

# Mekor Hokhma

*Perles de sagesse au féminin.*

*Selon les enseignements de Rabbi Nahman de Breslev.*

*Un grand Mazal Tov à Jennifer, Sarah, Guthel, Mayanne et Talya !*



*Réservé aux femmes exclusivement*

*Leilouy Nishmat Zara bat Tourkia*

## Par le feu et par l'eau

Ich et icha : c'est deux mots contiennent les deux lettres du nom d'Hachem. Je sais que tu le sais déjà, mais est-ce qu'une seule fois tu t'es posée la question : « Quel enseignement on veut nous faire passer ? ». C'est tout simplement que, lorsqu'Hachem est au milieu du couple, il s'assure une réussite ; et quand Il est absent, cela ne peut être qu'un échec. Ce dvar Torah est très connu, je n'ai rien inventé.

Mais, moi il y a tout même quelque chose qui me gêne, comment se fait-il alors que de plus en plus de couples même religieux divorcent ?

Pourtant, Hachem est au milieu de leur vie... La femme avec son foulard et le mari son chapeau bien enfoncé... normalement tout devrait être « détente » entre eux, alors que se passe-t-il ?

Comprends bien la chose suivante : Hachem n'est présent dans un couple qu'à partir du moment où le respect du conjoint est aussi présent. Pas de respect et d'amour du prochain = pas de Présence d'Hachem. Et, c'est bien dommage car une maison sans Hachem n'en est pas une.

Il est écrit dans le Zohar Hakadosh : « *La Torah, Israël et Hachem sont une seule et même chose* ». Quel bel aphorisme me diras-tu mais tu dois bien le prendre au sens littéral du terme. Si quelqu'un aime Hachem et Sa Torah, mais ne supporte pas une personne en particulier, lui trouve un défaut, c'est tout comme il trouvait un défaut dans la Torah ! D'où le sait-on ? C'est simple, il y a dans la Torah, 600 000 lettres qui correspondent aux 600 000 âmes des juifs qui reçurent la Torah et dans laquelle nous nous retrouvons tous. Donc, lorsque je trouve un aspect négatif chez un juif, c'est comme si je trouvais une erreur dans la Torah, hasvé chalom. L'amour du prochain va donc bien plus loin de tout ce que l'on pourrait imaginer. Et si cela s'applique à des étrangers, alors tu peux imaginer ce que c'est pour ton mari et tes enfants ! **Accepter l'autre tel qu'il est**, c'est bien la première chose que nous devons développer.

Le but du mariage n'est pas de transformer l'autre, mais de se transformer soi-même ! Et là, si tu l'accepte, alors tu auras tout compris à ta vie... Chaque idée, chaque confrontation, doit être pour moi, le moyen de savoir où j'en suis dans ma propre transformation. Si quelque chose me déplaît en lui, et que je désire la changer, ou même le changer, cela doit passer avant tout par la prière. Le reproche (dit souvent avec les nerfs n'est-ce pas ?) ne sert à rien si ce n'est à braquer l'autre, et à l'empêcher d'avancer. Tu peux être certaine, qu'un juif laïc à qui on a lancé une pierre sur la tête alors qu'il roulait pendant Shabbat, ne fera jamais techouva ! Il en est de même avec ton mari, il faut l'accepter avec ses faiblesses, ses peurs et ses manques. C'est TON mari ! Celui qu'Hachem a décidé pour toi. Mais attention : en aucune manière, cela ne doit empêcher le dialogue et la communication. Il faut que cela se fasse sans juger mais uniquement dans le but d'aider et de construire. En clair et sans décoder : choisis ton moment et le ton pour dialoguer, sinon c'est le clash.

