

Minha simplifié

Voici un résumé liturgique afin de mettre la prière en hébreu à la portée de ceux qui débutent dans cet exercice difficile de la prière quotidienne. Ce n'est qu'une proposition pour aider à apprendre et en rien un véritable livre de prière.

Nous mettons en gras les parties les plus importantes (on peut donc raccourcir encore en ne disant que celles-ci) ; le reste peu faire l'objet d'un choix selon l'avancée de celui qui prie ou du temps qu'il a ce jour-là.

Nous ne mettons pas systématiquement les traductions, certaines sont en note de bas de page pour les textes les plus significatifs.

La prière quotidienne de l'après-midi (minh'a) comprend essentiellement la Amida. Elle se fait entre midi et le coucher du soleil.

A - Psaume 145

La tradition fait commencer par ce Psaume, on peut en choisir un autre ou aller directement à la Amida :

אֲשֶׁרִי יוֹשְׁבֵי בֵיתְךָ, עוֹד יְהַלְלוּךָ סֵלָה. אֲשֶׁרִי הָעַם שְׂכַכָּה לוֹ, אֲשֶׁרִי הָעַם שְׂיִי
אֱלֹהִיו.

תְּהִלָּה לְדָוִד,

אֲרוֹמָמְךָ אֱלֹהֵי הַמַּלְכָּה, וְאֶבְרַכְךָ שְׂמַנְךָ לְעוֹלָם וָעֶד.

בְּכֹל יוֹם אֶבְרַכְךָ, וְאֶהַלְלֶךָ שְׂמַנְךָ לְעוֹלָם וָעֶד.

גָּדוֹל יְיָ וּמְהֻלָּל מְאֹד, וְלֹגְדָתָנוּ אֵין חֶקֶר.

דָּוָר לְדָוָר יִשְׂבַח מַעֲשֵׂיךָ, וְגִבּוֹרֵתֶיךָ יִגְיָדוּ.

הָדָר כְּבוֹד הוֹדֶךָ, וְדַבְרֵי נִפְלְאוֹתֶיךָ אֲשִׁיחָה.

וְעִזּוֹז נוֹרְאוֹתֶיךָ יֹאמְרוּ, וְגִדְלָתְךָ אֲסַפְרֶנָּה.

זָכַר רַב טוֹבְךָ יִבְיָעוּ, וְצִדְקָתְךָ יִרְגְּנוּ.

חֲנוּן וְרַחוּם יְיָ, אֶרְכָּךְ אֶפְיִים וְגִדְלֵךְ חֶסֶד.

טוֹב יְיָ לְכֹל, וְרַחֲמָיו עַל כָּל מַעֲשָׂיו.

יִוְדוּךָ יְיָ כָּל מַעֲשֵׂיךָ, וְחִסִּידֶיךָ יִבְרַכּוּכָה.

כְּבוֹד מַלְכוּתְךָ יֵאמְרוּ, וְגִבוּרְתְּךָ יִדְבְּרוּ.
 לְהוֹדִיעַ לְבְנֵי הָאָדָם גִּבוּרְתִּי, וְכְבוֹד הַדָּר מַלְכוּתוֹ.
 מַלְכוּתְךָ מַלְכוּת כָּל עוֹלָמִים, וּמִמְשַׁלְתְּךָ בְּכָל דָּר וְדָר.
 סוֹמֵךְ יְיָ לְכָל הַנְּפֹלִים, וְזוֹקֵף לְכָל הַכְּפוּפִים.
 עֵינַי כָּל אֵלֶיךָ יִשְׁבְּרוּ, וְאַתָּה נוֹתֵן לָהֶם אֶת אֲכָלֵם בְּעֵתוֹ.
 פּוֹתֵחַ אֶת יַדְךָ, וּמִשְׁבִּיעַ לְכָל חַי רְצוֹן.
 צַדִּיק יְיָ בְּכָל דְרָכָיו, וְחָסִיד בְּכָל מַעֲשָׂיו.
 קָרוֹב יְיָ לְכָל קֹרְאָיו, לְכָל אֲשֶׁר יִקְרָאֵהוּ בְּאַמֶּת.
 רְצוֹן יִרְאֶיו יַעֲשֶׂה, וְאֶת שׁוֹעֲתָם יִשְׁמַע וְיוֹשִׁיעֵם.
 שׁוֹמֵר יְיָ אֶת כָּל אֱהָבָיו, וְאֶת כָּל הַרְשָׁעִים יִשְׁמִיד.
 תְּהִלַּת יְיָ יִדְבַּר פִּי, וְיִבְרַךְ כָּל בָּשָׂר שֵׁם קִדְשׁוֹ לְעוֹלָם וָעֶד. וְאַנְחֵנוּ נִבְרַךְ יְהוָה, מֵעַתָּה
 וְעַד עוֹלָם, הַלְלוּיָהּ.

