



# Les Michnayot expliquées

סולמות  
יהדות • חינוך • חוויה



## Massekhet Berakhot Chapitre 6 Michna 8

### La Berakha A'harona

(La berakha que l'on fait après avoir consommé un aliment)

אֶכַל תְּאֲנִים עֲנָבִים וְרְמוֹנִים,

מְבָרַךְ אַחֲרֵיהֶן שְׁלֹשׁ בְּרָכוֹת,

דְּבָרֵי רַבֵּן גַּמְלִיאֵל.

וְחֻכְמִים אוֹמְרִים:

בְּרָכָה אַחַת מֵעֵין שְׁלֹשׁ.

רַבִּי עֲקִיבָא אוֹמֵר:

אֶפְלוּ אֶכַל שְׁלֶק וְהוּא מְזוֹנָן,

מְבָרַךְ אַחֲרָיו שְׁלֹשׁ בְּרָכוֹת.

הַשּׁוֹתֵה מַיִם לְצִמָּאוֹ, אוֹמֵר שֶׁהַכֹּל נִהְיָ בְּדַבְּרוֹ.

רַבִּי טַרְפוֹן אוֹמֵר: בּוֹרָא נִפְשׁוֹת רַבּוֹת.



### TRADUCTION

Celui qui a mangé des figes, des raisins et des grenades,  
il fait après [les avoir mangés] les trois bénédictions ;  
ce sont les paroles de Rabban Gamliel.

Et les Sages disent :

« Une seule bénédiction qui inclut les trois » [la berakha « méène chaloch »].

Rabbi Akiva dit :

« Même s'il a mangé un plat de légumes cuits qui constitue son repas [principal],  
il fait après [avoir mangé] les trois bénédictions ».

Et celui qui boit de l'eau pour [étancher] sa soif, dit « Chéhakol niiya bidvaro » (« Tout existe  
par Sa parole ») ;

Rabbi Tarfone dit : « Boré néfachote rabote » (« Celui qui crée de nombreux êtres vivants »).



## EXPLICATIONS

le *birkat hamazone* ; voir l'explication plus loin – שלש ברכות  
 la *berakha* « *Al hame'hia* » (« Pour la subsistance ») ; voir – ברכה אחת מעין שלש  
 l'explication plus loin  
 un plat de légumes cuits – שלק  
 cela constitue son repas – והוא מזונו  
 pour étancher sa soif – לצמאו  
 il fait la *berakha* « *Chéhakol* » avant de boire – אומר שהכל



## OBJECTIFS

Après avoir étudié cette Michna, nous saurons répondre aux questions suivantes :

1. D'après chaque avis, dans quel cas faut-il faire le *birkat hamazone* ?
2. Quand fait-on la *berakha* sur l'eau, et de quelle *berakha* s'agit-il ?

Termes et notions que nous connaissons après avoir étudié cette Michna :

בורא נפשות רבות,  
 לצמאו, שלק, ברכה  
 אחת מעין שלש, שלש  
 ברכות.



## NOTIONS IMPORTANTES

שלש ברכות : Birkat Hamazone

C'est une *mitsva* de la Torah de faire la *berakha* après avoir mangé. Nous apprenons cela du *passouk* :

“וְאָכַלְתָּ וְשָׂבַעְתָּ וּבֵרַכְתָּ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ עַל הָאָרֶץ הַטֹּבָה אֲשֶׁר נָתַן לָךְ”.

« Tu mangeras, tu seras rassasié. Tu béniras alors Hachem, ton Dieu, pour le bon pays qu'Il t'a donné » (*Devarim* 8,10)

Dans le *birkat hamazone*, il y a trois *berakhot* de la Torah :

1. « *Hazane et hakol* » (« Qui nourrit tous les êtres »)
2. « *Birkat haarets* » (La *berakha* de la terre d'Israël)
3. « *Birkat boné Yérouchalaïm* » (La *berakha* sur la construction de Jérusalem)

**Les Sages** ont institué une *berakha* supplémentaire : la *berakha* « *Hatov vehamétiv* » (« Le Bon et le Bienfaisant »).