*Prestige  
et importance*

*- On gagne du prestige  
en donnant la charité.*

*- On s'élève en récitant  
les Psaumes.*

*- Dieu n'accorde pas  
le prestige à quelqu'un  
avant de l'avoir testé  
dans une petite chose.*

*- Une personne gagne  
du prestige quand elle  
confesse ses péchés.*

*Sefer Hamidot  
Hithmassouth  
A5, A27, B2 & B11*

« Le jugement appartient à Hachem » uniquement. C'est la raison pour laquelle lorsqu'une personne (ton mari par exemple) se confie à toi, il faut faire très attention à être seulement l'amie, l'oreille attentive et non le juge. En effet, tu dois savoir être celle qui sait écouter, sans profiter de la situation pour écraser celui ou celle qui est déjà en position de faiblesse. Ce n'est que comme ça que tu arriveras à devenir aussi l'amie de ton mari. La tentation de profiter et d'écraser celui qui est en face de moi, surtout en situation de crise, est très grande ; mais si tu arrives à surmonter ce mauvais désir, tu auras tout réussi. Sinon, une fois de plus, tu trébuches et rate le coche, et donc, tu creuseras le fossé avec ton mari qui se renfermera, et tu en seras la première à en souffrir car un mari qui ne parle pas, c'est dur à vivre au quotidien.

Ah, c'est dur ! C'est vrai, mais nous l'avons dit plus haut, et nous ne le répéterons jamais assez : **le but du mariage n'est pas de transformer l'autre mais de se transformer soi-même !** De toutes les façons, lorsque tu t'assois autour « de la table des négociations », celui qui est en face de toi, n'est pas un idiot, il a aussi sa sensibilité, et sentira tout de suite si tu es en train de le juger ou pas. Bon, mais malgré tout ça, tu veux « prendre la place d'Hachem », et juger ton mari. OK... alors saches une chose, lorsqu'Hachem nous juge, c'est uniquement à travers la bonté et la miséricorde. Eh oui, Hachem nous aime trop pour nous juger avec rigueur, qui est en fait le propre de l'homme.

Le jugement d'une personne, ne peut se concevoir que dans la bonté et la miséricorde. Tu veux une preuve ? La Torah nous l'affirme et nous l'ordonne au sujet d'une personne suspectée de meurtre : « *L'assemblée le jugera et l'assemblée le sauvera* ». Cela signifie, qu'il faudra tout faire pour trouver des circonstances atténuantes en faveur de l'accusé, ou en d'autres termes : le juger d'après la bonté et la miséricorde. Donc non, ton mari n'est pas un meurtrier, il est comme toi un être humain, avec ses faiblesses et ses manques. Ca ne te suffit pas, tu veux encore une autre preuve ? Le Sanhédrin siégeait dans un endroit dénommé « Lishkat hagazit », qui se trouvait à l'intérieur du Beth Hamikdash. Ce dernier, était l'endroit du monde où l'on pouvait se retrouver avec Hachem de la manière la plus profonde et la plus forte qu'il soit.

L'endroit dans lequel toute la bonté et la miséricorde d'Hachem pouvaient s'exprimer. Ferme les yeux... et imagine cet endroit merveilleux, tu vas ressentir une très grande force en toi, c'est magique. C'était seulement dans cet endroit où l'on pouvait juger d'une manière obsessionnelle le mérite de la personne.

Si Hachem insiste tellement sur la recherche du mérite, alors combien nous devrions en faire de même avec notre mari nos enfants et nos proches. Juger bien, positivement, en cherchant toujours le côté méritant, signifie avant tout un jugement basé sur le Emet. Alors, si vous n'êtes pas sur la même longueur d'ondes, vous ne vous comprenez pas ou plus, vous êtes comme le feu et l'eau. Je vais t'enseigner ce que mon Maître, Rabbi Nahman nous enseigne : isole toi dans un endroit où tu es sûre de ne pas être dérangée, éteins ton téléphone et connecte toi avec Hachem. Cela va venir doucement, tu vas épancher ton cœur en Lui parlant comme si c'était ton meilleur ami. Tu peux tout Lui dire, dans ta langue, avec tes mots de tous les jours. Ici, c'est « no limit ». Exprime-Lui tes douleurs, tes joies et tes manques, et demande-Lui de t'aider. Tu verras, je te le promets, tu ne seras jamais déçue d'Hachem, il arrangera tout pour toi en temps et en heure. C'est juste une question de confiance. C'est là que ton véritable travail commence, parle-Lui tous les jours, même 5 minutes, et ouvres bien tes yeux, la suite est magique !

