

# Séphira Hessed (חַסֵּד) – « Miséricorde »

## 1. Nom hébraïque, translittération et signification spirituelle

**Hessed** (חַסֵּד, également translittéré *Chesed*) signifie littéralement « bonté », « grâce aimante » ou « miséricorde » en hébreu <sup>1</sup>. Dans la mystique juive, cette Séphira représente l'amour inconditionnel, la générosité et la bienveillance infinie émanant de la divinité vers la création. La tradition kabbalistique la désigne aussi sous le nom de **Guedoula** (« Grandeur » ou « Magnificence ») <sup>2</sup>, soulignant son caractère d'expansion et de magnificence divine. Le *Zohar* la décrit symboliquement comme le « bras droit de Dieu », c'est-à-dire le canal par lequel la grâce divine s'étend dans le monde <sup>3</sup>. En d'autres termes, Hessed est l'énergie d'amour et de compassion illimitée par laquelle l'Infini soutient le cosmos – on dit ainsi *“olam hesed yibaneh”* (« le monde est bâti sur la bonté » – Psaume 89:3).

## 2. Jour, mois, heure associés selon la tradition kabbalistique

Dans la kabbale, chaque Séphira est associée à des correspondances temporelles et astrologiques. Hessed est liée à la **planète Jupiter** (*Tzadek* טַדֵּק en hébreu), astre de l'expansion et de la bienveillance <sup>4</sup>. De ce fait, son **jour** correspondant est le **Jeudi**, traditionnellement considéré comme imprégné de l'influence jovienne de la miséricorde. Sur le plan du calendrier hébraïque, Hessed s'associe aux mois et signes astrologiques gouvernés par Jupiter, notamment le **mois de Kislev** (signe du Sagittaire) et le **mois d'Adar** (signe des Poissons) qui reflètent son énergie expansive et généreuse <sup>5</sup>.

En ce qui concerne le cycle quotidien, le **moment du jour** placé sous Hessed est l'**aurore**, le début de la matinée. En effet, nos Sages enseignent qu'**Abraham** – l'archétype même de la bonté – institua la prière de l'aube (*Cha'harit*) pour manifester l'amour de Dieu dès le lever du soleil <sup>6</sup>. La lumière douce du matin est ainsi considérée comme le rayonnement de la bonté divine, un temps propice à la clémence et aux nouvelles compassions chaque jour renouvelées (*“les bontés de Dieu ne sont pas épuisées, elles se renouvellent chaque matin”* – Lamentations 3:22-23).

## 3. Qualités et défauts développés par Hessed (aspects psychologiques et spirituels)

**Hessed** incarne les qualités positives de l'âme liées à l'amour et à l'ouverture du cœur. Sur le plan psychologique, elle se manifeste par la **générosité**, la **compassion**, la **bienveillance** et l'**abondance affective** <sup>7</sup>. L'individu influencé par Hessed fait preuve d'**altruisme**, d'enthousiasme chaleureux et d'un optimisme confiant en la bonté d'autrui <sup>8</sup>. Il aura tendance à donner sans compter, à accueillir autrui avec empathie et à pardonner aisément. Hessed est une énergie d'**expansion** et d'**ouverture** du cœur, source d'inspiration créatrice et de cohésion sociale.

Cependant, la même force poussée à l'excès ou mal équilibrée peut engendrer des **défauts** ou des déséquilibres. Sans la contrepartie de la rigueur (Séphira *Guevoura*), une bonté illimitée risque de devenir du **laxisme** ou de la **naïveté** – on peut « aimer aveuglément » et manquer de discernement <sup>8</sup>. Les kabbalistes mettent en garde contre les **“vices” de Hessed** lorsqu'elle dégénère : on cite par exemple la **tyrannie “paternelle”**, l'**hypocrisie** ou le **favoritisme** (une gentillesse partielle réservée à ses proches), la **bigoterie** moralisatrice, voire la **gloutonnerie** et l'excès de plaisirs permis par une

indulgence sans limite <sup>9</sup>. Ces défauts paradoxaux résultent d'une bonté désordonnée qui, sans limites, finit par **étouffer** ou corrompre l'authentique bienveillance.

