

Mekor Hokhma

Perles de sagesse au féminin.

Selon les enseignements de Rabbi Nahman de Breslev.

*Que nous puissions avoir le mérite de sortir tout le
hamets qu'il y a dans nos cœurs, afin de se rapprocher
d'Hachem avec un cœur pur. Amen*



Réservé aux femmes exclusivement

Leilouy Nishmat Zara bat Tourkia

La femme alias l'extrémiste !

L'extrémisme... un classique chez nous les femmes ! C'est tellement plus simple et facile d'opter sans cesse pour les extrêmes. Face à certaines situations, et principalement avec ton mari, tu as une véritable tendance à te montrer catégorique dans un sens ou dans l'autre. Complaisance totale ou sévérité implacable, tu choisis quoi ce soir ?

Entre laxisme et dictature (l'un poussant souvent vers l'autre), tu crées des déchirements intérieurs et des conflits au sein de ton foyer, de ton couple. Notre Tsadik, Rabbi Nahman de Breslev nous donne une règle d'or : « *Sache que le monde est un pont très étroit et que l'essentiel (la méthode pour le traverser) est de ne pas avoir peur du tout !* ».

En fait, tu te dois d'apprendre à vivre comme un équilibriste au-dessus du vide, et de ne pas avoir peur, du tout ! Rabbenou nous dit que pour traverser ce fameux pont, nous devons tenir un bâton (qui représente le jugement), un bâton qui va nous permettre de trouver l'équilibre. Alors oui, le côté « rigueur » existe ; tu as une part de responsabilité dans chacun de tes actes et il te faut assumer cette part. Si tu es tombée, tu dois réparer, si tu as brisé, tu dois payer. Ça, c'est le « din », la rigueur, la partie gauche du bâton.

Mais qu'en est-il de la partie droite ? L'indulgence, fait elle aussi partie de la Halakha. Sans elle il n'y a pas de maintien possible. Nous pouvons tous tomber. D'ailleurs, le Midrash raconte que lorsque des anges descendirent sur terre, incarnés en forme humaine, ils furent tentés par des femmes et eurent avec elles des relations sexuelles. En gros, ils n'ont pas fait mieux que des Hommes ! Dans ce monde, la tentation, la perversité, les vices et les envies sont très forts, mais l'indulgence en tient compte justement.

Quel est le point commun entre ces deux extrêmes ? Impossible de tenir l'un sans l'autre ! Lorsque tu te juges et juges ton entourage uniquement avec rigueur, tous finiront par tomber dans l'angoisse, la tristesse et la dépression. Comment faire avodat Hachem dans ces circonstances ? A l'inverse, si tu te fies entièrement à l'indulgence, tu vas tomber dans la déchéance et tu peux d'ores et déjà mettre tes principes et valeurs à la poubelle !

Il faut donc trouver le juste équilibre, le chemin du milieu comme le nomme le Rambam. Il est si difficile à trouver... Nous sommes systématiquement tentées de tomber dans un des extrêmes, et nous en oublions le principe de BASE !

Instruction de la loi

*- Lorsqu'un Rav
s'abaisse devant celui
qui est plus grand que
lui, Hachem le
protège et l'empêche
de se tromper dans
l'instruction et
l'enseignement de la
loi.*

*- Lorsque le pays est
en paix, des enfants
Juifs naissent qui
pourront être par la
suite des instructeurs
de la loi Juive.*

*Sefer Hamidot
Horaah
A1 & A4*

Ta joie, ton espoir, tes ambitions et ton élan vers l'avenir s'appuie essentiellement voire uniquement sur ta confiance en la Bonté d'Hachem :
« Tôt ou tard tout s'arrangera. Les souffrances qu'on endure d'ici là font partie de la réparation, du Tikoun. Elles proviennent aussi de la Clémence, de l'indulgence. »

Cela peut te paraître dingue de dire que la Bonté d'Hachem peut se traduire par des souffrances, mais lis cette exemple : une personne est hospitalisée pour subir une opération délicate. Elle va endurer beaucoup de souffrances mais malgré tout, elle sait qu'elle sortira bientôt en meilleure santé, et que tout ça n'est que pour son bien. Dans ce cas, elle est prête à souffrir.

En fait, notre manque d'émouna nous rend aveugle sur le « comportement » d'Hachem envers nous... Si nous savions... vraiment, pourquoi ces épreuves et pourquoi ces souffrances, nous irons les chercher nous-mêmes ! Combien Hachem nous aime ?!

Le mot Ehad (Un) indique l'unicité d'Hachem, et le mot Ahava (Amour) ont exactement la même valeur numérique (13). Toute la conduite d'Hachem n'est guidée que par l'AMOUR qu'Il nous porte. Avec cette certitude que tu dois graver en toi, tu pourras supporter mieux les épreuves, parce que maintenant que sais qu'il y a un sens positif à tout ça. Si tu tenais compte uniquement de cet aspect, tu finirais par rejeter toute responsabilité... Ce n'est pas la bonne solution.

