créateur, l'homme doit être en mesure de se représenter clairement la connaissance dont

toute son existence dépend, à savoir que le but de toute sa vie consiste à se tenir dans la proximité du Créateur du monde et s'attacher à Lui.

13

Le Ram'hal enseigne, que l'expression « l'Arbre de la Vie » (dont les fruits possèdent la vertu de régénérer continuellement les forces de l'homme, lui attribuant ainsi une vie éternelle - *Béréchit* 2, 9 ; 3, 22) a pour origine le verset (*Dévarim* 4, 4) : « Et vous qui êtes attachés à Hachem votre D., vous êtes tous vivants aujourd'hui ».

L'essence même de la vie est exprimée par ces mots : « Et vous qui êtes attachés à Hachem votre D. ». C'est cela la vie. A l'inverse, lorsqu'un homme ne s'attache pas à son Créateur, nos Sages disent de lui : « Les mécréants, même de leur vivant, sont appelés 'morts' » (T.B. *Bérakhot* 18b). En effet, bien qu'ils soient vivants extérieurement, physiquement, il leur manque néanmoins la sève de la vitalité humaine qui n'est autre que l'attachement au Créateur, béni soit Son Nom. Dépourvus de cet attachement au Créateur, ces hommes sont considérés comme morts.

« Et vous qui êtes attachés à Hachem votre D., vous êtes tous vivants aujourd'hui ». Lorsque ces paroles sont accomplies : « Et vous qui êtes attachés à Hachem votre D. », alors on peut parler de « vie » ; dans le cas contraire, l'existence ne mérite pas le nom de « vie », *hass véchalom*.

14

Il convient d'analyser ces notions avec précision, de les comprendre convenablement, et de les faire pénétrer au plus profond de notre cœur. Elles traitent en effet de ce qui constitue l'essence de l'être humain et de la finalité qu'il doit réaliser, conformément à ce qui est écrit : « vous qui êtes attachés à Hachem votre D., vous êtes tous vivants aujourd'hui ». Telle est l'essence de l'existence de l'homme comme l'enseigne le Ram'hal : « "Quant à moi, la proximité d'Hachem me fait du bien", car seul l'attachement à Hachem est le véritable Bien, en dehors

de lui, tout ce que l'homme pourrait considérer comme un bien n'est que pure vanité et néant ! ».

C'est une notion qu'il nous faut assimiler en profondeur : en vérité, rien d'autre n'existe dans la vie hors la proximité avec Hachem et l'attachement à Hachem. Les 613 *mitsvot* ne sont rien d'autre que le moyen de parvenir à ce but. Il nous faudra bien entendu acquérir des méthodes pour apprendre comment faire pénétrer ces principes dans notre cœur. Auparavant, il est indispensable de nous les représenter clairement ; nous devons savoir parfaitement que l'essence même de la vie réside dans la proximité d'Hachem et dans l'attachement à Hachem, béni soit Son Nom. Hormis cela, rien n'existe. Chacun des actes de l'homme, qu'il soit d'ordre matériel ou spirituel, n'est qu'un instrument qui lui permet de s'attacher à son Créateur ; l'instrument le plus solide mis à sa disposition est la sainte Torah (cf. Ram'hal, *Dérékh Hachem*, 1ère partie, chap. 4, § 9).

15

Il ressort de tout ce qui précède que l'homme doit aspirer de tout son être à un attachement de tous les instants à Hachem, à le vouloir de toute la puissance de sa volonté. Sa tâche consistera alors à chercher un chemin pour parvenir à un mode de vie tel, qu'il demeurera attaché à son Créateur à chaque instant de son existence. Mais avant tout, il doit savoir parfaitement que telle est bien sa tâche dans la vie. Son désir d'atteindre cet objectif doit être parfaitement clair. Plus grande sera son aspiration à vivre dans l'attachement constant à Hachem, plus il aura la force d'écarter tous les obstacles qui l'empêchent de s'attacher véritablement à son Créateur. A l'inverse, si le désir de l'homme et sa volonté de parvenir à cette fin sont faibles, le moindre obstacle l'empêchera d'atteindre ce but.

16

Un proverbe dit : « les arbres empêchent de voir la forêt ». Il s'avère que chaque élément de la Création revêt une signification spirituelle, aussi tenterons-nous d'expliquer ce que ce proverbe peut nous apporter quant à la façon de vivre que représente l'attachement à Hachem.

Il existe 613 commandements dont le principal est l'étude de la Torah, comme l'ont dit nos Sages : « Et l'étude de la Torah est équivalente à toutes les *mitsvot* ». Or les 613 *mitsvot* ne sont que les racines tandis que les ramifications de chacune d'elles sont innombrables. En outre, le Zohar (*Yitro* 82b, *Balak* 202a-b) enseigne que les 613 *mitsvot* représentent « 613 conseils » destinés à l'homme. Nous voici alors devant une multitude de conseils et d'obligations.

Cependant, à quoi servent réellement ces conseils ? – à aider l'homme à s'attacher à son Créateur ! En d'autres termes, les *mitsvot* dans leur essence n'existent pas pour elles-mêmes mais elles sont là comme une carte, ou des points de repère qui permettent à l'homme de s'orienter, lui indiquant comment parvenir à s'attacher à son Créateur.

Ainsi, une *mitsva* comprend deux aspects : le premier relève de l'action ou de la parole etc., le second est relatif au but de la *mitsva* qui consiste à aider l'homme à se rapprocher de son Créateur et à s'attacher à Lui. Le premier aspect des *mitsvot*, d'ordre pratique, revêt en fait des formes très diverses, comparables aux nombreux arbres qui peuplent la forêt. (Remarquons ici que la racine des termes « arbre – 'ets » et « conseil – 'etsa » est la même : 'ets. Il s'agit là d'un sujet particulièrement profond que nous ne développerons pas ici). Cependant, en ce qui concerne l'intériorité des *mitsvot* et leur finalité, toutes les *mitsvot* tendent vers le même but : la proximité avec Hachem et l'attachement à Hachem.

17

Il convient d'approfondir ce point de notre réflexion, et pour ce faire, nous examinerons une *mitsva* en particulier : la *mitsva* de revêtir le *talit*.

Le matin, l'homme se lève, se rend à la synagogue et s'enveloppe de son *talit* ; il met en pratique une *mitsva* positive *déoraïta* (prescrite par la Torah écrite). A quoi pense-t-il quand il s'enveloppe de son *talit* ? Ou plutôt, pense-t-il, ou bien accomplit-il ce geste presque sans y réfléchir (c'est-à-dire sans attention contemplative, mais motivé seulement par une intention pratique) ? Nous partirons ici du principe qu'il réfléchit lorsqu'il s'enveloppe du *talit*, et tenterons d'analyser sa pensée.

A priori, si sa réflexion est juste, elle doit se présenter ainsi : puisque nous tenons que les *mitsvot déoraïta* doivent être accomplies avec une intention explicite (*kavana*) (*Choul'han-'Aroukh Ora'h-'Hayim* chap. 60), l'homme doit donc, en s'enveloppant de son *talit*, avoir l'intention explicite de réaliser une *mitsva* positive de la Torah (*déoraïta*).

Examinons à présent ce point : il est écrit dans le Zohar (cf. Supra) que les 613 *mitsvot* correspondent à 613 conseils pour se rapprocher du Créateur ; comment est-il donc possible qu'un homme puisse s'envelopper de son *talit* chaque jour, semaine après semaine, et cela depuis de nombreuses années, sans éprouver le sentiment de proximité avec Hachem qui aurait dû naître en lui par l'observance assidue de cette *mitsva* ? Car ce que dit le Zohar est incontestablement vrai ; aussi, tout homme qui chaque jour, en s'enveloppant de son *talit* se concentre sur l'intention d'accomplir une *mitsva* positive de la Torah, devrait ressentir peu à peu, et chaque jour davantage, la proximité d'Hachem. Dès lors, comment se fait-il que seul un petit nombre parvienne à une proximité *mou'hachite*, concrète et palpable, avec le Créateur par la pratique quotidienne de la *mitsva* de revêtir le *talit* ? L'accomplissement de cette *mitsva* revêt incontestablement une forme authentique. C'est pourquoi, si l'on constate que s'envelopper chaque jour du *talit* ne conduit pas un attachement palpable au Créateur, il faut impérativement s'interroger : que manque-t-il à la façon de revêtir le *talit* ? Pourquoi, dans le cas de nombreuses personnes de bonne volonté, l'accomplissement de cette *mitsva* ne permet pas la réalisation de son but intrinsèque, à savoir l'attachement concret à Hachem ?

18

Comprenons-nous bien : si nous avons évoqué la *mitsva* qui consiste à s'envelopper dans le *talit* c'est uniquement à titre d'exemple. Nous étudions la Torah et pratiquons de nombreuses autres *mitsvot* ; qu'est-ce qui nous empêche de nous sentir proches d'Hachem ?

Peut-être ne vivons-nous que l'aspect extérieur de la Torah et des *mitsvot* tandis que l'intériorité des *mitsvot*, dans laquelle réside leur but, à savoir la proximité avec Hachem, fait défaut à bon nombre d'entre nous. C'est pourquoi il nous faut rechercher de quelle manière il convient d'étudier la Torah et accomplir les *mitsvot*

pour que ces actions nous conduisent effectivement à vivre dans une proximité *mou'hachite*, concrète et palpable d'Hachem. En d'autres termes, la tâche de tout juif consiste à « édifier un Sanctuaire dans son cœur », et que les *mitsvot* lui permettent d'atteindre cet état où HKB''H (*HaKadoch Baroukh Hou*) résidera dans son cœur, et où lui-même ressentira concrètement cette présence.

19

Il s'agit donc à présent d'éclaircir ce point : comment l'homme doit-il s'y prendre pour persévérer dans l'étude de la Torah et la pratique des *mitsvot* de toutes ses forces, tout en s'efforçant de faire de sa Torah et de ses *mitsvot* des instruments pour se rapprocher concrètement d'Hachem. Autrement dit, il s'agit de chercher une voie permettant à l'homme de se rapprocher de son Créateur, et de discerner comment les actes qui lui sont déjà familiers sont susceptibles de prendre une dimension plus profonde, plus intérieure, l'aidant ainsi à se rapprocher vraiment d'Hachem.

Ce processus est décrit dans *Messilat Yécharim* (chap. 3) : le Ram'hal y expose deux types d'analyse de soi : le premier consiste à « examiner » ses actes, le second à les « palper » ; c'est-à-dire : l'homme doit « examiner » ses actions et s'abstenir d'en accomplir certaines, mais il doit également « palper » celles dont il doit poursuivre la pratique, mais de façon plus approfondie et plus authentique.

20

Récapitulons notre propos depuis le commencement : tout d'abord, nous avons établi que le but de l'homme en ce monde est l'attachement à son Créateur, béni soit Son Nom. En quoi consiste cet attachement ? – à ressentir la Présence du Créateur dans son cœur, à percevoir son Existence de tout notre être (comme nous l'expliquerons plus longuement par la suite).

Au cours d'une journée, combien de temps l'homme doit-il être proche de son Créateur ? – chaque jour, à toute heure (nous exceptons ici les moments consacrés à l'étude de la Torah – comme en parle le *Néféch ha'Hayim* – que nous évoquerons plus loin). L'homme doit ressentir que de la même manière qu'il ne peut être privé

d'air sans mourir, il ne peut vivre vraiment que dans la proximité d'Hachem. Sa tâche consiste précisément à ressentir que cette proximité est toute sa vie, et que sans elle il est comme un « mort-vivant », *'hass véchalom*.

Nous avons enfin considéré l'obligation dans laquelle nous nous trouvons de chercher pourquoi l'étude assidue de la sainte Torah et l'accomplissement de ses nombreuses *mitsvot*, n'éveillent pas en nous le sentiment simple de notre proximité avec Hachem et de notre attachement à Lui, béni soit Son Nom. Autrement dit : a priori, que manque-t-il à notre étude de la Torah et à notre pratique des *mitsvot* pour qu'elles deviennent un moyen de nous rapprocher d'Hachem de façon palpable ?

21

Il convient à présent d'observer différents aspects du concept de 'proximité avec Hachem' et de les clarifier.

Qui est le Créateur ? Quelqu'un l'a-t-il déjà vu ? Il est explicitement écrit (*Chémot* 33, 20) : « L'homme ne peut Me voir et rester vivant » ! Même lorsque Moché Rabbénou demande à voir la Gloire divine (v. 18) : « Montre-moi ta Gloire », HKB" H lui répond (v. 23) : « Tu me verras par derrière, mais ma Face ne peut être vue » ; à plus forte raison est-il impossible de voir le Créateur lui-même ; c'est une évidence.

Lorsque nous évoquons la proximité de l'homme avec son Créateur telle qu'elle est exprimée par le verset « Quant à moi, la proximité d'Hachem me fait du bien », de quelle façon concevons-nous cette proximité ? Quelle est la teneur exacte du concept de proximité avec le Créateur ?

Nous connaissons cet enseignement de nos Sages (*Tikouné haZohar* 91b) : « Aucun endroit n'est vide de sa Présence », c'est-à-dire : HKB" H est réellement présent partout, en tout lieu. Si nous concevons le fait d'être proche du Créateur comme une réalité physique – comme, par exemple, la proximité d'une table et d'une chaise –, alors, il semblerait que nous sommes tous proches du Créateur puisque partout où nous nous trouvons, le Créateur du monde se trouve aussi ; par conséquent, nous sommes tous proches de Lui en permanence ! S'il en est ainsi, qu'est-il besoin des efforts de toute une vie pour accéder à la proximité d'Hachem ?

Si l'on considère que dès l'instant de sa venue au monde l'homme est proche du Créateur, quelle est alors sa tâche ici-bas ?

Il est clair pour tout un chacun – pour reprendre notre exemple – qu'il ne faut pas comprendre ainsi la proximité avec le Créateur : je suis assis à côté de la table, donc je suis proche de cette table ; je suis assis sur une chaise donc je suis proche de cette chaise. Telle n'est pas la nature du rapprochement de l'homme avec son Créateur, béni soit Son Nom.

22

La proximité avec le Créateur est d'une nature totalement différente.

Nous avons clairement défini que le but de la vie n'est autre que la proximité avec le Créateur et l'attachement à Hachem. Il convient à présent de préciser cette notion : de quelle sorte de proximité s'agit-il ?

Tant que l'essence même de la proximité avec Hachem n'est pas précisément circonscrite, que l'homme n'en saisit pas la véritable teneur, comment trouvera-t-il la voie qui lui permettra d'y accéder ? Si l'objectif – vivre dans la proximité d'Hachem – n'est pas clair, il est évident que le chemin pour y arriver ne le sera pas non plus !

Pour atteindre ne serait-ce que ce seul point, l'homme devrait être prêt à donner des millions, et même tous ses biens ! Et tout cela pourquoi ? Parce que, si l'homme ne sait pas clairement en quoi consiste la proximité avec Hachem, il ne connaît donc pas clairement le but de sa vie, et il ignore en fait complètement ce qu'il veut faire de son existence. Pourquoi est-il en vie s'il ne sait pas ce qu'est réellement la vie, quelle est sa finalité, et quelle tâche il doit lui-même remplir au cours de son existence ?

S'il ne comprend pas correctement la notion de proximité d'Hachem, comment l'homme pourrait-il accéder à cette proximité ? Peut-il la considérer comme un acquis dont il n'est nul besoin de connaître la nature, ni a fortiori le moyen d'y parvenir ?

En fait, la première tâche de l'homme, quand il est bien clair à ses yeux que le but de la vie est de se rapprocher d'Hachem, consiste à définir ce que signifie véritablement ce concept de proximité avec Hachem. Lorsque l'homme connaîtra le

but précis qu'il veut atteindre, alors seulement sa tâche consistera à réfléchir au moyen qui lui permettra de l'atteindre. Prenons l'exemple d'un voyageur, qui de Jérusalem doit se rendre à Bnéi-Brak. S'il ignore que Bnéi-Brak est bien la destination qu'il désire atteindre, comment pourrait-il savoir quel itinéraire il doit suivre pour y arriver ? Il n'a aucune raison de se mettre en route ni d'essayer de trouver la bonne direction, car peut-être ne désire-t-il pas se rendre à Bnéi-Brak, mais plutôt à Tsfat ?! Par conséquent, il devrait plutôt chercher quelle route conduit à Tsfat ! De la même façon, l'homme doit tout d'abord savoir où il veut aller, et après seulement, s'appliquer à chercher la voie qui lui permettra d'atteindre le but désiré.

Avancer qu'il est impossible de définir clairement le concept de proximité avec Hachem reviendrait à affirmer qu'HKB''H exige que l'homme atteigne une chose hors de sa portée ! Cette notion est donc forcément accessible à tout homme, et c'est pour cela que notre tâche consiste bien à en rechercher la nature et la signification.

23

Si l'homme ne comprend pas clairement en quoi consiste la véritable proximité avec Hachem, il ne fait pas seulement preuve d'un manque de connaissance ponctuel, mais d'une ignorance totale de l'essence même de l'existence.

Toute la vie de l'homme ici-bas et toutes les actions qu'il accomplit en ce monde (que ce soit l'étude de la Torah, la pratique des *mitsvot* ou encore les affaires courantes) ont pour seul et unique but de le conduire à l'attachement à son Créateur. S'il ignore ce que représente l'attachement à Hachem, il n'est pas en mesure de connaître le but de sa propre vie, ni l'essence et la finalité profonde de chacun de ses actes. Même s'il étudie assidûment la Torah et accomplit les *mitsvot*, il continue néanmoins à ignorer où doivent le conduire ces actions.

24

Voici une allégorie qui illustre bien cette idée : un homme parvient à économiser un peu d'argent chaque mois, pendant vingt ans. Au terme de ces longues années, il

se trouve en possession d'une somme qui lui permet d'envisager l'achat d'un appartement. Il part donc à la recherche d'un appartement, mais ignore où il pourrait en acheter un. Il s'assoit donc pour réfléchir, mais aucune idée ne lui vient à l'esprit. Il en parle à ses amis, qui l'orientent vers des gens compétents en la matière. Mais notre homme ne tient pas compte des conseils de ses amis. Il reste là, assis, à faire toutes sortes de suppositions : peut-être ici... ou encore là ? Il explore toutes les directions, en vain. Cet homme possède une somme qui lui permettrait d'acquérir un appartement mais il n'en a pas, pour la simple raison qu'il ne sait pas où l'on vend des appartements...

Celui qui étudie la Torah et accomplit les *mitsvot* ressemble parfois étrangement à cet homme. Il peut en effet étudier la Torah et observer les *mitsvot*, tout en ignorant de quelle façon ces actions peuvent lui permettre d'atteindre ce but : « édifier un Sanctuaire en son cœur ». Il ne sait pas comment bâtir en lui, au plus profond de son être, une demeure où résidera la lumière d'Hachem, et dans laquelle Hachem, béni soit Son Nom, demeurera dans son cœur.

25

Le *yétser hara'* (mauvais penchant) laisse à l'homme la possibilité d'étudier la Torah et de pratiquer les *mitsvot*, cependant il dissimule à ses yeux le but de ces actions. Il l'empêche même de s'interroger sur l'existence et la nature de ce but et d'y réfléchir ! En effet, il maintient l'homme dans une sorte de routine, où celui-ci étudie la Torah et observe les *mitsvot* sans se demander : quelle est le but de tout cela ? Telle est la force du *yétser hara'* : il donne tout à l'homme, sauf l'essentiel. Les actions de ce dernier sont alors dépourvues de toute finalité, *'hass véchalom*. Parfois même le *yétser hara'* permet à l'homme de percevoir que la finalité de l'existence n'est autre que la proximité avec Hachem, mais il lui dissimule alors la nature profonde de cette proximité. Ou bien il l'induit en erreur, lui présentant diverses formes et définitions de la proximité d'Hachem, l'éloignant ainsi de la véritable compréhension de cette notion.

Le *yétser hara'* peut encore persuader l'homme que l'on ne peut vivre dans la proximité d'Hachem que dans le *Gan 'Eden* ou dans le *'Olam Haba* (monde à venir) mais que dans ce monde-ci, comprendre en quoi consiste cette proximité est hors

de portée des facultés humaines. Il insinue alors dans l'esprit de l'homme qu'il n'est nul besoin de comprendre ce que représente la proximité avec Hachem, car celui qui persévère dans l'étude de la Thora et la pratique des *mitsvot* ressentira, à l'instant même où il quittera ce monde, la proximité ineffable d'Hachem, en fonction du degré qu'il aura atteint ; ce n'est donc pas une question dont il faut s'inquiéter dans ce monde-ci. Le *yétser hara'* persuade l'homme qu'il n'a pas besoin de se préoccuper des secrets des cieux ; il l'incite à croire qu'il ne doit pas tenter de connaître l'avenir ni les mystères du monde. Et il parvient à convaincre l'homme qu'au lieu de céder à sa curiosité, qui le pousse à sonder le mystère de l'avenir, il ferait mieux de servir son Créateur, par l'étude de la Torah et l'observance formelle des *mitsvot*, sans s'occuper de la teneur de sa conception de la proximité d'Hachem.

Tels sont les arguments du *yétser hara'*. Il en existe bien d'autres encore : ils sont innombrables et présentent cependant tous un point commun : ils visent à détourner l'homme de toute aspiration à comprendre la notion de proximité avec Hachem, et à l'empêcher de percevoir concrètement cette proximité. Puisse Hachem nous aider à ne pas prêter l'oreille aux conseils du *yétser hara'* afin que nous soyons fermement déterminés à comprendre ce que représente exactement une authentique proximité avec Hachem, et résolus à discerner la voie qui permet d'y accéder.

26

Nous tenterons à présent d'expliquer en des termes simples l'essence même de la proximité avec le Créateur, béni soit Son Nom. Quelle est véritablement cette proximité, dont le roi David disait : « Quant à moi, la proximité d'Hachem me fait du bien » ?

Il est une question primordiale, que tout homme doit en premier lieu se poser : où se trouve HKB''H ? Lorsque nous désirons nous rapprocher d'une personne, nous devons d'abord savoir où elle est ; dès que nous savons à quel endroit elle se trouve, nous pouvons nous rendre auprès d'elle. Il en est de même lorsque l'homme désire être proche d'HKB''H : il doit d'abord chercher à savoir où se trouve le Créateur du monde, car s'il ignore où est HKB''H, comment pourra-t-il être proche de Lui ?

Ce que disent nos Sages à ce sujet est tout à fait clair (*Tikouné haZohar* 122b) : « Aucun endroit n'est vide de sa Présence » : HKB''H est partout ; et dans la prière du matin nous disons (*Korbanot* de la *Téfilat Cha'hrit*) : « Tu es après la Création du monde tout comme Tu étais avant la Création du monde », c'est-à-dire : HKB''H était omniprésent avant la création du monde, et il en est exactement de même depuis que le monde a été créé. Malgré l'existence du monde et des créatures, HKB''H est partout présent et rien ne peut L'empêcher d'emplir tout lieu de sa Présence. Il est donc clair qu'HKB''H étant omniprésent, il ne sert à rien de quitter son pays, ou même sa ville pour se rapprocher de Lui ! Il est tout simplement inutile de se déplacer, car « la chose est tout près de toi » (*Dévarim* 30, 14). En effet, HKB''H se trouve en tout lieu ! Par conséquent, l'homme peut Le trouver partout ; partout il peut être proche d'HKB''H.

Celui qui médite les propos de nos Sages est en droit de s'interroger à propos des paroles du roi David : « Quant à moi, la proximité d'Hachem me fait du bien » : Pour quelle raison le roi David parle-t-il de « proximité » ? Puisqu'HKB''H est présent en tout lieu, partout où l'homme se trouve, HKB''H se trouve donc aussi, même dans l'espace occupé par le corps de l'homme ! Il ne s'agirait donc pas seulement de « proximité », mais d'une « coprésence », HKB''H et l'homme occupant ensemble le même espace. En effet, le terme « proximité » désigne le fait d'être situé *à côté de* quelque chose ou de quelqu'un, mais ne convient pas tout à fait pour exprimer la coexistence spatiale.

En réalité, cette question ne se pose que lorsque la démarche de celui qui cherche où se trouve HKB''H demeure intellectuelle. Il en arrive alors à la conclusion que le terme « proximité » n'exprime pas de façon satisfaisante la nature du rapport entre HKB''H et l'être humain dans l'espace. Or, étant donné que la proximité avec Hachem et l'attachement à Lui ne relèvent pas du domaine physique (comme nous l'expliquerons par la suite), cette question n'a pas lieu d'être. Toutefois, la teneur même de cette interrogation doit éveiller en l'homme le désir de chercher quelle est la véritable nature de la proximité d'Hachem ; lorsqu'il aura saisi pleinement en quoi consiste cette proximité et qu'il la ressentira au plus profond de son être, alors seulement il sera en mesure de distinguer entre « proximité » et « union » avec Hachem. Puisse Hachem, béni soit Son Nom, nous accorder le mérite d'une compréhension claire et entière.

De tout ce qui précède, il ressort que la proximité avec Hachem ne s'inscrit pas dans une dimension spatiale, mais qu'elle est de nature beaucoup plus profonde. Nous examinerons d'abord ce que recouvre la notion de proximité dans ce monde-ci, celui de la matérialité. A partir de là, nous tenterons d'aller plus avant dans notre analyse, afin de percevoir ce que représente cette notion de proximité sur le plan spirituel.

Prenons un exemple : Un homme se trouve chez lui, en pleine conversation téléphonique, quand un ami vient lui rendre visite. Le maître de la maison fait signe à son invité de patienter un moment, le temps de terminer sa conversation au téléphone. Quelques minutes après il raccroche et s'excuse auprès de son ami d'avoir dû le faire attendre, lui disant qu'il s'entretenait avec un proche. Intéressé, l'invité demande qui est ce proche et où il habite. L'hôte lui répond qu'il s'agit d'Untel et qu'il vit à l'étranger. L'invité s'étonne alors : S'il habite à l'étranger, comment peux-tu donc dire qu'il s'agit d'un « proche » ? Le maître de maison lui explique : Untel n'est pas proche de moi physiquement, dans l'espace, mais il est proche de moi par la parenté : C'est mon cousin !

Ainsi, même dans le monde matériel, le mot « proximité » revêt deux sens différents : une proximité dans l'espace, ou une proximité de parenté (avec un père, un fils, un oncle, un cousin...). Le second aspect n'a strictement aucun rapport avec l'espace, mais unit intimement les personnes d'une même famille par les liens du sang. En d'autres termes, cette forme de proximité est infiniment plus profonde qu'une proximité dans l'espace. Il s'agit d'un lien essentiel qui s'enracine au tréfonds de l'être, qui puise à son origine la plus profonde. Et du fait qu'à la source, ces personnes ne sont qu'une seule entité, il naît en elles un sentiment de proximité émotionnelle-spirituelle, une intimité de l'âme (du *néfech*).

Il s'avère donc qu'il existe deux sortes de « proximité ». L'une s'inscrit dans la dimension spatiale, l'autre regarde l'âme (*néfech*), il est d'ordre émotionnel-spirituel et unit intimement les êtres.

Voici donc clairement établie la définition de « proximité » dans ce monde-ci ; elle comporte deux aspects : l'un est spatial, l'autre familial, qui engendre un sentiment d'intimité de l'âme (*néfech*) et d'union ; voyons à présent si ces deux types de proximité dépendent l'un de l'autre.

Certes, la proximité dans l'espace ne crée aucun lien de parenté, et inversement la proximité qui naît de la parenté n'implique en rien le voisinage. Ainsi, deux hommes peuvent se trouver l'un à côté de l'autre jusqu'à se toucher, sans pour autant ressentir une quelconque affinité émotionnelle-spirituelle. Il arrive même qu'une proximité dans l'espace soit cause d'éloignement affectif, du fait qu'elle met en évidence les divergences d'opinion, provoquant ainsi des conflits. A contrario, la proximité due aux liens de parenté, ou seulement à une affinité de l'âme (*néfech*), émotionnelle-spirituelle, n'a pas forcément pour conséquence un rapprochement physique. Parfois, l'être le plus proche d'une personne – son père, son fils ou son meilleur ami – se trouve très éloigné dans l'espace ; cela ne contredit en rien leur proximité émotionnelle-spirituelle. Ainsi donc, la proximité physique n'implique pas la proximité de l'âme (*néfech*), et vice-versa.

Il nous faut encore préciser une différence entre ces deux sortes de proximité : lorsque deux personnes sont physiquement proches, leur proximité est immédiatement concrète ; en revanche, lorsque la proximité entre deux personnes est d'ordre émotionnel-spirituel, même si le lien qui les unit est bien réel, leur proximité cependant ne se manifeste pas en permanence de façon visible. Lorsque deux proches parents ou deux amis s'aiment et sont très attachés l'un à l'autre, le lien profond qui les unit n'est pas perceptible à tout instant ; leur proximité ne se révèle qu'en certaines circonstances, dans les moments de joie – ou *halila* de peine – qu'ils partagent.

Nous avons observé les différents aspects que revêt la notion de « proximité » dans ce monde-ci, revenons maintenant à la proximité d'Hachem. Ressemble-t-elle à la proximité dont nous faisons l'expérience dans ce monde-ci ?

Nous l'avons expliqué plus haut, rien dans l'espace n'est plus proche de l'homme qu'HKB''H, puisque « aucun endroit n'est vide de sa Présence ». Ainsi, HKB''H et l'homme se trouvent-ils toujours ensemble sans absolument rien pour les séparer. Rien de ce qui est proche de l'homme dans ce monde-ci ne peut l'être de manière constante et en aucun cas cette proximité ne peut devenir une « coprésence » dans un même espace. Il n'en est pas ainsi en ce qui concerne HKB''H : HKB''H et l'homme sont constamment proches l'un de l'autre dans l'espace, en un degré de proximité sublime, qui n'a pas d'équivalent en ce monde.

En ce qui concerne la proximité de parenté et l'amitié, il est écrit (*Dévarim* 14, 1) : « Vous êtes des fils pour l'Eternel votre D. », et encore (*Michlé* 27, 10) : « N'abandonne ni ton Ami (*ré'akha*) ni l'Ami de ton père ». Nous sommes donc les fils du Créateur et Ses amis intimes – « *ré'akha*, ton ami intime ».

Ainsi, l'homme est proche du Créateur du monde :

- dans l'espace – « Aucun endroit n'est vide de sa Présence »
- par la parenté – « Vous êtes des fils pour l'Eternel votre D. »
- dans l'amitié – « N'abandonne ni ton Ami ni l'Ami de ton père ».

Cependant, que manque-t-il à cette proximité ? – son essence même, ce qui en constitue la substance !

Car dans ce monde-ci, lorsqu'une personne se trouve physiquement proche de quelque chose, elle perçoit cette proximité de manière sensible. De même, lorsque deux personnes ont un lien de parenté, le sentiment qu'elles éprouvent est l'expression même de leur relation – paternelle, filiale etc. Et deux amis ressentent bien l'amitié qui les unit. Ce sont là des choses que l'on perçoit parfaitement au plus profond de soi. Si nous considérons cependant notre proximité avec HKB''H, il demeure une question essentielle : sommes-nous en mesure de ressentir la proximité d'HKB''H, qu'elle soit d'ordre spatial, familial ou amical ? Ressentons-nous son Omniprésence ? Nous considérons-nous comme ses fils ou ses amis intimes ? Nous disons : « Aucun endroit n'est vide de sa Présence » ; Est-ce à nos yeux une affirmation toute théorique ou avons-nous au contraire le sentiment qu'HKB''H est avec nous en tout lieu ? Si tel est le cas, notre perception de la proximité d'HKB''H devrait être constante, car Il se trouve toujours avec nous, concrètement. Du point de vue de la proximité parentale, nous contentons-nous de savoir que nous sommes les enfants d'Hachem, ou bien éprouvons-nous envers Lui

un profond sentiment filial, un amour inaltérable comme celui d'un fils envers son père ? Quant à la proximité dans l'amitié (*re'akha*, ton Ami intime), certes HKB''H est appelé notre Ami, mais la question se pose encore : cela demeure-t-il pour nous une idée abstraite ou au contraire sommes-nous habités par un véritable sentiment d'amitié profonde ?

30

Tous les hommes sont proches d'HKB''H, sous quelque aspect que ce soit, mais souvent ils ne le savent que de façon théorique. La plupart d'entre eux savent qu'une telle proximité avec HKB''H existe, mais ils ne la ressentent pas. Ce qui leur manque, c'est de ressentir en permanence la Présence d'Hachem à côté d'eux, en eux, et de se considérer vraiment comme Ses fils, Ses amis intimes. Car bien que cette proximité ne fasse pour eux aucun doute, ils n'en ont pas la perception concrète. La proximité matérielle est tout à fait palpable, et nous la percevons aisément. Mais la proximité spirituelle, nous en connaissons certes l'existence, mais sans toujours être en mesure de la ressentir de façon évidente.

31

Cependant, même dans ses aspects les plus matériels, la proximité des choses n'est pas toujours décelable. Nous allons tenter de le démontrer à l'aide de deux exemples ; le premier concerne la proximité dans l'espace, le second celle de la parenté ; à travers ces exemples, nous comprendrons mieux comment la réalité de l'une et l'autre de ces deux sortes de « proximité » n'est pas toujours perceptible.

Imaginons qu'avant la découverte du microscope, on ait interrogé un homme sur la présence de micro-organismes autour de lui, dans sa proximité la plus immédiate. Il aurait sans doute nié catégoriquement leur existence, prêt à jurer sans le moindre scrupule qu'il est absolument impossible que de telles créatures microscopiques évoluent tout à côté de lui ! Or, aujourd'hui nous savons que des milliers de microbes vivent autour de nous. Cependant, l'œil ne peut les voir. On aura beau chercher, on ne trouvera rien. C'est pourquoi, avant l'invention du microscope, l'homme était persuadé que ces micro-organismes n'existaient pas,

même si aujourd'hui le contraire est communément reconnu. Ainsi donc, l'homme peut se trouver physiquement très proche d'une chose sans avoir conscience de cette proximité.

32

Le second exemple concerne la proximité de parenté : De nombreux rescapés immigrèrent en Israël après la Shoà, parfois sans aucune famille ; la solitude due à cette absence de présence familiale les plongea dans une grande détresse ; ils se mirent à la recherche d'éventuels parents, à l'affût de la moindre trace de leur famille. Voici l'histoire de l'un d'entre eux : cet homme habitait un immeuble et le moins que l'on puisse dire, c'est qu'il n'entretenait pas avec son voisin du dessus des relations très amicales ! Par ailleurs, les deux hommes étaient depuis vingt ans à la recherche d'un proche parent. Un jour, ils apprirent de façon tout à fait fortuite qu'ils étaient tous deux apparentés – des cousins – et qu'ils n'avaient pas d'autre famille, ni en Israël ni ailleurs dans le monde. Un homme peut donc vivre à proximité de son unique parent au monde, le connaître, être son voisin, et malgré cela – du fait qu'il ignore sa parenté avec lui – n'éprouver à son égard aucun sentiment de proximité émotionnelle-spirituelle (de l'âme, *néfesh*).