*Lois de cacherout  
Vin d'un non-juif*

- *Il est interdit de boire du vin fabriqué ou manipulé par un non-juif.*
- *Au même titre que le vin, seront interdites toutes boissons provenant de raisons frais ou secs, qu'elles soient ou non alcoolisées – telles que le jus de raisons et le vinaigre de vin.*
- *Sont interdits également tous les breuvages contenant du vin ou extraits de vin.*

*Choul'hane Arouh*

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



## Contes et allégories de Rabbenou

### Le vin hongrois

Le Rebbe raconta l'histoire suivante. Un jour, un important négociant voyageait avec du bon vin hongrois. Soudain, le serviteur et le cocher dirent à leur patron : « Puisque nous parcourons ce chemin avec ce vin et que nous souffrons tellement du voyage, fais-nous en donc goûter un peu ». Il accepta et leur donna à goûter de ce bon vin. Quelques jours plus tard, le serviteur se réunit avec des buveurs de vin dans une petite ville : ils burent du vin, en firent un grand éloge et dirent qu'il s'agissait là du vin hongrois. Le serviteur leur dit : « Faites-le moi goûter ». Ils acceptèrent. Le serviteur leur dit : « Je sais bien moi qu'il ne s'agit absolument pas du bon vin hongrois » ; tous s'irritèrent contre lui et le repoussèrent.

Il ajouta : « Je sais pourtant bien que ce n'est pas du tout du vin hongrois, car je me trouvais chez tel négociant... », mais ils ne prêtèrent pas attention à ses paroles.

Rabbénou dit alors : « Dans l'avenir, lorsque le Machia'h viendra, (mes disciples) sauront reconnaître le vin réservé (aux Tsadikim). On pourra tromper les autres, on leur donnera à boire de la mauvaise eau-de-vie, en prétendant que tel est le vin réservé (aux Tsadikim) ; mais les nôtres on ne pourra pas les duper, car nous nous avons goûté le bon vin ». ('Hayé Moharan, 260.)

### Le loup et le bâton

Ce récit concerne les professionnels du mensonge vivant de nos jours. Il leur semble parfois accomplir une chose importante, par exemple lorsqu'on vient les consulter pour avoir des enfants. Si plus tard l'homme venu s'enquérir auprès d'eux devient père, si son vœu est exaucé, ils prétendront alors que le mérite leur en revient qu'ils sont les auteurs de cela.

Rabbénou illustra ce fait par la parabole suivante :

Une fois, un homme marchait sur un sentier ; soudain, il rencontra un loup. Ayant très peur de l'animal, il brandit son bâton tel un fusil et fit mine de le viser pour l'effrayer. Au même instant, un chasseur se trouvant là et possédant un véritable fusil, tua le loup. Il sembla ç celui qui avait brandi son bâton que c'était lui qui avait tué la bête, car il ignorait que celle-ci l'avait été par celui qui tira avec un vrai fusil ; il est bien entendu qu'on ne peut abattre un loup avec un simple bâton.

Les choses se passent ainsi. A chaque génération, le monde renferme de véritables Tsadikim qui accomplissent tout grâce à leurs prières ; et tous les ordres qu'ils donnent sont dirigés vers un but positif, et toutes les choses accomplies dans le monde relèvent de leur seul mérite. Quant à ces vedettes du mensonge, il leur semble que ce sont eux qui ont agi, exactement à l'image de cet homme qui prétendait avoir tué un loup au moyen de son bâton ; en réalité, tout a été réalisé par les véritables Tsadikim. Ce sont eux seuls qui accomplissent tout. ('Hayé Moharan, 455).

