

## La Vie du Monde

### A

### Venir

Par Abraham Aboulafia.

Traduction et adaptation, avril 2000 par Prospéro.

1. « Préparez-vous à rencontrer votre **יהוה**, O soleil d'Israël ».
2. Préparez-vous, unifiez vos cœurs et purifiez votre corps.
3. Choisissez un lieu spécial pour vous-même, où votre voix ne sera entendue par personne d'autre.
4. Méditez seuls, sans que personne ne soit présent.
5. Asseyez-vous en un lieu d'une pièce ou un grenier.
6. Ne révélez votre secret à personne.
7. Si vous, vous engagez dans cette Voie, faites-le dans une pièce assombrie.
8. Il est préférable, cependant, de le faire durant la nuit.
9. A ce moment, lorsque vous vous préparez à parler à votre Créateur et que vous désirez être le témoin de Sa puissance, soyez prudents et purifiez vos pensées de toute folie mondaine.
10. Drapez-vous dans votre châle.
11. Si l'époque s'y prête, placez aussi vos noms sur votre tête et sur votre bras.
12. Cela augmentera votre respect et votre frisson devant la Présence Divine qui vous visitera à ce moment-là.
13. Portez des vêtements propres.

14. Si possible, tous vos vêtements devront être blancs.
15. Cela est de grand secours pour la concentration sur la peur et sur l'amour.
16. Si cela est fait la nuit, allumez de nombreuses bougies afin que vos yeux soient illuminés.
17. Prenez alors dans votre main une tablette et de l'encre.
18. Ceux-ci vous serviront alors que vous observerez que vous allez servir יהוה avec joie et bon cœur.
19. Commencez alors à permuter un nombre de lettres.
20. Vous pouvez en utiliser peu ou beaucoup.
21. Transposez-les et permutez-les rapidement, jusqu'à ce que votre cœur soit réchauffé comme résultat de ces permutations, de leurs mouvements et ce qui en découle.
22. Comme résultat de ces permutations, votre cœur deviendra extrêmement chaud.
23. Des permutations, vous gagnerez une nouvelle connaissance que vous n'avez jamais apprise auparavant des traditions humaines ou de l'analyse intellectuelle.
24. Lorsque vous expérimenterez cela, c'est que vous êtes préparé à recevoir l'Influx.
25. L'Influx viendra alors, à vous conféré.
26. Il naîtra en vous comme de nombreux mots, l'un après l'autre.
27. Préparez alors vos pensées intérieures à dépeindre יהוה et ses Très Hauts Anges.
28. Décrivez-les en votre cœur comme s'ils étaient des êtres humains assis ou se tenant autour de vous.
29. Vous êtes au milieu d'eux tel un Messager à qui la Royauté et ses Serviteurs veulent confier une mission.
30. Vous êtes prêts à entendre les mots du message, qu'ils soient de la Reine ou d'un de Ses Serviteurs, de Sa bouche ou de la bouche d'un d'entre eux.
31. Après avoir décrit tout cela, préparez votre esprit et votre cœur afin que vos pensées puissent comprendre les nombreuses choses qui viendront à vous au travers des lettres que votre cœur imagine.

32. Comprenez chaque concept et ses raisons, à la fois comme tout et en ses parties.
33. Pondérez-les comme une personne qui a une parabole ou un exemple qui lui est révélé en rêve, ou comme quelqu'un qui se plonge dans un concept très profond d'un livre de sagesse.
34. Prenez chaque concept comme vous l'entendez et interprétez-le selon l'interprétation la meilleure et la plus proche que vous ayez.
35. Jugez vous-même selon ce que vous comprenez de cela et ce que cela vous dit par rapport aux autres.
36. Tout cela prendra place après que vous ayez enlevé la tablette de votre main et le stylet de vos doigts, ou après qu'ils soient tombés d'eux-mêmes du fait de vos nombreuses pensées.
37. L'Influx divin commencera à prévaloir sur vous-même et affaiblira vos organes externes et internes.
38. Votre corps entier commencera à trembler jusqu'à ce que vous pensiez que vous allez mourir.
39. Ceci car votre âme se sépare de votre corps comme résultat de la Grande Joie que vous expérimentez lorsque vous percevez et reconnaissez ces choses.
40. Dans votre esprit, vous choisirez la Mort plutôt que la Vie.
41. Car la Mort seule implique le corps et comme résultat, l'âme vit éternellement lorsqu'elle est ressuscitée.
42. Vous savez alors que vous avez atteint un niveau où vous recevez l'Influx Divin.
43. A ce moment, il se peut que vous désiriez honorer le Glorieux Nom et le Servir avec la Vie de votre corps et de votre âme.
44. Dissimulez votre face et ayez peur de regarder יהוה.
45. « Ne viens pas plus près, retire tes sandales de tes pieds car le lieu où tu te tiens est un Sol Sacré ».
46. Au lieu de cela, impliquez-vous dans votre corps à nouveau ; relevez-vous, mangez quelque chose, buvez quelque chose, respirez une fragrance plaisante et laissez votre esprit retourner à nouveau à son fourreau.
47. Laissez votre cœur se réjouir et connaissez que יהוה vous aime.
48. Ils vous enseignent pour votre bien, ils enseignent la connaissance aux humains.