A l'inverse, si tu imagines qu'Hachem n'est qu'un tyran impitoyable, et qui nous juge sans tenir compte des contextes et circonstances atténuantes, alors là tu ramènes le monde à l'état de déluge où les seuls rescapés seront les Justes... On se dit bye maintenant ? De toute évidence on ne fera pas long feu avec cette vision ! Ce n'est pas non plus la solution...

Pour que tu puisses franchir ce pont sans chute, sans vertige et sans peurs, il faut que tu apprennes à tenir les deux côtés du bâton : tiens compte du din et rappelle-toi sans cesse que chaque erreur est réparable, et plus que ça : à travers la rigueur elle-même, Hachem veut notre bien !

Rabbi Nahman nous dévoile un secret pour réussir à atteindre ce juste milieu :
« Réserve un moment chaque jour pour t'isoler avec Hachem, adresse Lui une prière personnelle, juge sincèrement tes actions, parle lui franchement en exprimant tes doutes et tes angoisses Situes toi par rapport au din. Et puis le reste de la journée, sois joyeux sans arrêt et remets-en-toi au Maître du Monde ! »

Pessah Cacher véSameah

yael taieb

Lois de cacherout Viande cachère

*La Torah permet de
consommer de la
viande d'animaux
quadrupèdes s'ils sont
ruminants et on le pied
corné et le sabot fendu
(Lévitique, 11,3).*

*Il existe 3 sortes
d'animaux domestiques
remplissant cette
condition :*

- 1. Le bœuf, la
vache, le veau*
- 2. Le mouton, la
brebis*
- 3. La chèvre, le
bouc, le chevreau*

*Ainsi que 7 animaux
non domestiques dont
le cerf et le chevreuil.*

Chouf'hane Arouh

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



Contes et allégories de Rabbenou

Le Mazal et les profusions du Tsadik

Toutes les abondances et toutes les choses de ce monde ne proviennent que du Tsadik authentique. En étant proche de lui, il devient dès lors aisé d'obtenir les biens matériels dont on a besoin ou la naissance d'un enfant que l'on souhaite. Ces besoin ne nous parviendront en revanche que très difficilement si l'on se tient éloigné du Tsadik authentique. En effet, la richesse et les enfants sont attribués à chaque homme en fonction de son Mazal ; et le Mazal reçoit sa profusion du Tsadik dispensateur de toutes les profusions existantes. Si cet homme se tient loin de lui, et en raison même de cette distance entre eux, son Mazal devra déployer de considérables efforts pour recevoir la profusion du Tsadik.

Les cas sont nombreux.

Parfois, un homme acquiert de l'argent, en meurt et sa fortune revient alors à ses héritiers ; parfois encore, il acquiert de l'argent, en meurt mais perd ces sommes à tout jamais.

De la même manière, lorsqu'une personne cherche à soulever un poids lourd et engage toutes ses forces à cette tâche, s'il y parvient, il se peut que l'intensité des efforts fournis provoque une déchirure de ses intestins au point de provoquer sa mort. Malgré cela, la charge peut soit rester dans sa main, soit en tomber. Cette personne aura donc succombé pour avoir soulevé une charge qui ne reviendra ni à lui ni à ses descendants.

Différents cas peuvent donc se présenter lorsqu'un homme éloigné du Tsadik oblige son Mazal à fournir de grands efforts pour recevoir de lui son abondance. Celui qui s'en trouve proche au contraire, et du fait même de cette proximité, ne contraindra pas son Mazal à déployer de telles forces. Pourtant, il arrive aussi qu'un homme se rapprochant du Tsadik en vienne à perdre sa richesse. Sache que cela tient à la raison suivante : cet homme a vu une chose plus élevée et plus chère encore que ses propres biens ; et si lui-même ne la pas vue, c'est son Mazal qui aura perçue cette chose plus onéreuse, plus haute, et lui encore parviendra à débarrasser l'homme de sa fortune passée.

Ceci à l'image d'une personne qui soulèverait un objet en cuivre et apercevrait plus loin de l'or et des pierres précieuses ; il jettera aussitôt l'ustensile en cuivre pour se précipiter vers ces choses rares. En se rapprochant et en voyant l'or pur et des perles s'offrir à son regard, son Mazal le débarrassera aussitôt de ses richesses antérieures.

A fortiori lorsque cet homme mérite lui-même de percevoir combien le rapprochement du Tsadik dépasse en valeur toutes les splendeurs de ce monde ; alors, et de toute évidence, ni l'argent, ni la richesse ne compteront à ses yeux. (Likouté Moharan I, 240.)