Ces exemples illustrent deux cas de proximité évidente – l'environnement immédiat et les liens du sang – où l'homme, bien qu'il se trouve très proche d'une chose ou d'un être, en demeure cependant éloigné de par son ignorance de l'existence même de cette proximité.

33

Il en est ainsi de la proximité de l'homme avec HKB''H, sous quelque aspect que l'on envisage cette proximité (comme nous l'avons expliqué plus haut) : l'homme est proche de son Créateur dans l'espace, mais du fait qu'il ne Le voit pas à côté de lui, comme il est écrit (*Chémot* 33, 20) : « L'homme ne peut Me voir et rester vivant », il ne perçoit pas concrètement la proximité du Créateur du monde. Il sait qu'HKB''H est son Père, mais il ne le ressent pas clairement dans son cœur. Il sait qu'HKB''H est son Ami, mais il n'en éprouve pas le sentiment profond.

Imaginons un homme qui depuis son enfance croit que son père a quitté ce monde. Un jour, il apprend qu'en réalité celui-ci est en toujours en vie et qu'il peut le rencontrer s'il le désire : son cœur alors se remplit de joie ! Quel bonheur pour lui de pouvoir enfin voir son père et le connaître ! Cet homme se trompait donc totalement quand il pensait ne plus savoir ce que représentait pour lui un père...

34

Quiconque ne s'est pas efforcé d'utiliser toutes ses capacités, tous les moyens dont il dispose pour connaître HKB''H, notre Père, ne connaît pas son véritable Père. Peut-être sait-il qu'Il existe mais il ne Le connaît pas. Celui qui ne s'est pas efforcé d'acquérir une connaissance de son Créateur qui ne soit pas intellectuelle mais émotionnelle et spirituelle, est comparable à un homme qui sait que son père vit à l'étranger mais ne l'a jamais vu : il sait bien qu'il a un père, pourtant il le connaît à peine.

A l'inverse, celui qui accomplit de véritables efforts et accède à la connaissance de son Créateur, son Père qui est dans les cieux, réalise qu'auparavant, non seulement il ne ressentait pas qu'HKB''H était près de lui mais il ignorait complètement ce que signifie avoir un Père dans les cieux. Il n'était pas en mesure de discerner ce que représente HKB''H, ni le sens de ces mots : « Vous êtes des fils pour l'Éternel votre D. » (*Dévarim* 14, 1). Il n'avait pas conscience de tout ce qu'induit le statut de fils d'HKB''H. Cela ne relève pas d'une connaissance intellectuelle mais plutôt d'une perception de l'âme. Même la relation père-fils ne saurait exprimer le sentiment ineffable qui naît de la conscience d'être fils d'HKB''H. Car ce sentiment se situe bien au-delà de la connaissance humaine et de toutes les définitions intellectuelles possibles : c'est le sentiment de la *néchama*, de l'âme elle-même qui reconnaît son Père. Lorsque notre sainte Torah dit : « Vous êtes des fils pour l'Éternel votre D. » l'homme ne saisit souvent que le mot à mot du verset, c'est-à-dire : de même que tout être humain a un père biologique, il a aussi un Père spirituel (souhaitons qu'Hachem accorde à tout homme le mérite d'atteindre au moins ce degré de discernement !). Sa perception ne saisit cette notion que dans son aspect le plus superficiel, et sa profondeur intérieure lui échappe. L'essence de ce concept, être fils d'Hachem, ne peut être perçue qu'à

travers la *néchama*, lorsque l'homme l'éprouve comme une réalité concrète au tréfonds de lui, et non lorsqu'on tente de le lui expliquer à l'aide de définitions.

35

La Torah rapporte l'histoire d'une rencontre, plus précisément des retrouvailles entre un père et son fils, entre Ya'acov et Yossef (*Béréchit* 46, 29) : « Yossef attela son char et alla au devant d'Israël, son père, à Gochen. Il se montra à lui, se jeta à son cou, puis pleura longtemps dans ses bras ». Combien de temps Yossef demeura-t-il ainsi, dans les bras de son père ? Rachi commente : « Ya'acov ne s'est pas jeté au cou de Yossef et ne l'a pas embrassé, car comme l'ont dit nos Maîtres, il disait le *Chéma' Israël* ». Combien de temps a-t-il fallu à Ya'acov pour dire le *Chéma' Israël* ? Une demi-heure, une heure, peut-être plus. Après cela, et bien que Yossef et son père ne se soient pas vus depuis de longues années, leur étreinte dut prendre fin. Pendant les dix-sept années qui suivirent (le temps que Ya'acov vécut en Egypte, jusqu'à sa mort), ils ne vécurent plus une telle relation. Il est certain que pendant cette longue période Ya'acov resta lié à Yossef et Yossef à Ya'acov, pourtant la manifestation intense du lien qui les unissait ne dura qu'un bref instant.

L'exemple de Ya'acov et de Yossef figure de façon presque parfaite la nature de la relation qui unit l'homme et son Père céleste, mais avec toutefois une différence : s'il le désire vraiment, un homme peut demeurer sans cesse « au cou » de son Père qui est dans les Cieux, et vivre dans un attachement à HKB"Y semblable à celui de Yossef pour son père Ya'acov ; ces mots : « il se jeta à son cou » sont alors l'expression de sa vie tout entière, malgré les chûtes et les moments de faiblesse. On ne peut enlacer constamment un père physique et sauter à son cou à toute heure. En revanche, nous pouvons être reliés à HKB"Y, notre Père céleste à chaque instant de notre vie.

Lorsqu'un homme mérite qu'HKB"Y demeure en lui, comme il est écrit (*Chémot* 25, 8) : « Et Je résiderai parmi eux », c'est-à-dire lorsqu'HKB"Y est réellement présent dans son cœur, l'attachement qui le lie à HKB"Y est comparable à la relation qui unit Yossef à son père Ya'acov lors de leurs retrouvailles. En fait il est encore plus profond et plus intense. C'est un lien intime qui rattache

l'homme à HKB" H. Telle est la façon de vivre d'un juif dont la vie intérieure est authentique.

36

Imaginons la scène suivante : si le téléphone portable de Yossef s'était mis à sonner juste au moment de ses retrouvailles avec son père, comment Yossef aurait-il réagi ? Aurait-il pris la communication ou bien n'aurait-il pas laissé cet appel détourner son attention, car à cet instant, rien n'était plus important à ses yeux que la rencontre avec son père ? Yossef vit en Egypte, une terre étrangère. Depuis des années il est seul, et voici qu'arrive pour lui le moment de sortir de cette solitude pour rencontrer son père. Comment imaginer qu'il ait le temps de s'occuper d'autre chose ?

C'est ainsi que vit un juif authentique, dans un attachement permanent au Créateur du monde. Bien sûr, il vit dans un monde matériel auquel il ne peut éviter de se confronter. Cependant son âme demeure sans cesse reliée au Créateur du monde. Qu'il s'occupe de spiritualité ou de considérations tout à fait matérielles, jamais son âme ne se détache de son Créateur. Même lorsqu'il répond au téléphone, il reste attaché au Créateur et rien ne peut détourner son attention du Créateur du monde, ni altérer la relation profonde qui l'unit à Lui à chaque instant de sa vie. C'est ainsi que doit vivre tout juif.

Seul ce lien au monde peut être qualifié d'absolument authentique. Sa famille, l'homme est appelé un jour à s'en détacher ; le seul lien qui demeure, le seul dont l'homme ne se défait jamais, ni dans ce monde-ci ni dans le monde à venir, c'est celui qui l'unit à HKB" H. Au *Gan 'Eden*, un homme ne se retrouve pas forcément en compagnie de son père, de son fils ou de son oncle... mais il est avec HKB" H. Et ce lien qui l'unit à son Créateur, l'homme se doit de le forger à la fois dans ce monde-ci et dans le monde futur. Le lien avec la famille est bien réel, mais un jour il sera coupé. En revanche, le lien avec HKB" H est éternel, jamais il ne sera brisé. Celui qui désire trouver un véritable ami, qu'il choisisse HKB" H, parce qu'HKB" H demeure son ami en toute circonstance et en tout lieu, dans ce monde-ci, dans le *Gan 'Eden* et le monde à venir. HKB" H ne l'abandonnera jamais, ne serait-ce que l'espace d'un instant.

37

Tant qu'un homme n'aura pas établi une relation authentique avec HKB''H, comparable à la proximité qui unit entre eux les membres d'une même famille (comme nous l'avons décrit précédemment), il ne pourra ressentir vraiment la proximité avec HKB''H dans l'espace, à savoir qu'HKB''H est proche de lui et se tient à ses côtés.

En revanche, plus il se liera à HKB''H dans l'intimité de son cœur, plus il sera en mesure de ressentir pleinement, au plus profond de son être, qu'HKB''H se trouve à côté de lui en tout temps et en tout lieu, véritablement. Plus la proximité de l'homme avec HKB''H sera grande et son lien avec Lui profondément enraciné dans chacune des fibres de son cœur, plus il sera en mesure de ressentir la présence d'HKB''H à ses côtés. Le contraire, *'halila*, est également vrai.

38

Nous avons jusqu'ici tenté définir le but de l'existence, qui n'est autre que la proximité avec Hachem, et comment vit un homme lorsqu'il demeure intimement relié à son Créateur ; cet attachement ne représente pas un aspect mineur de son existence. Au contraire, la vie tout entière de cet homme consiste en un processus qui le conduit à s'attacher toujours davantage à HKB''H. A ce stade, l'homme se doit de s'interroger sur l'authenticité de son désir de vivre ainsi. Peut-être préfère-t-il continuer à vivre une vie faite d'illusions mais apparemment confortable, où il n'est nul besoin de se préoccuper de l'attachement à Hachem. Chaque homme doit se demander s'il désire vraiment demeurer dans l'attachement à HKB''H tout au long de son existence.

Heureux l'homme qui, après s'être livré à cette introspection, est déterminé à suivre cette voie ! Toutefois, si après avoir réfléchi, il estime qu'il n'est pas prêt et que sa volonté n'est pas encore suffisamment affermie, alors il devra prier HKB''H, Lui demander de l'aider à acquérir la volonté de vivre une vie authentique, et de l'encourager à abandonner cette vie illusoire, à l'abandon et sans attache (*héfkèr*) n'ayant que l'apparence de la vie, pour l'existence authentique dont parle l'Écriture (*Dévarim* 4, 4) : « Et vous qui êtes attachés à Hachem votre D., vous êtes tous

vivants aujourd'hui ». (Il ne s'agit pas encore de la voie qui conduit à la proximité avec HKB" H et à l'attachement à Lui, mais uniquement de la *volonté* de l'homme d'atteindre à cette proximité et à cet attachement).

39

Comment l'homme peut-il acquérir la volonté de se rapprocher d'HKB" H et de s'attacher à Lui ?

Chacun sait qu'un jour il quittera ce monde, car « l'homme est destiné à mourir » (*Bérakhot* 17a). Et chacun espère, après sa mort, être sauvé du *Guéhinom* (enfer) et mériter le *Gan 'Eden* (paradis). Que fera l'homme au *Gan 'Eden* ? Le Ram'hal écrit au début de *Messilat Yécharim* : « L'homme n'a été créé que pour jouir d'Hachem et profiter du rayonnement de sa Présence », cela constitue l'essentiel des délices du *Gan 'Eden*.

Par conséquent, si l'homme n'est pas véritablement attaché à Hachem en ce monde-ci, il n'aura que peu de choses à faire au *Gan 'Eden* ! Parce que le véritable *Gan 'Eden*, la quintessence de la jouissance du Paradis, consiste dans l'attachement (*dvékout*) à HKB" H ; celui qui, *hass véchalom*, ne désire pas cet attachement au Créateur dès ici-bas, que fera-t-il au *Gan 'Eden* ? Si quelqu'un prétend que son envie de profiter de ce monde-ci ne l'empêchera pas, en quittant ce monde, d'éprouver le désir de s'attacher à HKB" H, doit savoir qu'il vit dans l'illusion la plus totale ! En effet, nous apprenons de nos Sages, que là où se trouvent la pensée et le cœur de l'homme en ce monde-ci, ils se trouveront aussi dans le monde à venir ; Si dans ce monde-ci sa pensée et son cœur ne sont pas attachés à HKB" H mais à d'autres choses, il en sera exactement de même dans le monde à venir. Même s'il désire alors s'attacher au Créateur, il ne le pourra pas, demeurant malgré lui lié à ce à quoi il s'était attaché dans ce monde-ci. En d'autres termes, l'homme ne peut demeurer loin d'HKB" H dans ce monde-ci et s'attacher à Lui dans le monde à venir. Il devra choisir : être attaché à HKB" H à la fois dans ce monde-ci et dans le monde futur, ou ne l'être nulle part. (Il existe bien sûr la possibilité d'un *tikoun* (réparation) pour celui qui n'a pas donné à sa vie l'orientation adéquate, mais ce n'est pas ici notre propos). L'homme doit comprendre que s'il ne s'attache pas à son

Créateur dans ce monde-ci, il ne pourra certes pas le faire dans le *Gan 'Eden* et le monde futur. Par conséquent, il n'aura rien à faire là-bas.

C'est une réalité qu'il convient de méditer longuement : s'il ne s'attache pas à HKB" H dans ce monde-ci, l'homme perd son éternité. Le monde à venir est appelé « un monde qui est entièrement Bien » (T.B. *Kidouchine* 39b). De quel bien s'agit-il ? Le Ram'hal écrit : « "Quant à moi, la proximité d'Hachem me fait du bien" – car tel est le véritable Bien ; en dehors de lui, tout ce que l'homme pourrait considérer comme un bien n'est que pure vanité et néant ! ... ». Il n'existe donc d'autre Bien que la proximité d'Hachem, et si l'homme n'acquière pas cette proximité et l'attachement à HKB" H, il ne peut faire partie d'un monde qui est entièrement Bien. Donc, pour être digne de ce Bien au *Gan 'Eden* et dans le monde à venir, et que s'accomplissent pour lui les paroles du roi David, « la proximité d'Hachem me fait du bien », l'homme devra également vivre dans ce monde-ci avec ce Bien, dans la proximité d'HKB" H, dans l'attachement à HKB" H.

40

Une fois par an, un commerçant fait l'inventaire de son stock. Pour cela, il doit fermer son magasin, ce qui lui permet de comptabiliser d'une part les ventes, d'autre part les invendus. L'homme se doit d'agir de la sorte avec lui-même : il ne doit pas se contenter d'un *hechbon néfêch* (introspection, examen de conscience) d'un quart d'heure ou une demi-heure, voire même une heure mais prendre le temps de s'arrêter, de faire une pause dans le cours de sa vie, afin de s'interroger : « Est-ce que je désire vraiment être proche d'Hachem ou n'en suis-je pas tout à fait sûr ? Et si je pense le vouloir vraiment, suis-je sur une voie qui mène à une proximité concrète et palpable d'HKB" H (telle que nous l'avons décrite précédemment) ? Peut-être que ma façon d'étudier la Torah demeure intellectuelle et que ma pratique des *mitsvot* éveille peu l'attention de mon cœur, si bien que ma Torah et mes *mitsvot* ne me conduisent pas à un véritable rapprochement avec Hachem ? ».

Nous sommes dans l'obligation d'acquérir la certitude que nous désirons la proximité d'Hachem. Chacun prendra le temps nécessaire pour y parvenir mais devra en fin de compte sortir de ce *hechbon néfêch* avec l'assurance que la vie n'est

autre que la proximité d'Hachem et l'attachement à Hachem. Ensuite seulement, il devra rechercher la voie qui lui permettra d'accéder à cette proximité et à cet attachement. Mais encore une fois, il faut tout d'abord savoir clairement que la substance spirituelle de l'existence réside dans cette proximité d'Hachem et dans l'attachement à Hachem.

41

Après avoir acquis la certitude absolue que le but de la vie n'est autre que l'acquisition d'une proximité véritable avec Hachem, après encore s'être assuré de sa détermination à vivre dans cette proximité, l'homme se doit de distinguer la voie qui lui permettra d'atteindre une telle forme de vie, et l'examiner afin de la rendre claire à son esprit.

L'homme pourrait estimer que l'étude assidue de la Torah et la pratique régulière des *mitsvot* le conduiront obligatoirement à ressentir au plus profond de son être la proximité d'Hachem. Beaucoup commettent cette erreur, pensant que si un homme se consacre à l'étude de la Torah et pratique les *mitsvot*, un jour viendra où soudain il ressentira dans son cœur la proximité d'Hachem, mais en réalité il n'en est rien.

42

Nos Sages disent (T.B. *Bérakhot* 57a) : « ceux d'entre eux qui sont des gens vides sont eux aussi remplis de *mitsvot* comme une grenade [est pleine de grains] ». Or, cette sentence soulève une difficulté : Pourquoi ces gens sont-ils qualifiés de « vides » ? S'ils renferment autant de *mitsvot* que la grenade contient de grains, alors ils ne sont pas vides ! Rabbi David Povarski, de mémoire bénie, donnait à cela une explication surprenante ! Il disait qu'un homme peut très bien avoir à son actif de très nombreuses *mitsvot*, étudier la Torah, faire du bien autour de lui (*hessed*) et avoir encore bien d'autres mérites... et malgré cela être considéré comme vide. Pourquoi ? La grenade contient de nombreux grains, mais chacun d'entre eux est distinct. Ce n'est pas le cas de la pomme ou de la poire, dont la chair est lisse et homogène ; dans la grenade, chaque petit grain est indépendant des autres. Il en est

de même pour les *mitsvot* que l'homme accomplit. Même s'il étudie la Torah et accomplit de nombreuses *mitsvot*, ces actions peuvent être considérées comme vides, car elles sont séparées les unes des autres, il n'existe aucun lien entre les *mitsvot* accomplies.

La Torah et les *mitsvot* doivent être accomplies comme une seule entité, leur réalisation doit s'inscrire dans le processus d'une même construction et non émaner du « monde des entités séparées », *'halila vé'hass*. Un homme peut étudier la Torah et pratiquer les *mitsvot* toute sa vie et faire encore partie des « gens vides » : Il n'a pas su trouver le point essentiel qui unifie sa Torah et ses *mitsvot*. Quel est ce point unificateur ? La *dvékout*, l'attachement à HKB" H !

Il convient d'étudier la Torah dans cette perspective : « HKB" H, la Torah et Israël ne font qu'un » (cf. *Zohar A'haré-Mott* 73a), et par la Torah, l'homme doit être attaché à son Créateur. Il en est de même pour les *mitsvot* : nos Sages rapprochent le mot *mitsva* de l'araméen *tsavta* (association), car par les *mitsvot*, l'homme est relié à HKB" H (cf. *Supra* § 9). La Torah et les *mitsvot* tendent vers un même but : la proximité avec Hachem, l'attachement à Hachem. Cet objectif est atteint dans la mesure où la Torah et les *mitsvot* sont reliées entre elles, constituant ainsi un ensemble qui conduit l'homme vers un même but. Si au contraire la Torah et les *mitsvot* ne conduisent pas à la proximité avec Hachem, c'est que ce point unificateur fait défaut ; l'étude de la Torah et l'accomplissement des *mitsvot* procèdent alors, *'hass véchalom* du monde de la séparation. Lorsque cet élément unificateur de tout l'édifice fait défaut, le cœur de l'homme est vide de la Présence du Créateur, et pour lui ne peuvent se réaliser les paroles de la Torah : « Et Je résiderai parmi eux » (*Chémot* 25, 8). Malgré toute sa Torah et toutes ses *mitsvot* l'homme n'a pas unifié son cœur devant son Père céleste ; la part la plus intime de lui-même n'est pas constamment reliée à HKB" H.

Tout homme doit faire un *'hechbon néfêch*, examiner sa vie : la Torah, la *téfila* (prière) et les *mitsvot* le conduisent-elles vers une proximité authentique et concrète avec HKB" H, ou au contraire, *'hass véchalom*, agit-il comme ces « gens vides », parce qu'il lui manque cet élément intérieur d'unification de la Torah et des *mitsvot*.

Dans ce domaine, nous devons faire preuve de la plus grande prudence.

Nombreux sont ceux qui croient sincèrement suivre le bon chemin, qui au fil du temps les conduira à la proximité d'Hachem. D'autres cependant ne sont pas de bonne foi, utilisant ce prétexte pour ne pas se donner la peine de suivre la voie véritable, qui est plus ardue ; il est plus facile de s'accommoder de la pensée que l'on a choisi la bonne voie et qu'elle conduit inéluctablement à une proximité concrète avec Hachem. Comment l'homme réagira-t-il s'il découvre à la fin de sa vie que la voie sur laquelle il s'est engagé n'était pas appropriée, si bien qu'elle ne lui a pas permis de vivre dans la proximité concrète d'Hachem ? Il sera malheureusement trop tard ! Il n'aura pas alors la possibilité de revenir en arrière, de recommencer sa vie autrement ! Il est difficile de prouver à quelqu'un que la voie sur laquelle il est engagé ne le conduira pas forcément à la proximité concrète d'Hachem. (Certes, de nombreux chemins mènent à ce but, nous ne parlons cependant que des hommes qui se trompent de voie, non de ceux qui empruntent d'autres voies elles aussi authentiques).

C'est pourquoi chacun doit veiller à faire son *hechbon néfèch* de crainte que la voie sur laquelle il s'est engagé ne soit pas la bonne. Il ne devra pas se fier au fait que d'autres ont emprunté la même voie avec succès. En effet, chaque voie doit être considérée avec soin, avec l'aide d'un homme doué de discernement ; il ne s'agit en aucun cas de se fier de manière inconsidérée à ce que l'on peut entendre ici ou là. Il est impératif que chaque individu examine en profondeur le chemin qu'il emprunte et supplie sans cesse HKB''H de l'aider et de le guider vers la vérité, afin qu'il sache discerner une voie adéquate, qui le conduira à se rapprocher de Lui. Car souvent l'homme se trouve engagé sur une voie fiable, mais il ne sait pas l'interpréter.

En conclusion, chaque homme doit choisir la voie appropriée qui lui permettra de vivre dans l'attachement à HKB''H ; il suppliera son Créateur de l'aider à discerner la bonne voie, celle qui lui correspond personnellement.

EMOUNA – EXISTENCE ET PRÉSENCE D'UN CRÉATEUR

44

Jusqu'à présent nous avons défini la finalité et le devoir de l'homme en ce monde : il a l'obligation de vivre dans la proximité d'HKB''H et de s'attacher à Lui ; c'est vers ce but que toute son existence doit tendre ; En cela consiste sa tâche ici-bas et il doit y aspirer toute sa vie durant. A présent, nous nous efforcerons d'expliquer quelle conduite l'homme doit adopter ici-bas pour accéder à cet état de proximité à Hachem et d'attachement à Hachem.

Les notions que nous allons aborder sont simples, et le lecteur peut avoir l'impression de déjà les connaître. En réalité, celui qui saisit le sens véritable du travail intérieur sur soi, sait que toute la tâche de l'homme consiste à concentrer ses efforts sur les choses simples et familières, ainsi que l'explique le Ram'hal au tout début de *Messilat Yécharim*, et comme l'enseignent nos Sages (T.B. *Roch-Hachana* 26b) : « plus une chose est simple, mieux c'est ».

Tout au long de notre progression, nous devons sans cesse nous rappeler qu'il faut considérer ces notions dans toute leur simplicité et les appliquer le plus simplement possible. Plus l'homme prendra les choses telles qu'elles viennent dans leur simplicité, plus il se rapprochera de la vérité, donc d'HKB''H. A l'inverse, plus l'homme tentera de les passer au crible de ses analyses, plus elles feront l'objet de toutes sortes de spéculations (*hèchbonot harabim*), plus *'hass véchalom* il s'éloignera de la vérité et par voie de conséquence d'HKB''H.

Il faut bien comprendre en effet que le secret d'une vie intérieure authentique est la simplicité de l'âme. Nous disons tous les matins : « Ô Hachem, mon D., l'âme que Tu as insufflée en moi est pure » ; de même qu'un enfant, qui est encore pur, comprend des choses simples, ainsi le point le plus profond de l'âme de l'homme, cette part de pureté à l'intérieur de lui, a également besoin de choses simples ; et afin de provoquer l'éveil de ce point de vérité dans l'âme, qui est un point pur et limpide, il faut utiliser la force de la simplicité. Il s'agit là d'un principe fondamental dans toute la démarche que nous allons suivre, avec l'aide d'Hachem.

45

Par quel point l'homme doit-il commencer ce travail spirituel ? Par la connaissance de l'Existence d'un Créateur, la certitude simple et claire de la Présence d'un Créateur du monde.

A priori, il s'agit de faire partager cette conviction à ceux qui se trouvent encore loin du "seuil du judaïsme", de les persuader, au moyen de preuves bien étayées, de l'existence du Créateur. Mais que dire à ceux qui ont grandi au sein d'une famille religieuse depuis des générations, qui vivent dans un monde profondément attaché à la sainte Thora et à la pratique des *mitsvot* ? Il ne peut être question de leur "annoncer" l'existence d'un Créateur, ils savent déjà qu'Il existe ! L'idée demeure fortement ancrée dans les esprits, qu'une croyance aussi simple ne saurait être l'objet d'un travail spirituel, d'une *avoda* ; elle s'impose même comme une évidence et l'homme doit concentrer ses efforts sur des notions situées en des sphères de loin plus élevées ! C'est là précisément que se trouve l'erreur. Tout homme, en effet, a l'obligation de méditer ce concept, si élémentaire en apparence, de l'existence d'un Créateur.

46

Sans doute le lecteur se demandera-t-il encore : « Que manque-t-il à ma *émouna*, à ma foi en l'existence d'un Créateur ? Devrais-je aussi me plonger dans l'étude des secrets de la Direction divine ou les propos des philosophes ? ».

Telle n'est pas notre intention ! La *émouna* dont nous parlons est très simple : il s'agit de la foi en la Présence du Créateur du monde.

Voici toutefois une petite allégorie, qui nous éclairera sur la nécessité de nous appliquer à méditer cette croyance : un homme gagne vingt millions de dollars au loto. L'idée d'avoir remporté une telle somme occupe toutes ses pensées. Elle l'accompagne dès son réveil, quand il marche dans la rue, et jusqu'au moment de s'endormir ... Il lui est très difficile de se préoccuper d'autre chose que de ce gain extraordinaire, et il ne peut s'empêcher de réfléchir à l'usage qu'il en fera, etc. etc. En revanche, celui qui n'a pas remporté le gros lot, même s'il connaît le nom du gagnant, n'y songe bientôt plus. Examinons la différence de comportement des

deux hommes : tous deux savent qui a gagné, mais la pensée du gagnant est tout entière absorbée par cet événement, et il y consacre toute son attention, alors que le perdant, qui dispose de la même information, ne se sent pas concerné par elle et ne s'y attache pas. Elle ne mobilise pas l'attention de son cœur et de sa pensée.

Que nous enseigne cette allégorie quant au domaine de la croyance ? Nous reconnaissons tous l'existence d'un Créateur. La question est de savoir si notre connaissance est comparable à celle du gagnant de notre histoire, ou à celle du perdant. En d'autres termes, la croyance en l'existence d'un Créateur est-elle au centre de nos pensées et de notre cœur, ou au contraire est-elle pour nous sans conséquences – une évidence, certes, mais qui ne mérite pas que nous nous y attachions vraiment à chaque instant de notre vie. Nous croyons en l'existence d'un Créateur, mais nous arrive-t-il d'y méditer ? Cette pensée absorbe-t-elle notre être tout entier ? La croyance en l'existence d'un Créateur doit être réellement vivante dans notre pensée et notre cœur, à tout moment. Il ne s'agit pas d'une connaissance abstraite, extérieure à notre vie. Elle doit être en nous un « souffle de vie » (Cf. *Béréchit 2, 7*) en toute circonstance, à tout instant.

47

Comme nous l'avons expliqué dans la première partie, la finalité de l'homme et son devoir ici-bas consistent à vivre dans la proximité du Créateur du monde et à s'attacher à Lui. Or, l'homme ne peut être relié et attaché qu'à quelque chose qui existe. Si l'objet dont il désire être proche et auquel il veut se lier est inexistant, comment pourrait-il s'y attacher ? Pour que l'homme puisse vivre dans la proximité d'HKB''H et s'attacher à Lui, il doit ressentir avec certitude l'existence d'HKB''H.

Si l'homme essaie de se rapprocher d'HKB''H avant que son cœur éprouve le sentiment assuré de la Présence d'un Créateur, la reconnaissance de l'Existence du Créateur lui fait défaut ; par conséquent il tente de se rapprocher de quelque chose dont son cœur ne ressent pas encore pleinement l'existence. Le travail de tout juif commence donc par l'acquisition d'une perception concrète de l'Existence d'un Créateur du monde. Ensuite seulement il consacrera ses efforts à se rapprocher de Lui.

48

Il existe trois niveaux de la connaissance : la *'hokhma* (le savoir), la *bina* (la sagesse, la compréhension) et le *da'at* (la connaissance). La *'hokhma* correspond à la connaissance globale des éléments qui nous entourent. La *bina* désigne leur compréhension et le *da'at* l'attachement à ces éléments par un lien étroit et indéfectible. Il est écrit (*Michlé* 24, 4) : « Et par le *da'at* les pièces [de la maison] sont remplies ». Cette connaissance pénètre ainsi chaque cellule du cœur de l'homme ; elle est parfaite et entière, c'est un attachement de tout l'être. Une connaissance qui n'atteint pas jusqu'au moindre recoin du cœur et des pensées de l'homme demeure un savoir partiel. La connaissance n'est parfaite et entière que dans la mesure où l'homme est intimement relié à cette connaissance et y est profondément attaché par chacune des fibres de son cœur et de son âme.

49

Il s'agit par conséquent d'acquérir la connaissance de l'Existence du Créateur au degré de *da'at*, à savoir par une connaissance profonde qui nous attache à Lui. Lorsque l'homme sait qu'il existe un Créateur et qu'il est évident à ses yeux qu'il ne peut en être autrement, sa connaissance est de l'ordre de *'hokhma* et de *bina*. Mais il n'accède à la connaissance authentique du niveau de *da'at*, que si la conscience de l'existence du Créateur pénètre entièrement son esprit et son cœur.

Il faut comprendre que, pour qu'une chose soit reconnue de l'âme, la *'hokhma* (le savoir) et la *bina* (la compréhension) ne suffisent pas. Il faut accéder au *da'at*, à savoir la connaissance vraie et entière. Une chose qui n'est perçue que par le savoir et la compréhension ne peut être connue par l'âme dans son aspect vrai et intérieur. L'âme ne peut connaître parfaitement une chose que si l'homme est étroitement lié à cette chose et se consacre à elle de tout son être. Ce principe absolument essentiel nous a été enseigné par nos Sages. L'homme dont la connaissance du Créateur procède de la *'hokhma* et de la *bina*, mais dont la pensée n'est pas constamment tournée vers HKB"̄H, prive son âme de la connaissance de son Créateur. Il ne possède pas de son Créateur une connaissance émotionnelle et sensible, même s'il sait, intellectuellement, qu'Il existe.

En d'autres termes, celui qui veut connaître véritablement son Créateur, reconnaître en toute vérité son Existence, sa pensée s'attachera sans cesse au Créateur. Ensuite seulement, son âme pourra accéder à la connaissance authentique du Créateur du monde.

50

Ainsi, l'homme en quête de la vérité doit d'abord définir clairement sa foi (*émouna*) dans son aspect le plus simple, qui consiste à croire en l'Existence d'un Créateur. La première étape revient donc à examiner avec l'intellect la question de l'Existence d'un Créateur. L'homme doit s'assurer qu'effectivement son intellect sait qu'il existe un Créateur – comme le lui ont appris ses pères (et non par le biais d'investigations rejetées par nos Sages).

Après s'être assuré que son intellect conçoit parfaitement l'Existence d'un Créateur, l'homme doit s'efforcer de vivre en permanence avec cette connaissance. Certes, il lui est impossible de parvenir immédiatement à une connaissance de tous les instants. Mais il devra aspirer à vivre avec dans le cœur le souvenir permanent de l'Existence du Créateur. Le travail qui permet d'atteindre ce but s'effectue selon un processus graduel. Nous aurons l'occasion de revenir sur la façon d'acquérir cette connaissance graduellement, afin qu'avec l'aide d'Hachem, la pensée qu'il existe un Créateur habite notre cœur tout au long de la journée.

Avant de commencer ce travail, l'homme doit savoir que celui qui entretient sans cesse en son cœur la pensée de l'Existence du Créateur et celui qui ne le fait pas sont deux êtres absolument différents. Non qu'ils aient atteint des niveaux différents, mais parce que l'essence même de leur vie est radicalement différente ! Ils évoluent dans deux mondes totalement distincts. L'un vit avec un Créateur, l'autre – même si c'est illusoire – sans Créateur. Celui qui vit avec le Créateur quitte un monde pour vivre dans un autre univers essentiellement différent (les mots ne sauraient exprimer clairement cette idée ; elle ne s'explique pas, elle se perçoit). Lorsque un homme parvient à vivre ainsi, dans le souvenir constant de l'existence du Créateur, il se sent concrètement devenir un autre être, comme l'écrit le Rambam dans les « *Hilkhot Techouva* » (chap. 2, loi 4) : « Je ne suis absolument plus le même homme ».

Celui qui vit sans cesse avec la pensée qu'il existe un Créateur se lève dès le matin en pensant que le Créateur existe, et cette pensée l'accompagne quand il fait la *nétila*, dit le *birkat hamazon* etc. Il vit avec cette pensée tout au long de sa journée, jusqu'au moment où il va se coucher. Le simple fait de vivre avec cette pensée au cœur, même s'il ne va pas plus avant dans sa progression (puisse Hachem nous accorder à tous le mérite d'être persévérants), peut transformer sa conduite, sa façon de vivre ; toute sa vie se métamorphose littéralement. Cela se manifeste par une acuité intérieure, une finalité profonde qui apporte une stabilité intérieure à la structure spirituelle de son être. Il n'est plus le même homme ! Même son entourage voit qu'il s'est transformé de l'intérieur, dans son âme !

L'homme doit comprendre et intérioriser l'idée que tout juif, homme ou femme indifféremment, doit répondre à cette exigence fondamentale : vivre de façon telle qu'Hachem soit présent dans sa pensée et dans son cœur. Il doit vivre avec le Créateur du monde, manger avec le Créateur, s'endormir avec dans le cœur la pensée du Créateur... constamment, il doit vivre avec le Créateur du monde.