### Bétéavone !

*Les oreilles d'Aman*

#### INGRÉDIENTS :

200 g de farine  
2 œufs  
75 g de beurre fondu  
70 g de sucre  
½ sachet de levure  
Vanille liquide  
200g d'amandé  
100g de sirop de liège

#### PRÉPARATION :

*Mélangez tous les ingrédients pour former une pâte puis laisser reposer au réfrigérateur pendant au moins une heure.*

*Étaler la pâte et découper des ronds avec un emporte-pièce de 10-12 centimètres environ.*

*Disposez un petit tas de garniture au milieu et refermer en formant un petit triangle.*

*Cuire au four, thermostat 180° pendant 15 minutes environ en surveillant et DEGUSTÉZ !*

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



## L'épanchement de l'âme

Concernant la hitbodedout de nos matriarches :

Pour Rachel, il est écrit : Rachel dit alors : « D.ieu m'a jugée, il a écouté ma voix en me donnant un fils » (Genèse 30,6).

Les yeux de Léa étaient ternes, comme l'ont expliqué nos Sages, car elle priait et pleurait pour ne pas tomber dans le domaine d'Essav.

## Pureté familiale

Les interdits concernant la période de Nidda : 4) (suite)

Le plat central : il est permis de manger du contenu d'une assiette centrale commune si l'on se sert dans sa propre assiette (soupe, salades etc.). Pour ce qu'on a l'habitude de consommer directement dans le plat commun comme des tranches de pain, olives et cacahuètes etc., chacun des époux le prendra dans son assiette avant de le manger. Si cela est impossible, certains des décisionnaires autorisent, lorsqu'une tierce personne s'en sert aussi, de consommer du plat central.

## La tefila de la semaine

Pour que les plus éloignés se repentent

C'est pourquoi, Eternel mon D.ieu et D.ieu de mes Pères, je suis venu devant Toi déposer ma supplication. Des confins de la terre, je crie vers Toi afin que tu aies pitié de l'exilé que je suis et que Tu me rapproches grâce à Ta bonté et Ta miséricorde infinies. Dis à mes peines : Assez! Entreprends, dans Ta grande clémence, de me ramener à Toi dès à présent. Car n'est-ce pas là Ta grandeur de permettre aux éloignés de revenir vers Toi pour Te servir véritablement ainsi que Tu nous l'as dévoilé par Tes saints Sages. Sans nul doute je suis loin de Toi à l'extrême. Cependant, n'agis pas à mon égard selon mes fautes et ne me juge pas selon mes actes car Tu es proche de ceux qui sont loin. N'est-ce pas jugement par moi que Ton Nom sera loué, glorifié, exalté ? Parce que Tu auras rapproché de Ton grand Nom l'éloigné que je suis, et que là est toute Ta grandeur.

Likoutei Tefilot Tefila Youd - Rabbi Nathan

## Nos cours et activités

Cours à Raanana tous les mardis à 10h30.

Adresse : 80, rehov Ahouza.  
Synagogue des Constantinois  
« Hoel Mordé'hai ».

Cours le dimanche 9 mars à Baka - 20h30.

Synagogue Beth Yossef  
10 rehov Mekor Haïm

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 (France) au 01 77 38 80 95 et  
Elodie (Israël) au 054 727 8072.

Le Futé Magazine, SarahLi et l'École des Femmes  
vous présentent

7'02

# Une vie de Femme près d'Hachem

Parrainée par le Rav Yaacov Sitruk



Journée exceptionnelle  
avec Esther Ouri, Bitya Mettoudi et Yael Taieb

Stands : Santé, Beauté, Bien-Être, Détente, Bijoux, Vêtements, Cuisine, Emploi...  
Tombola au profit d'associations

Le Lundi 3 mars, de 9h à 16h

À la Synagogue Ahavat Shalom  
Rehov Abikourim (face à l'hôtel Blue Bay) - Netanya

Informations et Réservations : Yael - 053 820 6772

Rivka - 058 770 5613

