



La consommation quotidienne d'une pomme réduirait le risque de maladie d'Alzheimer et celle de Parkinson. Un proverbe canadien dit : "Une pomme par jour, en forme toujours ».

Un enseignement du Zohar

## Un fruit aux mille vertus

*Si la Bible ne connaît pas la "pomme d'Adam" qui a fait chuter l'homme, le Zohar connaît ce fruit comme symbole de l'élévation spirituelle.*

*Cette pomme est mentionnée dans le Cantique des Cantiques, et Rabbi Hiya va en donner une lecture allégorique, car la pomme désigne la communauté d'Israël.*

### זוהר כרך ג (ויקרא) פרשת אחרי מות דף עד עמוד א

ר' חייא פתח (שיר ב) כתפוח בעצי היער כן דודי בין הבנים וגו', האי קרא אוקמוה חברייא אבל כמה חביבה כנסת ישראל קמי קודשא בריך הוא דהיא משבחת ליה בהאי, הכא אית לאסתכלא אמאי משבחת ליה בתפוח ולא במלה אחרא או בגוונין או בריחא או בטעמא, אבל הואיל וכתוב תפוח בכלא היא משבחת ליה, בגוונין בריחא ובטעמא, מה תפוח הוא אסוותא לכלא אוף קודשא בריך הוא אסוותא לכלא, מה תפוח אשתכח בגוונין כמה דאוקימנא אוף קודשא בריך הוא אשתכח בגוונין עלאין, מה תפוח אית ביה ריחא דקיק מכל שאר אילני אוף קודשא בריך הוא כתיב ביה (הושע יד) וריח לו כלבנון, מה תפוח טעמיה מתיקא, אוף קודשא בריך הוא כתיב ביה (שיר ה) חכו ממתקים.

### Zohar 3<sup>ème</sup> partie (Lévitique) paracha aharé mot page 74 a

Rabbi Hiya commente (Cant des cant. 2) "comme la pomme au milieu des arbres du jardin, ainsi est mon bien aimé..." La sainte assemblée [les mystiques autour de Rabbi Simon Bar Yohai] ainsi expliqué ce verset : comme est précieuse l'assemblée d'Israël devant le Saint, béni soit-Il, pour être louée de cette manière [comparée à la pomme]. Et l'on peut se demander pourquoi la louer parla pomme, et pas par autre chose qui se distingue par sa couleur, son parfum ou son goût ? Mais puisqu'il est question de "pomme" cela signifie que ce fruit est loué pour tout cela, par sa couleur, son parfum et son goût. De même que la pomme guérit de tout [par la téchouva Israël guérit de ses maux,] de même le Saint, béni soit-Il guérit de tout [Il accorde le pardon]. De même que la pomme a toutes les couleurs [Israël possède de nombreuses vertus], de même le Saint, béni soit-Il, possède les couleurs supérieures [les attributs moraux]. De même que la pomme possède un parfum subtil entre tous les arbres, de même le Saint, béni soit-Il, comme il est dit (Osée 14) "Son parfum est comme le Liban" [la présence divine est puissante dans le monde, comme le cèdre du Liban]. De même que la pomme possède un goût doux, de même le Saint, béni soit-il, dont il est dit "son palais (de bouche) est douceur" (la grâce divine se répand dans le monde).

Traduction : Philippe Haddad.