Pour comprendre cela, il n'est pas nécessaire d'être un génie, ni d'être particulièrement doué ; il suffit simplement d'une petite mesure de vérité dans le cœur qui aspire à la vérité et à la recherche d'HKB''H qui constitue le but de la vie. Quand l'homme sait clairement que le but de sa vie est la proximité avec le Créateur et l'attachement au Créateur, il doit s'efforcer en premier lieu de ne pas vivre un instant sans penser à l'Existence d'un Créateur.

Il n'est pas de mot pour exprimer l'incalculable valeur de cette connaissance qu'est la pensée constante de l'Existence du Créateur. Tout l'argent, tout l'or du monde ne sont rien à côté de cette connaissance. C'est un véritable joyau qui n'a pas son pareil, un trésor qui peut conduire l'homme à l'entière perfection : la proximité d'Hachem et l'attachement à Hachem. (Cette pensée lui permettra d'accomplir les *mitsvot* et d'étudier la Torah comme il convient de le faire).

Si l'homme avait conscience de l'immense valeur de ce trésor, qui consiste à vivre avec la simple pensée de l'Existence d'un Créateur, et à la méditer, il voudrait posséder ce trésor à tout prix et abandonnerait toutes les passions et les vanités de ce monde-ci afin de s'attacher constamment et avec force à cette pensée (en dehors du temps qu'il consacre à l'étude de la Torah). Mais telle est la volonté d'Hachem, béni soit Son Nom : avant d'avoir fourni l'effort nécessaire pour acquérir ce degré de perception l'homme ne peut ressentir combien ce principe est bénéfique, ni savoir quel sera son bonheur lorsqu'il aura assimilé cette pensée au plus profond de son âme comme étant la sienne propre. Hachem veut que l'homme travaille d'abord avec *émouna* et qu'ensuite seulement, il fasse l'expérience de ce que dit le verset (*Téhilim* 34, 9) : « Goûtez et voyez combien Hachem est bon ».

53

Le Gaon de Vilna (le Gr"a), de mémoire bénie, dit que l'âme ne peut connaître de plus grande souffrance que celle qu'elle éprouve lorsqu'un homme quitte ce monde et voit tout ce qu'il aurait pu accomplir de son vivant mais qu'il a négligé de faire ; l'âme en souffre terriblement.

La différence entre celui qui arrive au *Gan Eden* avec cette connaissance (c'est-à-dire a franchi les différents degrés qui conduisent au *da'at*) et celui qui en est dépourvu, est aussi grande que la distance qui sépare le ciel et la terre. Leur place au *Gan Eden* sera totalement différente. Celui qui est imprégné de cette connaissance et vit avec elle à chaque instant se verra attribuer une place plus élevée au *Gan Eden* parce qu'il est plus proche d'Hachem. L'essence même du *Gan Eden* consiste à se tenir dans la proximité d'Hachem. Ainsi, plus un homme pense à Hachem, plus il vit avec Lui dans l'intimité de son cœur, plus il sera proche d'Hachem au *Gan Eden*.

Ces principes sont si clairs, tellement simples et évidents pour qui sait reconnaître l'essence profonde de la vie ! Mais le *yétser hara'* pousse l'homme à vivre dans la superficialité et l'apparence, si bien qu'il ne saisit pas l'ampleur la profondeur et la splendeur de ce principe qui consiste à vivre avec HKB" H véritablement à chaque instant. Plus cette connaissance du Créateur pénètre les profondeurs de l'âme, degré après degré, jusqu'à remplir tout son cœur, plus la proximité avec Hachem sera grande, aussi bien dans ce monde-ci que dans le *Gan*

Eden et le monde à venir, et il méritera de vivre dans une proximité d'Hachem toujours plus intime, pour l'éternité. A l'inverse, *hass véchalom*, si l'homme n'a pas affermi dans son cœur ce lien qui le relie à HKB"Y, se préoccupant uniquement d'agir et d'accomplir, mais pas d'être intimement relié à HKB"Y, il recevra certes un salaire pour toutes ses actions méritoires, mais la part essentielle de ce salaire, qui est de « jouir d'Hachem », il la perdra.

Il faut comprendre que la vie n'a d'autre but que de se lier et s'attacher à HKB"Y jusque dans le moindre recoin de notre cœur, par l'étude de la Torah et l'accomplissement des 613 *mitsvot*.

54

Ce principe (vivre constamment avec la pensée de l'Existence d'un Créateur) aussi simple et évident qu'il soit, l'homme en demeure très éloigné.

Un homme peut consacrer la majeure partie de sa journée à l'étude de la Torah, chercher à réaliser de nombreuses œuvres de bienfaisance et accomplir toutes les *mitsvot*, de la plus simple à la plus stricte, et malgré cela ne penser que très peu à HKB"Y et ne pas réaliser devant qui il se trouve. Le *Hazon Ich* termine ainsi une lettre contenant des recommandations détaillées : « l'essentiel est de se rappeler Devant Qui tu déploies tant d'efforts ». En effet, l'homme peut se donner beaucoup de peine, suivre un chemin bien tracé et des directives précises, et cependant passer à côté de l'essentiel s'il ne sait pas constamment « Devant Qui il déploie ses efforts ».

55

Pourtant l'homme se dit souvent : Comment puis-je ne pas savoir devant qui je fais tant d'efforts ? Bien sûr j'en suis conscient ! Je sais très bien que c'est devant Hachem, que soit béni Son Nom !

Pour comprendre en quoi il se trompe, nous prendrons un exemple : Un homme est assis à côté d'une table. Devant lui sont disposés toutes sortes de mets : de la viande, des pommes de terre, du riz etc. Il voit bien ces aliments, mais au moment où il s'apprête à les manger, on lui dit qu'il n'y est pas autorisé. Un moment après, il essaye de nouveau, mais on lui demande : que te manque-t-il ?

Pourquoi donc as-tu besoin de manger ? Tu sais qu'il y a de la nourriture, et tu la vois ! Que veux-tu de plus ? Pourtant, il est bien évident que savoir que l'on dispose de nourriture, et même voir les aliments ne procure pas la satiété ! Tant que l'homme ne fait que « savoir » qu'il dispose de nourriture, mais que les aliments restent devant lui, en dehors de son corps, il n'est pas rassasié. Il ne peut l'être qu'après les avoir avalés et digérés.

Cet exemple illustre bien le conseil du *'Hazon Ich* : « l'essentiel est de se rappeler Devant Qui tu déploies tes efforts ». Une forme de connaissance consiste à savoir qu'il y a bien là de la nourriture mais que l'on ne peut en manger. Il est une autre sorte de connaissance, qui pénètre au plus profond de l'être ; elle est comparable aux aliments qui entrent dans le corps de l'homme et sont assimilés dans ses entrailles. Si le fait de savoir « Devant Qui tu déploies tes efforts » reste une connaissance d'ordre général, une idée abstraite qui n'est pas un sujet de constante méditation, elle est alors comme des aliments dont on sait qu'ils sont là, à notre disposition, mais que l'on ne consomme pas. Une connaissance qui n'éveille pas la méditation et dont on ne vit pas demeure purement intellectuelle, ce n'est pas la connaissance du cœur. La connaissance, si elle demeure intellectuelle, se limite à une information ordinaire : il lui manque l'essentiel. La principale tâche de l'homme est de s'assurer que cette connaissance, qui consiste à savoir « Devant Qui il déploie ses efforts » est intériorisée, et qu'elle fait partie de lui, devenant sa force vitale.

Pour atteindre à cela, l'homme doit en un premier temps veiller à ce que cette pensée l'accompagne chaque jour, à chaque instant. Il doit sans cesse entretenir cette pensée toute simple de l'Existence d'un Créateur. Ainsi, peu à peu, il s'imprénera de ces paroles – « Devant Qui tu déploies tes efforts » – et elles pénétreront son cœur. Alors, cette connaissance de l'Existence d'un Créateur ne sera plus seulement intellectuelle, mais affective, une connaissance du cœur. Lorsqu'il aura acquis cette connaissance du cœur, l'homme vivra avec elle, et elle le fera vivre.

« Le *tsaddik* (le juste) vivra dans sa foi » (*'Havakouk* 2, 4) c'est-à-dire qu'il reçoit toute sa force vitale par la *émouna* dans cette connaissance de l'Existence d'un Créateur. Si cette connaissance se limite à un savoir intellectuel, elle n'apporte que très peu de vitalité, mais si elle devient une connaissance du cœur, l'homme puise alors toute sa force vitale de cette simple connaissance de l'Existence d'un Créateur.

56

L'Écriture dit (*Téhilim* 34, 9) : « Goûtez et vous verrez qu'Hachem est bon (*tov*) ». L'homme n'a qu'à goûter pour voir le Bien qui réside en HKB''H ! Comment l'homme peut-il goûter la connaissance de l'Existence d'un Créateur ? Est-ce un aliment que l'on avale et qui nous sustente ?

Il est évident que lorsque cette connaissance n'est qu'intellectuelle, on ne peut la goûter. Mais lorsque il s'agit d'une connaissance du cœur, celui-ci la ressent intuitivement, il la goûte et en apprécie la saveur. Pourquoi est-il écrit : « et vous verrez » ? Cela signifie que la vision de la *émouna* avant ou après avoir goûté cette connaissance n'est pas du tout la même ; selon le cas, l'essence même de la *émouna* est différente. Lorsque la connaissance de la *émouna*, d'une connaissance purement intellectuelle se transforme en une connaissance du cœur, affective, la *émouna* est d'une tout autre nature.

57

« Goûtez et vous verrez qu'Hachem est bon ». Est-ce donc une chose que l'on goûte avec une fourchette ?

Il s'agit bien de goûter, mais avec d'autres ustensiles. Car c'est du plus profond de l'être que l'on y goûte, c'est une dégustation du cœur, une dégustation de la *néchama*. Plus l'homme médite la pensée de l'Existence du Créateur, plus il se rapproche de cette dégustation : « goûtez et vous verrez qu'Hachem est bon ». Lorsque cette méditation lui sera familière, il sera alors en mesure d'expérimenter à chaque instant ce que dit l'Écriture : « goûtez et voyez qu'Hachem est bon », et de jouir d'Hachem déjà dans ce monde-ci. En revanche, si l'homme se contente de « savoir » tout cela, s'il ne le médite pas assidument, sa connaissance reste intellectuelle, sans saveur pour son être profond, son cœur et sa *néchama* ne pouvant la goûter. L'homme se prive alors lui-même de cette délectation : « goûtez et voyez qu'Hachem est bon ».

Nous le savons, le but de la création est de prodiguer du Bien aux créatures (cf. Ram'hal *Dérékh Hachem* 1^o partie, chap. 2). Quel est ce Bien destiné aux créatures ? « Goûtez et vous verrez qu'Hachem est bon ». « Tel est le véritable Bien ; en dehors

de lui, tout ce que l'homme pourrait considérer comme un bien n'est que pure vanité et néant ! » (*Messilat Yécharim*, La voie des Justes chap. 1). Il n'est d'autre Bien en ce monde que de se rapprocher du Créateur, de ressentir sa présence au plus profond de son cœur, et d'en goûter la douceur. C'est pour cette raison que la Torah est appelée Bien (*tov*), comme il est écrit : « Car c'est un bon (*tov*) enseignement » (*Michlé* 4, 2). En effet, par elle l'homme peut goûter HKB" H, si l'on peut s'exprimer ainsi.

58

Il faut savoir que ce point, qui consiste à toujours penser au Créateur, est le fondement, la clé de la vie intérieure, de la vraie vie de l'âme. Sans cette pensée, l'existence n'est que superficialité.

Il faut bien le comprendre : la pensée d'HKB" H constitue le fondement et la clé de toute l'existence ; il faut étudier la Torah et pratiquer les *mitsvot* mais avant tout se rappeler ces paroles : « ... Devant Qui tu déploies tes efforts », à tout moment, en toute circonstance. De cette façon, la Torah et les *mitsvot* revêtiront leur caractère authentique. Si l'homme se rappelle constamment « devant Qui il déploie ses efforts », il agira toujours dans la bonne direction. Grâce à cette clé, l'homme peut ouvrir les barrières qui l'empêchent d'accéder à la proximité d'HKB" H. Plus il pénètre à l'intérieur de son être, plus il ressent : « Goûtez et vous verrez qu'Hachem est bon (*tov*) », et pour lui, dès ce monde-ci, se réalisent ces paroles : « et vous jouirez d'Hachem » (*Yécha'yahou* 58, 14).

59

Essayons à présent de décrire l'application de ce principe essentiel dans la vie quotidienne. Nous montrerons comment vivre simplement avec HKB" H. Tant que l'homme n'a pas pleinement conscience que la vie consiste à chercher HKB" H, à le trouver et à se rapprocher de Lui, il ne sera pas attiré par cette voie, il n'en saisira pas la profondeur ni l'inestimable valeur. Mais lorsqu'il sera en mesure de comprendre et de ressentir dans son cœur que chercher HKB" H, le trouver et se

rapprocher de Lui représente toute sa vie, il acceptera ce principe à la lettre, et le considèrera comme il convient, comprenant que de ce principe dépend toute sa vie.

De plus, aucune voie n'est exempte de difficultés, et généralement, il n'existe pas de raccourci ; il faut cheminer lentement, étape par étape. C'est pourquoi, si l'homme ressent profondément et comprend clairement que toute sa vie consiste à chercher HKB" H, alors, malgré les obstacles rencontrés en chemin, malgré les échecs, il ne désespèrera pas d'atteindre ce but. Il finira par comprendre qu'il n'existe pas d'alternative : il doit persévérer dans sa recherche d'HKB" H à n'importe quel prix, car rien n'existe en dehors de cela. L'existence tout entière consiste à chercher le Créateur du monde et à vivre dans Sa proximité. S'il connaît des revers, l'homme engagé dans cette voie ne doit pas songer à abandonner pour chercher autre chose, parce qu'il sait pertinemment que l'existence dans ce monde-ci n'a pas d'autre but. Il ne se décourage donc pas, car il est écrit (*Michlé* 24, 16) : « car le *tsaddik* tombe sept fois, et se relève ».

Etant donné que la voie à suivre, que nous présenterons plus loin, exige un travail, une *'avoda* de longue haleine, celui qui estime la situation avec justesse saura se préparer à investir plusieurs années dans ce travail, sachant que pendant toute cette période il n'aura d'autre objectif que de suivre cette voie. Au contraire, celui qui considère cette démarche comme un aspect secondaire de sa vie ne s'engagera sur cette voie que provisoirement. Il s'impatientera, estimant qu'il n'est pas prêt à investir autant de temps dans une préoccupation mineure. Il préférera se consacrer à ce qui lui semble vraiment essentiel. Aussi, avant de s'engager à suivre cette voie, l'homme doit s'assurer qu'il est absolument certain qu'elle est un chemin de vie, qui donne sens à son existence dans ce monde-ci (comme nous l'avons expliqué plus haut). Il doit être persuadé que même si cette démarche engage de nombreuses années, ce n'est pas du temps perdu ; au contraire, le temps dont il dispose doit être consacré à cette *'avoda*, qui consiste à accéder à la proximité du Créateur, béni soit Son Nom, par l'étude de la Torah et l'accomplissement des *mitsvot*.

Nous allons à présent développer ce point de façon à voir clairement ce qu'il représente dans la pratique.

Lorsque nous nous réveillons le matin, nous avons besoin de quelques minutes avant d'avoir l'esprit clair. Que pensons-nous dès notre réveil, au saut du lit ? Que nous devons nous dépêcher d'aller prier ? Que nous n'avons pas terminé ce que nous avons commencé la veille ? Que nous devons régler aujourd'hui une affaire importante ? Ces pensées, et autres réflexions du même ordre, ne sont pas fondamentales ; certaines sont insignifiantes, d'autres sont profitables et même pertinentes. Mais aucune d'entre elles ne constitue une pensée essentielle. Quelle pensée essentielle doit donc nous venir à l'esprit dès l'instant de notre réveil ?

61

Dès son réveil, l'homme doit avoir à l'esprit cette pensée toute simple : il existe un Créateur. C'est ainsi qu'il doit commencer sa journée, avec cette pensée absolument fondamentale : il existe un Créateur !

Si cette base n'est pas fermement établie au plus profond de son être, de telle sorte que son âme en vit, concrètement et en permanence, alors il lui manque le fondement essentiel, qui fortifie sa *'avoda*. Tel est le point fondamental sur lequel il nous faut construire chaque étage de l'édifice de notre être intérieur. Nous y reviendrons en détail par la suite, avec l'aide d'Hachem.

62

Après s'être concentré sur la pensée de l'Existence du Créateur, l'homme doit veiller à se demander : « Qui m'a sorti de mon sommeil ? Qui me donne la force de me lever ? C'est Toi, Maître du monde ! » Alors, il s'adresse de façon simple et naturelle à HKB" H : « C'est Toi qui fais que je me lève, et de cela, je Te remercie. Pour quelle raison fais-Tu cela ? Pour que je Te serve comme il se doit ; aussi, je me lève aujourd'hui pour accomplir Ta volonté, je désire que cette journée soit entièrement consacrée à Ton service, que Ton Nom soit béni ! » Quand il se rend à la synagogue, à quoi pense-t-il en chemin ? Il se demande : « Devant qui vais-je prier ? Devant le Créateur du monde ! Je vais parler avec Lui, Le louer, Le supplier » etc. etc.

Toutefois, il ne faut jamais perdre de vue l'unique fondement de tout cela : la pensée qu'il existe un Créateur.

63

Toute la *'avoda* de l'homme repose sur ce point, qu'il doit affermir au tréfonds de son être : que l'âme ressente concrètement à chaque instant l'Existence du Créateur du monde. Cela ne se limite pas à une connaissance intellectuelle ; cette connaissance doit imprégner toute sa conduite, sa façon de vivre, et c'est de tout son être que l'homme doit vivre cette connaissance à la fois simple et primordiale : il existe un Créateur. Tout au long de sa journée, cette pensée toute simple de l'Existence d'un Créateur doit l'accompagner, sans qu'il cherche à l'approfondir (ceux qui en éprouvent le besoin consacreront un moment particulier de leur journée à cette réflexion ; cependant, la tâche essentielle de l'homme, tout au long de sa journée, consistera à garder cette idée toute simple présente à l'esprit ; plus il la méditera – pendant le temps qu'il se sera fixé pour cela – plus elle sera claire et fermement établie). La *'avoda* de l'homme consiste en un premier temps à vivre sans cesse avec cette pensée à l'esprit. De cette façon, peu à peu, s'éveillera dans son cœur ce point qui relève de la pure simplicité : une connaissance entièrement dépourvue de complexité, tout à fait claire, de l'Existence du Créateur. C'est par là que doit commencer tout homme animé par la volonté de construire et d'établir solidement un monde intérieur.

Il doit entretenir cette pensée toute simple tout au long de sa journée. Au début, il se donnera des repères extérieurs qui l'aideront à revenir à cette pensée, par exemple toutes les heures. Ensuite, quand il pourra constater que son âme s'est habituée à ce rythme, il réduira ce temps, disons à un quart d'heure. Progressivement, pas à pas, il diminuera encore les intervalles jusqu'à ce qu'il se souvienne vraiment chaque seconde de l'Existence du Créateur. Il ne s'agit pas de se précipiter, de brûler les étapes ; il faut progresser avec méthode et en profondeur. Quand l'homme pense avoir atteint un certain niveau, et qu'à ce point de sa progression cette pensée lui vient presque naturellement, alors seulement il diminuera les intervalles. Jusqu'à ce qu'Hachem, béni soit Son Nom, lui accorde le mérite de penser à chaque instant qu'il existe un Créateur.

64

Voici en quoi consiste la forme de *'avoda* que nous allons adopter et dans laquelle nous progresserons, avec l'aide d'Hachem : il s'agit de se remémorer assidûment et sereinement une pensée toute simple ; devenue familière, cette pensée « circonscrit le cœur » de l'homme, de sorte qu'il pourra ressentir les choses avec justesse.

Nous retrouvons le principe même de cette forme de *'avoda* dans une anecdote de la vie de Rabbi 'Aquila (*Avot de Rabbi Natan* chap. 6) : observant une pierre trouée par de l'eau qui s'écoulait goutte à goutte il s'exclama : une petite goutte d'eau peut transpercer le roc ! Cette eau, c'est une simple petite goutte ! Plus encore, la première goutte est semblable à la deuxième, à la troisième etc. Autrement dit, cette anecdote nous apprend qu'une simple goutte d'eau, si elle tombe régulièrement, sans interruption, peut, si petite soit-elle, pénétrer le roc. La même chose est vraie pour le cœur de l'homme, dont il est écrit qu'il est « un cœur de pierre » (*Yé'hezkel* 11, 19) ; si l'homme veut vraiment transpercer ce cœur de pierre, il doit sans cesse se remémorer cette pensée toute simple, se redire ces mots encore et encore, inlassablement, jusqu'à ce que la pierre de son cœur en soit pénétrée et que son cœur devienne un cœur de chair, un cœur capable de ressentir la présence de son Créateur et de Le connaître.

Si l'homme applique ce principe simple, à savoir penser simplement que le Créateur existe, s'il se répète sans cesse qu'il existe un Créateur, alors il parviendra à transpercer la carapace de son cœur, dure comme la pierre. Alors son cœur sera purifié et il connaîtra son Créateur d'une connaissance véritable.

65

Afin de mettre en pratique ce principe avec méthode, l'homme doit en premier lieu acquérir une connaissance simple et vraie, dans son intellect et dans son cœur.

Le Ram'hal écrit au début de *Messilat Yécharim* (chap. 1) : « Et si tu réfléchis bien, tu verras que seul l'attachement (*dvékout*) à Hachem constitue la véritable perfection, comme le dit le roi David (*Téhilim* 73, 28) : "Quant à moi, la proximité

d'Hachem me fait du bien", et encore (*Téhilim* 27 ,4) : "Il est une chose que je demande à Hachem, que je réclame instamment, c'est de séjourner dans la maison d'Hachem tous les jours de ma vie, de contempler la splendeur d'Hachem et de fréquenter Son sanctuaire" – car tel est le véritable Bien ; en dehors de lui, tout ce que l'homme pourrait considérer comme un bien n'est que pure vanité et néant ! ... ».

L'homme doit comprendre quel est le principe fondamental de la vie. Tout ce qu'il possède, que ce soit dans ce monde-ci ou dans le monde à venir et pour l'éternité, c'est HKB''H ! C'est Le connaître, se rapprocher de Lui, jusqu'à vivre dans l'attachement (*dvékout*) à Lui. « Car tel est le véritable Bien ; en dehors de lui, tout ce que l'homme pourrait considérer comme un bien n'est que pure vanité et néant ! ». Tout le reste est vain, dépourvu de sens. En dehors de la connaissance du Créateur, de sa proximité et de l'attachement à Lui rien n'existe, nulle part, jamais. Quand l'homme comprend cette réalité et prend soin de l'examiner comme il convient de le faire, il doit veiller à s'imprégner de cette notion à la fois simple et fondamentale : HKB''H doit être le centre de toutes ses préoccupations. Sa vie doit être telle qu'HKB''H en soit toujours le centre, dans toutes les situations, en tout temps et en tout lieu. Tout ce qu'il doit chercher, dans n'importe quel domaine, quel que soit le moment ou le lieu, c'est HKB''H. Quand il comprend que les 613 *mitsvot* sont en réalité des « conseils » (selon les termes du Zohar) pour accéder à la connaissance du Créateur, se rapprocher de Lui et s'attacher à Lui, et que la Torah, racine de toutes les *mitsvot*, permet à l'homme de s'attacher à son Créateur, alors il comprend aussi que, quel que soit le domaine, profane ou sacré – l'application des 613 *mitsvot* –, il doit exclusivement chercher à se rapprocher toujours plus d'HKB''H par toutes ses actions.

En d'autres termes, l'homme ne doit pas se perdre dans l'aspect superficiel des choses, mais se souvenir sans cesse que, dans quelque domaine que ce soit, matériel ou spirituel, il doit trouver un moyen de se rapprocher d'HKB''H et de se lier intimement à Lui à partir de cette situation.

Lorsque l'homme acquière ce mode de pensée, il est prêt à s'engager sur la voie que nous avons entrepris de suivre. Car toute notre méthode de *'avoda* consiste à relier l'homme à HKB''H en tout lieu et dans toutes les situations. Cependant, s'il n'est pas parvenu à cette connaissance essentielle, il lui sera difficile de suivre cette voie. Il lui faut donc savoir avec certitude qu'il ne vit que pour rechercher les moyens qui le conduiront à se rapprocher d'HKB''H. Peut-être sera-t-il alors en mesure de s'engager sur la voie que nous décrivons dans cet ouvrage.

EMOUNA – LA RELATION « CRÉATEUR – CRÉATIONS »

67

Nous avons jusqu'à présent décrit la voie qui permet à l'homme d'accéder à ce premier stade, qui consiste à se souvenir de manière simple et naturelle, dans son intellect et son cœur, de l'Existence d'un Créateur. Nous aborderons à présent l'étape suivante.

Toutefois une condition s'impose : la première étape doit être solidement acquise, c'est-à-dire que la connaissance de l'Existence d'un Créateur ne doit pas être une idée abstraite qui de temps à autre vient à l'esprit, mais une connaissance vivante dont l'âme fait concrètement l'expérience. De la même manière qu'une personne se souvient de l'heure qu'il est, sans se tromper au point d'avancer ou de retarder de cinq heures, ainsi cette connaissance de l'Existence du Créateur doit être concrètement vivante en lui et englober toute sa vie. Si l'homme n'est pas encore parvenu à ce stade, il doit s'abstenir de passer au suivant. Il convient que les bases de la *'avoda* soient bien établies, et l'homme ne doit progresser vers l'étape suivante que dans la mesure où il a assimilé le premier stade et l'a intériorisé au plus profond de son être.

68

Lorsque la connaissance de l'Existence du Créateur fait partie intégrante de son être, l'homme doit poursuivre sa progression et aborder l'étape suivante.

Cette étape consiste en une perception intérieure de la relation « Créateur – créations ». Il s'agit à ce stade de reconnaître que l'homme et l'univers tout entier sont des créations d'Hachem. Nous nous sommes attachés jusqu'ici à expliquer en quoi consiste la connaissance de l'Existence d'Hachem. Nous allons à présent considérer ce point : HKB" H a créé toutes les créatures. Bien sûr c'est une évidence pour tous les croyants. Cependant notre démarche ne se limite pas à le savoir :

l'essentiel de la *'avoda* consiste à vivre cette connaissance très concrètement, et l'âme doit ressentir qu'elle-même et tout l'univers sont des créations d'HKB''H.

69

Pharaon a déclaré (*Yé'hezkel* 29, 3) : « Le Nil est à moi, c'est moi qui me suis créé ». Pharaon croyait en l'existence d'HKB''H. Il avait rétorqué à Moché rabbénou (*Chémot* 5, 2) : « Qui est Hachem pour que j'écoute Sa voix ? » – ce qui prouve qu'il croyait bien qu'HKB''H existe. Il croyait malgré tout qu'il s'était créé lui-même. Voici un homme persuadé qu'il n'est pas l'œuvre d'un Créateur, mais qu'il s'est créé lui-même ! Quel rapport y-a-t-il avec nous ? Cet individu a depuis longtemps disparu de ce monde, emportant avec lui son erreur. Mais en quoi une hérésie aussi ancienne peut-elle nous concerner ?

Il ne faut pas s'y tromper. Nos Maîtres, de mémoire bénie, enseignent que la Torah, jusque dans ses détails les plus subtils, concerne l'âme de tout homme. Chaque homme sans exception renferme en lui les différents aspects qui caractérisaient nos pères – Avraham, Yits'hak et Ya'akov –, Moché rabbénou etc., mais aussi, à l'inverse, ceux de Lavan, Pharaon, Bil'am etc.

70

Il faut comprendre que nous ne nous situons pas dans le cadre d'un enseignement moral, qui tendrait à montrer que nous recevons d'une part les enseignements de nos Maîtres, d'autre part ceux des impies. La question est d'un autre ordre : Avraham représente une force de pureté qui existe dans l'âme de tout homme, tout comme chacun des sept Bergers d'Israël (nos saints Patriarches, ainsi que Yossef, Moché, Aharon et David). A l'inverse, les impies représentent les différentes forces de l'impureté qui se trouvent en chaque âme, ainsi que l'écrit le Rambam (dans une lettre adressée à l'un de ses fils) : « Pharaon incarne le *yétser hara'* ».

Autrement dit, en chaque âme réside une force du mal appelée Pharaon, par conséquent toutes les affirmations et tous les arguments de Pharaon que nous rapporte la Torah ainsi que les commentaires de nos Sages existent vraiment dans

l'âme de tout homme. Il existe un « Pharaon » dans le monde et un autre dans l'âme. Pharaon a existé dans l'histoire, et il existe dans l'âme humaine. Le Pharaon historique a réellement existé, mais il est mort, et il n'est pas de notre propos de nous préoccuper de lui. Le Pharaon qui se trouve dans chaque âme existe vraiment, aujourd'hui, dans l'âme de chaque juif. C'est à lui que nous allons nous intéresser maintenant. Nous devons bien le connaître, savoir comment lutter contre ses croyances hérétiques, contre les pensées vaines qu'il éveille en nous.

71

Nous voyons donc qu'au plus profond de l'âme de chacun d'entre nous réside cette force qui nous dit : « Le Nil est à moi, c'est moi qui me suis créé ». Or cette force, nous devons apprendre comment l'annihiler. Nous devons comprendre que chacun d'entre nous est une création d'HKB''H, que l'univers entier est une création d'HKB''H ; vivre concrètement cette expérience n'est pas aussi simple qu'il y paraît. Nous ne pouvons ignorer qu'il existe en nous une force qui contredit la simple *émouna* ; et nous devons travailler beaucoup pour que s'enracine profondément en nous cette simple connaissance, que nous devons ressentir à chaque instant de notre existence : nous sommes les créations d'HKB''H.

72

Il nous faut méditer et assimiler ceci : l'homme est qualifié de « petit monde », de microcosme. Tout ce qui se trouve dans le monde existe aussi dans l'homme. Les forces du mal que nous observons dans la création existent aussi dans l'âme de chacun d'entre nous. Mais toutes ces forces ne sont pas égales : certaines d'entre elles se manifestent clairement dans l'âme humaine, d'autres de façon plus atténuée. Cependant chacune d'entre elles, du moment qu'elle est présente dans le monde, l'est aussi dans l'âme de l'homme.

Rabbi Yérou'ham de Mir, de mémoire bénie, s'exprima un jour en ces termes : au sein de l'âme se trouve un véritable parc zoologique où vivent des lions, des taureaux, des serpents et bien d'autres espèces. Nous ne nous attacherons pas pour le moment à l'examen de toutes les forces présentes en l'homme. Nous observerons seulement celle que nous avons évoquée plus haut, la force qui réside en l'âme de

tout homme et lui fait dire : « c'est moi qui me suis fait ! ». Il s'avère effectivement que dans un passé très récent, des hommes ont estimé que leur existence en ce monde était un phénomène purement naturel ; et cette opinion perdue encore, même de nos jours ! Or la distance entre celui qui croit que son existence est purement naturelle et celui qui pense qu'il s'est créé lui-même, est infime. Les deux opinions sont aussi dénuées de sens l'une que l'autre. Qu'elle prenne l'une ou l'autre forme, l'impression de s'être créé soi-même est présente dans l'âme de tout être humain.

73

Bien qu'existant dans l'âme de chacun d'entre nous, ces forces ne se manifestent pas chez tous les croyants. De là peut naître l'impression qu'il est inutile de s'attarder sur ce point, et la tentation de ne pas en tenir compte et de négliger d'y travailler pour se concentrer immédiatement à des domaines plus élevés. Une telle opinion est faussée dans son principe même, ainsi que la forme de *'avoda* qu'elle engendre. En effet, même si ces pensées ne sont pas clairement manifestes chez tous les croyants, elles existent bel et bien, enfouies au tréfonds de l'âme de chacun d'entre nous. Et le fait de les ignorer et d'en détourner nos efforts laisse comme un espace vide. Or tout vide engendre un manque qui fragilise les bases de la *'avoda* de l'homme et compromet sa stabilité et sa constance. Aussi, la seule méthode fiable consiste à ne négliger aucune étape, même si à nos yeux elle est insignifiante et ne mérite pas nos efforts. Car en vérité, chaque étape exige que l'on y travaille.

74

Quelle est l'origine de nos chutes – comme par exemple ne pas ressentir de véritable *émouna* dans la Providence individuelle (*hachga'ha pratite*) ? Ce manque ne relève pas uniquement d'un problème de *émouna* dans la Providence individuelle ; son origine se situe davantage en amont : il s'agit d'une absence de *émouna* concrète (*'houchite*) dans l'Existence d'un Créateur du monde, puis dans la perception sensible que nous sommes ses créatures. Bien sûr nous savons pertinemment cela, et

pour notre intellect cela ne fait aucun doute. Néanmoins, du moment qu'en notre âme réside une force qui affirme le contraire, notre *émouna* en est troublée. Si le fondement essentiel fait défaut, à savoir la simple *émouna* dans l'Existence d'un Créateur, il est évident qu'une déficience apparaîtra dans chacun des domaines qui découlent de cette *émouna* fondamentale. Aussi l'homme doit-il veiller à ce que cette *émouna* toute simple soit bien enracinée tout au fond de son être : le Créateur existe et c'est Lui qui m'a créé.

75

Quel que soit son âge, dès lors qu'un homme a déjà travaillé sur ces « simples » points, il est en mesure de continuer sa progression. Dans le cas contraire, il doit reprendre depuis le début, afin de donner à sa *'avoda* des bases solides et authentiques. S'il se fie à cette méthode et établit ainsi sa *'avoda*, il ressentira – lorsque dans son cœur cette *émouna* toute simple sera devenue une réalité vivante et palpable – que nombre des difficultés qu'il avait jusque là rencontrées auront disparu, ou du moins se seront amenuisées. Et cela parce que tant que la lumière de la *émouna* simple n'illumine pas l'âme, celle-ci demeure plongée dans de profondes ténèbres. Il n'est pas de lumière plus éclatante que cette *émouna* toute simple. Si elle n'illumine pas l'âme de l'homme, ce dernier reste dépourvu de la lumière primordiale et pure, et son âme reste en proie à la tristesse et à l'obscurité. Même si l'âme ne comprend pas la cause de cette obscurité, elle est pourtant réelle. Une âme privée de *émouna* pure et lumineuse manque de la lumière ultime, la lumière dont procèdent toutes les autres lumières, la Torah et les *mitsvot*.