**La *berakha* « méène chaloch »**

Les Sages ont institué une *berakha*, qui est une forme abrégée des trois *berakhot* de la Torah qui figurent dans le *birkat hamazone*. Cette *berakha* s'appelle la *berakha* « *méène chaloch* ». D'après tous les avis, il faut faire le *birkat hamazone* après avoir mangé du pain. Mais notre Michna évoque d'autres situations où il s'agit de savoir si, après avoir mangé, il faut faire le *birkat hamazone* ou la *berakha* « *méène chaloch* ».





## COMPRENDRE LE TEXTE ET SES COMMENTAIRES

### EXERCICE 2

1. Qu'ont en commun les fruits qui sont évoqués dans le premier *mikré* de la Michna ?

.....

.....

2. Quelle *berakha* faut-il faire après les avoir mangés, selon Rabban Gamliel ? Et selon les Sages ?

.....

.....

### EXERCICE 3

1. Quelle est l'opinion de Rabbi Akiva ? (Entourez la phrase correcte) :

- Sur le moindre légume cuit que l'on mange, il faut faire le *birkat hamazone*.
- Si on mange un *kzaït* de légume cuit (environ 27 grammes), on doit faire le *birkat hamazone*.
- Si le plat de légumes est délicieux et nourrissant, on doit faire la *berakha* « *méène chaloch* ».
- Si un légume cuit constitue l'essentiel de notre repas, nous devons faire le *birkat hamazone* après l'avoir consommé.

2. D'après quel Tanna doit-on faire le *birkat hamazone*, après avoir mangé les aliments suivants ?

- Dattes

.....

- Repas constitué de pommes de terre et de petits pois

.....

3. En faveur de quelle opinion la halakha a-t-elle été tranchée ?

.....

### Exercice 4

1. Ouvrez un Sidour à la page de la *berakha* « *mèène chaloch* ». Quelles sont les trois situations où l'on fait cette *berakha* ?

.....

.....

2. Qu'est-ce que ces trois situations ont en commun ?

Indice : De quoi sont constitués les aliments sur lesquels on fait la *berakha* « *mèène chaloch* » ?

.....

.....

### Exercice 5

Le *séfa* de la Michna traite de la *berakha* que l'on doit faire avant de boire de l'eau.

1. Quelles sont les deux opinions exprimées dans la Michna à ce sujet ?

.....

.....



Il est vrai que la *halakha* ne suit pas l'avis de Rabbi Tarfone ; pourtant la *berakha* évoquée par Rabbi Tarfone se dit effectivement sur de l'eau, mais pas avant de la boire...

2. Expliquez ce que dit Myriam : d'après la *halakha*, quand doit-on faire la *berakha* « *Boré néfachote* » ?

.....

.....



EN RÉSUMÉ

Répondez aux questions suivantes en vous appuyant sur ce que vous avez appris :

1. Comment est appelé le *birkat hamazone* dans la Michna ?

.....

.....

2. Quelle est la situation évoquée dans la Michna, où d’après la *halakha*, il faut faire la *berakha* « *mèène chaloch* » ?

.....

.....

3. Sur quoi porte la *ma’hloket* dans la *séfa* de la Michna ?

.....

.....



**Les Michnayot Expliquées** : Cahier de l’élève

Directeur de la rédaction des « *Michnayot Expliquées* » : **Rav Aviad Bartov** | Conseiller pédagogique principal : **Rav Meir Fechler**, Institut *Guemara Beroura* | Orientation et conseils pour les questions de *Halakha* : **Rav Yossef Tsvi Rimon**, Directeur de *Soulamot* et Directeur du Beit Midrach de l’Institut Académique Lev  
 Rédaction : **Ronit Dror**, **AMIT Afoula** | Directeur du Département Francophone : **Eliezer Shargorodsky**  
 Révision linguistique : **Avital Meklès** | Graphisme hébreu : **Naomie Kruguer**, **Hanna Krol**, [www.lamorim.org](http://www.lamorim.org)  
**Dvorah Serrao**, Directrice de Lamorim | **Eliezer Schilt**, Expert Pédagogique Lamorim | Traduction : **Laure Halber**  
 Graphisme français : [twindesigners.com](http://twindesigners.com) | Contact : [info@lamorim.org](mailto:info@lamorim.org) © Tous droits réservés à *Soulamot*  
 Téléphone : +972 (0)25474542/7 | Boîte postale 230 Alon Shevout 9043300, [office@sulamot.org](mailto:office@sulamot.org)