

# Mekor Hokhma

Perles de sagesse au féminin.

Selon les enseignements de Rabbi Nahman de Breslev



*Réservé aux femmes exclusivement*

Leilouy Nishmat Zara bat Tourkia

## Les eaux de la reine

Ce matin tu te lèves, et ça y'est les nerfs commencent : tu sens un malaise intérieur très profond, comme si tu te perdais ! Et lui bien sûr, ne comprend rien, car il ne saisit pas ce qu'il t'arrive. Mais au fait, quel jour somme-nous ?! C'est fou, c'est exactement le jour de ton mikvé. Ce n'est pas possible, pourquoi juste ce jour tout doit mal tourner ?! Combien de luttas mon D.ieu ? Pourquoi ce malaise intérieur et si profond qui te tire vers le bas ? Mais en fait, pourquoi le mikvé est si important ? Quel est son secret ? Je vais essayer de te l'expliquer.

Les eaux du mikvé sont la racine même de la émouna ! Oui, tu as bien lu, le mikvé et la émouna ne sont qu'un seul et même concept. Pourquoi ? Lorsque tu te trempe dans l'eau du mikvé, tu atteins des niveaux de kedousha incroyables, tes prières sous l'eau prennent une dimension toute particulière, proche de ce qui se ressentira dans le monde futur. Tu dois te dire que j'exagère et que je te dis tout ça pour t'encourager à y aller, mais non je ne l'invente pas, regarde ce qui est marqué dans Isaïe : "Car la terre sera pleine de la connaissance d'Hachem, comme l'eau abonde dans les océans".

Puisque le daat (la connaissance d'Hachem) sera tellement forte, c'est donc que la émouna se développera d'une manière exceptionnelle. On ne peut imaginer à quel point la perception d'Hachem sera immense. La émouna provient donc d'une connaissance très profonde et suprême, cette même connaissance qui remplira la mer "comme l'eau abonde dans les océans".

C'est donc ça la notion de mikvé : lorsque tu t'y trempe, tu touches du bout des doigts cette émouna suprême, tu atteins des niveaux de connaissance impensables auparavant, et c'est pour cela que lorsque tu sais utiliser ton mikvé, tes prières sous l'eau peuvent atteindre un niveau inégalé, proche du plus grand des tsadikim.

Comprends bien la chose suivante : même si un homme devait se tremper 310 fois dans le mikvé (qui correspond aux 310 mondes) il n'atteindra jamais le niveau que tu peux atteindre avec une seule de tes immersions !

### Les habits

- Les habits que tu portes sont une indication sur ton caractère.

- Il viendra le temps où Hachem châtiara ceux qui s'habillent comme des non-juifs.

- Celui qui est habitué à maudire n'aura pas d'habits pour Shabbat.

Sefer Hamidot

Begadim

A1, A9, B2

*Pour dédier un numéro ou envoyer vos questions à yael taieb,  
une seule adresse : mekor.hokhma@gmail.com*



C'est justement par les eaux du mikvé, qui représentent donc la émouna, que tu te purifies de l'impureté de nidda, n'oublie pas que c'est le venin du serpent, c'est à dire le manque d'émouna qu'il a fait pénétrer en Hava, qui a généré le sang de nidda.

Le manque d'émouna de Hava envers Hachem, fut l'élément destructeur du genre humain, et fut à l'origine des dix malédictions dont la souffrance dans l'enfantement, les tourments de l'éducation, et le sang de nidda entre autres. Ce n'est donc que dans le mikvé, qui représente la véritable émouna (la connaissance d'Hachem), que tu pourras complètement réparer la faute de Hava, et arriver à une pureté totale et à la perfection de la émouna.

Une autre preuve que la émouna et le mikvé sont un seul et même concept ? Il est écrit dans la Guemara, que le jour où tombe la pluie, est aussi grand que la résurrection des morts. Pourquoi ? Car la pluie tombe grâce aux baalei émouna (les maitres de la émouna). Ces mêmes personnes qui ensemencent leurs champs, attendent et prient pour que la pluie tombe. Ces mêmes eaux de pluie qui sont en fait celles qui vont remplir le mikvé, sont donc celles de la émouna qui provient de cette fameuse connaissance d'Hachem, qui va se dévoiler dans le futur et qui sera une forme de résurrection. Car juste après cette période, cela sera le plus grand dévoilement de la connaissance d'Hachem, *comme l'eau abonde dans les océans.*

Je pense à présent que tu comprends mieux, pourquoi ces luttes intérieures, car en fait quand tu décides de repousser ton mikvé ou de ne pas y aller du tout, tu te déconnectes d'Hachem et tu rates ta mitzvah à toi. C'est comme si ton mari te disait, comme tu m'as énervé aujourd'hui, je ne mettrai pas les téfilines. Car en fait, lorsque tu arrives à briser cette barrière, au moment de te tremper déjà, tu acquiers un bitoul vis à vis d'Hachem et de par ce bitoul et l'eau du mikvé qui je te le rappelle est de l'eau de pluie, qui n'a subi aucune intervention humaine, c'est à dire du Ciel vers le bassin directement, cette eau si particulière, va te faire acquérir de nouvelles perceptions que tu n'avais pas auparavant. Tu vas pouvoir aborder les événements différemment et trouver des solutions que tu ne pouvais envisager auparavant. En fait, te tremper, c'est un renouveau de ta propre personne.