Nous allons nous efforcer, avec l'aide d'Hachem, d'explicitier cet aspect, afin que tout homme qui le désire profondément puisse acquérir cette *émouna* simple et pure en HKB" H. Il y trouvera le bonheur véritable, et les bases solides d'une *'avoda* authentique.

76

« Au commencement Hachem créa le ciel et la terre » (*Béréchit* 1, 1). Lorsque le 'Hafets 'Hayim, de mémoire bénie, ressentait une quelconque faiblesse spirituelle,

il avait coutume de se replonger dans l'étude des jours de la Création. Il étudiait tout simplement l'ordre et le détail de ces jours. Cela peut sembler étonnant. Comment ? Le 'Hafets 'Hayim ne savait donc pas qui a créé le monde ? Avait-il un doute à ce sujet, *'halila vé'hass* ? Absolument pas, évidemment ! Voici l'explication : même lorsqu'un homme ressent une quelconque faiblesse, un relâchement dans l'étude de la Torah ou dans tout autre domaine, il ne doit pas chercher obligatoirement la cause de cette faiblesse directement dans le domaine où elle se manifeste. Son origine se trouve au cœur de ce fondement essentiel que représente la *émouna*. Cela ne signifie pas que la *émouna* dans son aspect intellectuel soit déficiente, ni que, *'halila*, l'esprit de l'homme conçoive quelque doute, mais l'éclat de la *émouna* s'est affaibli dans son cœur, et sa *émouna* ne représente plus pour lui une réalité vivante et concrète. Lorsqu'une faiblesse apparaît dans la racine de toutes les racines que représente la *émouna*, cela engendre une déficience dans l'étude de la Torah ainsi que dans tous les autres aspects de la *'avoda* de l'homme en ce monde.

77

Allons plus avant dans l'examen de ce point : le 'Hafets 'Hayim, qui était l'un des grands de sa génération, avait lui aussi l'habitude de raviver en son âme les principes fondamentaux les plus simples, non par le biais de profondes investigations intellectuelles, mais en réveillant les aspects les plus simples de sa *émouna*. Pour cela il reprenait l'étude élémentaire du récit des jours de la Création, le considérant avec une profonde simplicité.

Tu dois savoir, cher lecteur, qu'il s'agit là d'un secret ineffable. L'âme, dans ses profondeurs, est simple et lisse. Si l'homme désire éveiller au plus profond de lui l'intériorité de son âme, dans sa pureté originelle, il doit développer les aspects les plus simples et fortifier les racines de la simple *émouna*, à savoir la croyance en l'Existence d'un Créateur, telle que nous l'avons exposée précédemment. L'étape suivante concerne la relation « Créateur - créations » ; ce point doit représenter une réalité vivante, que l'âme ressent concrètement à chaque instant.

78

Nous ne devons pas sous-estimer la voie suivie par le 'Hafets 'Hayim. Nous devons suivre ses pas, employer tous nos efforts à fortifier au plus profond de nous la racine de toutes les racines qu'est la *émouna*, dans toute sa simplicité et sa pureté. L'origine de toutes les difficultés que nous pouvons rencontrer, réside dans la plupart des cas dans le fait que nous ne voyons et ne connaissons que la superficialité des choses, à savoir les ramifications du problème, cependant l'origine et la racine de celui-ci se trouve en réalité enfoui au plus profond de notre âme, à la racine même de l'âme juive. L'origine de cette âme remonte à notre Patriarche Avraham, dont la *'avoda* était tout entière fondée sur la *émouna* (T.B. *Nédarim* 32a) : « A l'âge de trois ans, Avraham reconnut son Créateur ». Bien sûr, pour acquérir la *émouna*, nous ne suivons pas la même voie qu'Avraham. Nous possédons en effet une tradition reçue de nos ancêtres, et nous avons l'étude de la Torah, ce qui n'était pas le cas de notre père Avraham. Cependant nous avons un point commun avec lui : nous devons faire en sorte que s'enracine profondément en nous ce principe essentiel qu'est la véritable *émouna* en « un D. vivant » (*Yéhochoua'* 3, 10).

79

Le point faible de certaines personnes, par exemple, est le *lachone hara'*, ou bien les regards interdits, etc. Ils tentent de réparer ces fautes de différentes façons. Mais il ne faut pas oublier que leur racine réside dans le manque de *émouna* concrète et sensible (*'houchite*). C'est pourquoi la racine de leur réparation ne se trouve pas uniquement dans des conseils pratiques indiquant la conduite à tenir dans telle ou telle situation. L'essentiel des efforts doit tout d'abord viser la réparation de la *émouna*, afin qu'elle retrouve sa pureté. Si l'homme adopte une telle conduite, les choses deviennent plus faciles, il peut faire face aux diverses ramifications des fautes et à leurs dérivés. Plus la *émouna* sera vivante et lumineuse dans son âme, plus il trouvera la force et le courage de déployer ses efforts dans l'étude de la Torah comme il convient de le faire, et de respecter les lois (*halakha*) dans leurs moindres détails. A l'inverse, *'halila vé'hass*, plus la *émouna* s'étirole au sein

de son âme, plus il lui sera difficile de consacrer ses efforts à l'étude de la Torah et de se conformer scrupuleusement aux lois, animé d'une crainte authentique d'HKB" H. Puisse Hachem accorder à tout juif de parvenir à ce stade.

80

Voyons en pratique, de quelle manière il convient d'étudier les jours de la Création, et comment cette étude permet à l'homme d'éveiller et d'enraciner au fond de son âme la *émouna* simple et pure.

Nous commencerons par une introduction brève mais essentielle. Nous rappelons tout d'abord avec insistance que notre propos n'est pas de chercher de nouvelles interprétations, des *'hidouchim*, mais uniquement de comprendre les versets, dans la plus grande simplicité. Il est écrit (*Chémot* 13, 14) : « Et lorsque ton fils t'interrogera... ». De ce verset, nos Sages ont appris l'obligation pour tout homme d'enseigner la *Haggada* à ses enfants le soir du Séder. A l'intérieur de tout homme résident un père et un fils. L'intellect représente le père, tandis que le cœur représente le fils (le cœur « comprend » – dans le verbe hébreu, *mévin*, nous retrouvons les lettres du mot *ben* : fils). L'intellect représente donc le père, qui doit enseigner à son fils, le cœur. Cet enseignement peut passer par la pensée, et l'homme examine alors les choses jusqu'à ce qu'elles soient bien établies dans son cœur ; il peut aussi passer par la parole, lorsque l'homme prononce des paroles de *émouna* jusqu'à ce qu'elles s'inscrivent dans son cœur (nous y reviendrons plus loin). Cette *'avoda* n'incombe pas à l'homme exclusivement la nuit de Pessa'h mais bien tout au long de l'année, afin d'enraciner chez son fils – son cœur – les bases élémentaires de la *émouna*. « Même si nous étions tous des sages, tous doués d'intelligence, tous des anciens, tous instruits dans la Torah, nous serions soumis à l'obligation de raconter la sortie d'Égypte » (*Haggada*). Car *'hokhma*, *bina* et *da'at* d'une part (le savoir, la sagesse et le discernement, qui sont d'ordre intellectuel), et la simplicité de la *émouna* dans le cœur de l'homme d'autre part, sont des notions bien distinctes. Si bien qu'une personne peut être intelligente, perspicace et sage, sans pour autant posséder en son cœur cette simplicité. C'est pour cette raison que la nuit de Pessa'h chaque homme, aussi intelligent, perspicace et sage qu'il soit, doit « raconter » – en hébreu, *lessaper* dont la racine évoque le mot *saphir* (pierre

précieuse étincelante) et donc la lumière. Chaque homme doit donc raconter, afin d'illuminer son âme des fondements de la simple *émouna* qu'enseigne le récit de l'exil d'Israël en Egypte et de sa délivrance.

81

La façon dont nous devons raconter la Haggada au cours de la nuit de Pessa'h nous enseigne un principe essentiel. La Guémara du traité Péssa'him (116a) nous apprend comment procéder : le récit doit se présenter sous forme de questions et de réponses. Nos Sages nous ont dévoilé un grand principe, qui régit l'âme de l'homme : lorsqu'il veut graver une chose très profondément dans son cœur, l'homme doit la rendre claire, par le truchement des questions et des réponses. Bien sûr, au moment où l'homme pose une question, son intellect connaît déjà la réponse. On pourrait donc se demander : quel est donc l'intérêt de la question ? Pourtant, nos Sages nous ont dévoilé qu'il s'agit là d'une forme de compréhension propre au cœur de l'homme (pour être plus précis, la question permet à l'entêtement présent dans le cœur de l'homme de s'exprimer. Quant à la réponse, elle dévoile le point de vérité qui s'y trouve profondément enfoui). Aussi, lorsque l'homme veut parler à son cœur, y enraciner profondément une chose, et de façon sûre et durable, il doit le faire par le truchement de questions et de réponses. Ce principe absolument fondamental, prodigue ses précieuses lumières quant à la forme de *'avoda* qui convient à l'âme.

82

Voyons à présent comment utiliser ce principe dans l'étude du récit des jours de la Création. « Au commencement, D. créa le ciel et la terre ». « Au commencement » – c'est-à-dire au début de la Création. « Créa » - qu'est-ce que cela signifie ? Qu'il y a d'une part Celui qui crée, d'autre part celui qui est créé ! Sans ce verset, on pourrait éventuellement penser, *'halila*, que le monde s'est formé spontanément. Cependant la Torah nous dit explicitement qu'il n'est d'autre vérité que celle-ci : « créa » révèle l'existence d'un Créateur et d'une création ; les éléments ne se sont pas formés d'eux-mêmes. Qui est le Créateur ? « Hachem » – la Torah

nous révèle « Qui » a créé le monde : HKB''H ! Celui qui médite cela s'adresse alors à HKB''H : « la Sainte Torah nous enseigne que c'est Toi, béni sois-Tu, qui as créé le monde. C'est toi qui as créé toutes les créatures, Toi et nul autre que Toi ». Tout juif croyant connaît ces choses-là, pourtant chacun d'entre nous doit les enraciner fermement dans son cœur : c'est HKB''H qui a créé le monde, et nul autre que Lui. Celui qui néglige d'enraciner cette *émouna* pure au fond de son cœur, sa *émouna* sera presque sûrement défaillante.

83

C'est pourquoi l'homme doit souvent parler à HKB''H, dans un langage simple, le plus simple possible. Il doit Lui dire : sans ce verset, j'aurais pu douter, *'halila*, et penser que personne n'a créé le monde. Ce verset nous montre que c'est Toi, béni sois-Tu, qui as créé le monde. Ceci, l'homme ne doit pas se lasser de le répéter, encore et encore. Il doit en outre enraciner au plus profond de lui la *émouna* simple et la rendre lumineuse. Qu'as-Tu créé ? « Le ciel et la terre ». L'homme s'adresse à HKB''H avec des mots ordinaires, il lui demande : Qui a créé le ciel ? De son doigt il montre les cieux, et interroge : Qui a créé ce ciel ? Et il se répond à lui-même, s'adressant à HKB''H : c'est Toi, béni sois-Tu, qui as créé le ciel ! Toi, et nul autre que Toi, *'halila vé'hass*. Alors il montre du doigt la terre, à l'instar des enfants d'Israël qui s'exclamèrent : « Voici mon D. et je le célébrerai » (*Chémot* 15, 2), il s'adresse à HKB''H en ces termes : Toi, béni sois-Tu, tu as créé la terre. La terre s'est-elle formée spontanément ? Pas du tout ! C'est Toi qui l'as créée.

Ensuite il passe au verset suivant et procède de la même manière. Par exemple : « Et la lumière fut » : il regarde la lumière (de la façon que nous avons décrite plus haut), et s'interroge : Qui a créé la lumière ? Il répond : c'est Toi, béni sois-Tu, qui as créé la lumière. Ainsi, verset après verset, détail après détail, il reprend le récit des jours de la Création, sans omettre d'observer concrètement les éléments qui se trouvent sous ses yeux, et de demander pour chacun d'entre eux : Qui a créé cela ? Et pour chacun d'entre eux il se dira (sous la forme d'un dialogue avec HKB''H que nous décrirons plus loin) : c'est Toi, béni sois-Tu, qui as créé cet élément.

L'homme doit se montrer assidu dans cette démarche. Il doit y consacrer des semaines, des mois entiers. Il y consacra chaque jour une demi-heure environ,

selon ses forces, afin d'ancrer profondément en lui la *émouna* simple, qui consiste à croire que tout a été créé par HKB" H, béni soit Son Nom.

84

Il existe une différence essentielle entre les créatures qui furent créées avec l'homme et l'homme lui-même. Lorsque l'homme inscrit au tréfonds de lui que le ciel, la terre, les animaux etc. ont été créés par HKB" H, cela reste extérieur à sa personne, ne le concerne pas directement. Mais sa *'avoda* consiste ensuite à assimiler profondément l'idée que lui-même a été créé par HKB" H, et ressentir cela comme une réalité concrète. Il doit méditer en contemplant ses mains, ses pieds et le reste de son corps. Le Zohar enseigne que l'homme doit reconnaître la souveraineté d'HKB" H sur chacun de ses membres, être conscient du fait que dans les moindres détails il a été créé par HKB" H. Il doit s'efforcer de ressentir cela simplement et tout naturellement. Tant que cela ne représentera pas pour lui une réalité sensible, il devra persévérer dans ses efforts, jusqu'à atteindre cette perception.

85

La tâche de l'homme, sa *'avoda*, particulièrement dans ce domaine, mais aussi de manière générale, se compose de deux parties : 1. Fixer chaque jour un temps consacré à l'examen de ces choses. 2. Tout au long de la journée, environ toutes les demi-heures, il se souviendra de cet aspect de la *'avoda* qu'il s'efforce d'acquérir. (Il ne le fera pas quand il étudie la Torah, car à ce moment-là, il est tout entier plongé dans son étude – c'est là un sujet qui a fait couler beaucoup d'encre, et l'homme avisé comprendra). Il se donnera des repères afin de se rappeler le point de la *'avoda* sur lequel portent ses efforts. Concernant l'aspect de la *'avoda* dont nous nous occupons, il s'agira de se rappeler toutes les demi-heures que tout a été créé par HKB" H. L'homme observera et contempera un objet placé devant lui, puis procédera de la façon que nous avons décrite plus haut, à savoir poser une question et y répondre : Qui a créé cet objet ? C'est Toi, béni sois-Tu, qui l'as créé – et ainsi de suite. De cette façon il parviendra à inscrire cela au plus profond de son cœur, en consacrant chaque jour à cette tâche un temps déterminé, et aussi en se remémorant

cette réalité pendant quelques minutes, à intervalles réguliers, tout au long de sa journée.

86

Nous progressons étape par étape dans la voie de la *'avoda*. Il ne faut pas pour autant oublier qu'il ne convient pas de précipiter les choses. Tant que l'on n'est pas certain d'avoir fermement acquis une étape, il faut s'abstenir de viser la suivante. Au contraire, il s'agit de persévérer afin d'ancrer fermement chaque point de la *'avoda* dans notre cœur. Ceci est vrai en particulier pour la *'avoda* dont nous sommes en train de parler : il convient d'y consacrer beaucoup de temps, jusqu'à ce que cette réalité soit solidement acquise, et profondément enracinée dans notre cœur : tout, absolument tout est une création d'Hachem, béni soit Son Nom. C'est comme si l'objet criait à l'homme : j'ai été créé par HKB" H ! Qu'Hachem vienne en aide à chacun d'entre nous, pour que cette *émouna* s'enracine dans les moindres fibres de notre cœur, nous permettant de vivre une existence authentique. Nous mériterons ainsi de nous rapprocher du Créateur et de nous attacher à Lui chaque jour, amen.

87

Résumons brièvement ce que nous avons exposé jusqu'ici : la finalité de tout juif est de vivre dans la Proximité du Créateur du monde, dans l'attachement au Créateur du monde. Nous avons longuement expliqué en quoi consiste cette proximité, ce lien intime qui unit l'âme au Créateur du monde. L'existence tout entière de l'homme doit être orientée autour d'un seul axe, tendre vers Celui qui l'a créé, et qui le maintient en vie à chaque instant ; toute sa vie doit aspirer vers Celui qui le guide à tout moment, Celui devant qui il est appelé à se présenter un jour pour lui rendre compte de toutes ses actions, et dont il recevra son salaire, qui n'est autre que de demeurer attaché à Lui. Notre propos n'a d'autre sens que de permettre à l'homme d'être étroitement relié au Créateur, indéfectiblement, de vivre avec HKB" H à tout instant, et en toute circonstance. Nous nous efforcerons de montrer comment il est possible à l'homme d'être relié à HKB" H dans toutes les

dimensions : l'espace, le temps, et l'âme, jusqu'à atteindre cet état : « ensemble ils ne feront qu'un » (*Yé'hézel* 37, 17).

Nous avons dans un premier temps rappelé que l'homme doit se souvenir de l'Existence d'HKB''H. Dans un second temps nous avons expliqué que tout homme a le devoir de se rappeler que toute chose est une création d'HKB''H, et s'inscrit dans une relation Créateur-créations. La création n'est pas un événement passé mais présent. HKB''H crée aujourd'hui, à chaque instant, comme il est écrit (*Yécha'yahou* 45, 7) : « Je forme la lumière et crée les ténèbres », au présent ! De même, les ouvrages de nos Sages, les *Sefarim HaKedochim*, enseignent qu'HKB''H renouvelle, fait renaître ses créations à chaque instant. La relation Créateur-créations ne relève pas du passé mais se renouvelle constamment. La *'avoda* de l'homme consiste donc à voir dans toute chose une création d'HKB''H, et à percevoir et ressentir en elle la relation Créateur-créations.

EMOUNA – LA PROVIDENCE DIVINE

88

La troisième étape, dont nous nous occuperons à présent, concerne la Providence divine, la Providence (*Hachga'ha*) d'Hachem, que soit béni Son Nom. Les *Sefarim HaKedochim* nous apprennent que certains hommes, pensent qu'Hachem a créé le monde mais qu'ensuite il s'en est détourné, abandonnant aux astres et aux constellations la direction de l'univers. D'après eux le Créateur n'exerce aucune influence sur le monde, et ne se préoccupe pas du tout de ce qui s'y passe, *'halila vé'hass*.

Une des tâches de l'homme, dans sa *'avoda*, consiste à reconnaître qu'HKB" H n'a jamais abandonné le monde, ne serait-ce qu'un seul instant, et qu'il ne l'abandonnera jamais. Il doit le savoir avec son intellect, mais aussi le ressentir au fond de son cœur. Bien sûr, tout croyant le sait, mais à ce stade, la *'avoda* de l'homme a pour objectif de faire pénétrer cette connaissance dans les moindres recoins de son cœur. Il doit l'éprouver concrètement à chaque étape de sa vie. Par cette connaissance, il renforcera le lien qui l'unit au Créateur du monde.

89

Nous tenterons tout d'abord de préciser ce que représente la Providence divine, la *Hachga'ha*. Les événements jalonnant la vie d'un homme se divisent en général en deux catégories : ceux qu'il considère comme ordinaires, et ceux dont il pense qu'ils sont importants.

Ainsi, par exemple, l'achat d'un appartement ou le mariage sont considérés par l'homme comme des événements marquants ; ce n'est pas tous les jours que l'on change d'appartement ni que, *'hass véchalom*, on épouse une autre femme. En de telles circonstances, la plupart des croyants ressentent concrètement et personnellement la Providence d'Hachem, et qu'ils ont besoin de Son aide. Ils cherchent, parmi les prières composées par les grands de toutes les générations, celles qui s'adaptent à leur situation ; ils examinent les *ségoulot* (action ou objet par

lequel on invoque la protection et l'aide divine) adéquates, cherchent à acquérir des mérites etc.

Pourtant, dès qu'il s'agit de la vie quotidienne, des petits événements ordinaires de la vie de tous les jours, la routine fait oublier à l'homme que, de même que le mariage est entre les mains d'Hachem, les détails les plus infimes de sa vie sont régis par Hachem, et ce exactement de la même façon. Prenons un exemple : un homme entre dans un magasin pour acheter un magnétophone. Il examine les différents modèles, compare les prix, etc. Il observe tout cela avec soin, et finalement achète le magnétophone qui lui convient. Cet homme a-t-il alors l'impression d'avoir besoin de l'aide d'Hachem exactement comme lorsqu'il veut se marier ? Dans une situation aussi ordinaire, sa *'avoda* consiste à se souvenir de la Providence d'Hachem dans la vie quotidienne, même dans les choses les plus insignifiantes. Lorsqu'il sera en mesure de s'en souvenir chaque jour, et à propos des moindres détails, il vivra une existence de *émouna*, une vie authentique reliée à Hachem et attachée à Lui.

90

Allons plus loin dans notre réflexion. Imaginons qu'une personne ait l'intention d'acheter une table, des chaises etc. Si on lui demande : penses-tu que le choix de telle ou telle table dépend entièrement de toi, ou bien crois-tu avec une certitude absolue, une parfaite *émouna*, qu'il n'est pas en ton pouvoir de choisir, mais que ton choix est déterminé par Hachem ?

La plupart des gens, semble-t-il, connaissent la vérité : il n'est pas du pouvoir de l'homme de décider quelle table il achètera. Cependant, cela demeure pour eux une connaissance intellectuelle. Ils sont loin de la ressentir dans leur cœur, et même leur intellect n'en a pas une pleine conscience ; l'homme n'est pas spontanément porté à méditer cette connaissance.

Sa *'avoda* consiste donc ici à se prendre l'habitude de considérer ce point avec attention avant d'accomplir des actions aussi ordinaires que l'achat d'une table ou de chaises, etc. Il ne doit pas se hâter vers le magasin sans réfléchir, mais au contraire prendre le temps de s'arrêter un moment afin d'examiner ce qu'il s'apprête à faire. Il doit se demander si c'est lui qui détermine le résultat de l'action qu'il est

sur le point d'accomplir, ou pas. Après ce temps de réflexion, qui a seulement mobilisé sa pensée, il s'adressera à HKB''H en parlant, en prononçant ces mots avec sa bouche : Maître du monde, je sais pertinemment qu'il n'est pas en mon pouvoir de choisir la table que je vais acheter, mais que c'est Toi, béni sois-Tu, qui détermènes tout. (Bien sûr, l'homme peut agir par sa prière ; nous aurons l'occasion de revenir longuement sur ce point).

91

L'homme doit donc s'habituer peu à peu à examiner ce qu'il va faire et à se demander si cela dépend de lui ou pas – cette démarche s'applique aux plus petits détails des actions de la vie quotidienne. Il doit aussi veiller à établir profondément en lui les bases de la *émouna* simple et pure, qui consiste à croire qu'il n'y a qu'Un et Unique Maître de tous les mondes, et que Lui seul détermine toute chose (à l'exception de la « crainte du ciel », comme l'enseignent nos Sages : « Tout dépend du Ciel, sauf la crainte du Ciel » (T.B. *Bérakhot* 33b)).

De cette façon il s'habituera à accomplir chacune de ses actions à partir d'une réflexion dans la *émouna*. Alors chacun de ses actes sera relié au Maître du monde et sa vie sera empreinte de *émouna* ; toutes ses actions seront reliées au Créateur Un et Unique. Au fil du temps l'habitude deviendra une attitude naturelle, et dans son âme sera profondément enracinée la *émouna* simple et épurée.

92

La *'avoda* de l'homme consiste à inscrire au plus profond de son être que tout, absolument tout est déterminé par un seul Etre, l'Unique au monde (*Yé'hido chel 'Olam*). Nous allons nous efforcer de guider l'homme dans la voie qui lui permettra de se rapprocher de cette notion afin qu'elle ne se limite pas à un concept que saisit son intellect mais devienne une réalité qu'il ressent clairement au fond de son cœur. Il doit détruire l'a priori, et ensuite l'impression, qu'il est le maître dans le monde, et qu'il a en quelque sorte tout pouvoir sur les événements qui s'y déroulent. Sa tâche consiste à éradiquer cette impression, à l'annihiler totalement, jusqu'à ce qu'il soit en mesure de ressentir vraiment que rien n'est en son pouvoir, si ce n'est la

crainte du Ciel qui représente le champ où s'exerce le libre arbitre. Hormis cela, tout sans aucune exception est déterminé par l'Unique au monde.

93

Il est écrit (*Dévarim* 4, 39) : « Reconnais aujourd'hui, et fais pénétrer en ton cœur ». Ce verset exprime le fondement et la racine de tout le processus de la *'avoda* : dans un premier temps, l'homme doit « reconnaître aujourd'hui », c'est-à-dire que les choses doivent être bien assimilées par son esprit, son intellect. Ensuite, quand elles sont bien établies dans son intellect, il en arrive à ce stade : « et fais pénétrer en ton cœur » ; l'homme doit alors faire pénétrer ces choses dans son cœur, harmoniser les sentiments de son cœur et sa pensée, de sorte que ses sentiments soient reliés à sa connaissance intellectuelle. Alors, le cœur accueillera la connaissance de l'intellect – « reconnais aujourd'hui » – sans qu'aucun obstacle en lui ne vienne plus compromettre cette communication. Cela demande une grande pureté de cœur qui doit être débarrassé de « l'excroissance » qui empêche la vérité de pénétrer jusqu'à lui pour le guider.

Ce processus concerne la *'avoda* dans tous les domaines que l'homme s'efforce d'acquérir : en premier lieu « reconnais aujourd'hui », et ensuite : « et fais pénétrer en ton cœur ».

94

Le passage entre « reconnais aujourd'hui » et « fais pénétrer en ton cœur », c'est-à-dire la transition entre la connaissance intellectuelle et la réalité vivante présente dans le cœur peut revêtir deux formes. 1. L'homme médite longtemps et avec assiduité le point qu'il veut acquérir, d'une part en consacrant régulièrement chaque jour un temps à sa méditation (nous expliquerons plus loin ce qu'écrit le Ram'hal dans « *Dérekh 'Ets 'Hayim* » : l'homme a l'obligation de s'isoler une heure chaque jour afin de méditer), d'autre part en s'efforçant, tout au long de la journée, de se remémorer, à intervalles réguliers – environ tous les quarts d'heure, le point qu'il désire atteindre (exception faite du temps qu'il consacre à l'étude de la Torah).

2. Il le formule plusieurs fois par jour, car la parole a le pouvoir d'éveiller le cœur, comme nous le verrons plus loin, avec l'aide d'Hachem.

95

Considérons à présent de quelle façon l'homme doit méditer pendant le temps qu'il consacre régulièrement à la réflexion. Nous tenterons d'indiquer une méthode qui permette à celui qui se livre à cette méditation d'acquérir la *émouna* dans la Providence d'Hachem sur chaque petit détail.

Chez lui, l'homme doit s'isoler afin de s'accorder une heure de calme, loin de toutes les contraintes du monde. Il commencera à méditer : qui habite dans cette maison ? Mon épouse et moi-même, etc. etc. Il poursuivra ainsi : qui a décidé qu'elle serait mon épouse ? Est-ce moi, ou l'Un et Unique, HKB''H ? Et ainsi l'homme s'interrogera, il se posera des questions (comme nous l'avons longuement expliqué plus haut), et se répondra à lui-même : nos Sages ont dit – et leurs paroles sont des paroles de vérité qui nous révèlent la réalité de la Providence d'Hachem : quarante jours avant la conception d'un enfant, « une voix céleste proclame : la fille de cet homme épousera tel homme » (T.B. *Sota* 2a). Car c'est HKB''H lui-même qui forme ce couple et fait ce mariage. En aucune façon ce n'est l'homme qui décide, mais uniquement Lui, béni soit Son Nom. Nous devons donc être conscients que, puisque ce choix est celui d'Hachem, tout ce qui en découle vient de Lui. Il est absolument inconcevable qu'Hachem puisse agir sans mesurer toutes les conséquences de ses actions. Chaque chose, dès son origine, est connue de Lui et procède de Sa volonté. En d'autres termes, toutes les conséquences de ce mariage sont l'expression de sa Volonté.

96

L'homme poursuit sa méditation : qui a décidé que j'habiterais dans cette maison ? Est-ce moi, qui ai cherché et visité tant d'appartements pour finalement arrêter mon choix sur celui-ci parce qu'il me plaisait ? Ou est-ce HKB''H, comme l'ont enseigné nos Sages (ibid.) : « une voix céleste a proclamé : cet appartement revient à cet homme » ?!

L'homme analyse alors sa situation : pour son intellect, la chose est claire, et les paroles des Sages disent la vérité. Mais a priori, ce n'est pas un sujet qui le préoccupe et il n'y pense pas souvent. Ces paroles sont remisées dans un coin de sa mémoire. Plus encore, comme cette pensée ne lui est pas familière, il est bien évident qu'il ne la ressent pas comme une réalité concrète dans son cœur. De ce fait, son cœur est davantage enclin à éprouver l'impression que lui-même a décidé du choix de l'appartement. Aussi, lorsqu'il évalue sa situation, il constate que son intellect sait clairement Qui a décidé qu'il épouserait telle femme et qu'il habiterait à tel endroit. Cependant, sa connaissance présente deux lacunes. 1. Il n'y réfléchit que très peu. 2. Son cœur ne la ressent pas. Il doit donc prendre la résolution de méditer souvent cette idée ainsi que les autres pensées du même ordre. Ensuite, il se doit de combler la première lacune, de sorte qu'au moins dans son intellect cette pensée soit vivante et bien établie. Ainsi, progressivement, s'il s'habitue à y réfléchir souvent, et que sa pensée est pure, limpide et sereine, il assimilera cette idée en profondeur, et son cœur la ressentira comme il convient, à savoir comme une réalité vivante et palpable.

97

L'homme ne doit pas se contenter de méditer. Il doit aussi parler (les mots doivent concrètement sortir de sa bouche) pour exprimer pleinement sa pensée. Il répètera très souvent ces paroles de *émouna* : HKB''H détermine tout, dans les moindres détails. Il passera en revue l'un après l'autre tous les détails, patiemment, car la parole exerce une grande influence sur l'âme. Il existe deux façons de procéder : dire « HKB''H détermine chaque détail, et en particulier ce détail », c'est-à-dire s'exprimer à la troisième personne (en hébreu *nistar* : caché). Ou bien, dire « Toi, béni soit ton Nom, tu as déterminé mon mariage, et tu as décidé où j'habiterais », en s'adressant à HKB''H, à la deuxième personne (en hébreu *nokhèa'h* : présent). Cette façon de s'exprimer, en s'adressant directement à HKB''H, relève d'un niveau particulièrement élevé. Car la finalité de l'homme est de vivre en présence (voir *nokhèa'h*) d'HKB''H, du Créateur. Néanmoins, il se peut qu'il soit difficile, pour celui qui débute dans sa *'avoda*, de s'adresser à HKB''H directement,

à la deuxième personne (*nokhée'h*). Il utilisera donc, pour commencer, la troisième personne.

98

L'homme parlera donc de ces choses en prenant soin de formuler chaque détail de sa pensée. Il exprimera aussi toutes les considérations qui viennent contredire, *'hass véchalom*, la *émouna* simple : par exemple, *'hass véchalom*, qu'il lui semble que c'est bien lui qui a choisi son épouse, qu'il a lui-même décidé de l'endroit où il vivrait etc. Ces arguments, il les réfutera point par point et s'adressera ainsi à HKB''H : même si mon cœur a l'impression que c'est moi qui ai pris ces décisions, je sais que c'est faux. Je sais qu'en vérité, Toi seul as décidé qui serait mon épouse et où j'habiterais.

Ainsi l'homme prolongera sa méditation en examinant chaque détail. Il considèrera par exemple la chaise sur laquelle il est assis, la table qui est devant lui. Il se remémorera en détail ce qui s'est passé lorsqu'il s'est rendu dans un magasin pour choisir le style et la couleur de cette table et de ces chaises dans un catalogue. Il se dira : a priori, il semble que c'est bien moi qui ai choisi ces meubles ; cependant, poursuivant sa réflexion il dira avec sa bouche : ce n'est pas vrai, car Toi seul, Hachem, béni soit Ton Nom, as déterminé mon choix. Un grand nombre de tables et de chaises se trouvaient dans l'entrepôt ! Et même si j'ai choisi la couleur et le modèle, comment ai-je reçu précisément cette table et ces chaises, et pas d'autres ? Ce n'est que par Ta seule volonté ! C'est toi qui as tout décidé jusque dans les moindres détails. C'est ainsi que l'homme doit méditer, sur l'armoire qui se trouve à côté de lui, sur la chemise, les chaussures, et ainsi de suite. Il ne négligera aucun détail ; il considèrera tous les détails, les uns après les autres d'abord par la pensée, puis il prononcera ces mots : Seul HKB''H a décidé que je devais posséder cet objet.

Il passera ainsi en revue tous les objets qui l'entourent et tous les événements qui le concernent. Il méditera sur leurs moindres détails, enracinant ainsi en lui les fondements de la *émouna*, la simple *émouna* qui consiste à croire que seul HKB''H détermine absolument tout dans les plus petits détails. Cela commence par une réflexion intellectuelle, puis vient la formulation verbale (il faut que les mots sortent

de sa bouche) – à la troisième personne (« HKB”H... ») ou, pour celui qui en est capable, à la deuxième personne (« Toi, béni sois-Tu »).

99

« Je suis rempli de *émouna* quand je parle » (*Téhilim* 116, 10). Dans les *Sefarim HaKedochim*, nos Maîtres commentent : Quand suis-je rempli de *émouna* ? Lorsque je parle ! Ce qui signifie : à quel moment la *émouna* est-elle solidement établie à l'intérieur du cœur de l'homme ? Quand ce dernier atteint ce degré : « quand je parle ». En d'autres termes, lorsque sa bouche est habituée à prononcer des paroles de *émouna*. Plus l'homme s'habitue non seulement à méditer, mais aussi à exprimer verbalement des paroles de *émouna*, plus sa *émouna* s'enracinera profondément au tréfonds de son cœur. En revanche, les *Sefarim HaKedochim* nous enseignent : « la *émouna* est abolie, elle est bannie de leur bouche » (*Yirmiyahou* 7, 28). Et nos Maîtres commentent : Pourquoi la *émouna* est-elle abolie ? Parce qu'ils ont cessé de l'exprimer par des paroles ! Autrement dit, parce qu'ils n'ont pas pris l'habitude de prononcer des paroles de *émouna*, concrètement, avec leur bouche. Ils se sont contentés de les méditer. La *émouna* a donc été éradiquée de leur cœur. La lumière de la *émouna* a perdu son éclat, elle est ensevelie au fond de leur cœur. La *émouna* est comme morte dans leur cœur.