En termes ésotériques, Hessed doit toujours se marier à la Séphira opposée, Guevoura (la Force/rigueur), pour rester constructive. « *Hessed est une force créatrice sans cesse en expansion... Mais parce qu'Hessed est sans limite, elle ne peut à elle seule créer et soutenir les mondes ; sans barrières, le flux de bonté tomberait rapidement dans le chaos. C'est pourquoi Hessed est en balance avec Guevoura, qui en limite l'expression afin de permettre à la Création d'exister en équilibre* » <sup>10</sup>. Le Zohar souligne ainsi que le monde nécessite à la fois justice et miséricorde : « *Le Monde fut créé par la rigueur, mais il n'aurait pu subsister si la clémence n'était intervenue* » <sup>11</sup>. Autrement dit, la **vertu** de Hessed se réalise pleinement dans l'**humilité** et l'**obéissance** au bien <sup>9</sup> (le dévouement sincère à faire le bien sans orgueil), et son énergie doit être canalisée par la sagesse pour éviter que la bonté ne se transforme en indulgence coupable. Lorsqu'elle est équilibrée, Hessed est source d'amour authentique, de pardon et de **liens sociaux harmonieux** – c'est la qualité du *'hassid* (חסיד), le juste empreint de bonté au-delà de l'obligation.

## 4. Pierre semi-précieuse correspondante

Hessed est traditionnellement associée à la **couleur bleue**, couleur de sérénité et d'expansion, que l'on attribue notamment à Jupiter dans le symbolisme astrologique <sup>12</sup>. Par conséquent, la **pierre** qui lui correspond est en général une pierre de teinte bleue, symbole de paix et de fidélité. La source la plus courante mentionne le **saphir** comme pierre de Hessed <sup>12</sup> – le saphir bleu, translucide, évoque en effet le ciel clément et la droiture (dans la tradition biblique, le trône divin a « l'éclat du saphir », Exode 24:10). D'autres sources évoquent également la **sodalite**, pierre bleu-nuit aux marbrures blanches, connue pour apporter calme et ouverture d'esprit <sup>12</sup>. Dans tous les cas, ces gemmes aux teintes azur seraient porteuses de l'**énergie apaisante et bienfaisante** de Hessed. On peut les utiliser en méditation ou les porter en talisman pour se rappeler de manifester compassion et gentillesse. Par analogie, le métal associé à Hessed est l'**étain** ou l'**argent** (métaux de Jupiter) <sup>13</sup>, traduisant la malléabilité et l'éclat doux de la miséricorde par rapport à la dureté de la justice (associée à fer ou or de Guevoura).

## 5. Personnage biblique emblématique de Hessed (et justifications textuelles/ésotériques)

Le personnage biblique par excellence qui incarne la Séphira de Hessed est **Avraham Avinou** – le patriarche Abraham. Dans la Kabbale, chaque Séphira des émotions (Hessed, Guevoura, Tiféret...) correspond à un patriarche ou figure majeure, et Abraham est explicitement relié à Hessed, la miséricorde et la bonté illimitée <sup>13</sup> <sup>7</sup>.

Textuellement, de nombreux indices relient Abraham à la qualité de bonté. Le prophète Michée proclame par exemple : « *Tu témoigneras de la fidélité à Jacob et de la bonté (hessed) envers Abraham, comme Tu l'as juré à nos pères autrefois* » (Michée 7:20), soulignant qu'Abraham est l'emblème de la bonté divine sur terre. Dans le Zohar et d'autres écrits kabbalistiques, on associe le nom d'Abraham directement à cette émanation : « *Hessed, c'est Abraham* » affirme ainsi le *Sicle du Sanctuaire* attribué à Moïse de Léon <sup>13</sup>. Cela signifie qu'Abraham est considéré comme le canal humain par lequel la miséricorde de Dieu s'est exprimée dans le monde.

**Abraham** est en effet célèbre pour son **hospitalité généreuse** et son amour du prochain. La Genèse le dépeint accueillant des étrangers sous sa tente en plein désert, prodiguant nourriture et refuge même

au cœur de la journée la plus chaude (Genèse 18) – tradition midrashique voit en ces étrangers des anges, venus tester la bonté d'Abraham. De même, Abraham prie ardemment pour les habitants de Sodome, plaidant auprès de Dieu pour épargner même des inconnus pervers, par pure compassion (Genèse 18:23-32). Ces récits illustrent son altruisme sans frontières.

Ésotériquement, Abraham correspond également à la **colonne de droite** de l'Arbre de Vie kabbalistique (la "Colonne de la Miséricorde"). Le *Zohar* associe Abraham au **Sud** et à l'élément **Eau** <sup>13</sup> – le sud étant, dans la symbolique des directions, le côté de la clémence chaude, et l'eau représentant la fluidité de la grâce qui coule vers le bas en nourrissant toute vie. Abraham creuse des puits d'eau dans le désert, autre image de la générosité vivifiante. Le Midrash le surnomme "*Amoud Ha'Hesed*" (la « colonne de la bonté »).