49. Après avoir fait cela avec succès de nombreuses fois, vous deviendrez un expert en « Choix de Vie ».

\*

\* \*

1. Lorsque vous serez fort et stable, vous pourrez utiliser une méthode plus puissante.
2. Lorsque vous essayerez cette méthode, préparez-vous selon la manière discutée plus tôt.
3. Eclaircissez votre esprit complètement.
4. Ensuite, avec une totale concentration et avec une mélodie adéquate, plaisante et douce, prononcez le Nom (de 72 lettres).
5. En utilisant les voyelles naturelles de chaque Lettre, commencez par prononcer ces six triplets : Va-He-Va, Yo-La-Yo, Sa-Yo-Te, Ea-La-Me, Me-He-Shi, La-La-He.
6. Ces six triplets du Saint Nom prononcez-les avec huit souffles.
7. Si l'Influx Divin ne vous force pas à arrêter, continuez à prononcer le Nom de cette manière jusqu'à atteindre le triplet Mvm.
8. Nous avons une tradition selon laquelle l'Influx Divin vient à un individu parfait de cette manière après qu'il ait complété le premier verset, c'est-à-dire, après qu'il ait prononcé les vingt-quatre triplets.
9. Cela fait allusion aux mots « Mon aimé » (Dodi – דודי = 24) ; il est donc écrit : « Le son de mon Aimé frappe ».
10. Vous pouvez alors voir l'image d'un enfant (Naar – נער – 320) ou d'un Cheik (Cheik = 320).
11. En arabe, le mot Cheik signifie Ancien.
12. Vous voyez l'image d'un Ancien ( Zaken veZaken – זקן וזקן 320).
13. Le Nom Mystique de celui qui vous apparaît est Métatron dont le Nom est aussi Naar.
14. Dont le Nom est aussi Henoah (חנך) ou Chanokh.
15. Il est fait allusion à cela dans le vers « Enlevez (Chanokh) un enfant (Naar) dans

cette voie et lorsqu'ils seront vieux (Zaken) il n'en partiront plus ».

16. Combinez « Elevez » (Chanokh = 84) et « leur voie » (Darko = 230) et vous découvrirez leurs mystères.

17. Ainsi, « Notre voie est notre force » (Dark enu koch o = 314).

18. De la même manière, « Notre voie est sa force » (koch enu dark o = 314).

19. Lorsque vous les verrez, renforcez votre cœur et comprenez leurs Voies.

20. « Prenez attention à eux et à leur Voix, ne vous rebellez pas contre eux car ils ne vous pardonneraient pas vos péchés « Car notre nom est en eux ».

21. Regardez le Nom d'HVHY, Shaddaï, qui équivaut à 314, il est Métatron (315).

22. Il est le « Prince des Noms » (Sar haShemoth) qui parle avec « l'autorité du Nom » (Reshut haShem).

23. Ces vingt-quatre triplets contiennent 72 Lettres.

24. Par conséquent, lorsqu'elles parlent répondez et dites « Parle mon Seigneur, Ton serviteur (avdekha) écoute » (ces deux nombres son sous entendus dans le avdekha qui peut être brisé en av = 72 et dekha = 24).

25. L'Ange qui t'enseigne le mystère de יהיה et de ses Noms est Gabriel.

26. Ils parlent à partir du premier verset (pasuk) du Saint Nom qui est prononcé par votre bouche et ils vous donnent une vision (mareh) de prophétie.

27. C'est le mystère du verset : « Nous nous faisons connaître d'eux par une vision (mareh), nous leur parlons dans un rêve (chalom) ».