100

Ces paroles de *émouna* présentent deux aspects. 1. Lorsque l'homme parle avec ses proches et ses amis, la *émouna* doit occuper la place principale, et les paroles de *émouna* doivent insuffler leur esprit dans toute la conversation. Mais cela ne suffit pas. Même lorsqu'il est seul – et dans ces moments précisément, la *émouna* peut s'enraciner dans son cœur –, l'homme prendra le temps de prononcer des paroles de *émouna* : « Même quand je marche dans la vallée de l'ombre de la mort, je ne crains aucun mal, car Tu es avec moi » (*Téhilim* 23, 4). L'homme ne doit cesser d'énoncer des paroles de *émouna*, en toutes circonstances ; il doit vivre en permanence avec HKB”H, dans une *émouna* pure et affinée en Lui, béni soit Son Nom, des paroles de *émouna* sans cesse à ses lèvres. Alors, il expérimentera ce que dit le verset :

« Même quand je marche dans la vallée de l'ombre de la mort, je ne crains aucun mal, car Tu es avec moi ». Car toute la vie de l'homme tient en ces mots : « car Tu es avec moi ».

101

L'homme est appelé « celui qui prie » (T.B. *Baba kama* 2a), car il est écrit (*Yécha'yahou* 21, 12) : « Si vous voulez prier, priez » (Cf. T.B. *Baba kama* 3b). La *'avoda* de l'homme, qui est qualifié d' « être qui parle » (Cf. *Onkelos* sur *Béréchit* 2, 7), consiste à parler avec HKB" H et d' HKB" H, avec des paroles de pure *émouna*. Celui qui a l'habitude de parler ainsi sans jamais désespérer atteindra dans la *émouna* un degré extrêmement élevé. Il sera capable d'acquérir vraiment une *émouna* parfaitement pure en son âme. Il parviendra à ce stade grâce aux paroles de simple *émouna*. Pas au moyen d'arguments sophistiqués, mais par la plus entière simplicité, car telle est l'essence même de l'âme juive : la *émouna* simple et pure dans le Créateur des mondes.

102

La *'avoda* de l'homme consiste à enraciner en lui la *émouna* dans la Providence d'Hachem, et ce en deux temps, comme nous l'avons expliqué plus haut pour chacun des aspects de la *'avoda*. 1. L'homme doit consacrer une heure par jour à la méditation (nous avons déjà développé ce point). 2. Tout au long de la journée, l'homme doit se souvenir à intervalles réguliers (tous les quarts d'heure ou toutes les demi-heures) de la Providence d'Hachem.

Il est fondamental que pendant la période que l'homme consacre à l'acquisition de ce point, et cela peut prendre des mois, cette notion de Providence divine – *Hachga'ha*, préoccupe son cœur la journée durant. Aussi l'homme se doit-il de vivre sans cesse dans cette perspective. Si pour acquérir ce point il se contente uniquement de s'isoler une heure par jour pour y méditer, le reste de sa journée représentera alors une interruption entre deux temps de méditation, une interruption de vingt-trois heures ! Or, tout ce qui n'a pas caractère d'habitude ne

peut être acquis ni assimilé par l'âme de l'homme. Aussi l'homme doit-il se souvenir tout au long de la journée du point sur lequel il concentre ses efforts.

103

Le souvenir de la Providence d'Hachem tout au long de la journée se situe sur deux plans : il concerne les actions habituelles et quotidiennes de l'homme ainsi que les événements remarquables ou exceptionnels.

Commençons par ceux qui ne font pas partie de l'emploi du temps habituel. Par exemple, un homme va acheter une table ou des chaises. S'il est sur la bonne voie, avant de sortir de chez lui il méditera sur l'action qu'il veut entreprendre, puis prononcera ces mots : je vais acheter une table et des chaises, mais en vérité, je ne suis pas capable de choisir, car seul HKB"YH décide quelle table et quelle chaise je vais acheter. Tout ce que je peux faire, et mon choix lui-même, est inutile. Mais, dans les limites de mon niveau d'initiative (*hichtadlout*), je vais faire ce choix ; comme l'écrit le Ram'hal dans *Messilat Yécharim* (chap. 21) : « Bien qu'il (l'homme) déploie tous ses efforts, il sait que son initiative ne sert à rien ». Dans cet état d'esprit il se met en route, et dès qu'il entre dans le magasin pour choisir la table et les chaises, il prend soin de se remémorer sa réflexion et ses paroles, sachant que lorsqu'il accomplit son choix, son action est comparable à celle d'un singe, ni plus ni moins. Il n'exerce aucun contrôle sur son action car HKB"YH a déjà déterminé son choix.

104

Nous avons choisi l'exemple d'une table et de chaises. Ce n'est qu'un exemple, mais il faut retenir qu'un homme ne doit pas acquérir un objet, quel qu'il soit, sans avoir auparavant médité. Avant d'effectuer un achat, que ce soit une table, un frigidaire, un lave-linge, une armoire ou tout autre chose, il se doit de méditer de la façon que nous avons décrite plus haut. Ainsi, lorsqu'il fera ses achats, il ne sera pas seul, *'hass véchalom*, mais avec HKB"YH.

Dans un premier temps, l'homme devra prendre l'habitude d'adopter cette conduite : ne jamais entreprendre une affaire importante sans auparavant méditer

dans la *émouna*. Celui qui agit ainsi, chaque fois qu'il fera l'acquisition d'un bien matériel acquerra aussi un bien spirituel immense. A chaque nouvelle acquisition il enracinera au tréfonds de son cœur la *émouna* dans la Providence d'Hachem, béni soit Son Nom. Plus il y méditera, plus il en parlera, plus s'enracinera en lui la *émouna* pure dans la Providence d'Hachem, béni soit-Il.

105

Nous avons traité jusqu'ici des actions d'importance, comme l'acquisition de biens de grande valeur. Par la suite, lorsqu'il aura pris l'habitude de méditer sur les actions importantes qu'il doit accomplir, l'homme aura pour tâche de s'habituer à méditer aussi sur ses actes les plus ordinaires.

Prenons un exemple : un homme va acheter de la nourriture pour Chabbat. Par cette action, il peut acquérir beaucoup de *émouna*, simplement en achetant de quoi préparer les repas de Chabbat ! En effet, lorsqu'il s'apprête à tendre la main pour prendre un paquet de pâtes sur une étagère, il réfléchit et dit : sur cette étagère se trouvent des dizaines de paquets de pâtes, pourquoi prendre ce paquet plutôt qu'un autre ? Uniquement parce que Tu as voulu qu'il en soit exactement ainsi ; pour une raison cachée tu as décidé que je prendrais précisément ce paquet et pas un autre.

Les détails sont nombreux, mais le principe est unique. L'homme doit prendre l'habitude, à propos de chaque petite chose, d'enraciner en lui la *émouna* en la Providence d'Hachem, béni soit-Il. Un achat de cette sorte, apparemment insignifiant, peut être pour l'homme l'occasion d'acquérir beaucoup de *émouna*. Car s'il s'attache à cette habitude, il enracinera profondément la *émouna* dans son cœur. Il doit s'habituer à vivre ainsi afin de mériter ce bien spirituel d'une valeur inestimable : l'acquisition d'une *émouna* pure en Hachem, béni soit-Il, et en Sa Providence.

Aussi l'homme a-t-il le devoir de prendre une telle habitude, de toutes les manières possibles, tout au long de la journée : avant de manger du pain, par exemple, il méditera ainsi (de la façon que nous avons décrite précédemment) sur le fait qu'il est sur le point de manger cette tranche de pain précisément, et pas une autre. Il fera de même pour l'eau de *nétila* qu'il verse sur ses mains, celle qu'il boit,

etc. – il pensera que tout ce qui se présente à lui procède de la Providence individuelle (*Hachga'ha pratite*) d'Hachem, béni soit Son Nom.

106

Il est impossible de toujours méditer ainsi chaque détail. Cependant la *'avoda* de l'homme consiste à ajouter chaque fois un détail, à l'observer, le méditer jusqu'à ce que ces principes soient solidement établis dans son cœur.

Voici quel est le fondement de ces principes : l'homme doit abandonner sa vision superficielle de la réalité, qui lui permet uniquement de discerner la Providence d'Hachem dans les événements extraordinaires et « miraculeux » qui transcendent les lois de la nature. Au contraire, il doit voir HKB''H dans chaque détail, fût-il le plus infime, même si ce détail semble vraiment relever des lois de la nature. L'homme doit comprendre que cela ne relève pas de l'ordre du merveilleux, de ce que l'on raconte dans les légendes ! Il s'agit du « souffle de vie » de son existence : il doit vivre tous les jours de sa vie dans une *émouna* épurée, affinée. S'il se comporte ainsi, il sera en mesure d'atteindre un degré sublime d'attachement à HKB''H. Mais pour cela il doit impérativement remplir cette condition préalable : se souvenir sans cesse de la Présence d'HKB''H et avoir conscience du lien « Créateur - créations ».

Il s'agit de bien comprendre que la voie que nous avons entrepris de suivre est une voie toute simple mais d'une grande profondeur. Le *yétser hara'* peut induire l'homme en erreur en lui faisant croire que tout ceci est ridicule et naïf. Pourtant, il existe une forme de naïveté qui procède de la sainteté, et celui qui la possède perçoit les choses dans leur vérité. HKB''H est appelé « le D. qui se cache » (*Yécha'yahou* 45, 15). Où se cache-t-Il ? Dans le cœur de l'homme. Il appartient à l'homme de dévoiler cette Présence d'HKB''H dans son cœur, par la simplicité et la naïveté dans la sainteté. S'il possède la véritable connaissance (*da'at*), il sera en mesure de discerner et de dévoiler la Présence d'HKB''H dans les plus infimes détails de la création. Il pourra ôter le *hé'elem*, le voile qui obscurcit son cœur.

107

Après avoir examiné comment l'homme enracine en lui la *émouna* simple et pure en la Providence d'Hachem, nous allons considérer comment, lorsqu'elle est solidement ancrée au cœur de l'homme, la *émouna* affaiblit le penchant à la colère.

En vérité, le penchant à la colère est un critère qui permet de mesurer le degré de *émouna* dans la Providence individuelle (*Hachga'ha pratite*) du Créateur. Plus l'homme possède la *émouna* dans la Providence, plus s'affaiblit en lui le penchant à la colère. Au contraire, plus est-il éloigné de cette *émouna*, plus ce penchant se fortifie en lui (en dehors du fait que certaines personnes ont une propension naturelle à la colère, tandis que d'autres en sont dépourvues). Ainsi, lorsque l'homme voudra vérifier si sa *'avoda* porte des fruits, et si la *émouna* dans la Providence d'Hachem a trouvé les chemins de son cœur et y demeure bien établie, il examinera entre autres l'intensité de son penchant à la colère. S'il ne constate aucune modification dans son comportement, s'il est toujours aussi enclin à la colère, il pourra en conclure qu'il n'a pas acquis la *émouna* dans la Providence d'Hachem, béni soit Son Nom. Cependant, si son penchant à la colère va en s'affaiblissant, il saura que cet affaiblissement est proportionnel à son degré d'acquisition de la *émouna* en la Providence d'Hachem, béni soit Son Nom.

108

Comment l'homme peut-il réparer son penchant à la colère en enracinant la *émouna* dans son cœur ? Avant de développer ce point, commençons par une brève introduction. Le fondement essentiel de toute forme de *'avoda* authentique, dans tous les domaines, y compris celui qui concerne le penchant à la colère, est le suivant : il faut y impliquer HKB''H. En d'autres termes, tout processus de *'avoda*, à savoir la réparation d'un trait de caractère et la restauration de sa véritable nature, doit se réaliser en faisant entrer HKB''H dans notre démarche. « Si Je (Hachem) suis ici, alors tout est ici » (T.B. *Soukka* 53a). C'est-à-dire : si HKB''H est correctement inclus dans ce processus, il est certain que la réparation se réalisera, car lorsque HKB''H est au cœur d'une chose, aucun mal ne peut s'y trouver, aucune lacune ne peut l'altérer. Cette chose est alors parfaitement réparée et accomplie. La *'avoda* de l'homme consiste à faire entrer HKB''H en toute chose de la manière qui convient.

109

Nous allons à présent expliquer comment réparer le penchant à la colère, et de quelle façon il convient de faire entrer HKB”H au cœur de ce penchant afin de réaliser cette réparation.

Pourquoi l’homme en vient-il à se mettre en colère ? Pour la simple raison que toute chose venant contrarier sa volonté provoque sa colère. Parfois sa colère est faible, il la ressent à peine, parfois elle est puissante, et se manifeste fortement dans son cœur. Elle peut alors devenir terrible et s’exprimer extérieurement, sur son visage. Une cause supplémentaire peut engendrer la colère (elle est incluse dans la première raison que nous avons mentionnée, mais elle est plus précise) : lorsqu’une personne est blessée dans son amour propre ou méprisée, cela éveille sa colère, car elle estime qu’on doit la respecter, et elle se sent lésée.

110

Dans la plupart des cas, il existe deux causes à la colère. 1. La volonté est contrariée, non par un tiers mais par un phénomène naturel. 2. La volonté est contrariée par une autre personne.

Voici quelques exemples : Un matin, un homme décide d’effectuer un trajet en voiture. En route, il est victime d’une crevaison. Il se trouve donc momentanément immobilisé. Personne n’a provoqué cet incident, mais tout pneumatique peut crever et de ce fait se trouver hors d’usage : c’est dans sa nature. Cette mésaventure peut provoquer la colère de notre homme qui se voit contrarié dans sa volonté d’arriver à destination à l’heure prévue. Cependant il n’a personne sur qui déverser sa colère, car ce contretemps n’est pas causé par une tierce personne ! D’ailleurs, si nous lui demandions : contre qui es-tu en colère, contre le pneu ? Il répondrait assurément : non, je ne suis pas en colère contre le pneu. Mais la situation dans laquelle je me trouve me met hors de moi car elle compromet tous mes projets ! Il semble donc a priori que sa colère n’est dirigée contre personne (nous expliquerons plus loin que ce n’est pas tout à fait vrai).

111

Venons-en à la deuxième cause : lorsqu'une personne nuit à une autre personne. Par exemple, elle casse une vitre de la maison d'un voisin. Dans ce cas, la victime peut diriger sa colère contre celui qui a causé le dommage. Il existe donc deux sortes de colère. 1. La colère qui ne vise personne en particulier, tout simplement parce que personne n'est responsable de ce qui est arrivé. 2. La colère contre l'individu qui a provoqué l'offense ou le dégât.

Cependant, en réalité, si l'on regarde au fond des choses, toutes les formes de colère se ressemblent. Nous allons expliquer pourquoi. Lorsqu'un homme comprend avec son intellect ce qu'est la *émouna*, et qu'il en a une vraie connaissance dans son cœur, il discerne alors qu'en vérité, dans tous les cas, celui qui est à l'origine de l'action qui a éveillé la colère n'est autre que le Créateur, béni soit Son Nom...

112

Examinons la première sorte de colère. Pour cela, nous reprendrons l'exemple de cet homme qui voyage en voiture et en chemin est victime d'une crevaison. Si les événements se déroulent simplement ainsi, c'est-à-dire sans avoir été auparavant l'objet d'une méditation approfondie, alors, lorsque le pneu se dégonfle, immobilisant la voiture, notre homme se met en colère, car il est dans la nature de l'homme d'éprouver de la colère dans ce genre de situation. Cependant, si cet homme se conduit de la façon que nous avons exposée plus haut, il agira de la façon suivante : il entrera dans sa voiture, mais avant de se mettre en route, il prendra le temps de méditer : qui m'a donné cette voiture ? HKB"YH ! Comment cette voiture peut-elle se mouvoir ? HKB"YH lui a donné, et continue à lui donner de nouveau à chaque instant la capacité de rouler (comme nous l'avons mentionné plus haut : « Dans Sa bonté, Il renouvelle chaque jour la Création » (*téfilat cha'harit*), aujourd'hui, à chaque instant). Si l'homme conçoit ainsi la réalité, dans son intellect et dans son cœur, chaque fois que sa voiture sera hors d'usage, pour quelque raison que ce soit, il réfléchira ainsi : qui a permis à cette voiture de se mouvoir jusqu'à présent ? HKB"YH ! Et qui lui a ôté cette capacité ? HKB"YH ! Donc si, *hass*

véchalom, je me mets en colère parce que je ne peux pas faire rouler ma voiture, c'est contre HKB''H que je suis en colère, car c'est Lui qui la rend inutilisable et m'empêche de m'en servir.

113

Si sa vie est superficielle, l'homme ne se rappelle pas, ni dans son intellect, ni a fortiori dans son cœur, que seul HKB''H lui accorde à chaque instant la possibilité de se servir de sa voiture, etc., s'il ne ressent pas, quelle que soit la situation, que seul HKB''H le guide à chaque pas, il est évident qu'il n'est pas sur la bonne voie. Il lui sera alors très difficile de penser tout de suite à HKB''H quand surviendra une panne, et de se souvenir que Lui seul le guide. Car même avant cet incident, il n'aura pas pensé à HKB''H. Alors il se laissera aller à la colère. En revanche, s'il se rappelle à tout moment que tout est entièrement dirigé par Lui, béni soit-Il, par sa Providence individuelle, même lorsqu'il aura l'impression d'essuyer un échec, ou qu'il rencontrera des obstacles sur son chemin, il se rappellera avec son intellect et il ressentira dans son cœur que seul HKB''H le dirige à cet instant ; Lui seul met des difficultés sur son chemin : il n'existe pas d'autre cause.

114

La Torah évoque ce point de façon quasiment explicite. Certes, il n'est pas question d'une voiture, mais d'une ânesse (cf. *Bamidbar* 22, 21-33). Bil'am va son chemin, monté sur son ânesse. Soudain la bête s'écarte du chemin, puis se serre contre un mur et enfin s'affaisse, empêchant Bil'am de poursuivre sa route. Ce dernier est persuadé que c'est l'ânesse qui a décidé de l'empêcher d'avancer, alors qu'en vérité c'est faux. Ce n'est pas elle qui l'a obligé à s'arrêter, mais un ange, un envoyé d'HKB''H. En d'autres termes, le fait que l'ânesse ait quitté le chemin pour finalement se coucher sous Bil'am est le résultat direct de la volonté d'HKB''H. Mais Bil'am n'en a pas conscience. Contre qui se met-il en colère ? Contre son ânesse ! Lorsqu'enfin il réalise que tout cela vient d'HKB''H, il comprend qu'il n'y a personne contre qui s'irriter.

De même, si l'homme parvient à penser que, quelle que soit la situation, il est vain de s'irriter contre les choses matérielles, car tout, absolument tout a été fait par Hachem, il comprendra aussi que s'il se met en colère, c'est, *'hass véchalom*, contre HKB''H (or, il est bien évident que personne ne désire cela). Il comprendra que la seule préoccupation de sa vie doit être le Créateur du monde, et Lui seul, et il n'aspirera à rien d'autre qu'à HKB''H. Il s'efforcera de se souvenir de cela. En aucune façon il ne prêtera attention aux nombreux intermédiaires, mais seulement à Celui qui se trouve derrière eux, HKB''H Lui-même.

115

Quand l'homme a saisi, à la fois dans son intellect et dans son cœur, que tout événement vient d'HKB''H, béni soit Son Nom, il doit méditer cette connaissance : est-ce que cet événement procède de l'amour d'HKB''H envers lui, ou au contraire, *'hass véchalom*, de Sa haine ? Il est clair qu'HKB''H aime l'homme d'un grand amour, d'un amour qui transcende toutes les définitions que nous pourrions en donner, un amour qui par essence ne peut se trouver qu'en HKB''H, l'Un et Unique. Si l'homme comprend que tel fait est accompli par HKB''H, et que s'il agit ainsi, c'est par amour, il prend conscience que cet événement est un acte d'amour, il ne peut que lui être bénéfique. Parfois l'homme ne perçoit pas que cet acte est un bienfait pour lui, il ne voit pas a priori que c'est l'amour d'Hachem qui l'a provoqué. Il doit cependant croire, comprendre avec son intellect et ressentir dans son cœur que cet événement provient de l'amour profond d'HKB''H pour lui. La seule finalité de cet amour est de lui prodiguer du bien, même s'il n'est pas en mesure de saisir la nature de ce bien.

116

Lorsque l'homme a compris avec son intellect et son cœur que tout ce qui lui arrive est un bien qui provient de l'amour profond qu'HKB''H a pour lui, il n'a plus de raison de se mettre en colère. En effet, la colère naît lorsqu'une personne en offense une autre ou lui veut du mal. Or, si un événement n'est que bien, ne

contient absolument aucun mal et provient de l'amour du Créateur, comment pourrait-il provoquer la colère ?

117

Récapitulons : dans un premier temps, l'homme doit savoir et ressentir que toute action est accomplie par HKB''H ; ensuite, qu'HKB''H l'aime infiniment, et enfin que seul HKB''H sait vraiment ce qui est bon pour lui. Et si HKB''H le met dans une situation donnée, c'est que, dans son infinie Sagesse, Il sait que c'est la meilleure façon de lui prodiguer du bien à ce moment précis.

Souvent, dans une situation pénible, trompés par le *yétser hara'*, nous nous disons : soit, ce qui m'arrive est un bien, mais pourquoi HKB''H ne me prodigue-t-il pas du bien autrement, de façon telle que je puisse me rendre compte à première vue que c'est un bien ? Nous devons croire, comprendre et ressentir qu'HKB''H connaît tout, et que dans son infinie Sagesse, Il a décidé que c'est la seule manière de nous prodiguer Son bien.

118

Quand le cœur de l'homme a assimilé cela, quoi qu'il lui arrive, il ne se mettra pas en colère. Plus encore, il s'en réjouira. Nos Sages parlent de : « ceux qui se réjouissent quand ils souffrent » (TB. *Chabbat* 88b). Pour éprouver ce sentiment, il faut savoir Qui provoque l'événement qui nous touche, et pourquoi. Lorsque nous comprenons cela et que nous le ressentons vraiment de tout notre cœur, nous n'avons plus lieu de nous mettre en colère, mais au contraire de nous réjouir. Si la joie n'emplit pas notre cœur, et a fortiori si nous ressentons de la colère, cela signifie que notre *émouna* n'est pas encore assez pure.

Notre *'avoda* consiste à intérioriser ces choses dans notre cœur. D'abord il faut les méditer souvent, puis prendre l'habitude de les formuler par des paroles, encore et encore, en s'adressant ainsi à HKB''H : je sais que c'est Toi qui as engendré cette situation, je sais que Tu m'aimes et que ce qui m'arrive est un bien. Accorde-moi le mérite de ressentir cela. Nous devons répéter souvent de telles paroles, inlassablement, jusqu'à les ressentir vraiment au plus profond de notre cœur.

119

Même si une personne connaît un moment de faiblesse et se met en colère, elle ne se laissera pas impressionner. Elle s'efforcera à nouveau d'enraciner en elle la *émouna*. Elle recommencera des centaines de fois s'il le faut. Elle agira ainsi avant d'avoir à affronter une situation pénible, et aussi au moment où elle y sera confrontée. Elle gravera ces paroles dans son cœur sans se lasser ni se décourager devant les échecs. Lorsqu'elle aura pris cette habitude, les obstacles et les revers ne la troubleront plus, car Hachem lui aura accordé le mérite de posséder en son cœur une *émouna* pure.

120

Jusqu'ici nous avons expliqué comment réparer la colère lorsqu'elle est née d'une situation où n'est impliqué aucun tiers. Nous allons maintenant traiter de la colère provoquée par une autre personne.

Comme nous l'avons déjà signalé, c'est le cas le plus difficile. En effet, quand personne d'autre n'est impliqué, comment par exemple, se mettre en colère contre une pierre qui est tombée, un pneu qui a crevé, ou contre tout autre objet ? L'homme comprend (s'il en a le mérite) que ce qui lui arrive est entre les mains d'HKB''H. Mais lorsque c'est un tiers qui éveille sa colère, il a l'impression, du fait que ce tiers est doué de libre arbitre, que ce n'est pas HKB''H qui a provoqué l'incident qui le touche et que tout dépend du libre arbitre de la tierce personne. Il sera alors naturellement enclin à se mettre en colère contre celle-ci, estimant qu'elle a librement choisi de lui nuire, de lui faire du mal.

121

Un incident resté célèbre se produisit au tribunal du *Beth HaLévi* (Rabbi Yossef Dov Soloveitchik) : un jour, un homme se présenta devant le *Beth HaLévi* afin de l'interroger au sujet de la *Cacherout* d'un animal. Le Rav lui répondit qu'il était interdit de le consommer. L'homme comprit et accepta sereinement la décision malgré la lourde perte financière que cela entraînait. Quelques temps après,

le même homme revint au tribunal pour régler un litige avec un tiers. Quand le *Beth HaLévi* prononça son jugement, en faveur de son adversaire, l'homme ne put contenir sa rage. Le *Beth HaLévi* fit alors cette remarque : mon premier jugement a entraîné un dommage financier plus important que le second, mais cet homme n'avait alors personne contre qui laisser éclater sa colère, personne à qui s'opposer ! La bête n'était pas un adversaire. Aujourd'hui en revanche, il peut se retourner contre un tiers, et c'est cela qui provoque son agressivité !

122

Quand sa colère est provoquée par une tierce personne, l'homme peut réagir de deux façons : 1. Il estime, avec son intellect, que l'autre personne a choisi de lui nuire. 2. Le seul fait qu'un tiers soit impliqué suffit à faire naître en lui un sentiment d'hostilité, pour des raisons d'orgueil et d'amour propre. La réparation du penchant à la colère n'est alors possible que par une *émouna* épurée. Si l'homme vit dans la véritable *émouna*, ce qui lui a nui importe peu, que ce soit une pierre, de l'eau ou bien un homme. Seule une profonde confusion dans la *émouna* peut entraîner ce genre de distinctions et donc la colère.

123

Nous rapporterons ici une sentence allégorique tirée du Zohar : quand on frappe un chien avec un bâton, le chien court après le bâton pour s'attaquer à lui. Le chien ignore que ce n'est pas le bâton qui le frappe, mais celui qui le tient. Il en va de même dans ce monde-ci : les hommes et les événements ne sont que des intermédiaires. Ils sont comme un bâton dans les mains d'HKB''H. L'homme doit discerner qui en réalité le frappe. Est-ce le bâton ou bien HKB''H ? Parfois le bâton prend l'apparence d'une pierre, parfois celle de l'eau, ou encore celle d'un être humain. Mais en réalité, il n'existe aucune différence : ces manifestations n'ont qu'une seule origine : HKB''H.

Le roi David a dit au sujet de celui qui l'avait maudit (*Chémouel* 2. 16, 10) : « C'est Hachem qui lui a dit de maudire ». De la même façon l'homme doit savoir discerner l'action d'Hachem à travers les actes des intermédiaires : c'est Hachem qui

lui a dit de frapper ; c'est Hachem qui lui a dit de briser ; c'est Hachem qui lui a dit d'humilier, etc. Même si tous ces exemples ne sont pas explicitement mentionnés dans la Bible, l'homme avisé comprendra le principe qu'ils illustrent et saura l'assimiler : dans toutes les situations « c'est Hachem qui lui a dit de ... ».

124

Il s'agit de saisir l'essence des mécanismes qui sont à l'œuvre dans la création. Il existe deux visions différentes de la création. 1. On peut considérer qu'elle est composée de quatre grandes catégories : le minéral (inerte), le végétal, l'animal et l'humain. Mais ce point de vue demeure superficiel, et ne s'attache qu'aux apparences. 2. On peut y reconnaître ce que nous disent nos Sages, de mémoire bénie : « Tu es après la Création du monde tout comme Tu étais avant la Création du monde » (*Korbanot* de la *Téfilat Cha'hrit*). Si ce principe n'était pas essentiel au service (*avoda*) du Créateur, pourquoi nos Sages l'auraient-ils révélé ? Chaque fois que la Providence suprême d'Hachem a octroyé à l'homme une connaissance, c'est parce que ce dernier en avait besoin pour Le servir. Il n'en est donc pas autrement de cette sentence : « Tu es après la Création du monde tout comme Tu étais avant la Création du monde ».

Les Sages nous ont dévoilé une nouvelle perspective de la création. Il ne s'agit plus de la limiter à la vision de quatre grands règnes, le minéral (l'inerte), le végétal, l'animal et l'humain, qui relève de la perspective d' « après la Création du monde ». Il convient de vivre, même « après la Création », dans la perspective d' « avant la Création ». Cette vision du monde découle d'une approche profonde et intériorisée de la vie. Elle permet de porter un regard authentique sur ce qui constitue l'essence des créatures.

125

Développons ce point : si l'homme estime que les quatre grands règnes – le minéral (l'inerte), le végétal, l'animal et l'humain – représentent une réalité indépendante, une entité en soi, dans la perspective d' « après la Création », chaque fois qu'il se trouve confronté à ces éléments, il les considère alors comme

autonomes. Or, c'est précisément cette vision du monde qui le conduit, par exemple, à se mettre en colère contre une autre personne. En revanche, s'il vit dans la perspective d'« avant la Création », il trouve HKB''H en toute chose. Il ne voit pas dans le minéral ou le végétal des éléments indépendants mais il y discerne la présence d'HKB''H. De même pour l'animal et l'humain. De ce fait, il ne se préoccupe pas réellement de ce qui est créé, mais seulement d'HKB''H. Tout est pour lui comme un « habit » recouvrant la Présence du Créateur du monde, si bien qu'il ne prête pas attention à l'habit, c'est-à-dire à l'être créé, mais à Celui qui se trouve derrière cette parure, à savoir HKB''H. Ainsi, dans tout événement il ne voit rien d'autre que l'action d'HKB''H, Cause unique de tout.

Cette attitude transforme toute la vie de l'homme. Il abandonne son existence superficielle – où il ne voyait que les créatures – pour une vie profonde, il pénètre la réalité des choses, discernant en elles la Présence du Créateur. Il ne se préoccupe plus du monde et n'aspire qu'à HKB''H. C'est là le sens profond de ce que nos Sages enseignent au sujet d'Esther : lorsqu'elle a dit « Que vienne le roi » (*Esther* 5, 4) elle pensait au Roi du monde. Car Esther voyait HKB''H en toute chose, elle n'aspirait qu'à Lui, ne parlait qu'à Lui, béni soit-Il.

126

Il est important de comprendre que cette vision des créatures est la seule qui soit profonde et authentique. Considérer les créatures comme des entités indépendantes, séparées, n'est pas les estimer à leur juste valeur. En effet la valeur des choses se mesure seulement à la part de Divinité présente en elles. La valeur qu'on leur attribue ici-bas dépend de critères mensongers qui appartiennent à ce monde. Mais en vérité, la valeur des créatures correspond au degré de dévoilement de la Divinité en elles. Aussi, lorsqu'un homme considère le minéral, le végétal, l'animal et l'humain en fonction de la Divinité que renferme chacun de ces éléments, il élève toutes les créatures en un degré supérieur : elles ne sont plus des créatures ordinaires mais des créatures attachées à la Divinité, qui se manifeste en elles. La valeur d'une créature réside tout entière dans la manière dont elle reflète et révèle la Divinité, HKB''H.

127

Si l'homme mérite de considérer le monde dans la perspective d' « avant la Création du monde », tout en vivant dans l' « après la Création du monde », chaque élément de la création est pour lui un moyen de se rapprocher d'HKB''H, et de s'attacher à HKB''H. Il ne se représente plus la création comme une séparation entre le Créateur et lui car sa vision pénètre au-delà de l'apparence, et il trouve HKB''H dans toute chose. Il n'est donc en rien concerné par ce qui arrive aux créatures ni par leurs actions. Il reconnaît qu'il ne faut pas y voir l'œuvre d'une créature. De cette manière il se détache des créatures, de leurs actions, et des résultats de leurs actions. Plus encore, parce qu'il voit au-delà de l'apparence des choses et perçoit leur essence profonde, HKB''H. Tout le rapproche d'HKB''H. Nous avons développé ce point car il constitue l'un des principes de base essentiels à la compréhension de l'essence de la vie et de la relation à HKB''H.

128

Quand une personne comprend ce principe et le fait pénétrer dans son cœur, sa relation au Créateur du monde en est renforcée. Rien ne peut s'interposer entre son Créateur et lui. Il perçoit l'essence de toute chose, qui n'est autre qu'HKB''H. L'apparence extérieure (l' « habit ») ne constitue plus pour lui un obstacle à l'attachement au Créateur. En d'autres termes, cette personne n'est pas reliée à HKB''H uniquement par l'étude de la Torah et l'accomplissement des *mitsvot*, mais toute sa vie tient en ces termes (*Michlé* 3, 6) : « Dans toutes tes voies, connais-Le [par le *da'at*] ». Dans tout ce qu'il fait, il connaît HKB''H (connaître, c'est à dire être relié à HKB''H) et s'attache intimement à lui. La *'avoda* de l'homme consiste à repousser les apparences, à ne pas se fier à ce que les yeux voient, à savoir les créatures, et à s'attacher sans cesse à l'essence de toute chose, qui n'est autre qu'HKB''H. Pour atteindre ce stade, il est nécessaire d'avoir pleinement conscience de l'existence d'HKB''H et de sa Providence, comme nous l'avons expliqué précédemment. Cette attitude permet à l'homme de se sortir du monde de la séparation (dans lequel les entités sont séparées les unes des autres, et chacune d'entre elles est séparée d'HKB''H) pour s'attacher au monde d'HKB''H, monde de

l'unité (*a'hdout*), dans lequel se révèle l'Unité d'HKB''H : « Hachem est Un et Son Nom est Un » (*Zékharïa* 14, 9), et qui se dévoile par « la *yé'hida* (partie la plus élevée de la *néchama*) qui reconnaît Son Unité » (*Hocha'anut* de Soukkot). La finalité de cette étape et son aboutissement réside dans l'attachement absolu à l'Infini. Chaque homme doit s'efforcer de l'acquérir au maximum de ses possibilités.

129

Lorsque une personne a affermi sa *émouna* en HKB''H, quand elle perçoit et ressent Sa Providence en toute chose, elle se trouve alors en mesure d'entrer dans le monde de la prière (*téfila*). C'est intentionnellement que nous parlons de « monde » de la prière. Car il n'est pas ici question des trois prières que nous faisons chaque jour, mais véritablement d'un « monde » où l'homme doit pénétrer, celui de la prière. Vivre dans ce monde revient à vivre dans un tout autre univers. Le roi David a dit : « Mais moi, je ne suis que prière » (*Téhilim* 109, 4), ce qui signifie que son âme était toujours en prière, il vivait dans le monde de la prière. Quand un homme vit dans le monde de la prière, il ne se passe pas un quart d'heure sans qu'il se tourne vers le Maître du monde, par la pensée ou la parole. Il faut en premier lieu comprendre que la prière est un état de vie, non un détail de l'existence auquel on consacre chaque jour un temps déterminé et limité.

