

# PRIER AVEC FERVEUR

Traduction du sens littéral de la première bénédiction de la Amida



Il est écrit dans le Choul'hane Aroukh (Orah Hayim 101§ 1) : « celui qui prie doit se concentrer quand il prononce toutes les bénédictions [de la Amida], mais s'il ne réussit pas à le faire, il doit au moins réussir à prononcer la bénédiction des patriarches avec intention ».

La concentration ou «Kavana », implique avant tout une compréhension littérale du texte de la Amida. (Michna Broura) Les mots de la Téfila ne sont pas compliqués, mais sans attention, réflexion et préparation, on risque de ne pas savoir ce que l'on prononce.

Nous devons nous renforcer dans ce domaine, car la Téfila n'est pas juste un travail mécanique de la bouche mais un travail du cœur (Taanit 2a).

La Téfila un test pour savoir à quel niveau on se situe réellement avec Hachem, si nous prions avec concentration c'est que notre cœur est lié à Lui.

Mon Maître, (je t'en supplie)

אֲדֹנָי

Ouvre mes lèvres,

שְׂפְתַי תִּפְתַּח

Afin que je puisse exprimer Ta louange

וְפִי יַגִּיד תְּהִלָּתְךָ:

Tu es la source de toutes bénédictions

כָּרוּךְ אַתָּה

l'Éternel, Maître de tout, Celui qui fut, Qui est et Qui sera.

יְיָהוָה

Notre D.ieu, Le Tout-Puissant, Maître de toutes les forces

אֱלֹהֵינוּ

Et le D.ieu de nos pères, qui les a protégés et a établi une alliance avec eux.

וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ

Le D.ieu protecteur de Avraham pilier et précurseur du 'Hessed/bonté, avec qui Tu as conclu une alliance.

אֱלֹהֵי אַבְרָהָם

Le D.ieu protecteur de Yits'hak, pilier et précurseur de la Guévoura/rigueur et représentant la crainte d'Hachem

אֱלֹהֵי יִצְחָק

Le D.ieu protecteur de Yaakov, représentant de l'attribut de Tifère/Splendeur, spécifique à l'excellence dans l'étude de la Torah.

וְאֱלֹהֵי יַעֲקֹב

D.ieu Tout-Puissant, Seul et Unique.

הָאֵל

Le Grand qui manifeste Sa bonté envers nous.

הַגָּדוֹל

D.ieu de Rigueur lorsqu'Il applique justice.

הַגְּבוּר

D.ieu Redoutable que tout le monde est tenu de craindre.

וְהַנּוֹרָא

D.ieu suprême, celui qui est la cause de toute chose.

אֵל עֶלְיוֹן



**Qui prodigues des bontés complètes**

**גומל חסדים טובים**

**Propriétaire de tout** Maître de toute la création, tout Lui appartient.

**קונה הכל**

**Et se souvient des bontés de nos pères** Il se souvient quotidiennement des bons actes accompli par nos pères

**וזוכר חסדי אבות**

**Et amène un libérateur**

**ומביא גואל**

**aux enfants de leurs enfants**

**לבני בניהם**

**En faveur [pour la Gloire] de Son Nom**

**למען שמו**

**Par amour [par privilège]**

**באהבה**

**Lors des 10 jours de Téchouva on ajoute :**

**Souviens-Toi de nous pour la vie**

**זכרנו לחיים**

**Roi, qui désire [octroyer] la vie**

**מלך חפץ בחיים**

**Inscris-nous dans le livre de la vie**

**כתבנו בספר חיים**

**Pour Toi [pour Ta gloire]**

**למענה אלהים חיים.**

**Ô Roi, Hachem, Seul et Unique qui règne sur tout. Et malgré Ta grandeur tu viens nous écouter, nous aider, en personne.**

**מלך**

**Qui aide, à réussir dans ce nous entreprenons.**

**עוזר**

**Qui délivre, lorsque nous sommes dans une situation difficile.**

**ומושיע**

**Et qui protège, afin que nous rencontrions plus de difficultés.**

**ומגן**

**Tu es la source de toutes bénédictions**

**ברוך אתה**

**l'Éternel, Maître de tout, Celui qui fut, Qui est et Qui sera.**

**י-הוה**

**Celui qui a protégé Avraham, et par son mérite, Hachem perpétue sur nous cette protection.**

**מגן אברהם:**