Lois de Pessah

Recherche et élimination du 'hamets

1. Dès la tombée de la nuit, on a l'obligation de se mettre à la recherche du 'Hamets, Bédikat 'Hamets, en vue de son élimination, Bïour 'Hamets, qui se fera le lendemain.

2. On fait Bédikat 'Hamets dans tous les endroits de sa propriété susceptibles d'abriter du 'Hamets.

3. Le 'Hamets symbolise le Yester Hara, qui pousse l'homme à fauter ; par conséquent, sa recherche assidue et méticuleuse en vue de son élimination a une grande signification morale.

4. Avant de commencer Bédikat 'Hamets on dit la Bérakha : « Baroukh Ata Adonay Elo-hénou Melekh Haolam Achère Kidéchanou Bémitsvotav Vetsivanou al Bïour 'Hamets.

5. On a l'habitude de placer à l'avance dans plusieurs endroits de la maison 10 petits morceaux de pains enveloppés.

6. La Bédika se fait de préférence à la lumière d'une bougie.

Tiré du Choul'han Arouh,
« Pessah »

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



Pureté familiale

Les interdits concernant la période de Nidda : 8) Il est interdit au mari de regarder les parties habituelles non couvertes du corps de sa femme nidda, pour éviter toutes pensées interdites. Il est bien évident qu'il lui est permis de la regarder et de jouir de sa vue lorsqu'elle est décentement vêtue. On ne craint pas que cela émet des pensées interdites, car elle lui sera permise plus tard. Il est interdit à la femme de chanter devant son mari en période de nidda.

“Ma chère amie,

Les temps sont dures, j'ai pas mal de travail... Eh oui, dans peu de jours Hachem va vous sortir d'exil et moi, moi je dois faire en sorte que tu ne sois pas prête, pas préparée. Le soir du Seder tu écouteras une fois de plus la Haggadah, un repas sympathique en famille dans une maison super clean mais... Est-ce que toi t'es clean ? T'es-tu nettoyée, purifiée de l'intérieur ? Est-ce que tu as nettoyé ton cœur des véritables impuretés ? As-tu cherché ton véritable hamets ? C'est moi ton hamets... Vas-tu me laisser remporter la victoire une année de plus (😊) ? Maintenant que tu sais, c'est peut être différent...

La tefila de la semaine

Pour purifier son cœur

Donne-moi le mérite de me repentir tous les jours de ma vie, car y a-t-il un homme qui puisse dire : « j'ai purifié mon cœur, je me suis lavé de tous mes péchés ! ». Toi Tu connais notre cœur, Tu sais qu'il est rempli de déchets et d'arrière-pensées. Alors même que je me confesse et que je dis : « j'ai fauté devant Toi », des pensées étrangères et intéressées s'emparent de mon cœur à un tel point que je ne peux plus prononcer une seule parole sincère comme il conviendrait de le faire. Je ne trouve plus mes mots, je n'arrive même pas à confesser mes fautes et mes péchés.

Likoutei Tefilot Tefila Vav - Rabbi Nathan

L'épanchement de l'âme

1. Il est connu que même si on désire avoir la crainte d'Hachem, il n'est pas donné à chacun de l'obtenir. Par ailleurs, certaines personnes n'éprouvent pas une envie forte de revenir vers Hachem. Et même celui qui posséderait cette envie a très peu de chance de parvenir à son niveau de Téchouvah. Et si, malgré tout, il y parvient, il se peut que la Porte correspondant à son âme soit fermée. Par contre, en récitant les Psaumes, même celui qui apparemment ne ressent plus aucun désir de retour, peut se réveiller. De plus, lorsqu'il arrivera devant sa Porte, il l'ouvrira, et il fera Téchouvah. Ceci est illustré dans le livre de Samuel (II, 3,1) : « Parole de David, fils de Jessé, parole de l'homme haut placé, de l'élu du Dieu de Yaacov, du chantre aimable d'Israël. » Nos Sages, dans le Talmud (Moéd Katan) l'ont illustré par l'épisode suivant : c'est le Roi David qui a ouvert au peuple d'Israël, les Portes de la Téchouvah. David fut confronté à sa fameuse épreuve, uniquement dans le but d'en montrer le chemin. Ainsi, l'accès principal à la Téchouvah passe par les Psaumes que David – inspiré par l'Esprit saint – a composés avec beaucoup de ferveur. Par ce livre, chacun aura la possibilité de se retrouver et de mériter de revenir vers Hachem.

Nos cours et activités

*Voyage à Ouman du 19 au 22 juin
pour femmes et jeunes filles.*

*Au programme : Rabbi Nahman,
Rabbi Nathan, le Baal Chem Tov...
Départ de France également.*

Contacts:

*Yael au 01 77 38 80 95 ou
Elodie au 054 727 8072.*