

MEKOR DAAT  
19 Rue du chemin  
vert 93800 Epinay  
sur seine  
Tel: 01.42.35.35.81  
Port: 06.81.56.22.53

Retrouvez nous sur  
notre site Internet:  
[www.ravbenchetr.it.com](http://www.ravbenchetr.it.com)



Prière de  
respecter la  
sainteté de ce  
document et de  
ne pas le jeter ou  
le  
transporter le  
Chabbath

Ce feuillet est  
dédié à la  
mémoire de  
Rav Itshak ben  
Tafah'a Kadouri  
Z"l et de David  
ben Hanna z"l

Et la réfouah ché-  
léma de :  
Avraham ben  
semha  
Semha bat Freha  
Méssod ben Ka-  
mra  
Kamra bat Saada

VOUS DÉSIREZ  
PRENDRE EN  
CHARGE UN  
FEUILLET (100 €)  
APPELLEZ DAVID AU  
06 81 56 22 53

# HALAKHA

CE FEUILLET VOUS EST OFFERT PAR MEKOR DAAT  
ET LE RAV YEHIA BENCHETRIT

ANNÉE 5765 / 2005 N° 6

JANVIER 2006

## BIRKAT HAMAZONE

### Son Importance

- a)** La récitation de Birkat Hamazone (que nous désignerons par les lettres :B.H.), prière de grâce après le repas, est un important commandement de la Torah, comme il est écrit: "Tu mangeras, tu te rassieras et tu béniras Hachem »((Deutéronome, 8, 10). Elle comprend 4 Bérakhot: Hazane Eth Hacol sur la nourriture, Al Haarets Veal Hamazone sur la possession de la Terre d'Israël, Boné Yérouchalayim, sur Jérusalem et le Temple, Hatov Véhamétiv sur les bontés que D. nous prodigue. Cette dernière Bérakha, ainsi que les prières de Hara'hman ont été ajoutées par nos Sages.
- b)** Les Bérakhot en général, et Birkat Hamazone en particulier, dites avec concentration, ont pour effet, en contrepartie, d'attirer sur nous tous les bienfaits Divins. Car le Créateur ne désire que nous combler de ses bontés infinies qui sont suscitées par l'expression de notre reconnaissance contenue dans les berakhot (bénédictions) prononcées.
- c)** Nos Sages ont fixé la récitation de Birkat Hamazone même si on ne mange pas a satiété, si on a consommé au minimum un morceau de pain du volume d'un *Cazayit* (29 grammes). A ce sujet, nous lisons dans le Talmud: les anges de service disent au Créateur: "II est écrit (Deut. 10, 17) que Tu ne fais point acception de personnes, or Tu as une préférence pour Israël". D. leur répond: "Comment n'aurais-je pas de préférence pour les enfants d'Israël. Moi je leur ai prescrit de rendre grâce une fois rassasiés, mais eux expriment leur gratitude même après la consommation d'un *Cazayit*.

1. On est tenu de prononcer B.H. si on a mangé au minimum le volume d'une olive de pain (*Cazayit*) pendant le temps maximum qu'il faut pour consommer une demi miche (Kédé Akhilat Pérece). Comme ces mesures sont controversées, il faudrait, pour se conformer à toutes les opinions, manger pas moins de 29 grammes de pain avant que 4 minutes ne se soient écoulées afin de n'avoir pas de doute quant à l'obligation de dire B.H.
2. On doit laisser le pain sur la table pendant B.H., en signe de notre gratitude envers D. qui nous donne notre pain en abondance, et aussi parce que la bénédiction ne réside pas sur une table vide.
3. BH doit se réciter assis, au même endroit où on a pris le repas.
4. BH doit se prononcer distinctement, mot par mot, sans distraire son attention. On ne doit faire aucun signe des doigts ou des yeux. Sur ce point, il n'existe aucune différence entre la *Amida* (prière des 18 bénédictions prononcée debout) et B.H. Cette prière doit se faire avec ferveur et concentration.
5. Si par mégarde, on s'est levé de table sans avoir réciter B.H. et on est parti ailleurs, il faut retourner à l'endroit du repas pour prononcer B.H. Si cela est impossible, on dira B.H. à l'endroit où on se trouve.
6. Une fois le repas terminé, on a le temps de réciter B.H. tant qu'on n'a pas faim de nouveau. S'il s'agit d'une légère collation, il ne doit pas s'écouler plus de 72 minutes après la fin du repas. Mais il faudra de toute façon le faire le plus près de la fin du repas.
7. Si on doute d'avoir réciter B.H., il faut la réciter. Ceci s'applique seulement si on a mangé a satiété, car c'est alors une obligation écrite de la Torah et on ne pourrait pas s'y soustraire dans le doute. Le mieux est, même si on avait mangé très peu, de refaire Nétilat Yadayim (ablution des mains), prendre un *Cazayit* de pain et dire Birkat Hamazone.
8. Les femmes sont astreintes à l'obligation de B.H. Si elles ne savent pas la lire, le maître de maison peut la prononcer à haute voix pour les en exempter et elles remplissent leur devoir en l'écoutant et en répondant Amen à chaque Berakha. II conviendrait qu'elles apprennent au moins B.H. raccourcie.
9. B.H. exempte de Bérakha finale. tout ce qu'on a mangé et bu pendant le repas, même le vin et les fruits pour lesquels on doit dire à table la Bérakha initiale.

**Ce passage est extrait du Choulhan Arouh abrégé du Rav Hassan. Nous vous recommandons d'acheter ce livre et de l'étudier régulièrement.**