

Mekor Hokhma

Perles de sagesse au féminin.

Selon les enseignements de Rabbi Nahman de Breslev.

Ce feuillet est dédié à leïlouy nishmat de Yochin ben Majer.

Hatslaha de Mickael ben Hanna.



Réserve aux femmes exclusivement

Leïlouy Nishmat Zara bat Tourkia

Les (très) mauvaises pensées

C'est bizarre, mais en lisant la Bible, je m'aperçois qu'il y a un sujet qui revient sans cesse... Bon, t'es prête ? 3...2...1 : La débauche sexuelle !

Ben oui, c'est fou mais vrai ! Tu ne me crois pas ? Pas de problème, regardons ensemble quelques exemples :

1) *Parachat Berechit* : la première faute du premier homme débuta lorsque le serpent vit Adam et Hava avoir des relations. Il fut donc pris du désir de prendre Hava ; il lui donna le super conseil que de prendre le fruit interdit et d'en donner à Adam pour qu'il meurt, et que Hava soit sienne.

2) *Parachat Noah* : La génération du déluge, qui fut l'une des plus perverses de l'histoire de l'humanité (la nôtre n'en est plus très loin !) : homosexualité entre les hommes, femmes et animaux. La faute principale des hommes fut celle de « zera levatala » (perte intentionnelle de semence en vain, une des fautes les plus graves de la Torah). Noah fut violé par son propre fils, alors qu'il était en état d'ébriété.

3) *Parachat Lekh Lekha* : Une fois de plus, la débauche sexuelle est au cœur de l'histoire avec Avraham qui, pour se protéger des Egyptiens, fit passer Sarah pour sa sœur. Le roi Avimelekh ne se gêna pas pour la prendre pour femme contre son gré. C'est uniquement grâce à l'intervention d'Hachem que la chose ne put se réaliser.

4) *Parachat Vayera* : La fameuse histoire de Sodome et Gomorrhe, où la perversion sexuelle avait frappé une fois de plus, lorsque les deux anges entrèrent dans la ville pour sauver Loth et sa famille. Les habitants de la ville, qui étaient tous des homosexuels, se rejoignirent autour de la maison de Loth pour violer les deux anges. Ils furent tous frappés de cécité. Autre épisode avec les filles de Loth, qui eurent des relations avec leur père.

5) *Parachat Haya Sarah* : Avraham soupçonne injustement Eliezer, son serviteur, d'avoir eu des relations avec Rivka. En contrepartie, Hachem fera monter Eliezer vivant dans le Gan Eden.

6) *Parachat Toldot* : Le roi Avimelekh va tout faire pour s'approprier Rivka. Autre épisode avec Essav, l'assassin et le violeur de femmes mariées (encore et toujours l'adultère !).

7) *Parachat Vayichlah* : Le kidnapping et le viol insoutenable de Dina par Chehem.

8) *Parachat Vayechev* : La femme de Poutifar, qui fera tout son possible pour séduire Yossef afin d'avoir des relations avec lui. Yossef fut sur le point de succomber lorsque le visage du Tsadik Yaacov, lui apparut, le préservant in extremis de la avéra. Suite à cet épisode, il sera appelé Yossef Hatsadik.

Je m'arrête là, mais je pourrais te montrer que ce sujet brûlant revient sans cesse, pratiquement dans toute la Torah.

Le vol

- Celui qui, tenté par le vol, s'est permis de prendre ce qui appartient à autrui, est capable de commettre n'importe quelle faute. Il n'y a pas de moyens de l'enlever de sa mauvaise voie.

- Une personne qui se rétracte de faire de la charité, se fera voler.

*Sefer Hamidot
Gueneva, guezela
A1, A7*

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



Pourquoi ? Car c'est justement cela toute la pureté du peuple d'Israël, c'est dans le domaine du brit que nous sommes fondamentalement différents des autres nations.

Nous le savons, la tentation commence avant tout par les yeux et entraîne ensuite des pensées (en général malsaines). Le problème des mauvaises pensées est surtout celui des hommes : le moindre regard d'une femme, un mot ou une phrase peut allumer en lui le feu du désir. Aujourd'hui, nous les femmes, ne sommes plus épargnées par ce problème. Pourquoi ? Car nous regardons quasiment les mêmes choses qu'un homme ! Nous nous sommes faites prendre au piège des pensées malsaines.