B - Amida

Prière murmurée sur les lèvres de 19 bénédictions qui se fait debout, tourné vers Jérusalem. Chaque bénédiction représente une étape de la construction d'Israël et du messianisme universel. Dans la Amida, l'individu exprime ses besoins personnels en se plaçant dans ce processus messianique utopique. Chacun se pose donc la question de son apport personnel à ce processus repris quotidiennement. La Amida comporte différentes nuances pour des jours particuliers (entre Rosh Hashana et Kippour, pour Rosh Hodesh, Pourim, Hanouka, jeûnes...) nous ne les avons pas introduites ici pour ne pas compliquer la lecture du débutant, celui qui le pourra ira donc se référer à un siddour complet ces jours-là.

On s'avance de trois pas sur la phrase d'introduction et on se tient droit, pieds joints.

אֲדַנִּי שְׁפַתִּי תִפְתַּח וּפִי יִגִּיד תְּהִלָּתְךָ.¹

1. Dieu des patriarches
 בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, אֱלֹהֵי אַבְרָהָם, אֱלֹהֵי יִצְחָק, וְאֱלֹהֵי יַעֲקֹב,
 הָאֵל הַגָּדוֹל הַגִּבּוֹר וְהַנּוֹרָא, אֵל עֲלִיוֹן, גּוֹמֵל חֲסָדִים טוֹבִים, וְקֹנֵה הַכֹּל, וְזוֹכֵר
 חֲסָדֵי אֲבוֹת, וּמְבִיא גּוֹאֵל לְבְנֵי בְנֵיהֶם, לְמַעַן שְׁמוֹ בְּאַהֲבָה. מְלַךְ עוֹזֵר וּמוֹשִׁיעַ וּמַגֵּן.
 בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ, מֶגֶן אַבְרָהָם.

¹ Ouvre mes lèvres, Éternel, et que ma bouche proclame Ta louange !

2. Dieu de la vie (immanent)

אתה גבור לעולם אדני, מחיה מתים אתה, רב להושיע.

(משיב הרוח ומוריד הגשם : En hivers)

מכלכל חיים בחסד, מחיה מתים ברחמים רבים, סומך נופלים, ורופא חולים, ומתיר אסורים, ומקים אמונתו לישגי עפר, מי כמוך בעל גבורות ומי דומה לך, מלך ממית ומחיה ומצמיח ישועה. ונאמן אתה להחיות מתים.
ברוך אתה יי, מחיה המתים.

3. Dieu transcendent

אתה קדוש ושמך קדוש, וקדושים בכל יום יהללוך סלה. ברוך אתה יי, האל הקדוש.

4. Dieu source de connaissance

אתה חונן לאדם דעת, ומלמד לאנוש בינה. חננו מאתך דעה, בינה והשכל. ברוך אתה יי, חונן הדעת.

5. Dieu aide au retour et au repentir

השיבנו אבינו לתורתך, וקרבנו מלפנו לעבודתך, והחזירנו בתשובה שלמה לפניך. ברוך אתה יי, הרוצה בתשובה.

6. Demande de pardon

סלח לנו, אבינו, כי חטאנו, מחל לנו, מלפנו, כי פשענו, כי מוחל וסולח אתה. ברוך אתה יי, חנון המרבה לסלח.

7. Demande de rédemption

ראה בענינו, וריבה ריבנו, וגאלנו מהרה למען שמך, כי גואל חזק אתה. ברוך אתה יי, גואל ישראל.

8. Demande de guérison

רפאנו, יי, ונרפא, הושיענו ונושעה, כי תהלתנו אתה, והעלה רפואה שלמה לכל מפותינו. כי אל מלך רופא נאמן ורחמן אתה. ברוך אתה יי, רופא חולי עמו ישראל.

9. Demande pour la subsistance et de la pluie

ברך עלינו, יי אלהינו, את השנה הזאת ואת כל מיני תבואתה לטובה,

(en été) ותן ברכה / (en hivers) ותן טל ומטר לברכה

על פני האדמה, ושבענו מטובך, וברך שנתנו פשנים הטובות. ברוך אתה יי, מברך השנים.

10. Espoir de la fin de l'exil

תקע בשופר גדול לחרותנו, ושא נס לקבץ גליותינו, וקבצנו יחד מארבע כנפות הארץ. ברוך אתה יי, מקבץ נדחי עמו ישראל.