Enfin, la tradition voit une allusion à Abraham/Hessed dans le nom même de **Dieu "יְהוָה – El"**, l'un des Noms divins signifiant « Dieu [de miséricorde] » qui apparaît par exemple dans l'appel d'Isaac "Elokeh Avraham" (« Dieu d'Abraham »). *El* est le Nom de Dieu associé à la Séphira de Hessed <sup>14</sup>. Ainsi, chaque fois que la Torah mentionne "Dieu/El" avec Abraham, les kabbalistes y lisent une synergie particulière de la miséricorde divine agissant à travers le patriarche. Pour toutes ces raisons, Abraham est le modèle du **'Hassid** – l'homme de bonté – invitant chacun à imiter ses voies d'amour fraternel et de générosité sans discrimination <sup>6</sup>.

*(On pourrait également citer d'autres figures secondaires liées à Hessed : par exemple, Aaron, le Grand Prêtre, est parfois rattaché à Hessed pour son amour de la paix et son rôle d'intercesseur bienveillant ; le roi David, par sa clémence et ses psaumes de miséricorde, prolonge aussi l'énergie de Hessed dans la royauté. Mais c'est Abraham qui demeure la source et l'archétype principal de cette Séphira.)*

## 6. Utilisation spirituelle recommandée (méditation, étude, pratiques comportementales)

**Développer Hessed en soi** est un but spirituel central dans la voie du *Tikkoun* (rectification de l'âme) enseignée par la Kabbale. Pour cela, les maîtres kabbalistes conseillent à la fois des exercices pratiques d'amour du prochain et des méditations intérieures sur la miséricorde divine.

- **Actes de bonté concrets (*Gemilout 'Hasadim*)** : La meilleure façon d'activer l'énergie de Hessed est de multiplier les gestes de générosité et de compassion au quotidien. Rabbi Moïse Cordovero (le *Ramak*), dans *Tomer Devorah* (Le Palmier de Deborah), enseigne que l'homme doit imiter les attributs de Dieu. Concernant la bonté, il dresse une liste de comportements à adopter : « *aimer Dieu d'un amour désintéressé et servir autrui en Son nom, subvenir avec bonté aux besoins de ses enfants et de sa famille, pratiquer l'hospitalité envers les étrangers, visiter les malades et soulager leurs souffrances, donner la charité (tsedaka) aux pauvres, accompagner les défunts et prendre soin de leur sépulture, participer aux mariages de ceux qui sont démunis (par exemple doter une mariée orpheline), et promouvoir la paix entre les personnes en conflit* » <sup>15</sup> <sup>16</sup>. Chacun de ces actes – appelés "*hasadim*" (des « bontés ») – est considéré comme un entraînement de l'âme à la Séphira Hessed. Par eux, on **ressemble au Créateur** qui "fait miséricorde à toutes Ses créatures". Les kabbalistes soulignent que ces mitzvot de bonté ont un **pouvoir spirituel immense** : « *Plus que tout, la charité et la bienveillance adoucissent les décrets sévères* », car elles attirent sur nous la compassion divine en écho à la nôtre <sup>11</sup>. Ainsi, aider autrui avec amour dissout les jugements négatifs et apporte une protection spirituelle (on dit que "*Tsedaka tatsil mimavet*", « la charité sauve de la mort »).

- **Méditation sur la miséricorde divine** : Sur le plan plus intérieur, il est conseillé de méditer quotidiennement sur Hessed pour infuser cette qualité en soi. Concrètement, on peut durant la prière du matin (**Shacharit**) visualiser une **lumière blanche ou bleu-ciel** descendant du *bras droit de Dieu* vers son propre cœur, remplissant celui-ci de chaleur et de bienveillance. Certains se concentrent sur le Nom divin « **El** » (**אֵל**) – le Nom de la miséricorde infinie – en le répétant doucement, afin d'attirer l'énergie de grâce correspondante <sup>14</sup> . On peut aussi contempler des passages bibliques axés sur la bonté : par exemple les treize attributs de Miséricorde (Exode 34:6-7, où l'Éternel se proclame "Dieu de tendresse et de grâce..."), ou des psaumes tels que le Psaume 136 où chaque verset répète « *Car Sa bonté dure à jamais* (כִּי לְעוֹלָם חַסְדּוֹ) » . Cette répétition agit comme un mantra kabbalistique ouvrant la conscience à l'amour divin éternel.
- **Équilibrer Hessed par la discipline** : Puisque Hessed sans limites peut dériver en excès, il est recommandé, paradoxalement, de **structurer sa bonté**. Par exemple, établir des moments fixes pour la charité ou l'aide sociale, afin de ne pas se laisser déborder au point d'en oublier d'autres devoirs. La Kabbale de Rabbi Yitzhak Luria (l'**Ari Zal**) enseigne que chaque Séphira doit servir sans usurper la place des autres. Ainsi, on cultivera Hessed en veillant à ne pas encourager autrui dans l'erreur par une indulgence mal placée. Apprendre à dire "*non*" quand il le faut fait aussi partie du travail spirituel, pour que la **vraie compassion** demeure éducative et alignée sur la justice. En ce sens, l'étude des textes éthiques du *Moussar* (par ex. *Pirké Avot*, Maximes des Pères) sur l'équilibre des qualités peut aider à affiner son Hessed.
- **Invocation et prière** : Dans la liturgie juive, on peut utiliser les moments propices à la miséricorde. La prière de *Ta'hanoun* (supplication après la *Amida* du matin) invoque la clémence divine – on y fait appel aux "*Rachamim*" (miséricordes) de l'Éternel. Les kabbalistes conseillent, avant de prier, de prendre sur soi la mitsva "*d'aimer son prochain comme soi-même*", condition pour que nos prières éveillent la miséricorde d'en-haut. De même, les *Séli'hot* (prières pénitentielles) répètent le Nom "*El*" et les attributs de bonté, ce qui purifie le cœur par l'énergie de Hessed. On peut incorporer à sa prière personnelle la demande d'être un vecteur de bonté : par exemple dire "**Puissé-je aujourd'hui imiter Ton Hessed en répandant la compassion autour de moi**".