Tu le sais, les pensées poursuivent sans arrêt ta personne, elles ne te lâchent pas. L'origine du problème : les images, internet, la télé, les films... tout cela va procurer une forme de légitimité de la avéra. Lorsqu'on s'y familiarise, cela finit par nous paraître tout à fait normal... Rendre la avéra banale et se demander : « Après tout, où est le mal ? ».

Lorsqu'on ne voit plus le mal, on ne voit plus le bien non plus. Notre esprit est totalement pollué par ce genre d'images, des situations formellement interdites et contraires à ce que nous enseigne notre Torah.

JE N'AI PAS LE DROIT D'HABITUER MON ESPRIT A CONTEMPLER DES SCENES INTERDITES, CAR D'UNE MANIERE INNEE, JE FINIRAI PAR LES TROUVER NORMALES ET LEGITIMES !

Hasvéchalom. Il est écrit : « *Malheur à celui qui dit que le bien est mal, et que le mal est bien.* » N'oublie jamais que la spécificité du peuple juif, c'est sa sainteté, cela commence avant tout dans le cerveau, qui se nourrit en grande partie de ce qu'il voit.

Tes yeux sont les caméras les plus sophistiquées du monde ! Les images entrent dans le cerveau, accompagnées de fantasmes les plus fous. Elles restent en mémoire et, en plus, on alimente avec de nouvelles images encore et encore ! A la fin du compte, il faudra crier, pleurer amèrement et supplier Hachem de nous les effacer de notre cerveau. Le monde est dirigé par les goyim, nous sommes sous leur influence : pub, films et vidéos en tout genre, nous font vivre dans un monde virtuel d'illusions et de fantasmes. Rabbi Nahman disait : « *Il ne faut plus appeler le yester ara, mauvais penchant, mais simplement force de l'illusion* ».

A cause de ses illusions (vidéos, images, internet, etc.), c'est donc l'esprit qui est attaqué en premier et qui est détruit complètement. Inutile de te dire, que pour goûter à la saveur véritable de la Torah et de la Téfila, la pureté et la propreté de l'esprit sont des conditions sine qua non.

Le Zohar nous dit : « *Le monde est plus beau lorsque l'on ferme ses yeux* ». Celui qui ouvre ses yeux se rattache d'une manière absolue à ce monde et peut devenir complètement fou. Pourquoi ? Car ce monde est rempli de soucis, de peurs, de tremblements, de dépressions, tristesses, jalousies et désirs malsains, que D.ieu nous en préserve.

Rabbi Nahman affirme que toute la folie du monde provient du désir et de la débauche sexuelle. En fait, la folie existe chez tout le monde, et provient donc des mauvaises pensées. Tu as donc, deux possibilités dans ce monde-ci : soit la émouna, les bonnes pensées, les joies, l'espoir et la vision positive, ou alors... la folie, l'orgueil, la culpabilité, les peurs, pensées négatives sur certaines personnes, etc.

Alors, pour être méritante d'avoir toujours des pensées d'émouna : gardons nos yeux, afin de nous préserver et notre vie n'en sera que meilleure.

yael taieb

Lois de cacherout : *Haricot Blanc*

Laissez tremper les haricots blancs, 3h dans de l'eau bouillante.

Prendre une poignée d'haricots blancs, les faire rouler sur une assiette pour rechercher les tâches sombres et les trous.

Si on a un doute avec de la saleté, il faudra ôter la peau et vérifier l'intérieur.

On peut les vérifier aussi entre la paume de la main en les faisant passer d'une main à l'autre.