130

Nous allons reprendre ce point en détail. Un juif sincère vit toute la journée avec HKB''H. Il étudie la Torah avec HKB''H, pratique les *mitsvot* avec HKB''H, etc. Ce qui relie l'homme à HKB''H tout au long de la journée, qui le fait vivre chaque heure de sa vie avec HKB''H, c'est la prière. Autrement dit, la finalité profonde de la prière est de permettre à l'homme de ne vivre qu'avec HKB''H. Quand nous comprenons cela, il devient clair que la prière ne peut être limitée à quelques heures quotidiennes (par exemple deux ou trois fois par jour). Si tel était le cas, en effet, la prière ne pourrait atteindre son principal objectif : relier l'homme à HKB''H en permanence, tout au long de la journée. Si la prière se limite à quelques moments de la journée, comment pourra-t-elle établir un lien qui dure toute la

journée ? La prière doit occuper toute la journée, sans interruption (comme nous l'expliquerons par la suite). C'est en ce sens que le roi David a dit : « Mais moi, je ne suis que prière » ; il consacrait son être entier, c'est à dire toute son âme et tout son temps, à la prière.

131

Approfondissons encore cet aspect : si l'homme ne pense pas toute la journée à HKB" H, comment pourrait-il s'adresser à lui à chaque instant ? S'il oublie de penser au Créateur, il ne pensera certainement pas à prier. L'homme doit donc d'abord penser à HKB" H tout le jour, de la façon que nous avons décrite plus haut en détail. Plus encore, si l'homme pense à HKB" H mais oublie que sa Providence s'exerce sur toute chose à tout instant, sans la moindre exception ni aucune interruption, quelle raison aurait-il de s'adresser à Lui pour lui demander de l'aider ? Comment y penserait-il s'il ne ressent pas que seul HKB" H peut lui venir en aide en toute circonstance ? Il est donc clair que pour réaliser les paroles du roi David, « Mais moi, je ne suis que prière », l'homme doit en premier lieu veiller à penser sans cesse qu'il existe un Créateur, qu'Il dirige la création et qu'il est le seul « Maître de la maison » (*Béréchit Rabba* 39, 1), décidant de tout dans les moindres détails.

132

Si l'homme vit toute la journée avec la pensée et le sentiment que toutes ses actions, sa réussite ou, *hass véchalom*, ses échecs, dépendent uniquement d'Hachem, béni soit Son Nom, alors, quoi qu'il fasse, il priera HKB" H (en pensée ou en parlant) de lui accorder la réussite. Il le fera avant chacune de ses actions, et même pendant.

Voici quelques exemples : un homme s'apprête à prier *Cha'harit* (la prière du matin). Or, nous savons par expérience qu'il est difficile de se concentrer convenablement et d'avoir l'intention qui convient (la *kavana*) pendant la prière. Qui peut aider cet homme à mieux se concentrer et à avoir la *kavana* ? Bien sûr, on peut estimer que chacun doit essayer de faire du mieux qu'il peut. Cependant, sans l'aide d'HKB" H, l'homme ne peut pas réussir, jamais. Nos Sages enseignent (T.B.

Kidouchine 30b) : « tous les jours, sans exception, le *yétser hara'* (le mauvais penchant) renouvelle ses assauts contre l'homme (...) et si HKB''H ne venait pas à son aide, l'homme ne pourrait vaincre son *yétser hara'* ». S'il compte sur ses propres forces, l'homme ne réussit pas à se concentrer dans la prière ni à maîtriser sa *kavana*. Qui peut l'aider ? Seulement HKB''H ! S'il est avisé, l'homme s'adressera donc à HKB''H avant de commencer à prier. Il Lui demandera de pouvoir se concentrer afin d'avoir la *kavana* pendant la prière. De même, si au cours de la prière il éprouve des difficultés à continuer, il fera une pause et priera HKB''H de l'aider à poursuivre sa prière convenablement.

133

Prenons un autre exemple : quand un homme se prépare à étudier la Torah, il doit comprendre que sans l'aide d'HKB''H, il lui est impossible d'en saisir la véritable substance. La Torah transcende toute forme de compréhension humaine, et dans les *Sefarim HaKedochim* (les livres saints de nos Sages), elle est appelée « intelligence séparée », car elle se distingue de l'intelligence humaine et lui est supérieure. Aussi l'intellect de l'homme n'est-il pas en mesure de discerner et de saisir la profondeur de la vérité intrinsèque de notre sainte Torah. Dès lors, comment celui-ci peut-il comprendre convenablement la Torah ? Ce n'est possible qu'avec l'aide d'HKB''H, béni soit Son Nom, « car Hachem donne le savoir, de sa bouche émanent la connaissance et le discernement » (*Michlé* 2, 6). Il n'existe pas d'autre moyen de comprendre la Torah. Quand l'homme a conscience qu'il ne peut compter sur ses propres forces mais uniquement sur l'aide d'HKB''H, il s'adresse à Lui du fond de son cœur et lui demande avec ses propres mots de lui accorder le mérite de comprendre la Torah et d'en pénétrer la vérité. Il procédera ainsi avant l'étude, suppliant HKB''H de lui accorder la juste compréhension de la Torah, mais aussi pendant l'étude, lorsque surgiront les interrogations et les difficultés de compréhension. Il se tournera alors naturellement vers HKB''H et le priera de lui donner le mérite de comprendre.

Lorsque l'homme se comporte ainsi, il demeure relié à HKB''H même lorsqu'il étudie la Torah ; son étude et sa prière sont indissociables. Dans le cas contraire, c'est-à-dire si lorsqu'il étudie la Torah l'homme oublie totalement HKB''H à force

de concentration, il risque, *'hass véchalom*, de continuer à l'oublier une fois son étude terminée. L'attitude que nous avons décrite est donc la seule qui permette à l'étude de la Torah d'être rattachée à HKB"YH et de relier l'homme à son Créateur. Toute autre approche produirait, *'hass véchalom*, l'effet inverse. Ce principe n'est pas nouveau. La biographie du 'Hazon Ich nous apprend que notre maître le mettait en pratique dans son étude : chaque fois qu'il devait faire face à une question ardue ou à une difficulté de compréhension il se mettait dans un coin de la pièce, et là il se confiait à HKB"YH, le suppliant de l'éclairer, de l'aider à comprendre correctement. Bien entendu, il n'est pas nécessaire de se mettre dans un coin. Chacun fera comme il le ressent. Rien n'empêche de rester assis devant son livre, et de se tourner vers HKB"YH, par la pensée ou en lui parlant (la prière par la pensée est un sujet profond que nous ne développerons pas ici) pour lui demander de l'aider à comprendre la Torah. (Nous avons expliqué la nécessité de la prière au cours de l'étude, car elle unit l'homme à son Créateur. Mais il convient aussi de s'arrêter un instant pour remercier HKB"YH lorsque l'on a compris un commentaire des *Tossafot* par exemple, ou que l'on a mené à terme l'étude d'une question. On s'adressera ainsi à HKB"YH : Maître du monde, je te remercie infiniment de m'avoir accordé le mérite de comprendre tel commentaire etc. De cette manière, l'homme demeure relié à HKB"YH tout au long de son étude. Ceci est un conseil extraordinaire, qui permet de vivre toujours dans un attachement authentique au Créateur). L'homme doit prendre l'habitude de demander à HKB"YH de comprendre la Torah, avant de commencer son étude, pendant son étude et aussi après son étude – le priant de lui accorder de se souvenir de ce qu'il a appris et d'avoir le mérite d'étudier encore. S'il se comporte ainsi, l'homme acquerra un bien immense, avec l'aide d'Hachem : il sera en mesure de comprendre la Torah et par son étude aura le mérite de s'attacher entièrement à Hachem.

Revenons sur l'exemple de cet homme dont l'intention est d'acheter une table et des chaises. Nous avons expliqué quelle doit être sa démarche : avant de se rendre au magasin il doit considérer, dans une perspective de *émouna*, que tout est déterminé par HKB"YH, béni soit Son Nom, et uniquement par Lui. Aussi, avant

tout achat, cet homme devra non seulement méditer mais aussi prier HKB''H et lui ouvrir son cœur. Il Lui dira qu'il a besoin d'une table, qu'il souhaite en acheter une et qu'il envisage de se rendre dans tel magasin etc. Il exposera son projet en détail à HKB''H. Il Lui demandera de l'aider à choisir la table qui convient le mieux, de lui épargner de se faire trop de souci, de garder son regard en chemin etc. etc. Il confiera à HKB''H tout ce qui touche à l'achat de cette table, tous les détails qui le préoccupent, et pour tout cela il sollicitera Son aide.

135

Ces exemples ne prétendent pas être exhaustifs, mais celui qui désire vraiment servir Hachem retiendra le principe qu'ils illustrent : tout homme doit progressivement s'habituer à prier HKB''H de lui accorder la réussite dans tout ce qu'il entreprend (il ne sert à rien de vouloir brûler les étapes, car les choses doivent pénétrer jusque dans le cœur de l'homme, et le cœur a besoin de temps pour se transformer, « si tu veux tout à la fois, tu n'auras rien » (par ex. T.B. *Roch HaChana* 4b)). Il agira toujours ainsi, que ce soit lorsqu'il répare un objet cassé ou lorsqu'il fait la cuisine, quand il a un rendez-vous et qu'il doit absolument être à l'heure etc. En toute circonstance, à chaque instant, il doit prendre l'habitude de prier HKB''H, en pensée ou bien en Lui parlant, et lui confier dans les moindres détails tout ce qui touche à son entreprise. De cette manière, il sera relié à la Source de la vie, HKB''H. Ce sont là des recommandations infiniment précieuses.

136

Grâce à la prière, les femmes stériles peuvent concevoir, on peut obtenir la guérison des malades, l'abondance de biens, matériels et spirituels. La prière est un moyen d'obtenir toutes sortes de bonnes choses. Cependant l'homme doit comprendre que tous ces bienfaits sont secondaires, et ne constituent pas l'essence de la prière. Par essence, la prière est faite pour permettre à l'homme d'être relié à la Source de la vie et s'y attacher. Quand il prie pour obtenir quelque chose, que sa demande soit d'ordre matériel ou spirituel, l'homme doit penser à la nature profonde de sa prière.

Là se trouve le secret de la vie : savoir en tout distinguer l'essentiel de l'accessoire, et considérer chaque chose et chaque situation comme un moyen de vivre dans la proximité d'Hachem et l'attachement à Lui. C'est cela le point essentiel, tout le reste n'est qu'accessoire et secondaire relativement à la proximité d'Hachem et à l'attachement à Hachem. Cela est particulièrement vrai pour la prière, qui par nature est dialogue avec HKB''H, relation à HKB''H, proximité avec HKB''H et attachement à HKB''H. Quand il prie, l'homme ne doit jamais se focaliser sur la demande qu'il formule dans sa prière, mais plutôt sur l'essence même de la prière qui n'est autre que la communication avec HKB''H et la jouissance de Sa Proximité. Les *Sefarim HaKedochim* voient une allusion à cela dans les paroles que prononce Ra'hel après la naissance de Naftali (*Béréchit* 30, 8) : « J'ai prié et j'ai été attachée à Hachem » (cette interprétation se base sur la similitude consonantique du mot *téfila* et du terme employé dans ce verset pour décrire l'attachement à Hachem : *naftoulé*). Car l'essence de la prière n'est autre que la relation à HKB''H et l'attachement à HKB''H.

137

Lorsque l'homme prie, lorsqu'il parle avec son Créateur, il peut s'adresser à Lui de deux manières. 1. L'homme peut s'adresser à HKB''H à la troisième personne. 2. Il peut lui parler à la deuxième personne. L'usage de la deuxième personne, « Tu », correspond davantage à la finalité même de la prière. Au début, il peut être difficile de dire « Tu » au Créateur, car l'âme ne ressent pas encore la présence d'HKB''H à ses côtés. Cependant, l'homme doit s'y habituer, et peu à peu il parviendra à ressentir la présence d'HKB''H près de lui. Là encore, il convient de procéder par étapes. Au début l'homme parlera d'HKB''H à la troisième personne, et de temps en temps seulement, il s'adressera directement à Lui à la deuxième personne. Au fil du temps, quand il se sentira prêt, il dira plus souvent « Tu », et enfin acquerra le mérite de toujours s'adresser à HKB''H à la deuxième personne et de ressentir concrètement la présence de son Créateur à côté de lui.

Cette *avoda* touche à l'essence même de la vie. Car la finalité de l'existence de l'homme dans ce monde-ci consiste à vivre avec son Créateur, à ressentir qu'HKB''H se trouve concrètement à côté de lui. Ce degré dans la *avoda* est l'un

des plus difficiles à atteindre qui soit, car comme l'explique le Ram'hal (cf. *Messilat Yécharim* chap. 25) : les sens contredisent cela. Cependant, quand l'homme prend l'habitude de se comporter ainsi – en procédant par étapes et avec persévérance, il ressentira la présence d'HKB" H près de lui et il lui parlera « comme on parle à un ami » (Ibid. chap. 19, 2^o partie). Au début ce degré semble difficile à atteindre, mais si l'homme prend l'habitude d'être tourné vers HKB" H et de lui parler tout au long de la journée, la tâche lui semblera beaucoup plus facile. En progressant dans cette *'avoda* d'un degré élevé il parviendra à ressentir la présence du Créateur à ses côtés et à dialoguer sans cesse avec Lui comme avec un ami, c'est-à-dire spontanément et en toute simplicité. C'est ainsi qu'ont vécu les grands de toutes les générations. De tout leur être ils ressentaient la présence d'HKB" H à leur côté.

YIR-A – LA CRAINTE D'HACHEM

138

Le fondement de l'édifice spirituel est la crainte du châtement (*Yir-at ha'onech*), que nos Maîtres appellent « crainte inférieure » (relativement à la crainte révérencielle d'Hachem (*Yir-at haroméout*) qui est appelée « crainte supérieure »). Il existe deux sortes de crainte du châtement. 1. La peur d'un châtement infligé après la mort, par exemple en enfer (*Guéhinom*). 2. La peur d'être puni dans ce monde-ci, par toutes sortes d'épreuves. Nous parlerons d'abord de la première catégorie de « crainte du châtement » : celle de subir des souffrances après la mort, au *Guéhinom*.

L'homme acquière difficilement la crainte des châtements qu'il pourrait se voir infliger au *Guéhinom*. Il n'a pas peur du *Guéhinom* car ses yeux ne le voient pas. Or, il est dans la nature de l'homme de ne pas éprouver de crainte pour ce qu'il ne voit pas. S'il était pur, il verrait, par l'intermédiaire de sa *néchama*, les châtements infligés après la mort, et il aurait alors peur du *Guéhinom*. Seuls des êtres d'exception atteignent ce degré : être en mesure de voir, par leur *néchama*, ce qui se passe dans les cieux. Mais s'ils ont atteint ce degré, c'est parce qu'ils ont auparavant acquis la crainte du châtement. Ce n'est donc pas un moyen pour y parvenir.

En réalité, c'est par son imagination que l'homme peut acquérir cette crainte, par cette faculté de son cerveau qui lui permet de se représenter les choses, et donc aussi le *Guéhinom*. Cette vision du *Guéhinom* inspirera la crainte. Hélas, de nos jours, très peu d'hommes possèdent une imagination assez forte pour influencer leur cœur et lui inspirer la crainte du châtement. De ce fait, pour la plupart, il demeure très difficile de l'acquérir. En effet, le corps ne perçoit pas cette réalité, la vision de leur *néchama* – qui elle, pourrait la percevoir – est obscurcie par un voile, et leur imagination est trop faible. Pour cette raison, certains, parmi nos Maîtres des dernières générations, furent d'avis qu'il était préférable d'éviter de trop parler de la crainte du châtement. D'autres au contraire estimèrent qu'il ne convenait pas de renoncer à ce fondement essentiel de la *'avoda*. Aussi, en dépit de la difficulté que

cela représente, ils continuèrent à s'attacher à cet aspect de la *'avoda*. La plupart consacrèrent leur vie entière à enseigner la crainte du châtement sans pour autant parvenir à l'acquérir parfaitement tant la difficulté est grande.

Il s'avère que ces deux approches sont dangereuses. Si l'homme prétend progresser dans la *'avoda* sans tenir compte de la crainte du châtement, il lui manque une base essentielle, et *'hass véchalom*, lorsqu'il sera confronté à l'incompréhension et aux échecs, quand il ne se sentira pas brûler d'un grand amour, il n'aura pas la force de résister au péché, faute d'avoir acquis la crainte du châtement. Le point de vue adverse représente aussi un danger. En effet, la crainte du châtement étant difficile à acquérir, l'homme peut, *'hass véchalom*, y investir d'immenses efforts toute sa vie durant sans jamais aller au-delà dans sa progression. Il quittera alors ce monde avec bien peu.

139

Nous commencerons par expliquer en quoi consiste la véritable nature de la crainte du châtement. Comme nous l'avons dit à plusieurs reprises l'homme doit voir HKB''H dans toute chose et considérer toute situation comme un moyen de se rapprocher de Lui, béni soit Son Nom. Ce principe essentiel s'applique à la crainte du châtement. En premier lieu l'homme doit trouver HKB''H dans la crainte du châtement. Ensuite, il doit comprendre comment cette crainte lui permet de se rapprocher d'HKB''H.

Il doit en premier lieu s'interroger ainsi : Qui a créé le *Guéhinom* ? HKB''H ! Le *Guéhinom* est donc l'œuvre d'HKB''H. Puis il doit se demander : Qui applique le châtement dans le *Guéhinom* ? Le fonctionnement du *Guéhinom* est-il entièrement autonome, indépendant ? Certes non ! HKB''H et Lui seul l'a créé et le crée à chaque instant (« Il crée la lumière » (*téfilat cha'harit*) : le verbe est au présent ; toutes les créations sans exception sont renouvelées à chaque instant), Lui seul inflige à l'homme son châtement dans le *Guéhinom*.

140

Considérons à présent pourquoi HKB"Y a créé le *Guéhinom*. Est-ce parce qu'Il voulait nuire aux hommes ? Certainement pas ! Il est évident au contraire que la volonté d'HKB"Y est que nous soyons proches de Lui. Lorsque les fautes séparent l'homme d'HKB"Y, l'empêchant d'être proche de Lui et de s'attacher à Lui, les châtements du *Guéhinom* sont alors un moyen d'abolir cette séparation. La finalité du *Guéhinom* n'est autre que de donner à l'homme la possibilité d'être proche d'HKB"Y, béni soit Son Nom. Si quelqu'un a peur du *Guéhinom* mais ne se souvient pas, ne ressent pas au fond de lui Qui a créé le *Guéhinom*, Qui y inflige les châtements et pourquoi, la finalité profonde des châtements du *Guéhinom* lui échappe. Il tremble devant l'aspect extérieur du *Guéhinom*, mais le but même pour lequel sa peur a été créée, il ne le saisit pas.

141

Tout comme existe le châtement du *Guéhinom*, existe aussi la peur du châtement. Il faut comprendre la finalité de cette peur. HKB"Y a-t-il voulu tourmenter l'homme et l'effrayer ? Certainement pas. Mais comme l'existence de l'homme n'a d'autre but que la proximité avec HKB"Y, et lorsque, *'hass véchalom*, il n'accomplit pas la volonté de son Créateur, il en est séparé. C'est pour cela qu'HKB"Y a créé le *Guéhinom*, pour que l'homme en ait peur, et que grâce à cette peur il ne s'éloigne pas de Lui en péchant. La peur du *Guéhinom* n'est pas un but en soi. Elle a pour seule finalité d'empêcher l'homme de s'éloigner de son Créateur, et de lui permettre de se rapprocher de Lui et de vivre dans Sa proximité.

Si l'homme a peur du *Guéhinom*, mais sans être pleinement conscient de la finalité de sa peur, un point absolument essentiel lui échappe. Il faut se rappeler que le *Guéhinom*, aussi bien par ses châtements que la peur qu'ils inspirent, n'est qu'un moyen de rapprocher l'homme de son Créateur et de l'attacher à Lui, pas autre chose. Quand un homme s'efforce d'acquérir la crainte du châtement, il doit d'abord se souvenir de l'objet de sa crainte : a-t-il peur du *Guéhinom* ou bien d'HKB"Y, parce que dans le *Guéhinom* c'est Lui qui inflige le châtement ? (Bien sûr il doit craindre le châtement, mais il doit se rappeler Qui l'inflige. Rabbi Yé'hezkel Lévinstein, de mémoire bénie, évoquait souvent ce concept très profond). Il est essentiel de se rappeler le but de cette crainte.

142

Si l'homme s'efforce d'acquérir la crainte du châtement de cette manière, sa *'avoda* tout entière en est transformée. S'il tente de s'y prendre autrement, il peut *'hass véchalom*, lutter des années durant pour acquérir la crainte des châtements du *Guéhinom*, sans presque penser à HKB''H ! Il se préoccupe de la crainte, du *Guéhinom*, mais oublie HKB''H. En revanche, si l'homme suit la voie que nous avons décrite, la crainte du châtement devient pour lui un moyen de s'approcher du Créateur, et non, *'hass véchalom*, le contraire. En conclusion, l'homme doit sans cesse se demander si la crainte du châtement le conduit à penser davantage à HKB''H, à ressentir qu'il se rapproche d'HKB''H, ou si, *'hass véchalom*, il ne s'inquiète plus que de lui-même et de sa propre peur, ne se préoccupant que d'échapper à la souffrance du châtement, son ego ne cessant alors d'enfler, tandis qu'il pense de moins en moins au Créateur.

143

Il ne faut pas croire que la crainte du châtement soit un pis-aller tout juste bon pour les simples d'esprit et les insensés. Certes, il est écrit dans les ouvrages de nos Sages que le châtement convient aux simples d'esprits et aux insensés. Cela signifie que de par leurs capacités, seule la crainte du châtement leur est accessible, ils ne peuvent aller au-delà. Cependant il est clair que même les hommes les plus brillants ont besoin de la crainte du châtement. Nous avons déjà expliqué que lorsque l'homme doit faire face à sa propre incompréhension ou au découragement, sa crainte du châtement doit être forte, car dans ces moments la plupart des perceptions de son cœur sont voilées, et seule la crainte du châtement le préserve des fautes.

C'est pourquoi, lorsqu'une personne commence à travailler sur la crainte du châtement, elle doit savoir que telle est la volonté d'HKB''H. Quand l'homme s'efforce d'acquérir la crainte du châtement, il accomplit la volonté d'HKB''H, béni soit Son Nom. Et cet aspect de la *'avoda* constitue un moyen de se rapprocher du Maître du monde, car ce qui motive l'homme lorsqu'il travaille sur l'acquisition de

la crainte du châtement, c'est son désir d'accomplir la volonté d'HKB''H. (Il arrive aussi qu'il soit motivé par la seule peur du châtement, l'inquiétude de ne pas le craindre assez, de pécher et d'être puni. La *'avoda* est alors motivée par la peur, non par l'unique désir d'accomplir la volonté d'HKB''H. L'homme devra malgré tout persévérer pour deux raisons : 1. La peur d'être puni dans le *Guéhinom*. 2. Le désir d'accomplir la volonté d'HKB''H, à savoir que l'homme acquière la crainte du châtement).

Malgré tout, même si la crainte du châtement se réduit à la peur de l'homme pour son ego – à l'idée d'être puni et de souffrir – elle demeure un moyen de se rapprocher d'HKB''H si l'homme n'oublie pas : 1. Qui a créé le *Guéhinom* et le crée à chaque instant. 2. Qui inflige les châtements au *Guéhinom*. 3. Que la seule finalité des châtements du *Guéhinom* est de rapprocher l'homme d'HKB''H. 4. Que la peur des châtements du *Guéhinom* est destinée à préserver l'homme du péché et à le rapprocher de son Créateur. 5. Que lorsqu'il entreprend d'acquérir la crainte du châtement, c'est dans le but d'accomplir la volonté d'HKB''H (même si ce n'est pas son unique motivation). Ces cinq aspects de la crainte du châtement permettent à l'homme de se relier à HKB''H. S'il les met en pratique, il ne s'enfermera pas dans l'égoïsme mais se souviendra d'HKB''H et de ce fait aura le mérite de se rapprocher de Lui.

144

Quand l'homme se souvient des cinq points que nous avons énumérés, il peut commencer à travailler à l'acquisition de la crainte du châtement. Il est bien évident qu'il doit d'abord lire, dans les ouvrages qui traitent de la crainte du châtement et la décrivent, les chapitres consacrés au *Guéhinom* ou au « châtement des coups reçus dans le tombeau » – par exemple dans *Réshit 'Hokhma*, le chapitre sur la crainte etc. Il lira aussi les histoires racontées par les *Tsaddikim*, comme *Séfer Min'hat Yéhouda – harou'hot messaperot*, du grand kabbaliste Rabbi Yéhouda Pétaya, de mémoire bénie, etc., et d'autres encore, qui racontent ce qui se passe là-bas. Il tentera de se représenter tout cela, selon la capacité de son imagination.

Cependant, durant tout le temps qu'il consacrera à l'acquisition de la crainte du châtement, il devra absolument veiller à parler à HKB''H, à le prier avec ses mots

à lui. C'est la chose la plus importante. Il lui dira par exemple : Maître du monde, Tu as créé le monde et tu m'as ordonné de Te craindre, d'avoir la crainte du châtement. Pourquoi as-tu fais cela ? Pour que je ne m'éloigne pas de Toi, et que je mérite de me rapprocher de toi, etc. Tu m'as attribué un cerveau, et la faculté de me représenter les choses. Mais il m'est difficile, avec mes seules capacités, d'acquérir la crainte du châtement. Aussi, Maître du monde, je vais m'efforcer, pour ma part, de faire tout ce qui est en mon possible pour Te craindre, mais je sais bien que cela ne suffit pas. Je t'en supplie, Maître du monde, aie pitié de moi, fais pénétrer Ta crainte dans mon cœur afin que je Te craigne toujours. Ainsi je ne pécherai pas, et je mériterai d'être sans cesse proche de Toi. Chacun s'exprimera à sa façon, avec les mots de son cœur. Il confiera à HKB''H ce qu'il ressent en détail, la raison pour laquelle il s'efforce d'acquérir la crainte du châtement, les difficultés qu'il rencontre etc. Il demandera à HKB''H de l'aider dans sa démarche. Il gardera sans cesse à l'esprit que sans l'aide d'HKB''H l'homme ne pourrait acquérir la véritable crainte du châtement, même s'il y travaillait mille ans et plus. Il doit savoir, comprendre et ressentir que sa *'avoda* tout entière dépend de l'aide d'HKB''H.

Il doit prier pour cela – à propos de la crainte du châtement en général mais aussi pour chaque détail. Ainsi par exemple, avant de sortir, il s'inquiètera de ne pouvoir garder ses yeux de choses inconvenantes, *'hass véchalom*, et il demandera à HKB''H de l'aider à éprouver de la crainte durant son trajet, afin de garder ses yeux de tels objets. Il agira ainsi pour toute situation pouvant nécessiter la crainte. Avant de s'y confronter il adressera à HKB''H une courte prière. Nous retiendrons donc qu'il faut prier de façon générale pour acquérir la crainte du châtement, mais aussi spécifiquement pour chaque détail dont nous craignons qu'il nous fasse trébucher.

145

Nous avons jusqu'ici considéré la crainte des châtements du *Guéhinom*. A présent nous allons examiner la crainte des épreuves subies dans ce monde-ci, telles que la maladie ou la souffrance.

L'homme doit en premier lieu observer ce qui se passe autour de lui. Il regardera les malades, *Hachem Yichmor* : l'un souffre du cœur, l'autre des jambes etc. etc. Puis il s'interrogera : pourquoi ces gens sont-ils malades et souffrent-ils de telle

maladie en particulier ? Est-ce sans raison ? Bien sûr que non, cela ne peut être sans raison, car « sans péché il n'y a pas de souffrances » (T.B. *Chabbat* 55a). Si l'homme faute par l'un de ses membres, c'est ce membre qui sera frappé par le châtement. Aussi, lorsque je vois une personne malade, je peux être sûr qu'elle est atteinte dans le membre par lequel elle a péché. De cette façon un peu de crainte pénétrera son cœur.

146

En outre, l'homme doit se représenter cela de façon concrète. Prenons un exemple : un homme trouve un objet qui appartient à un ami, dans un endroit situé à l'abri des regards. Il se dit (d'abord à lui-même, puis à HKB''H) : il m'est facile de voler cet objet, car personne ne me voit. Pourquoi m'en abstenir ? Parce que je sais que si, *'hass véchalom*, je commets ce vol, je serai puni. Si ma main s'empare de cet objet, elle sera punie : elle sera blessée, se dessèchera ou bien encore, *'hass véchalom*, elle sera coupée. Il imaginera la même chose pour ses jambes : je pourrais passer par tel endroit, mais je sais que c'est interdit, car il s'agit d'un endroit où les gens ne sont pas vêtus décentement, alors que j'ai la possibilité de suivre un autre itinéraire. Pourquoi m'abstenir de passer par cet endroit indécent ? Parce que je sais que je serai puni et que le châtement frappera mes jambes, *'hass véchalom*. Il en est de même pour la vue, l'ouïe, etc. L'homme doit se représenter cela concrètement de très nombreuses fois, dans toutes sortes de situations. Chaque fois qu'il rencontrera un malade, il profitera de l'occasion pour se remémorer les principes de la crainte (cette approche est bien sûr appropriée à la période consacrée à l'acquisition de la crainte, car il convient de considérer les choses selon l'aspect particulier de la *'avoda* sur lequel on est en train de travailler).

Il est plus facile d'acquérir la crainte des maux infligés ici-bas que celle des souffrances du *Guéhinom*. En effet, l'œil ne peut voir ces dernières alors que les souffrances de ce monde sont tout à fait palpables et font peur à l'homme. Cependant un problème se pose. De nombreuses personnes commettent des fautes et sont même des pécheurs invétérés, pourtant, ils ne semblent subir aucun châtement apparent. Aussi, consciemment ou inconsciemment, l'homme est troublé dans sa certitude que le péché entraîne la souffrance, car il constate souvent le

contraire. En effet, pour certaines fautes l'homme est puni dans ce monde-ci, et pour d'autres dans le monde supérieur. Cela dépend des arrangements ineffables du Ciel, et de telles considérations ne permettent en aucune façon d'acquérir la véritable crainte. On s'efforcera toutefois d'acquérir cette crainte tant en méditant sur les souffrances du *Guéhinom* que sur les épreuves de ce monde-ci, chacun selon ses capacités. Il faudra aussi beaucoup prier – nous l'avons expliqué en détail précédemment.

Nous insisterons encore sur un point. De même que l'homme connaît des périodes d'ascension spirituelle et d'autres de faiblesse, de même il existe des voies adaptées à chacune de ces deux situations. La crainte révérencielle, l'amour d'Hachem etc. conviennent aux moments d'ascension, la crainte du châtement aux périodes de faiblesse ; c'est ainsi qu'HKB" H a ordonné le monde. Aussi, chacune de ces *avodot* Lui est chère, dans la mesure où elle est accomplie à bon escient. Cela ne signifie pas qu'il convient de commencer à travailler sur la crainte du châtement dans les moments de faiblesse, car l'homme alors stagnerait dans sa progression et il lui serait difficile d'obtenir quelque résultat que ce soit. Voici ce qu'il faut comprendre : les moments qui conviennent le mieux à la mise en pratique de la crainte du châtement sont les périodes de faiblesse et de chute spirituelle.

(Telle est la signification profonde de ce principe : l'homme doit réparer son intériorité, par l'amour d'Hachem etc., et il doit réparer son aspect extérieur – son corps, par la crainte. Pour cela, il doit avoir acquis la véritable crainte du châtement, sans quoi il aura peur, mais au lieu de craindre Hachem et les châtements qu'Il inflige, il redoutera l'aspect extérieur des choses. Aussi doit-il comprendre que l'acquisition de la crainte du châtement est absolument indispensable, essentielle. Elle ne constitue pas un pis-aller. Toutefois tout cela n'est valable que si l'homme agit ainsi parce qu'il sait clairement que telle est la volonté d'HKB" H, et non à cause de la seule inquiétude qu'il éprouve pour sa propre personne, son ego. Si tel est le cas, l'homme acquière la joie (*sim'ha*) en même temps que la crainte, car il se réjouit d'avoir le mérite d'accomplir la volonté du Créateur. Il s'agit là de l'aspect le plus profond de la crainte, « réjouissez-vous en tremblant » (*Téhilim* 2, 11). Et nos Sages ont dit : « Là où se trouve la joie se trouvera aussi la crainte » (T.B. *Bérakhot* 30b). Quand l'homme peine pour acquérir la véritable crainte du ciel, il ressent, en plus de cette crainte, la joie d'accomplir la volonté de son Créateur. La crainte

cohabite en lui avec la joie qui naît de la proximité avec HKB''H elle-même engendrée par la crainte. Il est essentiel de bien comprendre ce principe car il est d'une profondeur insigne).

147

Il est écrit (*Dévarim* 8, 5) : « Comme un père châtie son fils, Hachem ton D. te châtie » : les souffrances et les châtements s'inscrivent dans la perspective de la relation d'amour qui unit un père et son fils. Si l'homme a le mérite de pénétrer en profondeur l'essence même de la crainte, il y verra HKB''H et l'amour qu'HKB''H lui porte. Ainsi, par la crainte, il s'attachera à Lui. La crainte est une *mitsva* positive de la Torah, et nos Sages rapprochent le mot *mitsva* du mot *tsavta* qui en araméen évoque l'idée d'« association ». Car même par la crainte, l'homme peut se rapprocher de son Créateur et s'attacher à Lui. La plupart des hommes n'en sont pas conscients et prétendent que la crainte n'est rien d'autre que de la peur. Refusant de vivre dans la peur, ils répugnent donc à se préoccuper de la crainte. Cette opinion découle de l'ignorance de ce qui constitue l'essence même de la crainte : « réjouissez-vous en tremblant » et « là où se trouve la joie, se trouvera aussi la crainte ». Par la crainte véritable l'homme acquière l'amour d'Hachem et l'attachement à Hachem. La véritable crainte ne laisse donc aucune place à la tristesse. Si en revanche la crainte ne permet pas à l'homme d'atteindre ce but, c'est parce qu'elle demeure superficielle ; cela signifie que l'homme s'attache encore à l'aspect extérieur de la crainte, et de ce fait ne parvient pas à pénétrer les profondeurs du monde de la crainte. Aussi, lorsqu'il commence à acquérir la crainte, il doit avoir conscience qu'en craignant HKB''H il l'aimera, s'attachera à Lui et se réjouira en Lui. Tel est le sens profond de ces paroles de nos Sages (T.B. *Yoma* 23a) : « Ils se réjouissent dans les souffrances ». C'est-à-dire que les souffrances elles-mêmes conduisent à l'amour, à la joie et à l'attachement à HKB''H. Le rav Shakh, de mémoire bénie, a dit un jour qu'un homme peut être attaché à HKB''H même quand il se trouve dans le *Guéhinom*. Ce que nous avons expliqué précédemment permet de saisir toute la profondeur de ces mots.