Mon amie, ma sœur, je souhaite véritablement que ces quelques lignes pourront t'aider à avancer dans ta construction, et ne plus te faire avoir par le yetser ara. Hachem t'aime et veille sur toi, Il t'aidera chaque fois que tu lèveras les yeux vers Lui pour Lui demander de l'aide. Bats-toi de toutes tes forces pour ta maison, c'est là ta seule vraie richesse, ne la brades pour rien au monde.

Shabbat Shalom,  
yael taieb

### Lois de cacherout :

#### *Le poireau*

*Séparez les feuilles en coupant de la racine sur toute la longueur en deux moitiés. Rincez chaque feuille, et vérifiez qu'elles sont propres.*

*Il faut s'assurer que même les petits points noirs insignifiants aient disparu, surtout à la jonction entre le bout de la tige et le début des feuilles vertes indépendantes du haut.*

*Rav Falk*

*Vous aussi envoyez-nous vos témoignages, paroles d'enfants et recettes.  
Pour cela, une seule adresse : mekor.hokhama@gmail.com*



## A chacune son histoire

*Je vais vous raconter un très beau miracle qui nous est arrivé il y a de cela deux ans. Comme dans tous les foyers en Israël, le quotidien connaît ses hauts et ses bas, surtout financièrement. Après mon accouchement, alors que je me rendais en maison de repos, je demandais à mon mari de s'occuper du frigidaire qui, je le sentais bien, allait nous lâcher. A mon retour quelques jours après, mon mari n'avait pas appelé de réparateur et est arrivé ce qui devait arriver : le frigidaire avait rendu l'âme !*

*J'étais entre colère et résignation, mais j'ai pris sur moi et j'attendais de voir ce que mon mari allait décider. Il me proposa de regarder dans un site de seconde main, et le cœur rempli de peine j'ai répondu sans grogner et sans le culpabiliser par l'affirmative. Le lendemain, une amie m'appelle en me racontant que son frère vient d'annuler son mariage et qu'il a de l'électroménager à vendre, dont un frigidaire. Je lui explique que c'est vraiment impossible pour nous de l'acheter et qu'elle peut le mettre en vente.*

*A cette même période, il y avait une fameuse histoire à la radio qui racontait qu'une femme avait reçu en cadeau une gazinière toute neuve et une machine à laver. A ce moment-là j'ai ressenti un besoin de parler à Boré Olam. Et là je me suis déversée, en L'implorant, et en Lui expliquant que moi aussi j'aimerais mériter un cadeau gratuit, que cela vienne avec beaucoup de braha, sans que ça touche à mon shalom bayit.*

*Quelques minutes après, cette même amie me rappelle en me disant de ne pas poser de question et que d'ici deux heures le frigidaire en question arriverait chez moi. Imaginez la joie que j'ai pu éprouver à cet instant ! Des larmes de reconnaissance envers Hachem coulaient toutes seules. Et comme un miracle n'arrive jamais seul, l'argent de la livraison était déjà prévu dans le Ciel puisque c'était exactement ce que je possédais dans mon portefeuille.*

*Dès qu'ils arrivèrent, je vis l'énorme frigidaire, tout simplement magnifique ! Mon mari n'en croyait pas ses yeux. Je me suis rendue compte qu'une tefila qui sort du cœur ne reste jamais vaine, il faut juste croire très fort qu'Il peut TOUT, il suffit de demander.*

## La tefila de la semaine

*Pour s'éloigner du mal et faire le bien*

*C'est pourquoi, nous n'avons d'autre appui et d'autre espoir que la prière des Justes authentiques, la prière de ceux qui sont en vie, et de ceux qui séjournent dans la poussière. Sur eux seulement, j'ai fondé mon espoir et placé ma confiance, c'est sur eux que je m'appuie. Par leur mérite et leur grande force, je suis venu me présenter devant Toi Eternel mon Dieu et Dieu de mes Pères. Aies pitié, et Fais que nous trouvions grâce à Tes yeux ! Que leurs prières nous protègent afin que nous puissions grâce à elles nous rapprocher de Toi réellement. Puissions-nous mériter de nous éloigner du mal et de toujours accomplir ce qui est bien à Tes yeux dès maintenant et à jamais. Amen ! Sélah...*

## Bétéavone !

*Gâteau au citron*

### INGREDIENTS :

*5 œufs  
200 g de sucre  
3 ou 4 verres d'huile  
Zeste d'une orange  
½ verre de jus d'orange  
ou citron + ½ verre de  
citron + ½ verre d'eau  
1 levure  
1 sucre vanillé  
250 g de farine*

### PREPARATION :

*Mélangez le tout, puis mettez au four.*

*Après la cuisson, saupoudrez de sucre glace puis DEGUSTEZ !*

## Le coin des mamans

En parlant à ton enfant avec des paroles d'encouragement et d'affection, et en le valorisant, tu ne pourras que le faire évoluer positivement et lui faire acquérir la confiance en soi.