28. Une vision (mareh = 246) est le mystère du verset (pasuk = 246).

29. Qui est Gabriel (246).

30. Un rêve (chalom = 84) est le mystère de « notre témoin » (ed iy = 84).

31. Qui est Hénoch (Chanokh = 84).

32. « Et maintenant, mon témoin (ed-iy) est au ciel, et ceux qui rendent témoignage pour nous sont élevés », c'est-à-dire que la Tradition de la Kabbale est vraie.

33. Si, vous ne recevez rien en prononçant le premier verset, recommencez encore et passez au second verset.

34. Prononcez : Nu-Tha-He, He-Aa-aa, Yo-Re-Tha, Shi-Aa-He, Re-Yo-Yo, Aa-Va-

Me.

35. Concentrez-vous autant que vous le pouvez.
36. Alors que vous prononcez chaque lettre, expirer tout en émettant la voyelle avec le geste juste.
37. Il y a cinq voyelle et leur ordre est : O A E I U.
38. L'exhalaison est la même pour toutes.
39. Le Nom contient 21 lettres différentes.
40. Les lettres qui possèdent la première voyelle (Holam = O) sont Yod et Qof.
41. Les lettres contenant la seconde voyelle (Kamatz = A) sont Aleph, Daleth, Vav, Zaïn, Kaf, Lamed, Samek, Ayin, Tzaddé et Tav. Elles sont dix en tout.
42. Les lettres contenant la troisième voyelle (Tseré = E) sont Beth, Hé, 'Heth, Teth, Mem, Pé et Rech. Elles sont 7 en tout.
43. La lettre contenant la quatrième voyelle (Chirik = I) est le Shin. Elle est seule.
44. Il y a une autre lettre qui a une voyelle (Churuk = U) et qui est le Nun.
45. Il y a aussi une autre lettre, Guimel, qui partage la voyelle (Chirik = I) avec le Shin.
46. Bien que cela soit trouvé dans l'alphabet et dans les livres, cela n'existe pas dans le Nom, du fait d'une raison déjà discutée ailleurs.
47. Alors que vous commencez à prononcer chaque lettre, commencez à bouger votre cœur et votre tête.
48. Puisque votre cœur est intérieur, bougez-le physiquement.
49. Bougez votre tête en suivant la forme du point voyelle associé à la lettre que vous prononcez.
50. Ceci est la forme des mouvements de la tête.
51. Le Point voyelle écrit au-dessus de la lettre est appelé Holem (O).
52. C'est le seul point voyelle qui est au-dessus de la lettre puisque tous les autres sont écrits en dessous de la lettre.
53. Lorsque vous prononcez le Holem avec les lettres Yod et Qof, commencez en faisant face, tête droite.

54. N'inclinez pas votre tête à droite ou à gauche, en bas ou au-dessus.
55. Gardez votre tête droite comme la Balance comme si vous faisiez face à une personne de même taille que vous.
56. Ensuite, alors que vous émettez le son de la lettre, commencez à bouger votre tête en l'air vers le ciel.
57. Fermez vos yeux, ouvrez la bouche et laissez briller les mots.
58. Eclaircissez votre gorge afin que le son soit clair et ne perturbe pas votre prononciation.
59. Alors que vous exhalez, continuez à élever la tête afin que vous terminiez l'exhalaison et le mouvement de la tête au même moment.
60. Si vous terminez le mouvement de la tête avant l'exhalaison, ne baissez votre tête que lorsque vous aurez exhalé entièrement.
61. Entre chaque lettre reposez vous et préparez vous.
62. A ce moment, vous pouvez prendre jusqu'à trois souffles, comme ceux associés avec la prononciation.
63. Le mystère de ces « douze souffles » (yb neshimoth = 818) ce sont les 72 Noms (eb Shemoth = 818).
64. Ils sont liés (818).
65. Jusqu'à ce qu'ils soient baissés (818).
66. Un changement, un changement de la nature (818).
67. Au travers des Noms lorsqu'ils sont construits (818).
68. Dans le calcul des attributs (818).
69. Qui sont sous le Nom (818).
70. Cependant le mystère de toutes les lettres (828).
71. Dépend de 22 souffles (828).
72. Qui sont sous la gloire (828).
73. De plus, leurs parties sont triples (828).
74. Et ils sont en parallèle avec les 72 Sefiroth (828).