Rien ne doit conduire l'homme à se séparer d'HKB''H. Il doit considérer chaque situation comme un moyen d'être relié à HKB''H et de s'attacher à Lui. Il

est donc évident que même par la crainte du châtement l'homme peut atteindre la proximité avec HKB''H et l'attachement à HKB''H, béni soit Son Nom. Si l'homme comprend cela, la joie qu'il éprouve à rechercher l'amour d'Hachem, il l'éprouvera aussi quand il cherche à acquérir la crainte du châtement. Car les deux choses ont essentiellement la même finalité : permettre à l'homme de se rapprocher de son Créateur et de s'attacher à Lui. « Quant à moi, la proximité d'Hachem (*Elokim*) me fait du bien ». Même le Nom *Elokim*, qui représente l'attribut de justice, « me fait du bien », car quel que soit l'attribut dans lequel HKB''H se manifeste, en toute circonstance, l'homme peut atteindre la proximité avec Hachem et vivre dans l'attachement à Hachem, béni soit Son Nom.

148

Jusqu'ici nous avons traité de la crainte du châtement, qu'il s'agisse des souffrances du *Guéhinom* ou de celles subies dans ce monde-ci. Mais en réalité, il existe cinq niveaux de crainte. 1. La crainte des châtements et des souffrances (que nous avons déjà évoquée). 2. La crainte liée à l'honneur, à l'amour propre, c'est-à-dire la peur d'avoir honte, comme l'ont dit nos Sages (T.B. *Baba Batra* 75a) : « chacun se consume [de honte] à cause du dais de l'autre ». 3. La crainte de la perfection, de la plénitude : l'homme sait que la perfection réside dans la proximité d'Hachem, et craint d'en être privé à cause de ses fautes. (Ces trois aspects de la crainte sont exposés dans le chapitre 4 de *Messilat Yécharim, La prudence*). 4. La crainte révérencielle, devant la Majesté Divine : quand l'homme fait une *mitsva*, il s'inquiète de ne pas l'accomplir correctement et d'offenser ainsi le Roi du monde. 5. La crainte du péché : à chaque instant l'homme a peur d'offenser le Roi du monde par ses actions (ces deux niveaux de crainte sont traités en détail dans le chapitre 24 de *Messilat Yécharim, La crainte du péché*).

Nous avons jusqu'à présent expliqué en quoi consiste la crainte du châtement, mais nous n'avons pas parlé de la crainte liée à l'honneur, car peu d'hommes sont en mesure de concevoir de façon naturelle ce que représente l'honneur dans le monde supérieur, car seule la *néchama* est capable d'une telle perception. Dans ce domaine, comme dans celui de la crainte du châtement, il faut faire preuve d'imagination, avoir l'aptitude de se représenter les choses. Pour la plupart des gens,

il s'agit d'une tâche difficile, c'est pourquoi nous n'en avons pas traité auparavant. En revanche, ceux que leur nature porte à rechercher la considération d'autrui éprouveront moins de difficulté. Dans le cas contraire, l'homme devra consacrer beaucoup de temps à cet aspect de la *'avoda*, et nous verrons que dans la plupart des cas, de nos jours, il est préférable de travailler sur la crainte du châtement et la crainte de la perfection, sans se soucier de la crainte liée à l'honneur. Car le temps presse, et la tâche est immense. Encore une fois, de nos jours, la plupart des gens devraient y consacrer beaucoup trop de temps pour obtenir un résultat.

149

Nous examinerons donc maintenant la crainte de la perfection, c'est-à-dire la peur d'être privé de la perfection, de la plénitude – l'attachement à Hachem – à cause du péché. Nous rappellerons ici ce qu'écrit le Ram'hal : « la véritable perfection réside dans l'attachement à Hachem ». Le péché empêche l'homme de se rapprocher d'Hachem et de s'attacher à Lui. La *'avoda* de l'homme consiste donc dans un premier temps à savoir ce qu'est la perfection, à savoir l'attachement à Hachem, béni soit Son Nom. Ensuite, il doit savoir que le péché va à l'encontre de cela, il empêche l'homme de s'attacher à Hachem. Il faut enfin aspirer ardemment à cet attachement. Quand l'homme désire profondément s'attacher à Hachem, il craint alors que son désir d'être proche d'Hachem ne soit pas exaucé. Mais s'il n'est pas déterminé à atteindre la proximité avec Hachem, il n'appréhendera pas non plus de la perdre.

150

Prenons un exemple : un homme sort de chez lui dans l'intention de se rendre au mariage d'un ami. La cérémonie est fixée à dix-huit heures. L'homme marche vers l'arrêt d'autobus. A quelques mètres de la station, il voit l'autobus dans lequel il devait monter quitter l'arrêt et s'éloigner. Dès lors, il sait qu'il lui sera impossible d'être à l'heure. Sa déception est d'autant plus grande qu'il désirait beaucoup

assister au mariage de son ami. S'il n'avait pas vraiment souhaité assister à cette cérémonie, sa contrariété eût été moindre.

Il en est de même en ce qui concerne la crainte de la perfection. Moins la volonté de vivre dans la proximité du Créateur du monde est grande – parce qu'elle ne découle que d'une connaissance intellectuelle – moins la crainte du péché sera forte. Il existe une différence fondamentale entre la connaissance intellectuelle et la connaissance du cœur. Celui qui étudie l'enseignement du Ram'hal sait que la finalité de l'existence réside dans la proximité d'Hachem, et les fautes empêchent l'homme d'atteindre cette finalité. Cependant, cette connaissance peut demeurer intellectuelle, et s'il en est ainsi, elle n'engendre que peu de crainte. La *'avoda* de l'homme consiste donc à faire en sorte que son cœur désire être proche d'HKB''H et à demeurer attaché à Lui. Plus cette connaissance pénétrera son cœur, plus il aura peur du péché, parce qu'il sait que celui-ci l'empêcherait de réaliser la finalité de son existence, qui n'est autre que la proximité d'Hachem et l'attachement à Hachem, béni soit Son Nom.

Prenons un autre exemple : de nombreuses personnes savent qu'il est très important de connaître tout le Talmud. Pourtant, elles peuvent gaspiller beaucoup de temps, parce que leur connaissance reste intellectuelle, elle n'est pas une aspiration de tout leur cœur. Leur cœur est rempli de toutes sortes d'autres désirs. L'homme doit parvenir à cela, que son cœur tout entier ne soit que désir de se rapprocher d'HKB''H, de se lier à Lui. Cet objectif doit occuper sa pensée toute la journée ou presque (à l'exception du temps qu'il consacre à l'étude de la Torah). De cette façon, si un quelconque obstacle entrave son chemin, il s'efforcera de l'éliminer. Sa crainte du péché deviendra alors authentique. On distingue donc trois étapes : 1. L'homme sait que la finalité de son existence n'est autre que la proximité d'HKB''H. 2. Cette connaissance doit remplir son cœur, et devenir l'unique aspiration de sa vie. 3. L'homme doit savoir que les fautes l'empêchent de réaliser cette finalité, et pour cela éprouver une grande crainte du péché.

Mais ces étapes ne dépendent pas forcément les unes des autres : l'homme peut désirer profondément vivre dans la proximité d'HKB''H et s'attacher à Lui, sans

pour autant ressentir que le péché l'en empêche. Car son œil ne peut voir que le péché l'empêche d'être proche d'HKB''H, ses sens ne peuvent le percevoir. Il le sait parce qu'il l'a appris. Cela nécessite un effort de la part de l'homme, car il ne doit pas seulement aspirer de tout son être à la proximité d'HKB''H, mais aussi ressentir que le péché va à l'encontre de ce but, vers lequel tend son existence tout entière. Pour l'homme il s'agit d'une épreuve, car s'il ressentait, au moment où il commet une faute, qu'il est en train de perdre le degré de proximité d'Hachem auquel il est parvenu, il lui serait alors facile de se détourner de cette faute. Mais Hachem veut que l'homme se donne de la peine pour percevoir cette réalité, c'est pour cela que ce dernier n'en a pas la capacité naturelle.

152

Nous allons parler maintenant de la *'avoda* qui consiste à acquérir cette disposition. Nous en connaissons déjà le principe essentiel : la finalité de la vie de l'homme réside dans la proximité d'Hachem et l'attachement à Hachem. Nous tenterons à présent d'expliquer comment l'homme doit procéder pour que cette connaissance soit bien établie et concrètement vivante dans son cœur. Peu à peu, elle remplira presque tout son cœur. Cette acquisition d'une volonté authentique est primordiale. En effet, comme l'ont enseigné nos Sages, lorsque la volonté est ferme et authentique, « rien ne lui résiste ». Si au contraire elle est faible, l'édifice de la *'avoda* est privé de fondement. (Ceci est vrai pour tous les aspects de la *'avoda*. L'homme doit être fermement déterminé à acquérir chacun d'entre eux, mais nous traitons ici de la racine de toutes les autres volontés, c'est à dire la volonté qui les inclut toutes, celle qui consiste à vouloir vivre dans la proximité d'HKB''H et s'attacher à Lui).

Aussi, l'homme doit lutter afin de vouloir vraiment vivre dans la proximité d'HKB''H, sans se contenter seulement d'affirmer cette volonté. Cela ne veut pas dire qu'il ne veut pas être proche d'HKB''H, mais simplement que sa volonté n'est pas suffisamment forte. Or la construction de tout l'édifice dépend de la force de cette volonté. Car si la volonté de l'homme n'est pas entière, s'il est velléitaire, il lui manque le fondement de l'édifice – la volonté – et tout l'édifice en sera fragilisé. C'est le point faible de la majorité des hommes ; ils n'ont pas la volonté suffisante

pour persévérer dans leur progression (en réalité, c'est toujours le cas. Chaque fois qu'une personne atteint un certain niveau mais ne continue pas plus avant, cela vient du fait que sa volonté était assez forte pour lui permettre d'arriver jusque là, mais pas plus loin). Aussi, la *'avoda* de l'homme consiste-t-elle en tout premier lieu à exalter sa volonté toujours davantage.

153

Comment l'homme peut-il raffermir sa volonté ?

Il est écrit dans le Zohar (*Chéla'h-lékha* 168a) : « Si un corps n'est pas lumineux, on le frappe ». Si la volonté disparaît, c'est à cause de la matérialisation et de la domination du corps sur la *néchama*. Aussi est-il nécessaire de battre le corps pour le purifier. Cependant, nos Maîtres l'ont écrit il y a environ deux cents ans, le jeûne et les mortifications ne sont pas adaptés à la plupart des hommes de notre génération. Nous n'évoquerons donc pas ces pratiques en détail.

Il existe une autre méthode : la *hitbodédout* (qui consiste à s'isoler) pratiquée par de nombreux *tsaddikim*. Quand ils faisaient *hitbodédout*, ils criaient, se reprochant de ne pas vraiment vouloir se rapprocher d'HKB" H. Ils ne cessaient de se réprimander eux-mêmes, jusqu'à ce que leur cœur s'ouvre quelque peu. Cependant, cette méthode n'est pas simple. En effet, les cris doivent venir du fond du cœur, pas de l'esprit. Il faut aussi être capable de se réprimander sincèrement, ce qui exige d'avoir du courage et une grande force intérieure. Celui qui en est dépourvu ne s'adressera pas des reproches sincères et, *'hass véchalom*, sera abattu par ses propres réprimandes. Il se laissera envahir par la tristesse et l'amertume. Or il est impossible de progresser si l'on est en proie à la tristesse ou empreint d'une humilité relevant de l'animalité de l'être.

154

La méthode qui convient le mieux de nos jours est de s'isoler dans un endroit désert et silencieux, et de parler à HKB" H avec nos propres mots (*hitbodédout*) : Maître du monde, Tu sais que je veux être proche de Toi et que je veux m'attacher à Toi. Mais ma volonté est faible. Maître du monde, je sais qu'être proche de Toi

est le but de mon existence, mais que je dois le vouloir vraiment. Or, aujourd'hui ma détermination n'est pas suffisamment grande pour me permettre d'atteindre ce but. Je t'en supplie, Maître du monde, aide-moi, insuffle en mon cœur une volonté authentique de me rapprocher de Toi, accorde-moi de le vouloir vraiment. Chacun s'exprimera ainsi, selon ses propres capacités, jour après jour, en utilisant ses propres mots.

Cette forme d'expression est très bénéfique, et ce pour deux raisons. 1. La parole elle-même inspire la volonté. 2. Si une personne prie pour obtenir la volonté suffisante, Hachem entendra sa prière. Il l'aidera à vraiment vouloir se rapprocher de Lui. Et si cette personne persévère, continue sans se lasser à prier pour acquérir la volonté de se rapprocher d'HKB''H, HKB''H lui accordera son aide, et lui octroiera une volonté authentique.

155

Mais si l'homme n'a même pas la force de procéder de la sorte, il lui est fortement recommandé d'écouter régulièrement l'enseignement d'un *tsaddik* qui parle avec son âme, sa *néchama*. Il lui faudra persévérer jusqu'à ce qu'il parvienne à stimuler lui-même sa volonté. Il doit impérativement parvenir à ce stade, où il pourra trouver seul cette inspiration, car la stimulation, si elle demeure extérieure, ne peut perdurer.

Récapitulons les trois possibilités que nous avons évoquées : 1. l'homme peut se stimuler lui-même en s'imposant des mortifications et des jeûnes, en s'adressant des réprimandes parce que sa volonté de se rapprocher d'HKB''H n'est pas suffisamment grande. 2. Il peut supplier chaque jour HKB''H de lui accorder son aide, afin d'acquérir vraiment cette volonté. 3. Il peut enfin écouter l'enseignement d'un *tsaddik* jusqu'à ce qu'il soit capable de trouver lui-même l'impulsion nécessaire. Chacun choisira la méthode qui lui convient, celle qui suscitera en son âme la volonté inébranlable de vivre dans la proximité d'HKB''H. En effet, aussi longtemps que cette volonté n'est pas fermement déterminée à atteindre ce but, l'édifice de la *'avoda* demeure fragile et ne peut perdurer. Cette étape constitue le fondement de tout l'édifice. Si la volonté d'être proche d'HKB''H est fermement

arrêtée, les fondations de l'édifice sont alors établies. Sinon, *'hass véchalom*, tout l'édifice est mis en péril.

156

Prenons un exemple : un authentique serviteur d'Hachem ne perd pas une minute de son temps. Il se consacre entièrement à l'étude de la Torah, à la *'avoda* et aux œuvres de bienfaisance. Vu de l'extérieur, cela semble impossible. Comment vivre ainsi, toujours sous pression ? La réponse est claire : tant que la volonté n'est pas ferme et déterminée, il existe effectivement une tension, car pour agir ainsi l'homme doit lutter contre sa nature. Mais lorsque ces actions relèvent de la volonté de l'homme, et qu'en les accomplissant il réalise sa propre volonté, toute tension disparaît.

En résumé, le principe de la *'avoda* de l'homme est la volonté authentique. Il doit être réellement et fortement déterminé à se rapprocher d'HKB''H. Lorsque l'homme pénètre la nature profonde de la volonté, il jouit alors de la satisfaction d'accomplir sa propre volonté. Ce processus comporte deux étapes : en premier lieu, la volonté doit être ferme et authentique, et l'homme n'a pas encore la satisfaction d'accomplir sa propre volonté, car il n'a pas acquis le mérite de jouir d'Hachem. Dans un second temps, il acquerra le mérite d'accomplir sa propre volonté, à savoir « jouir d'Hachem ». Cependant, au stade de la première étape, l'homme doit travailler à acquérir cette volonté sans goûter encore au plaisir de l'accomplir. Lorsque sa volonté sera ferme et pratiquement constante, alors seulement il sera en mesure d'en saisir l'essence profonde, qui n'est autre que le plaisir, « jouir d'Hachem ».

157

Quand l'homme possède la volonté déterminée d'être proche d'HKB''H, il est possible que s'éveille alors en lui la crainte véritable du péché, car il tremble à l'idée de s'éloigner de son Créateur.

La forme de *'avoda* dont nous parlons ici est identique à celle que nous avons citée préalablement. D'une part, l'homme devra prier beaucoup pour obtenir le

mérite de ressentir cette crainte et de s'éloigner du péché. De plus, il devra se représenter cela de façon concrète : lorsqu'il se trouvera en présence d'un objet appartenant à quelqu'un d'autre, il dira (il se parlera d'abord à lui-même, puis il s'adressera à HKB''H) : je pourrais m'emparer de cet objet. Pourquoi m'en abstenir ? Parce que cet acte m'éloignerait, *'hass véchalom*, de mon Créateur. Or, ma volonté est d'être proche de Lui. Il envisagera ainsi toutes sortes de possibilités, dans les situations les plus diverses, et prendra l'habitude de s'examiner de la sorte dans tout ce qu'il fait. Après s'être livré à cette introspection, il prononcera ces mots : cette action me rapproche d'HKB''H, tandis que cette autre, *'hass véchalom*, m'éloigne de Lui. Il procédera de cette façon toute la journée, examinant et évaluant chaque chose afin de savoir si elle le rapproche d'HKB''H ou si au contraire, *'hass véchalom*, elle l'éloigne de Lui. Cet examen régulier le conduira peu à peu à faire pénétrer ce concept dans son cœur et il n'aura plus qu'une seule préoccupation dans la vie : chercher comment se rapprocher d'HKB''H. De ce fait naîtra en lui la crainte de tout ce qui pourrait l'éloigner de son Créateur. Si l'homme persévère dans cette voie, son cœur sera tout entier absorbé par la recherche de la proximité d'Hachem, béni soit Son Nom.

158

L'un des fondements de l'acquisition de la crainte est la pureté. L'homme doit être pur, calme, il ne doit pas parler excessivement fort, car tout cela va à l'encontre de la pudeur et de la crainte. Il lui faut prendre l'habitude de se comporter avec délicatesse. Il doit toujours agir calmement, non dans le bruit et la précipitation, car cela s'oppose à l'acquisition de la crainte. Le sujet est vaste, nous ne le développerons pas davantage ici.

159

Après la crainte de la perfection, de la plénitude (troisième niveau), se situent l'acquisition de la crainte révérencielle (quatrième niveau) et de la crainte du péché (cinquième niveau). Cependant, pour être en mesure d'atteindre ces deux derniers niveaux de crainte, l'homme doit ressentir qu'il se trouve en présence de son

Créateur, et pour cela avoir déjà travaillé sur la qualité (*mida*) qui consiste à aimer Hachem, l'amour d'Hachem (*ahavat Hachem*). Le Ram'hal, dans *Messilat Yécharim*, traite de la piété (*hassidout*), qui découle d'un amour profond envers Hachem (*Messilat Yécharim* chap. 18), avant de parler de la crainte (*Yir-a*) (ibid. chap. 21 et suivants). Nous allons donc à présent traiter de l'amour d'Hachem.

AHAVA – L'AMOUR D'HACHEM

160

L'amour d'Hachem est une *mitsva* positive de la Torah, comme il est écrit (*Dévarim* 6, 5) : « Tu aimeras Hachem ton D. de tout ton cœur, de tout ton être et de tous tes biens ». Tout homme a l'obligation d'aimer Hachem. Le verset mentionne trois niveaux d'amour d'Hachem : « de tout ton cœur, de tout ton être, et de tous tes biens ». Nos Sages enseignent qu'il existe deux sortes d'amour (*Pirké Avot* 5, 16). 1. « L'amour fondé sur l'intérêt ». 2. « l'amour inconditionnel ». L'amour est « fondé sur l'intérêt » lorsqu'une personne espère recevoir quelque chose en échange de son amour, son amour dépend alors d'une condition. Si cette condition disparaît, si la personne ne reçoit pas ce qu'elle attendait, elle cesse d'aimer. Au contraire, « l'amour inconditionnel », qui ne dépend de rien, est totalement désintéressé, c'est un amour intègre. En hébreu, « amour », *ahava*, a la même valeur numérique que « un », *é'had*, car l'amour découle de l'unité profonde qui existe entre celui qui aime et l'être aimé.

L'amour fondé sur l'intérêt, se trouve aussi parmi les nations, car les non-juifs savent reconnaître le bien et ils aiment ceux qui leur procurent du bien. Mais seuls les juifs sont capables d'éprouver un amour inconditionnel. Car l'essence de cet amour est l'état d'union avec l'être aimé. Or, seul Israël est en union parfaite avec HKB"ח (« HKB"ח et Israël ne font qu'un ») et peut, de ce fait, éprouver cet amour désintéressé. Ce n'est pas le cas des nations, qui sont séparées d'HKB"ח ; les non-juifs ne peuvent donc ressentir qu'un amour fondé sur l'intérêt. La Guémara enseigne (T.B. *Baba-Batra* 10b) : « celui qui donne une petite pièce de monnaie [à un pauvre] pour que son propre fils vive » – si c'est un juif, il s'agit d'une bonne action, car même si son fils ne vit pas, il se réjouit d'avoir fait cette aumône, parce qu'au fond de lui, il donne dans la seule intention de donner, sans rien attendre en retour. Son amour est désintéressé. Si c'est un non-juif et que son fils ne vit pas, son amour cessera car il n'attendra plus rien en retour et il ne verra donc plus l'intérêt de faire un don.

Il est clair cependant que la *'avoda* qui consiste à acquérir la qualité, la *mida* de l'amour doit commencer par l'acquisition de l'amour fondé sur l'intérêt. Ensuite seulement l'homme pourra acquérir l'amour inconditionnel. En d'autres termes, l'âme juive possède en puissance ces deux qualités, ces deux *midot* : l'amour fondé sur l'intérêt, et l'amour inconditionnel. Et la *'avoda* de tout juif consiste à faire passer ces deux qualités de la puissance à l'acte : d'abord l'amour fondé sur l'intérêt, puis l'amour désintéressé. (Chez certaines personnes, l'amour inconditionnel est inné et se manifeste naturellement. De ce fait, elles travailleront immédiatement sur l'acquisition de cette qualité).

161

L'amour fondé sur l'intérêt : pour éprouver cette sorte d'amour, l'homme doit savoir qui est en mesure de lui procurer l'objet de son intérêt. En effet, s'il pense que cet objet lui revient ou lui appartient déjà, il ne lui inspirera aucun amour pour la personne qui pourrait le lui donner. Ainsi par exemple, si Réouven offre un présent à Shim'on, et que Shim'on estime que Réouven ne fait que lui rendre quelque chose qui lui appartient déjà et qu'il lui a réclamé, cet objet ne représente plus pour Shim'on une raison d'aimer Réouven. Il en va de même pour l'amour de l'homme envers son Créateur. En premier lieu, l'homme doit reconnaître les bienfaits qu'HKB"YH lui accorde, et ensuite, quand il ressent les bienfaits que lui prodigue HKB"YH, il peut l'aimer d'un amour fondé sur l'intérêt. Lorsque l'homme vit dans une routine qui le rend incapable de distinguer les bienfaits du Créateur envers lui, il lui est difficile, voire impossible de l'aimer vraiment même d'un amour fondé sur l'intérêt. C'est pour cela que sa *'avoda* consiste d'abord à examiner dans quel domaine et de quelle manière HKB"YH lui prodigue ses bienfaits.

162

La *'avoda* de l'homme consiste à comprendre et à voir qu'il ne possède rien de par lui-même, et que tout ce qu'il a, absolument tout, vient d'HKB"YH. C'est-à-dire, l'homme ne doit pas seulement reconnaître qu'HKB"YH lui fait de nombreux présents et le comble de bienfaits, mais il doit aussi reconnaître que tout vient

d'HKB''H, tout ce qu'il possède est un bienfait d'HKB''H, béni soit Son Nom, et rien d'autre que cela.

Prenons un exemple : un homme fait l'acquisition d'un appartement. Quelques années après, cet appartement a pris de la valeur et peut lui rapporter davantage. Cet homme peut se dire que ce profit est un bienfait d'HKB''H, mais cela ne suffit pas. Il doit se considérer que même l'idée d'avoir acheté cet appartement est un don du Créateur. En d'autres termes, non seulement chaque bien et chaque plaisir matériel, mais chaque pensée, chaque sentiment, tout ce qui a trait au corps ou à l'âme est un don d'HKB''H, béni soit Son Nom. Chaque fois que l'homme a une bonne idée, elle lui vient d'HKB''H, et il en est ainsi pour les plus petits détails.

C'est-à-dire : l'homme doit commencer par considérer les « grandes choses » comme un bienfait d'HKB''H, bien sûr, comme par exemple ses enfants, ses biens, etc. Ensuite il doit s'attacher à reconnaître que tout sans exception – chacune de ses pensées, le moindre de ses mouvements etc. – est un don et un bienfait du Créateur, béni soit Son Nom.

163

Nous distinguerons deux étapes. 1. L'homme doit abandonner la certitude que ses pensées viennent de lui, qu'il agit par lui-même etc. 2. Il doit avoir conscience que tout vient d'HKB''H. Cela s'inscrit dans un processus de *'avoda*, car l'homme est par nature pressé, il ne prend pas le temps de méditer ; il a l'impression d'être intelligent, perspicace, instruit etc. etc. Aussi doit-il examiner chaque détail et s'interroger : d'où cela me vient-il, de moi-même ou bien d'HKB''H ?

L'homme a coutume de penser qu'il bénéficie de « l'aide du Ciel », *sia'ta diChmaya* : il fait la plus grande partie du travail et HKB''H l'aide. Mais la réalité est tout à fait différente. Même ce que l'homme fait lui-même provient d'HKB''H. Qu'il s'agisse des bonnes idées, de l'énergie physique nécessaire pour travailler, faire des achats etc., tout est un don d'HKB''H. Même la part d'effort qui revient à l'homme, la *hichtadlout*, l'énergie pour produire cet effort, ainsi que la connaissance et les conseils relatifs à la *hichtadlout*, viennent d'HKB''H. Tout vient de Lui, béni soit Son Nom.

164

A l'aide de quelques exemples, nous allons montrer comment l'homme doit procéder pour acquérir la certitude que tout vient d'HKB''H. Il doit s'asseoir dans le calme et le silence afin de méditer : Qui m'a donné une épouse ? Comment cette femme est-elle devenue mon épouse ? Grâce à mon initiative et à mon intelligence ? Certainement pas ! C'est HKB''H et Lui seul qui me l'a donnée pour épouse, et toute mon intelligence me vient de Lui. L'homme examinera ainsi chaque détail de sa vie : ce logement, qu'il est si fier d'avoir acheté, qui le lui a donné ? L'a-t-il choisi grâce à sa perspicacité ou grâce à HKB''H ? Il prendra l'habitude d'observer ainsi tout ce qu'il possède, passant chaque détail en revue. Et il consacra chaque jour un long moment à cet examen.

D'abord il y réfléchira en y pensant seulement, puis il exprimera ses pensées par des paroles – en utilisant dans un premier temps la troisième personne : HKB''H m'a donné etc., puis la deuxième personne : C'est Toi qui m'a donné etc. (nous avons déjà traité en détail de ces deux façons de s'exprimer). Il continuera ainsi, jusqu'à ce qu'il soit en mesure de comprendre et de ressentir qu'il n'obtient rien par ses propres forces. Même lorsqu'il met à profit son savoir ou sa perspicacité pour obtenir quelque chose, ce savoir et cette perspicacité lui viennent d'HKB''H. Seul HKB''H lui accorde ce savoir et cette perspicacité ; ces aptitudes ne relèvent en aucune façon de son ego. L'homme est seulement le dépositaire de choses qui ne lui appartiennent pas ; son corps, ses biens, sa pensée, sa parole, ses sentiments etc. Tout vient d'HKB''H.

165

Lorsque l'homme parvient à ressentir cette réalité, il accède à ce niveau : « Mais nous, que sommes-nous » (*Chémot* 16, 7). Il sent qu'il ne possède absolument rien ; tout ce dont il jouit appartient au Créateur. Il ne s'agit pas là d'humilité mais d'une vision juste de la réalité : tout appartient à HKB''H, et l'homme n'est que le dépositaire et le gardien de son intelligence, de ses enfants etc.

Il doit s'habituer à considérer ainsi son existence : il n'est rien d'autre que le gardien de biens qui appartiennent à HKB''H. Ses enfants ne lui appartiennent pas, mais ils lui ont été confiés par HKB''H. Son intelligence, ses biens ne lui appartiennent pas, il en est le dépositaire. Il serait aberrant de penser : « Ceci est à moi » ; tout appartient à HKB''H, et tout vient de Lui, béni soit Son Nom. « Ceci est à moi » signifie en réalité : HKB''H m'a confié ce bien dans le seul but que je l'utilise à Son service.

166

Quand l'homme est capable de ressentir que tout ce qu'il possède est un don du Créateur, il doit alors s'interroger : pourquoi HKB''H m'a-t-il donné telle ou telle chose ? Parce qu'il m'aime, et toutes ces choses sont une manifestation de son amour pour moi. Il procédera ainsi, d'abord par la pensée, puis en s'adressant à HKB''H en prononçant ces paroles : Maître du monde, qui m'a donné cet objet ? C'est Toi ! Pourquoi me l'as-tu donné ? Parce que Tu m'aimes. Il passera ainsi chaque détail en revue, se souvenant à chaque fois de l'amour d'HKB''H, jusqu'à ce que ce sentiment soit bien affermi dans son cœur : HKB''H m'aime ! Il devra bien entendu faire preuve de patience et de persévérance et se répéter ces choses des milliers de fois avec simplicité, attention et sérénité.

167

Quand l'homme a acquis la *mida* de l'amour fondé sur l'intérêt, sa '*avoda* consiste alors à acquérir la *mida* de l'amour inconditionnel. Comme nous l'avons déjà dit, cette *mida* puise sa source dans le fait qu'« HKB''H et Israël ne font qu'un ». Le corps ne perçoit cependant pas cette unité avec HKB''H, seule la *néchama* la ressent. Aussi, cet amour constitue-t-il précisément la manifestation de l'essence de la *néchama* d'Israël. Pour que l'homme puisse pleinement acquérir ce niveau d'amour inconditionnel – et pas de façon incomplète et sporadique – il faut qu'HKB''H soit le centre de toute sa vie, qu'Il soit présent dans chacune de ses pensées, de ses paroles, que toute sa vie soit orientée vers HKB''H, à chaque instant. Alors, se révélera en lui qu'« HKB''H et Israël ne font qu'un ». Cela implique qu'il

se sera engagé dans la voie que nous avons décrite jusqu'ici et que ses efforts auront porté des fruits. Son cœur sera alors pur et disponible, et HKB''H demeurera en lui. Son existence tout entière tiendra dans l'attachement de son cœur à HKB''H. Parce qu'il aura renoncé aux pensées vaines de ce monde pour ne se préoccuper que d'HKB''H, plus rien ne fera obstacle à la révélation d'HKB''H dans son cœur.

Ce sujet est infiniment vaste, et ce que nous avons pu en dire n'est qu'une goutte d'eau dans l'océan. Cependant, nous nous sommes efforcés de donner à l'homme les moyens de comprendre et de se mettre en quête de la voie qui lui permettra de toujours vivre avec HKB''H, jusqu'à acquérir le mérite de Lui parler, concrètement, à tout instant, avec le sentiment qu'Il est avec lui et qu'Il demeure vraiment dans son cœur. Lorsque l'homme a acquis ce mérite, il se rappelle pratiquement à chaque instant qu'il vit avec HKB''H, béni soit Son Nom, qu'il est toujours en Sa présence. S'il lui arrive de l'oublier, il s'en souviendra immédiatement. Heureux l'homme dont la vie tout entière est remplie par HKB''H et attachée à HKB''H.

168

La voie intérieure qui éveille l'amour désintéressé, requière à la fois la méditation et la parole.

En premier lieu, l'homme doit méditer sur l'essence de cet amour, d'une part en prenant des exemples de ce monde-ci, d'autre part en considérant la réalité spirituelle de ce concept. Il s'y appliquera jusqu'à ce que son esprit conçoive clairement cette notion, et que sa foi dans l'existence de l'amour inconditionnel qui unit HKB''H et Israël soit ferme et entière.

Ensuite, il travaillera sur la parole. La valeur de cette *'avoda* est inestimable. Il lira des versets mentionnant l'amour d'HKB''H pour Israël, et d'Israël pour HKB''H, ou encore il s'exprimera avec ses propres mots, selon ses capacités, et répètera la même phrase de très nombreuses fois pendant une demi-heure, une heure et même davantage (chacun fera selon son âme). Il parlera avec son cœur, pas avec son intellect. Il se montrera persévérant et de cette façon, son âme s'éveillera à l'amour du Créateur.

Cette *'avoda* exige de l'homme qu'il soit calme, serein, et doté d'une grande force intérieure. Il doit être animé d'une ardeur profonde et non superficielle, intérieure et non apparente. Il ne faut pas confondre cette ardeur avec l'enthousiasme. Ce dernier se manifeste extérieurement et demeure superficiel. L'enthousiasme ne parvient pas à transpercer le voile qui dissimule la *néchama*. Seule l'ardeur intérieure peut transpercer la carapace du cœur de pierre qui empêche les sentiments de l'âme de se manifester : « ses ardeurs sont des ardeurs de feu » (*Chir Hachirim* 8, 6). Lorsque l'homme pratique cette *'avoda* dans la sérénité, animé d'une ardeur profonde et intérieure, s'il sait persévérer sans faiblir, Hachem considèrera avec bienveillance ses efforts et ôtera de son cœur tout « écran étranger », toute barrière qui pourrait l'empêcher de ressentir vraiment un amour inconditionnel pour son Créateur.

Les serviteurs d'Hachem connaissent cette voie. Elle ne constitue pas une nouveauté. Elle est partiellement évoquée dans *Yessod VeChosh Ha'Avoda*. D'expérience, elle est absolument fiable, mais à une condition : l'homme doit se montrer ferme et déterminé dans sa *'avoda* au service d'Hachem, béni soit Son Nom, et se garder des illusions trompeuses.

VIVRE DANS LA PROXIMITÉ D'HACHEM

170

Quand l'homme en a acquis le mérite, son âme ressent pleinement l'amour mutuel qui l'unit à Hachem, qu'il s'agisse d'amour fondé sur l'intérêt ou d'amour inconditionnel. Sa *'avoda* consiste alors à atteindre le stade qui représente l'essence et la finalité mêmes du service d'Hachem : la proximité d'Hachem et l'attachement à Hachem, béni soit Son Nom.