Rav Falk

*Vous aussi envoyez-nous vos histoires et recettes.
Pour cela, une seule adresse : mekor.hokhima@gmail.com*



A chacune son histoire

Plusieurs longues années s'écoulèrent depuis la fin des études de Tova. Elle assista à tous les mariages de ses anciennes amies de séminaire, puis à la Brit Mila de leurs fils, et enfin à leur coupe de cheveux... Quant à elle, elle attendait toujours le moment où elle pourrait enfin construire son propre foyer et avoir le bonheur de mettre au monde des enfants. Cependant, elle ne restait pas les bras croisés à pleurer sur son sort, et savait que pour mériter toutes ces bénéfices, il lui faudrait acquérir de nombreux mérites. C'est pourquoi elle décida de se lancer dans l'organisation de nombreuses Séoudat Aménim.

Un jour, Tova lut un extrait du testament du Rav Chakh qui stipulait qu'il s'engageait à intervenir dans le Ciel en faveur de toute personne accomplissant une Mitzvah pour l'élévation de son âme. Elle décida donc d'organiser une immense Séoudat Aménim à l'occasion de sa Hazkara. La soirée fut une grande réussite : plus de 2 500 femmes réunies, des milliers de bénédictions et des centaines de milliers d'Amen prononcés à la mémoire du Tsadik ! Tova était persuadée au fond de son cœur que le Rav Chakh, là-haut, agirait en sa faveur...

La même nuit, Rav Chakh lui apparut en rêve, et lui dit avec émotion : « Toute la Torah que j'ai étudiée ne pourra t'être d'aucune aide, tant que tu n'auras pas l'enveloppe ! ».

Tova se réveilla très troublée, à la fois extrêmement émue d'avoir eu le mérite de voir le Rav s'adresser à elle dans son rêve, mais en même temps terriblement peinée de réaliser qu'un certain obstacle s'opposait effectivement à la fondation de son foyer. Et plus que tout, elle était hantée par la question troublante de savoir quelle pouvait donc être cette enveloppe dont parlait Rav Chakh ?!

Au cours de la journée, Tova croisa sur son chemin une amie à laquelle elle raconta son rêve surprenant. Cette dernière fut si émue et ébranlée par le récit qu'elle décida spontanément de le raconter à une assemblée de femmes venues l'écouter. A peine eut-elle le temps de raconter l'histoire du rêve qu'une femme parmi l'assemblée se leva et annonça : « Je sais de quelle enveloppe il s'agit ! ».

Toute l'assemblée [se tourna vers elle] : « Tova était une amie de ma fille au séminaire. Un différend a éclaté entre elles à la suite duquel ma fille a nourri un certain ressentiment à l'égard de son amie. Il n'y a pas longtemps de cela, nous avons appris que Tova ne s'était toujours pas mariée. Nous avons tout de suite fait le lien avec le ressentiment de ma fille, craignant que cette vieille rancune ne constitue un obstacle à son mariage... Ainsi, par acquit de conscience, nous avons décidé de lui écrire une lettre dans laquelle ma fille lui exprimerait son ancien ressentiment et son désir sincère de lui pardonner. Cette lettre aurait été également l'occasion de lui souhaiter de rencontrer rapidement son âme sœur. Ma fille a déposé la lettre dans une enveloppe, mais faute de temps, ou peut-être à cause d'une certaine honte de faire remonter à la surface d'anciennes querelles de jeunes filles, la lettre se trouve jusqu'aujourd'hui déposée dans un tiroir... »

A présent que j'ai entendu le récit du rêve, je me rends aussitôt j'ai ma fille afin de poster moi-même cette lettre cruciale ! »

Bétéavone !

Gâteau au miel :

Le Lekah

INGREDIENTS :

5 œufs
 ¼ de verre de sucre
 ½ verre d'huile
 1 verre d'eau
 1 paquet de levure
 1 c.à.c de bicarbonate
 1 verre de miel
 3 demi-verres de farine

PREPARATION :

Battez les œufs pour faire mousser.
 Ajoutez les ingrédients dans l'ordre puis battez entre chaque ajout.

Mélangez la levure et le bicarbonate avec la farine, puis mélangez-le tout à nouveau.

Insérez dans des moules.

Faites cuire à 180° pendant 35mn : surveillez la cuisson selon la taille du moule, piquez pour vérifier et DEGUSTÉZ !

Astuce : pour vider son verre de miel, il faut juste l'huiler avant.

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



Quelques jours plus tard, après que la lettre soit enfin arrivée à destination...