75. Qui en Un sont 72 pensées (828).
76. Mais 22 souffles (828).
77. Dont le mystère est les 72 Noms (818).
78. Qui sont les liens de Shaitan (818).
79. « Le Shaitan » plus une unité additionnelle pour le mot lui-même fait 365, le nombre de jours de l'année.
80. Pour ce mystère nous devons prononcer les 12 mois.
81. La raison de ceci est que le mot « mois » chodesh = 312 qui équivaut au Nom divin de Douze Lettres = 26, 12 X 26 = 312.
82. Ceci pour les mécréants d'Israël dont les corps sont jugés dans le Géhenne pendant 12 mois.
83. Et deux « maisons » (triplets) (=818).
84. Contiennent 12 souffles (818).
85. Leur mystère est Vav Vav, c'est-à-dire Six et six, comme il est fait allusion dans les 72 Noms (818) qui sont prononcés.
86. Ces souffles donnent naissance à un troisième triplet, et cela donne un total de 18 (Vie = Haï – חַי – 18).
87. Ils accroîtront pour vous les années de la vie (=824).
88. Qui sont 12 souffles (824).
89. Des deux 'Hayyoth (824).
90. Dans lesquels réside la force de vie du souffle (824).
91. Vous avez deux nombrils (678).
92. Dont le mystère est le ciel appelé Arabaoth (678).
93. Comprenez ceci, car ils sont les Nombrils de l'Ame (678).
94. Et leur mystères est deux Cherubim (678).
95. Qui font descendre la Présence Divine (678).
96. La Divine Shekhinah réside alors sur la terre, parlant aux humains « Au dessus



de l'Arche, entre les deux Cherubs ».

97. Car la substance première (805).
98. Est sur le couvercle de l'Arche (805).
99. Comme la forme d'un Arc-en-Ciel (805).
100. Les deux Cherubs font allusion à la Présence Divine (haShekhinah – השכינה = 390).
101. Ils sont une cause et un effet, mâle et femelle (zachar vnekevah = 390).
102. Ils furent forgés comme un seul corps avec deux formes.
103. Ils se regardent l'un l'autre et le Nom est entre eux.
104. Tout cela est comme un arbre sur l'Arche (805).
105. Et à cause de l'arc-en-ciel (805).
106. Il devait être forgé (445).
107. Ils sont les surveillants du Nom (445).
108. Qui est le Nom de la catégorie (445).
109. D'où proviennent toutes les âmes (445).
110. Et maintenant le sorcier (445).
111. Dépend de ces techniques et, par conséquent, chaque âme (445).
112. Est une sorcière (445).
113. La Torah, cependant, dit « Ne laisse pas vivre la sorcière ».
114. Cela signifie que « chaque âme » ne vivra pas.
115. Concernant la vengeance contre les méchants, יהיה a commandé « Ne laisse pas vivre les âmes ».
116. Cependant, le Souffle (410).
117. Qui vient du Second (410).
118. Est un Saint Tabernacle (410).
119. Dans le cœur (410).

120. On monte avec un nom unique (410).
121. Vers le ciel (410).
122. Afin de décrire les unifications (410).
123. La relation (410).
124. Entre tout ce qui est difficile (410).
125. Dans cette (410).
126. Science de la prononciation (410).
127. Cela seul est la Vie dans le Nom (410).
128. On se souvient on scelle dans le Livre de la Vie (410).
129. Afin que l'individu vive avec passion (410).
130. Qui illumine l'âme (410).
131. Constamment, alors que chaque pensée (410).
132. Chaque âme (410) est concentrée sur elle.
133. Par conséquent, celui qui prononce le Nom afin, de cette manière, vivre avec lui à jamais, sert HVHY avec amour et toute récompense est sienne.
134. En sa sagesse, c'est ce que יהוה désire.
135. Le point voyelle qui est appelé Kamatz (A) ressemble à une ligne avec un point en dessous.
136. Quand vous le prononcez avec une des dix lettres qui lui est associée, dite la lettre et bougez votre tête de gauche à droite horizontalement, comme si vous traciez ce point voyelle.
137. Ramenez ensuite votre tête en arrière afin que vous fassiez face à l'est puisque c'est cette direction que vous regardez en prononçant le Nom.
138. Cette pratique doit être faite alors que l'on fait face à l'est comme dans les adorations normales.
139. Concluez en baissant légèrement la tête (comme pour signaler le point sous la barre).
140. Terminez (l'exhalaison et le mouvement de la tête) simultanément comme on

vous l'a instruit pour la première voyelle.

141. La prochaine voyelle est Tseré (E) qui ressemble à deux points près l'un de l'autre, un à droite et l'autre à gauche.

142. Alors que vous le prononcez avec une des sept lettres qui lui sont associées, commencez la prononciation et le mouvement en même temps.