171

Tout d'abord, l'homme doit croire, d'une *émouna* (foi) forte et entière, qu'HKB" H se trouve concrètement en tout lieu. Cette *émouna* doit être profondément ancrée dans son esprit. Pour cela, il méditera avec une *émouna* toute simple les paroles de nos Sages, ou encore, si son âme en éprouve le besoin, il étudiera la sagesse profonde de la Torah (la *kabbala*), qui traite et explique ce sujet. Dans tous les cas, cette certitude doit être gravée dans l'esprit de tout homme, il doit croire d'une *émouna* inaltérable que telle est la vérité absolue : Hachem, béni soit Son Nom, est présent à ses côtés, en tout temps et en tout lieu.

Il se répètera souvent les paroles du Rambam (tirées du *Moré Névoukhim, Le Guide des Égarés*) que cite le Rama (Rabbi Moché Issarlès) au début d'*Ora'h Hayim* (1^o partie du *Choul'han Aroukh*, chap. 1 § 1). Il lira aussi dans *Messilat Yécharim* les chapitres consacrés à la crainte du péché (chap. 24 et 25) et les étudiera des dizaines ou même des centaines de fois, jusqu'à ce que les choses soient solidement ancrées en lui. Il prendra l'habitude d'utiliser chaque temps libre (un trajet par exemple, ou un moment d'attente), pour se rappeler qu'Hachem est à côté de lui. Et lorsqu'il concentrera ses efforts sur cette *'avoda*, il le fera de manière exclusive, sans chercher à travailler un autre point. Il procédera ainsi dès son lever, dans tous ses déplacements etc., absolument en tout temps, afin de rappeler à son âme cette réalité, jusqu'à ce qu'elle soit gravée dans son esprit au point qu'il lui devienne naturel d'y penser couramment.

Bien sûr, cette *'avoda* s'accomplit en pensée et aussi par la parole : HKB" H se trouve ici, il est réellement à côté de moi etc. Chacun utilisera ses propres mots. L'essentiel est qu'il se rappelle toujours la présence d'Hachem à ses côtés, que ce soit par la pensée ou par des paroles. Sans cette *'avoda*, l'homme croit qu'HKB" H est dans les cieux, alors que lui-même – son ego – se trouve sur la terre. Une telle pensée est totalement erronée. HKB" H est partout, toujours présent à côté de chaque homme. Cette *'avoda* permet à l'homme de chasser l'idée vaine et illusoire qu'Hachem se trouve dans les cieux.

172

Quand l'homme a fermement acquis la certitude qu'Hachem est toujours présent à côté de lui, il est prêt à entreprendre une *'avoda* d'un degré particulièrement élevé. Elle consiste à ne plus situer sa relation à HKB" H dans un rapport « je-Il », « Il » étant caché (*nistar*), mais dans une relation directe « je-Tu », « Tu » étant présent (*nokhéal'h*) – en d'autres termes : même si l'homme croit qu'HKB" H est présent à côté de lui, il le considère néanmoins comme « caché » car il est écrit (*Chémot* 33, 30) : « L'homme ne peut Me voir et vivre » ; aucun homme ne peut appréhender HKB" H, aussi est-Il perçu comme « caché », comme « Il ». Pourtant, nos Sages enseignent : « Il se dissimule à leur intellect mais se révèle à leur cœur », c'est-à-dire : Personne n'est en mesure d'appréhender HKB" H par son intellect, et aucun concept intellectuel relatif à HKB" H ne permet de Le percevoir. En revanche, il se révèle au cœur de tout juif (*Téhilim* 73, 26) : « [Hachem sera toujours] le rocher de mon cœur et mon partage ». Le cœur de l'homme a la faculté d'éprouver concrètement qu'HKB" H est « présent », et qu'il peut s'adresser à Lui (*nokhéal'h*) dans une relation « je-Tu ». C'est là l'essence profonde de la *'avoda* de l'homme en ce monde qui consiste précisément à vivre chaque instant dans cette relation directe avec HKB" H (« je-Tu », *nokhéal'h*).

173

L'homme doit d'abord intérioriser cette notion, l'assimiler dans son esprit et dans son cœur, comme étant l'essence même de la vie. Comme l'écrit le Gaon de

Vilna au début d'*Ora'h Hayim* (ibid.), « cette connaissance est la grandeur des *tsaddikim* (justes) ». l'homme inscrira profondément dans son cœur que l'étude de la Torah, l'accomplissement des *mitsvot* jusque dans leurs détails les plus subtils, ainsi que toute occupation, qu'elle soit spirituelle ou matérielle, tout cela n'a d'autre finalité que de permettre à l'homme de vivre chaque instant cette relation directe avec HKB"YH.

174

Quand l'homme connaît clairement la véritable essence de sa vie, il doit prendre l'habitude de parler à HKB"YH (sa pensée, mais aussi sa bouche doivent s'y accoutumer) en s'adressant à Lui à la deuxième personne. Il priera HKB"YH et lui demandera de l'aider. Cependant l'essentiel ici n'est pas la prière en soi, mais surtout le fait de prendre l'habitude de toujours parler à HKB"YH à la deuxième personne, la prière constituant un moyen d'établir avec HKB"YH une relation directe, « je-Tu ».

175

Hormis la prière de demande, l'homme prendra l'habitude de s'adresser directement et régulièrement à HKB"YH. Il lui dira par exemple : « Tu es avec moi », « Tu es près de moi », « je ne suis pas seul ici, parce que Tu es avec moi » (« Même quand je marche dans la vallée de l'ombre de la mort, je ne crains aucun mal, car Tu es avec moi » (*Téhilim* 23, 4)). Parmi ces expressions, ou d'autres qui leur sont similaires, chacun choisira celles qui lui conviennent le mieux. Il choisira des termes qui expriment particulièrement la présence concrète d'HKB"YH à ses côtés. L'homme s'adressera ainsi à HKB"YH régulièrement, dès qu'il disposera de quelques minutes, mais aussi à lors de moments fixes qu'il réservera spécifiquement à cette *'avoda*. Il parlera ainsi à HKB"YH pendant des mois ou des années. De cette façon il ôtera le voile qui lui dissimule le Créateur, il ressentira à chaque instant qu'HKB"YH est vraiment avec lui, présent à ses côtés. Toute sa vie s'orientera autour de cette réalité, et toutes ses actions en dépendront.

Il ne séparera pas cette *'avoda* des autres *'avodot*, telles que l'étude de la Torah, la prière ou les actes de bienfaisance, etc. Mais il comprendra que la finalité de chacune d'entre elles est de révéler la présence d'HKB" H à ses côtés. Il s'attachera à percevoir cette présence en toute chose, sans jamais en détourner son attention (sauf quand il étudie la Torah), et cela tous les jours de sa vie, jusqu'à son dernier jour. Alors il acquerra le mérite d'être « attaché au faisceau de la vie », c'est-à-dire à HKB" H, dans ce monde-ci et dans le monde à venir. Il sera en mesure de témoigner : « J'ai vécu chaque jour de ma vie dans l'attachement à Hachem » (*Zohar HaAzinou*, 288a). Il sera en effet entièrement attaché au D. vivant, la Source-de-Vie de tous les mondes.

Tout cela préfigure une réalité ineffable : l'intégration (*hitkalélout*) dans l'Infini, dont il est écrit (*Bamidbar* 12, 8) : « Je lui parle de bouche à bouche » (il s'agit là d'une forme de communication tout autre). On ne saurait expliciter d'avantage.

Cette *'avoda* n'est pas aussi inaccessible que beaucoup le pensent a priori, mais elle exige une pratique régulière. Celui qui s'habitue à persévérer avec simplicité dans la voie que nous avons décrite vivra concrètement « chaque jour de sa vie dans l'attachement à Hachem ».



Nous proposerons ici quelques extraits des règles de conduite du *Torat Hamaguid* (du Maguid de Mezritch), afin d'affiner notre compréhension de cette voie.

1

L'homme veillera à s'isoler un moment chaque jour afin de penser au Créateur, béni soit Son Nom. Il acquerra ainsi la crainte de sa Majesté (crainte révérencielle). Il procédera ainsi jusqu'à être en mesure de ne pas cesser de penser au Créateur, même lorsqu'il converse avec d'autres personnes.

2

L'homme pensera toujours au Créateur et s'attachera à Lui avec un amour sans partage. Il aimera Hachem plus que tout. Il tournera sans cesse sa pensée vers le monde supérieur, vers Hachem, comme le dit le verset – dans son sens allégorique (*Vayikra* 21, 12) : « Il ne sortira pas du Sanctuaire ». Lorsqu'il devra parler de préoccupations matérielles, il gardera à l'esprit qu'il descend du monde supérieur dans le monde inférieur, comme un homme sort de sa maison avec l'intention d'y revenir dès que possible ; en chemin il s'inquiète de savoir quand il pourra retrouver sa maison. De même pensera-t-il toujours au monde supérieur, car là se trouve sa demeure principale, en Hachem, béni soit-Il. Même lorsqu'il parlera de préoccupations matérielles, il ramènera sa pensée dès que possible à s'attacher au monde supérieur etc.

Il est écrit au sujet de l'influx divin dans le monde (*Yé'hezkel* 1, 14) : « Et les *'Hayot* (créatures célestes) allaient et venaient, rapides comme l'éclair ». C'est de cette manière que l'homme doit considérer tout ce qui concerne ce monde-ci, de sorte qu'il se hâte de revenir à sa place (dans le monde supérieur). Il s'agit là d'un niveau particulièrement élevé qui exige d'avoir acquis la pureté de la pensée et de la *néchama* et permet de vivre dans cet attachement perpétuel au monde supérieur, à Hachem, béni soit-Il.

3

Lorsqu'il étudie, l'homme doit se rappeler devant Qui il se tient, car il lui arrive, au cours de son étude, de s'éloigner du Créateur. Aussi doit-il rester perpétuellement en éveil.

4

Lorsqu'il dira des *divré Torah* (des paroles de Torah), il ne pensera pas qu'il est en train de s'adresser à des hommes, mais qu'il se trouve devant le Créateur, et il s'attachera à Lui par la pensée.

5

Quand un homme entièrement attaché au Créateur considère un objet, bien qu'il semble, extérieurement, que son regard considère cet objet, il ne voit en fait que le Créateur, béni soit-Il.

6

Celui qui se considère toujours comme étant en présence du Créateur et pense que Celui-ci est partout autour de lui a atteint un niveau particulièrement élevé. Son degré d'attachement à Hachem est tel, qu'il n'a pas besoin de se rappeler à chaque instant qu'il est en Sa présence, car son esprit contemple le Créateur, il voit qu'Hachem est le « Lieu du monde (*mékomo chel 'olam*) », c'est-à-dire qu'Il existait avant que le monde fût, et le monde est inclus en Lui, béni soit-Il. L'homme doit donc être attaché à Hachem au point de ne voir que Lui dans toute chose. S'il en est ainsi, les forces d'impureté (*klipot*) se détacheront de lui. Ces *klipot*, ce sont les ténèbres qui séparent l'homme du Créateur ; elles obscurcissent son regard, l'empêchant de voir le Créateur, béni soit-Il. Une fois libéré de ces *klipot*, l'homme est en mesure de percevoir par la pensée que le Créateur envoie son influx de haut en bas par des canaux (*tsinorot*) qui traversent tous les mondes, de sorte que nous évoluons dans un monde qui n'est que divinité. L'homme considèrera aussi qu'il est toujours en présence d'Hachem, comme nous l'avons dit précédemment, et ce quelque soit la disposition dans laquelle il se trouve – dans un moment d'attachement moindre, ou au contraire dans une phase d'enthousiasme.

7

Parfois, l'homme est couché dans son lit et donne l'impression qu'il dort mais en réalité à ce moment là, il s'isole avec le Créateur (*hitbodédout*). Combien vertueux est l'homme qui regarde constamment le Créateur avec les yeux de son intellect comme on regarde un autre individu, et prend conscience qu'Hachem est Lui aussi en train de le regarder, tout comme un autre homme peut le regarder.

HITKALÉLOUT – L'INTÉGRATION À HACHEM

176

Quand l'homme est parvenu à ce stade, qu'il ressent concrètement la présence du Créateur à ses côtés, avec lui et en lui, sa *'avoda* consiste alors à s'intégrer lui-même (et plus en profondeur, avec toutes les créatures sans exception) en Hachem, dans l'Infini, béni soit-IL, de sorte qu'il pourra dire : « je suis à Lui ». Cette *'avoda* comporte trois étapes.

177

La première étape consiste à percevoir du plus profond de son être que l'homme, le « moi » créé, est une partie (*'hélek*) d'Hachem – comme il est écrit (*Dévarim* 32, 9) : « Car son peuple [Israël] est une part (*'hélek*) d'Hachem ». Et nos Sages ont dit (*Zohar A'haré-mott*, 73a) : « Hachem et Israël ne font qu'un », ou encore que la création est comparable à « une sauterelle dont le vêtement est une part d'elle-même » (cf. *Béréchit Rabba* 21, 5). Beaucoup d'autres expressions de nos Sages, semblables à celles-ci, montrent la profondeur de ce principe : le créé est, si l'on peut parler ainsi, une partie du Créateur, béni soit Son Nom.

Nombreux sont ceux qui ont essayé d'explicitier la profondeur de cette réalité, dans les termes les plus divers. Mais elle demeure un secret qui transcende la faculté de compréhension dont sont dotés les être créés (car, pour aller plus avant, l'Infini ne pouvant être conceptualisé, il est impossible de comprendre qu'une chose fait partie de Lui, si l'on peut s'exprimer ainsi ; il convient de méditer cela en profondeur). Partant de là, l'attachement à Hachem ne peut découler d'une compréhension intellectuelle, mais exclusivement d'une *émouna* parfaite en Hachem et dans les paroles de nos Sages. Et si l'homme se concentre souvent sur ce principe (en ne faisant appel qu'à sa *émouna*), formulant sa pensée en paroles jusqu'à ce que cette réalité lui devienne familière, il acquerra le mérite d'être intégré au Créateur au point de ressentir qu'il est lui-même une partie d'Hachem, si l'on peut parler ainsi.

Encore une fois, il serait absolument vain d'essayer de comprendre cette réalité, car elle transcende toute compréhension. « Si ton cœur se précipite » pour essayer de comprendre, « retourne à ta place » (*Séfer Yétsira* 1, 7), c'est-à-dire que seule la foi est en mesure d'appréhender cette réalité jusqu'à ce que l'homme l'assimile et qu'elle lui soit révélée par l'intuition de son cœur, et non par la réflexion qui en ce domaine se révèle être impuissante.

178

La seconde étape de cette *'avoda* est d'un degré plus élevé que la première. Elle consiste à se détacher de toute pensée relative à la notion du « moi ».

Au cours de la première étape, en effet, l'homme se préoccupe encore du « moi », non en tant qu'une entité séparée (à savoir que j'existe, le Créateur existe, et « je » vis dans la proximité du Créateur et lui suis intimement attaché) mais en tant que « partie » du Créateur, si l'on peut s'exprimer ainsi. Quoi qu'il en soit, il est encore question du « moi ».

Au niveau de la seconde étape, l'homme ne se préoccupe pas du tout de son « moi » (si ce n'est dans la mesure où la Torah l'y oblige), mais uniquement d'HKB" H. Chaque fois que l'homme commence à songer à sa propre personne – considérant ses qualités ou ses défauts, sa grandeur ou sa faiblesse, il repousse cette idée pour attacher sa pensée à HKB" H. Il ne se soucie de son « moi », que dans la mesure où cela est nécessaire à l'accomplissement des prescriptions de la Torah ou dans le cadre de l'examen de conscience (*'héchbon néféch*) auquel il se livre quotidiennement durant un laps de temps déterminé. Hormis cela, il ne se préoccupe pas de son « moi » mais seulement du Créateur.

179

Pour aller plus avant, il faut comprendre que l'oubli du « moi » implique l'oubli de toutes les autres créatures, dont l'ensemble représente aussi un « moi », une entité. L'homme ne pense qu'au Créateur, et lorsqu'il se préoccupe des créatures, il le fait uniquement lorsque cela s'avère nécessaire, par exemple pour accomplir des actes de bienfaisance etc. Lorsque l'homme atteint ce niveau dans sa

'avoda, il n'est plus prisonnier de son « moi », dans la mesure où il ne s'en préoccupe plus, où son ego ne mobilise plus son attention. Son âme ne s'intéresse essentiellement qu'au Créateur, béni soit Son Nom. S'il prend l'habitude de détourner ses pensées des créatures pour les tourner entièrement vers HKB"YH, s'il ne se préoccupe plus des créatures mais uniquement d'HKB"YH, l'homme parvient à se détacher totalement de toutes les créatures en général, et de son « moi » en particulier. Il mérite alors d'être inclus en HKB"YH, béni soit-Il.

Ce niveau est plus élevé encore que celui qui consiste à vivre dans l'attachement à HKB"YH, car lorsque l'homme est attaché à HKB"YH, c'est encore son « moi » qui est attaché à HKB"YH. Mais quand il atteint ce degré d'élévation dans sa *'avoda*, il n'est plus question de son « moi », mais seulement d'HKB"YH. Il ne s'agit plus d' « attachement – *dvékout* », mais d' « intégration – *hitkalélout* ». Car la réalité de toute existence dépend de la perception des créatures, et donc de l'homme. S'il ne se préoccupe pas d'une chose et ne s'y attache pas, c'est comme si cette chose n'existait pas. Donc, lorsqu'il détourne sa pensée de son « moi » et l'oublie pour se préoccuper uniquement du Créateur, son « moi » n'existe plus. Le lecteur doit avoir conscience de la profondeur indicible de ce dont nous traitons ici.

180

A ce niveau, la *'avoda* se compose de deux étapes. 1. L'homme contemple la majesté du Créateur et les actes qu'Il accomplit, etc. 2. L'homme pense à l'essence du Créateur, béni soit-Il. A ce stade, il ne s'agit plus pour lui de contempler, mais simplement de penser à l'Existence du Créateur. Cette étape se situe en un degré plus élevé que la première. Et lorsque la pensée de l'homme est sans cesse tournée vers le Créateur, ce principe bien connu s'applique à lui : là où se trouve sa pensée, l'homme se trouve aussi. Il est tout entier absorbé par l'objet de sa pensée. Aussi, quand l'homme ne pense qu'à l'Existence du Créateur, il est en quelque sorte « absorbé » en Lui. Il faut comprendre qu'il s'agit pour l'homme de se dépouiller de sa faculté de réflexion complexe pour s'intégrer à HKB"YH, béni soit Son Nom.

181

La troisième étape consiste à s'attacher à ce principe : « Il n'existe rien en dehors de Lui » (*Dévarim* 4, 35). Il convient d'étudier ce qu'enseignent nos Maîtres à ce sujet.

Nous n'avons fait qu'aborder le thème de la *hitkalélout* (intégration) en Hachem. Les hommes d'exception en quête de perfection auront besoin d'une explication plus détaillée. D'une immense lumière nous n'avons dévoilé qu'une infime étincelle ; nos Sages y font allusion dans le Midrach (*Béréchit Rabba* 39, 7) : « le Maître du Palais l'a illuminé de Son regard »...

Cet ouvrage s'achève ainsi, sans être complet.

**Si Hachem nous en accorde le mérite, nous poursuivrons et développerons
notre étude dans un prochain volume.**

GLOSSAIRE (PARTIEL)

Ahava - amour.

Avodat Hachem (ou tout court : *avoda*) - service de l'Éternel. Il est très important de rappeler que la racine du terme *avoda* - est *'e-v-d*, d'où sont issus par exemple le verbe *avod* (servir) et le nom *évèd* (serviteur). La première étape vers la réalisation de la personne n'est autre que l'acceptation du joug divin, même au prix du « sacrifice » de sa vie, pour le dévoilement de la Royauté d'Hachem (cf. *Bilvavi* Tome 6, chap. 4 et 8). Cette notion nous est enseignée par Moché Rabbénou, le seul qu'Hachem appelle « mon serviteur fidèle » (*Bamidbar* 12, 7).

Bina - sagesse, compréhension.

Birkat hamazon - bénédiction récitée après un repas comprenant du pain.

Chelom-bayit - la paix du foyer.

Da'at - la connaissance.

Dvékout - attachement. Le terme exprime un état d'union avec une autre entité. Le but ultime de la *dvékout* est l'attachement à Hachem (*dvékout bHachem*) qui passe par la *dvékout* avec toutes les créatures.

Emouna - croyance, foi. Fait référence à l'une des capacités les plus profondes de l'âme, celle qui lui permet de faire le lien entre la créature et son Créateur (cf. *Bilvavi* Tome 9, chapitre 1). Faisons remarquer que les deux termes, « croyance » et « foi », mettent en évidence deux aspects différents de la *émouna*. La « croyance » c'est la *émouna* au stade intellectuel, lorsque l'intellect accepte celle-ci sans s'y opposer. Le cœur de l'homme n'est cependant pas forcément en accord complet avec l'intellect, il peut encore avoir des doutes, ou se poser des questions sur ce que l'intellect est parvenu à accepter. Quand le cœur aura lui aussi atteint ce niveau

d'acceptation, alors seulement on pourra parler d'une *émouna* qui remplit l'être en tout son intérieur. Il nous semble que le terme français de « foi », fait allusion à cet état. Une fois le cœur rempli de foi, l'homme pourra alors faire preuve de fidélité, de *néémanout* (terme issu de la même racine que le mot *émouna*).

Gan 'Eden - paradis.

Guéhinom - enfer.

Guilgoul - réincarnation.

Hachem - littéralement traduit par « le Nom », ce terme fait référence au Nom ineffable qui s'écrit mais ne se prononce pas : celui du Créateur à l'origine de toute existence, qui est l'essence même de l'existence et transcende toute définition lexicologique (cf. *Bilvavi* Tome 9, chapitre 9). Nous ferons remarquer que, excepté les citations de versets bibliques, c'est volontairement que nous n'avons pas écrit « D.ieu » comme de coutume, pour la simple raison qu'il nous a été ordonné de ne pas prononcer le Nom Divin en vain. Et plus encore, notre cœur doit éprouver de la crainte et nos membres trembler lorsque le Grand Nom Divin, ainsi que toute autre appellation d'Hachem, sont mentionnés. Car cela est interdit, que ce soit en hébreu (*lachone hakodech*) ou dans toute autre langue, et nous sommes dans l'obligation de nous soumettre à cette interdiction (cf. *Kitsour Choul'han 'Aroukh* du Rav S. Ganzfried *zts"l*, chap. 6, § 3).

Hachga'ha (pratite) - Providence (individuelle).

HKB"'"H - abréviation de « *HaKadoch Baroukh Hou* », traduit communément par « le Saint Béni soit-Il ». Le terme désigne Hachem notre Créateur. L'expression hébraïque revêt une grande profondeur et elle exprime une extraordinaire puissance. Par cette expression, Hachem notre Créateur est perçu comme étant d'une part « *Kadoch* », et d'autre part « *Baroukh* ». Il est *Kadoch*, c'est-à-dire inaccessible à toute perception, insaisissable, échappant à tout sens matériel ou même spirituel. Malgré

cela, il est *Baroukh*, c'est-à-dire source de toute abondance (il est à noter que la traduction de *baroukh*, « béni soit-Il » n'exprime pas ce lien qui unit le Créateur et ses créatures). Cette apparente contradiction est inhérente à tout ce qui se réfère au Créateur, d'où la profonde nécessité de l'usage de la *émouna* dans la *'avodat Hachem*, faute de quoi il serait par définition impossible de parvenir à un état d'attachement réel (*dvékout*) au Créateur, Celui-ci échappant à tout entendement.

Hichtadlout - effort personnel, initiative de l'homme dans les limites du libre arbitre.

Hitbodédout - fait de s'isoler.

'Hass véChalom ; 'Hass vé'halila ; 'Halila - Implorations par lesquelles l'homme demande au Maître du Monde de le préserver d'épreuves, de dangers ou de toute chose lui inspirant la crainte. Dans leur signification plus profonde, ces locutions expriment le cri de l'âme confrontée à la peur, généralement (consciemment ou pas) dans une situation où il est question de vie ou de mort, c'est-à-dire lorsqu'un des aspects fondamentaux sur lesquels repose sa vie risque – ou est sur le point – d'être ébranlé ou remis en question. Dans la langue française certaines expressions ont été forgées sur leur modèle : « à D. ne plaise ! », « que D. nous en préserve ! » (voir toutefois ce que nous avons précisé au sujet de la prononciation de « D. » – cf. *Hachem*).

'Hassidout - piété.

'Hechbon néféch - introspection, examen de conscience.

'Hechbonot harabim - l'origine de ce terme se trouve dans *Kohélèt* (chap. 7, v. 29) : « D. a créé l'Homme (*Adam*) droit, et eux ont choisi de faire toutes sortes de calculs (*'hechbonot rabim*) ». Ce verset, d'après l'interprétation de nos Sages, fait allusion au premier homme, *Adam Harichone*. En effet, de par sa nature, tel qu'il a été créé, Adam était « droit », en ce sens que son esprit n'était pas tortueux, il ne recherchait

pas toutes sortes de détours et de tergiversations. Cette droiture originelle découlait de la vertu de la *témimout* (innocence et naïveté pures) de l'âme qui dominait en lui. Du fait de la prépondérance de cette qualité, Adam manifestait une simplicité authentique dans toutes ses démarches, toutes ses actions étant guidées par l'influx divin qu'il recevait à tout instant de façon claire et perceptible (cf. Ram'hal *Adir baMarom*, pp. 414-415).

Cependant, Adam et 'Hava avaient une épreuve à surmonter, l'épreuve de « l'arbre de la connaissance » (*Ets haDa'at*). Celle-ci consistait (nous n'explorerons pas ici les profondeurs du sujet) d'une part à utiliser la faculté du *da'at*, les *hechbonot*, l'analyse intellectuelle pour comprendre la nature de la tentation qu'ils éprouvaient d'enfreindre l'ordre divin (cf. Ram'hal *Da'at Tévousnot*, § 40 pp. 27-30 dans l'édition du R. Fridlender), et d'autre part à faire preuve d'innocence pure (*témimout*) en suppliant Hachem d'être guidés par l'influx divin qui pendant l'épreuve ne se dévoilait pas à eux (cf. *Messilat Yécharim* début chap. 20). Il s'agit-là d'une grande question : dans quelle mesure l'homme doit-il déployer ses efforts, c'est-à-dire faire *hichtadlout*, et dans quelle mesure doit-il se laisser guider par l'influx divin ? Pour agir de manière juste, il faut être capable de discerner si l'impulsion intérieure ressentie provient de l'âme ou si elle découle d'une tentation, ou bien encore si les deux influences sont mêlées (cf. *Messilat Yécharim* *ibid.*). Ce sont là, en tout cas, deux forces contradictoires présentes chez l'être humain, et le véritable travail de l'homme porte sur ce point, à savoir quand et dans quelle mesure l'homme doit-il utiliser chacune d'entre elles (cf. chap. *Emouna – Existence et Présence d'un Créateur* § 44).

En réalité, cette épreuve ne s'est pas seulement présentée à *Adam Harichone* ; chaque homme se trouve confronté à la même épreuve, chaque homme a la capacité de faire renaître en lui les forces lui permettant de la surmonter (Ram'hal *Adir*

baMarom p. 417 ; cf. *Bilvavi* Tome 7 p. 8 ; Rambam- *lois concernant la Chémite et le Yovel* chap. 13 loi 13 ; Rav S. R. Hirsch *Béréchit* 2, 9 ; 2, 16 ; 3, 19)

'Hokhma - savoir.

'Houchi (au fém. 'Houchite) - concret, palpable, sensible.

Kavana - intention.

Lachone hakodech - La langue sainte – l'hébreu – par laquelle furent créés les Mondes et qui est le langage de la Torah.

Lachone hara' - l'expression (littéralement : mauvaise langue) désigne à la fois la médisance et la calomnie.

Léchem chamayim - de façon absolument désintéressée (littéralement : pour les Cieux).

Mitsva (au pl. Mitsvot) - couramment traduit par « commandement », « prescriptions », le terme désigne les 613 *mitsvot* « ordonnées » par la Torah ou les 7 *mitsvot* prescrites par nos Sages, de mémoire bénie. Il est à noter que même s'il s'agit bien d'« ordres », de « commandements », cet aspect ne constitue que la forme extérieure des *mitsvot* ; dans leur essence, et telles que les définit le *Zohar*, les *mitsvot* sont plutôt des « conseils ». L'Homme est par essence doté de libre arbitre (*ba'al bé'hira*). Cela signifie qu'il est digne de se voir confier un libre choix ; il n'est pas un esclave à qui il faut donner des ordres, sans quoi il serait capable de « se cacher » de sa propre conscience pour échapper à ses « obligations ». En outre, le mot *mitsva* exprime également par allusion la notion d'association, *tsavta* en araméen, l'un des buts des *mitsvot* étant de faire de nous des « associés » attachés au Créateur (cf. chap. *Définition de la finalité de la Vie* § 9 et 16).

Mou'hachi (au fém. Mou'hachite) - concret, palpable, sensible.

Néchama - âme.

Néféch - l'être intérieur d'une personne.

Nétila - ablution rituelle des mains.

Nistar - caché, formulation à la troisième personne.

Nokhéa'h - présent, formulation à la deuxième personne.

'Olam haBa - bien que communément traduit par « le monde à venir », ce qui sous-entend un monde qui vient « après » ce « monde-ci », il faut toutefois bien comprendre qu'il ne s'agit-là que d'un langage « emprunté », dû au fait que nous sommes encore souillés par la faute de l'arbre de la connaissance (*'Ets haDa'at*). Le *'Olam haBa* est en réalité le monde spirituel que découvre toute personne qui, après s'être nettoyée de cette souillure, goûte les fruits de « l'arbre de la Vie » (*'Ets ha'Hayim*) (cf. chap. *Définition de la finalité de la Vie* § 13 ; Rambam *hilkhot Téchouva* chap. 8 loi 8 ; *Bilvavi - Parachat 'Ekev* 5765 ; Ram'hal *Da'at Téounot* § 70 et fin § 72). En d'autres termes, le *'Olam haBa* est le monde de « l'éternité », à savoir le monde qui n'est pas soumis au temps mais transcende cette notion même. L'homme ne peut y accéder qu'à condition de parvenir à un état d'attachement parfait à Hachem, jusqu'à l'intégration complète en l'Infini, béni soit-Il, puisque Lui seul est au-delà du « temps », comme l'enseignent nos Sages, de mémoire bénie (TB *Roch haChana* 32b) : « *'Béréchit'* (le Commencement, la Genèse) est aussi un *maamar* (une parole) », ce qui signifie que « le temps » est aussi une création, celui-ci faisant partie des dix paroles, les dix « *maamarot* », par lesquelles Hachem crée le monde (cf. explications du *Bilvavi* sur le *Ba'al Chèm Tov 'al haTora* – 2° et 3° chapitres).

Parouch - ascète (littéralement : séparé).

Roua'h hakodech - esprit de prophétie.

Sefarim HaKedochim - les ouvrages de nos Sages, de mémoire bénie (littéralement : les livres saints).

Te'hiyat hamétim - résurrection des morts.

Téfila – prière (Cf. § 136).

Tikoun - réparation.

Torah - fait principalement référence à l'enseignement divin reçu et transmis par Moché Rabbénou. Le terme Torah présente plusieurs connotations, entres autres : la « lumière » du terme *or*, contenu dans le mot, ou encore l'« enseignement » de par la racine du terme (*y-r-h*), qui est celle du verbe *yaroh*, enseigner (cf. *Bilvavi* Tome 9, chapitre 8).

Tsaddik - juste.

Yétser hara' - mauvais penchant.

Yé'hida - Il s'agit de la partie de l'âme qui est au plus profonde de l'être. *Yé'hida* vient du terme *ya'hid*, qui signifie « unique » - sa particularité consiste à reconnaître de par sa nature l'Unique au monde, *Yé'hido chel 'Olam*, HKB" H.

Yé'hido chel 'Olam - l'Unique au monde, HKB" H.

Yir-at Hachem - la crainte d'Hachem. Remarquons que la racine du terme *Yir-a* est proche de celle du verbe *Rao* (cf. *Béréchit* 22, 12-14) qui signifie « voir », « regarder ». On y voit une allusion au fait que la crainte d'Hachem s'éveille dans le cœur d'une personne lorsque celle-ci se sent « regardée » et « observée » par Hachem (cf. *Ram'hal*, *Messilat Yécharim* chap. 25).

ספרי הרב המחבר שנדפסו עד כה

- ספר מסילת ישרים – 3 כרכים
- מועדי השנה – ב' כרכים
- ספר עולם ברור
- פרקי יסוד
- שאל לבי (שו"ת תשע"ח-ט)
- תיקון כח הריכוז
- תיקון כח התאווה
- Bilvavi on the Holy Days
- Bilvavi Parsha Bereishis-Shemos
- Bilvavi Parsha Vayikra-Devarim
- Bilvavi on the Path
- Building a Sanctuary in the Heart Part One & Part Two
- Gateways To Hashem For Today's Jewish Woman
- Getting to Know Your Feelings
- Getting to Know Your Home
- Getting to Love Your People
- Getting to Know Your Redemption
- Getting to Know Your Self
- Getting to Know Your Soul
- בלבבי משכן אבנה א'-ט'
- סט ה' כרכים
- בלבבי משכן אבנה – א-ב
- דע את ביתך
- דע את גאולתך
- דע את דמיוןך
- דע את הרגשותיך
- דע את הויתך
- דע את ילדיך
- דע את מידותיך – יסוד העפר
- דע את מחשבותיך
- דע את מנוחתך
- דע את נפשך
- דע את נשמתך
- דע את עצמך
- התבודדות
- הכרה עצמית והעצמת הנפש
- ספר בעל שם טוב עם פירוש בלבבי משכן אבנה
- ספר להב אש
- נפש החיים – שער ד'

אזל

- תורת הרמז – פרשיות חומש
- ספר דרך ה' עם פירוש
- שבת קודש – הכנה לשבת קודש
- בלבבי משכן אבנה – ח"א אידיש
- ספר קל"ח פתחי חכמה פתחים א-ד
- ספר קל"ח פתחי חכמה פתחים ה-יז
- פתחי שערים נתיב הצמצום
- פתחי שערים נתיב עיגולים ויושר
- פתחי שערים נתיב אורות אח"פ דא"ק
- ספר הקדמות רחובות הנהר חלק א
- ספר עץ חיים שערים א-ג
- על התורה – פרשיות תשס"ז
- Un Santuario en mi Corazon
- J'edifierai un Sanctuaire dans mon Coeur