11. Espoir d'un retour de la justice

השיבה שופטינו כבראשונה ויועצינו כבתחלה, והסר מפנו יגון ואנחה, ומלוך

עלינו אתה, יי, לבדך בחסד וברחמים, וצדקנו במשפט. **ברוך אתה יי, מלך אוהב צדקה ומשפט.**

12. Espoir de voir la fin du mal et l'échec des méchants

ולמלשינים אל תהי תקוה, וכל הרשעה כרע תאבד, וכל אויבך מהרה יכרתו, והגדים מהרה תעקר ותשבר ותמגר ותכניע במהרה בימינו. ברוך אתה יי, שבר איבים ומכניע זדים.

13. Eloge des justes

על הצדיקים ועל החסידים ועל זקני עמך ישראל, ועל פליטת סופריהם, ועל גרי הצדק ועלינו, יהמו נא רחמך, יי אלהינו, ותן שכר טוב לכל הבוטחים בשמך באמת, ושים חלקנו עמם לעולם, ולא נבוש כי בך בטחנו. ברוך אתה יי, משען ומבטח לצדיקים.

14. Désir de voir reconstruire Jérusalem

ולירושלים עירך ברחמים תשוב, ותשכון בתוכה כאשר דברת, ובנה אותה בקרוב בימינו בגן עולם, וכסא דוד מהרה לתוכה תכין. ברוך אתה יי, בונה ירושלים.

15. Espoir de rédemption finale

את צמח דוד עבדך מהרה תצמיח, וקרנו תרום בישועתך, כי לישועתך קנינו כל היום. ברוך אתה יי, מצמיח קרן ישועה.

16. Demande que nos prières soient entendues

שמע קולנו, יי אלהינו, חוס ורחם עלינו, וקבל ברחמים וברצון את תפלתנו, כי אל שומע תפלות ותחנונים אתה, ומלפניך, מלפנו, ריקם אל תשיבנו. כי אתה שומע תפלת עמך ישראל ברחמים. ברוך אתה יי, שומע תפלה.

17. Espoir du retour de la Shekhina à Sion

רצה, יי אלהינו, בעמך ישראל ובתפלתם, והשב את העבודה לדביר ביתך, ואשי ישראל, ותפלתם באהבה תקבל ברצון, ותהי לרצון תמיד עבודת ישראל עמך. ותחזינה עינינו בשובך לציון ברחמים. ברוך אתה יי, המחזיר שכנינתו לציון.

18. Remerciement pour tous les bienfaits quotidiens de la vie

מודים אנחנו לך, שאתה הוא, יי אלהינו ואלהי אבותינו, לעולם ועד, צור חיינו, מגן ישענו, אתה הוא לדור ודור, גודה לך ונספר תהלתך, על חיינו המסורים ביך, ועל נשמותינו הפקודות לך, ועל נסיד שבכל יום עמנו, ועל נפלאותיך וטובותיך שבכל עת, ערב ובקר וצהרים, הטוב, כי לא כלו רחמך, והמרחם, כי לא תמו חסדיך, מעולם קנינו לך.

ועל כלם יתברך ויתרומם שמך מלפנו תמיד לעולם ועד. וכל החיים יודוך סלה, ויהללו את שמך באמת, האל ישועתנו ועזרתנו סלה.

ברוך אתה יי, הטוב שמך ולך נאה להודות.

19. Demande pour la paix

שְׁלוֹם רַב עַל יִשְׂרָאֵל עִמָּךְ תְּשִׁים לְעוֹלָם, כִּי אַתָּה הוּא מֶלֶךְ אֲדוֹן לְכָל הַשָּׁלוֹם.
וְטוֹב בְּעֵינַיִךְ לְבָרֶךְ אֶת עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל בְּכָל יְתָת וּבְכָל שְׁעָה בְּשָׁלוֹמְךָ.
ברוך אתה יי, המברך את עמו ישראל בשלום.²

Demande supplémentaire afin d'être humble et de se conduire en conformité aux paroles exprimées

(יהיו לרצון אמרי פי והגיון לבי לפניך, יי צורי וגואלי.)

אֱלֹהֵי, נִצּוֹר לְשׁוֹנֵי מַרְעַ, וּשְׁפָתַי מִדְּבַר מַרְמָה, וְלִמְקַלְלֵי נַפְשִׁי תִדְּם, וְנִפְשֵׁי כְּעַפָּר
לְכָל תִּהְיֶה. פֶּתַח לְבַי בְּתוֹרָתְךָ, וּבְמִצְוֹתֶיךָ תִּרְדּוּף נַפְשִׁי. וְכָל הַחֹשְׁבִים עָלַי רָעָה,
מִהֲרָה הִפֵּר עֲצָתָם וְקַלְקַל מַחֲשַׁבְתָּם. עֲשֵׂה לְמַעַן שְׁמֶךָ, עֲשֵׂה לְמַעַן יִמְיָנְךָ, עֲשֵׂה
לְמַעַן קִדְשֶׁתְךָ, עֲשֵׂה לְמַעַן תּוֹרָתְךָ. לְמַעַן יִחַלְצוּן יְדִידֶיךָ, הוֹשִׁיעָה יְמִינְךָ וְעֲנֵנִי.
יהיו לרצון אמרי פי והגיון לבי לפניך, יי צורי וגואלי. עֲשֵׂה שְׁלוֹם בְּמִרוֹמָיו, הוּא
יַעֲשֶׂה שְׁלוֹם עָלֵינוּ, וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ אָמֵן.³

On se recule de trois pas pour prendre congé sur la dernière phrase.