Tova se trouvait chez une amie afin de l'aider à s'occuper de ses enfants, et des tâches ménagères, lorsque tout à coup, un jeune homme frappa à la porte. L'amie de Tova lui ouvrit. Celui-ci se présenta et lui rappela que plusieurs mois auparavant, elle avait tenté d'organiser un Chidoukh entre une certaine jeune fille du nom de Tova et lui-même, mais que cette rencontre n'avait jamais abouti à cause de différents obstacles. Il s'adressa donc à elle afin de lui demander de réorganiser le Chidoukh. L'amie lui demanda de patienter un instant...

Elle se rendit dans la cuisine où Tova, en robe de maison, était attelée à faire la vaisselle. Elle lui dit enthousiaste : « Tu as un Chidoukh qui t'attend à la porte ! » et elle lui expliqua tout. Tova ne savait pas s'il elle devait rire ou paniquer... Elle courut à la salle de bain pour se changer. L'amie retourna vers le jeune homme et lui demanda de patienter au salon : son Chidoukh l'attendait !

La tefila de la semaine

Pour combattre les mauvaises pensées

Donne-moi le mérite dans Ton immense bonté de vider mon cerveau des sagesses étrangères et des pensées profanes. Que je ne l'obstrue plus par des désirs malsains et des pensées impures et qu'il ne fermente plus à cause de mes mauvaises passions. Que je ne m'abandonne à aucune pensée lascive, à aucun fantasme. Que mon cerveau et mon esprit soient propres, purs et limpides, et que je n'y fasse entrer rien d'impur. Donne-moi le mérite de dominer toutes ces pensées mauvaises et malsaines qui assaillent mon esprit et le troublent. Que je les repousse, les combatte et les chasse loin de moi et de mes frontières afin qu'elles n'aient plus de force pour y revenir. Que je mérite ainsi de toujours sanctifier mes pensées.

Likoutei Tefilot Tefila Hé - Rabbi Nathan

Les deux jeunes gens se plurent énormément, ils se marièrent et eurent... Non, je ne connais pas la suite, mais il est certain qu'une fois que le ressentiment s'était dissipé, cette jeune fille vaillante et si généreuse mérita de recevoir de nombreuses bénédictions du Ciel !

*Histoire tirée du livre « La femme juive, une Torah vivante » de Sarah Hassan.

L'épanchement de l'âme

[Que l'homme qui désire la vie] lise ce livre où l'on parle de la grandeur de la prière et d'Hitbodédout. Qu'il épanche son âme et son cœur comme de l'eau devant la face de D.ieu, en demandant tout ce qui lui manque pour servir son Créateur. Ainsi, il pourra accéder à tout. Ce saint chemin est un chemin ancien qu'ont emprunté nos Pères, nos Prophètes et nos Sages.

Pureté familiale

A la suite d'un examen intime (bédika) ou après une sensation d'épanchement utérin, une tâche est impure à deux conditions :

- 1) Que la couleur de la tâche soit impure : rouge, noir, orange, rose, rougeâtre, marron ou leurs dérivés. 2) Que le linge soit propre, et blanc puis qu'ensuite ait apparu du sang. Même une quantité infime est impure.

Il faut souligner que : 1) Parfois l'on trouve une tâche de couleur pure avec une minuscule pointe rouge. S'il s'agit du linge de la « bédika » (examen intime), on statue l'impureté. 2) Il est bon que les femmes n'utilisent pas de papier hygiénique de couleur rouge ou rosé, surtout pendant les sept jours de pureté, afin de ne pas risquer de retrouver, lors des examens intimes, des fibres rouge laissées par le papier.

Nos cours et activités

Cours de la rabbanite yael taieb
sur le thème du « shalom bayit ».
Mercredi 20 Novembre à
Hadera.
Famille Uzan 21h.
Infos : 054 700 73 91.

Cours à Raanana
tous les mardis
matin à 10h30.
Adresse : 101,
rehov Ahouza.

Voyage à Ouman du 19 au 22
décembre pour femmes et jeunes
filles! Rabbi Nahman, Rabbi
Nathan, le Baal Chem Tov... Départ
de France également.
Contactez Yael au 054 700 7389.