En résumé, l'**utilisation spirituelle** de Hessed consiste à **éveiller en soi l'amour altruiste** par l'étude, la méditation et l'action. En pratiquant quotidiennement de petites "*mitsvot de bonté*" – sourire à un inconnu, pardonner une offense, aider sans attendre en retour – l'âme s'accorde progressivement avec la fréquence vibratoire de Hessed. Cela se traduit par un cœur plus doux, une confiance en la générosité de la vie, et un rayonnement de paix qui bénéficie à l'entourage. Les maîtres de la *Hassidout* (piété mystique) enseignent que chaque acte de Hessed attire la *Shekhina* (Présence divine) dans notre monde. Ainsi, en incarnant la miséricorde au quotidien, on permet littéralement à la Lumière infinie d'"**habiter**" en nous et de « *construire le monde par la bonté* » <sup>3</sup> .

**Sources** : Zohar, III, 257a; Bahir §135 <sup>17</sup> ; R. Moshe Cordovero, *Tomer Devorah* <sup>15</sup> ; R. Yitzhak Luria, *Etz Haïm* (arbre des Séphiroth); Sefer Yetzirah 6:1; Encyclopédie du Judaïsme – "Hesed". (Les références entre crochets **[ ]** renvoient aux sources consultées et citées dans le texte.)

---

<sup>1</sup> <sup>3</sup> <sup>15</sup> <sup>16</sup> Chesed (Kabbalah) - Wikipedia  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Chesed\\_\(Kabbalah\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Chesed_(Kabbalah))

<sup>2</sup> <sup>10</sup> <sup>11</sup> <sup>13</sup> Hessed ou Guedoulah • La Kabbale des Sephiroth • Kabbale en Ligne  
<https://www.kabbale.eu/hessed-ou-guedoulah/>

4 12 4) Hessed : Grâce / Miséricorde

<https://lencreducoeur.wordpress.com/2020/11/03/4-hessed-la-grace/>

5 Jewish views on astrology - Wikipedia

[https://en.wikipedia.org/wiki/Jewish\\_views\\_on\\_astrology](https://en.wikipedia.org/wiki/Jewish_views_on_astrology)

6 The Three Daily Prayers - Chabad.org

[https://www.chabad.org/library/article\\_cdo/aid/682091/jewish/The-Three-Daily-Prayers.htm](https://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/682091/jewish/The-Three-Daily-Prayers.htm)

7 Les 10 séphiroth de l'arbre de vie et leur signification

<https://www.jepense.org/10-sephiroth-arbre-de-vie-signification/>

8 Hessed (Chesed), Séphirah de l'Arbre des Séphiroth (Kabbale), Signification Miséricorde , Planète Tzadekh (Jupiter) , Éléments : Air, Eau, Feu, Terre, Céléste : Family tree by Alain FOULLON (foullon) - Geneanet

[https://gw.geneanet.org/foullon?](https://gw.geneanet.org/foullon?lang=en&n=celeste&p=hessed+chesed+sephirah+de+l+arbre+des+sephiroth+kabbale+signification+misericorde+planete+tzadekh+jupiter+element)

[lang=en&n=celeste&p=hessed+chesed+sephirah+de+l+arbre+des+sephiroth+kabbale+signification+misericorde+planete+tzadekh+jupiter+element](https://gw.geneanet.org/foullon?lang=en&n=celeste&p=hessed+chesed+sephirah+de+l+arbre+des+sephiroth+kabbale+signification+misericorde+planete+tzadekh+jupiter+element)

9 14 Les Correspondances au sein des Sephiroth - Soleil de Lumière

<https://soleildelumiere.canalblog.com/archives/2013/03/02/26536714.html>

17 Hessed — Wikipédia

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Hessed>