C - Tahanoun

Certains jours, on introduit ici une prière de contrition, le Tahanoun. C'est une prière assez longue dont voici un extrait significatif.

שׁוֹמֵר יִשְׂרָאֵל, שְׁמוֹר שְׂאֲרִית יִשְׂרָאֵל, וְאַל יֵאָבֵד יִשְׂרָאֵל, הָאוֹמְרִים שְׁמַע יִשְׂרָאֵל.
שׁוֹמֵר גּוֹי אֶחָד, שְׁמוֹר שְׂאֲרִית עִם אֶחָד, וְאַל יֵאָבֵד גּוֹי אֶחָד, הַמִּינְחִדִים שְׁמֶךָ יי
אֱלֹהֵינוּ יי אֶחָד.
שׁוֹמֵר גּוֹי קְדוֹשׁ, שְׁמוֹר שְׂאֲרִית עִם קְדוֹשׁ, וְאַל יֵאָבֵד גּוֹי קְדוֹשׁ, הַמְשַׁלְּשִׁים בְּשִׁלְשׁ

² Instaure pour toujours une paix véritable sur Ton peuple Israël et sur tous les habitants de la terre, car Tu es le Roi et le Maître de toute paix. Qu'il Te plaise de bénir Ton peuple Israël en toute époque et à toute occasion par Ta paix. Tu es source de bénédiction, Éternel, qui bénis Ton peuple Israël dans la paix.

³ Mon Dieu, préserve ma langue de la médisance et mes lèvres du mensonge. Rends mon âme insensible à l'offense, et donne-moi l'esprit d'humilité. Ouvre mon cœur à Ta Loi, afin que j'aspire à pratiquer Tes commandements. Renverse sans plus tarder les desseins de ceux qui trament des perfidies contre moi et ruine leurs projets. Agis au nom de Ta gloire, au nom de Ta droite, au nom de Ta Sainteté, au nom de Ta Loi, afin de soustraire Tes bien-aimés à la malveillance, accorde-moi le secours de Ta droite, et entends ma prière. Agrée les paroles de mes lèvres et les sentiments de mon cœur, Éternel, mon Rocher et mon Libérateur. Celui qui fait régner la paix dans les cieus, fera régner la paix sur nous et sur tout Israël, et que l'on dise : Amèn !

D - Conclusion

Aleinou : affirmation de l'unité divine et de son universalité.

עלינו לשבח לאדון הכל, לתת גדלה ליוצר בראשית, שלא עשנו כגויי הארצות, ולא שמנו כמשפחות האדמה, שלא שם חלקנו בהם, וגרלנו ככל המונם, ואנחנו פורעים ומשתחיים ומוזים, לפני מלך מלכי המלכים, הקדוש ברוך הוא. שהוא נוטה שמים ויסד ארץ, ומושב יקרו בשמים ממעל, ושכינת עזו בגבהי מרומים, הוא אלהינו אין עוד. אמת מלכנו, אפס זולתו, כפתוב בתורתו : וידעת היום והשבת אל לבבך, כי יי הוא האלהים בשמים ממעל, ועל הארץ מתחת, אין עוד.

כפתוב בתורתך, יי מלך לעולם ועד. ונאמר, והיה יי למלך על כל הארץ, ביום ההוא והיה יי אחד, ושמו אחד.⁵

⁴ Gardien d'Israël, préserve le reste d'Israël ; que jamais ne disparaisse Israël, qui proclame chaque jour : Écoute Israël !

Gardien de la nation unique, préserve le reste de cette nation unique ; que jamais ne disparaisse cette nation unique, qui proclame chaque jour : l'Éternel est notre Dieu, l'Éternel est Un.

Gardien de la nation sainte, préserve le reste de la nation sainte ; que jamais ne disparaisse cette nation sainte, qui proclame chaque jour : Saint ! Saint ! Saint !

⁵ Comme il est écrit : « Alors l'Éternel régnera sur la terre entière, et en ce jour, l'Éternel sera reconnu Un et Son nom Un » (Zacharie 14,9).