143. Bougez la tête de droite à gauche, l'inverse de ce que vous avez fait pour le Kamatz.

144. Lorsque vous prononcez le Shin, vous utiliserez le Chirik (I) qui a la forme d'un simple point sous la lettre.

145. Alors que vous la prononcez bougez la tête vers le bas comme si vous vous courbiez devant יהוה se tenant devant vous et à qui vous parlez.

146. C'est l'opposé exact du mouvement de tête associé au Holam.

147. Avec ces quatre voyelles vous avez couronné יהוה comme un Roi.

148. Lorsque vous prononcez un Nun, vous faites sa Reine.

149. Commencez par regarder droit devant, étendant votre nuque en avant autant que vous le pouvez.

150. Ne levez ou n'abaissez pas votre tête mais gardez-la faisant face.

151. C'est la forme du Shuruk qui consiste en trois points les uns sous les autres.

152. Elle peut aussi être un seul point au centre d'un Vav, les deux cas impliquent la même chose.

153. Au travers de ces cinq points vous avez couronné יהוה en tant que Roi et Reine dans les Six directions de l'univers.

154. Haut et bas avec O et I, droite et gauche avec A et E et arrière et avant avec U.

155. Ces voyelles sont souvent écrites ensemble avec les lettres qui leurs sont associées : Aoo = 7, Aah = 6, Aey = 11, Aiy = 11 et Auu = 7. Ce qui donne 42.

156. Toutes ces voyelles se réfèrent au fait qu'elles sont « Dans la main de יהוה » (beyad יהוה = 42).

157. Il y est fait allusion dans le verset « Tombons entre la main de יהוה », car sa

miséricorde est grande mais ne me laisse pas tomber dans les mains de l'humanité ».

158. Leur mystère est Aluh (42).

159. Mon unique (42).

160. En eux (42).

161. Mon Cœur (42).

162. Aura de la valeur (42).

163. Et ce mystère est suffisant ! Suffisant ! Suffisant ! (42).

164. Et si vous prononcez ces deux versets et que vous n'obtenez pas l'Influx Divin, parole, ou une vision visible d'un être ou toute autre vision prophétique, recommencez encore et commencez le troisième verset.

165. Voici sa forme : Va-He-Va, Da-Nu-Yo, He-Che-Shi, Ea-Me-Me, Nu-Nu-Aa, Nu-Yo-Tha.

166. Lorsque vous complétez le Nom entier et recevez de lui ce que יהוה veut vous donner, priez et remerciez.

167. Si vous ne réussissez pas à atteindre ce que vous cherchez de יהוה, vous devez réaliser que vous devez totalement vous repentir.

168. Pleurez car vous manquez d'élévation et par la prononciation du Nom avec des motifs mondains, ce qui est un péché extraordinaire ; vous ne convenez pas à la réception de la bénédiction de l'Eternel.

169. Dans la Torah, יהוה a promis qu'il nous bénirait de ses Noms, comme il est écrit « Dans chaque endroit où (asher) tu prononceras mon Nom, nous viendrons à toi et te bénirons ».

170. יהוה dit : « Nous prononcerons notre Nom lorsque nous prononcerons notre Nom ».

171. Le mot « où » (asher) dans ce verset a les mêmes lettres que Rosh, le mot pour « tête ».

172. Le mystère indique que l'on doit prononcer le Nom avec la tête comme nous vous l'avons enseigné.

173. Le prêtre bénit le peuple avec le Nom et il est lui aussi béni.

174. Chaque prêtre qui ne bénit pas n'est lui-même pas béni.
175. Avec tout ceci, « Mon enfant, ne méprise pas les reproches de יהוה et ne repousse pas avec mépris sa correction ».
176. Attendez un moment et ensuite faites un nouvel essai de prononciation du Nom terrible, jusqu'à ce que vous obteniez quelque chose.
177. Vous pouvez également essayer d'utiliser un des Dix Noms (de יהוה utilisés dans la Torah).
178. יהוה dit « Nous viendrons vers vous et vous bénirons » et la valeur numérique de « nous viendrons » est 10.
179. Tout ceci peut tout aussi bien être un test.
180. יהוה peut vous tester afin de voir si vous le nierez ou si vous aurez la foi.
181. Soyez prudent et gardez votre âme, à moins que vous ne voyiez la moindre iniquité en יהוה ».
182. Voilà qui complète la Tradition de la Kabbale quant à la prononciation du Nom.
183. Si vous vous habituez à faire cela, vous aurez du succès et atteindrez l'illumination.