

Mekor Hokhma

Perles de sagesse au féminin.

Selon les enseignements de Rabbi Nahman de Breslev.

Ce feuillet est dédié à la refoua chéléma d'Yska bat Hava Esther Simha.



Réserve aux femmes exclusivement

Leilouy Nishmat Zara bat Tourkia

C'est quoi en fait, 9 béAv ?!

Pendant la période des trois semaines, il faut beaucoup pleurer et s'endeuiller sur la destruction du Temple, je sais c'est difficile de pleurer sur une chose que nous n'avons pas connue... Il est écrit dans la Guemara que chaque jour où le Beth Hamikdash n'est pas construit c'est comme si qu'il était à nouveau détruit... Par quoi est-il détruit ? Par nos fautes qui sont ni plus ni moins le résultat du fait qu'on oublie le monde futur. Donc, La notion principale qu'il faut que tu gardes en tête pendant cette période est la prise de conscience du fait que ce sont tes propres fautes qui ont entraîné la destruction du Temple et qui empêchent la Geoula.

L'essentiel de cette grande souffrance (qu'on ne ressent même plus...) est la disparition des Tsadikim, car l'essence même de cet exil qui se prolonge et dans lequel on souffre, est dû à la controverse sur les Tsadikim authentiques. Tout cela provient à cause de l'orgueil et de la vulgarité qu'il y a en chacun de nous, sans même s'en rendre compte dans la plupart des cas ! Celui qui s'annule et qui annule son honneur face au véritable Tsadik (l'honneur du Tsadik est en fait l'honneur même d'Hachem), il est certain qu'il ne tombera jamais, c'est-à-dire que le Tsadik peut l'éclairer dans tous les endroits car Hachem emplit toute la terre de Son honneur (et donc, le relever où qu'il soit et quel que soit l'endroit dans lequel il est tombé).

En revanche, si la personne désire son propre honneur voire même, qu'elle court après les honneurs, alors elle ne pourra ni se rapprocher du Tsadik ni profiter de toute sa lumière. Parfois même, cette personne deviendra, hasvé chalom, un de ces opposants, en particulier dans notre génération où la vérité est bafouée et maîtrisée, comme il est écrit : « Il a jeté la vérité à terre ».

Remède divin

- *Les plumes d'un oiseau sauvage constituent une ségoulah pour guérir les maladies de poumons et pour renforcer la vitalité.*
- *L'eau de pluie est une ségoulah pour la virilité.*
- *Donner la charité généreusement constitue une ségoulah pour guérir l'épilepsie.*
- *Une ségoulah pour une femme qui a des difficultés à enfanter est de laver son corps avec du vin.*

Sefer Hamidot

Ségoulah

B1, B3 & B11

C'est la raison pour laquelle il est impossible de se rapprocher d'Hachem tant que l'on n'aura pas intériorisé notre véritable petitesse face à Lui et donc ne désirer aucun honneur pour soi-même, outre l'honneur pour Hachem.

Le 9 Av en particulier, nous devons réveiller la miséricorde divine par nos larmes, en se rappelant la destruction de ce Temple que nous n'avons même pas eu le mérite de connaître. Tout cela afin qu'Hachem nous fasse revenir à la Techouva et que l'on soit méritantes d'annuler ce venin maléfisant qui nous fait oublier qu'il y a un monde futur. Efforce-toi aussi de comprendre les allusions qu'Hachem t'envoie à travers tes pensées, paroles ou actions que tu réalises ou qui sont réalisées devant toi ; cela s'appelle aussi se rapprocher d'Hachem selon son véritable niveau, selon l'endroit et le moment opportun.

Aujourd'hui, à notre propre niveau, je pense que chacune de nous a bien compris que sa maison c'est le Beth Hamikdash et c'est vrai que souvent, tu as l'impression que tu n'es pas appréciée à ta juste valeur (que ce soit par ton mari, tes enfants, tes proches...) et que du coup tout te paraît très lourd dans ta maison. Saches que cette lourdeur d'esprit est en fait, encore et toujours, ce fameux venin du serpent qui, d'une manière très insidieuse cherche à te faire oublier que tu es venue ici pour acquérir ton monde futur en préservant ton propre Beth Hamikdash et les gens qui s'y trouvent.

Ne t'attardes pas sur les petites choses de la vie de tous les jours car c'est bien là que l'oubli commence, l'oubli de ce fameux monde futur. Cet oubli t'entraîne à la petitesse d'esprit qui t'empêche de prendre le recul nécessaire sur ta vie... Hachem attend de toi une largesse d'esprit ! Réveille-toi : apprécie ce que tu as, remercie pour le passé et implores Le pour le futur. Je t'assure que ta vie n'est pas un drame, que tes problèmes ont des solutions et que tout passe...

Rattaches toi au Tsadik, il nous enseigne que le monde est un pont très étroit et que l'essentiel est de ne pas avoir peur – il est bon de se répéter ses conseils dans toutes situations (surtout les moments difficiles) jusqu'à les intégrer totalement et les vivre.

Shabbat Shalom

yael taieb

Paroles du Tsadik

« Il existe des gens servant D.ieu auxquels D.ieu ne montre pas tant qu'ils sont vivants, ce qu'ils ont accompli au cours de leur vie. Ce n'est qu'après leur mort qu'ils verront dans le monde futur ce qu'ils ont réalisé de leur vivant ».

« Si l'on donnait la possibilité à une personne décédée de participer à leurs investigations (philosophes etc.), toutes leurs théories s'effondreraient.

Rabbi Nahman

Vous aussi envoyez-nous vos histoires.

Pour cela, une seule adresse : mekor.hokhama@gmail.com



Ouman : une expérience humaine unique !

SIMHA. C'est le terme adéquat pour qualifier l'ambiance qui régnait lors du séjour organisé à Ouman en Ukraine du 18 au 21 juin dernier par Mekor Hokhama, la branche féminine de l'association Ahavat Hessed dirigée par la rabbanite Yaël Taieb. Pourtant, ce n'était pas gagné ! Imaginez 42 femmes réunies pendant quatre jours ?!! Des femmes de tous âges, issues de milieux différents. Certaines étant célibataires. D'autres mariées ou encore divorcées. Chacune ayant son histoire, ses problèmes... Mais toutes venues avec le même objectif : se ressourcer spirituellement. Aussi, le rendez-vous était fixé à 4h du matin à l'aéroport de Tel Aviv. Inutile de dire que la nuit avait été courte pour chacune. Côté météo, on nous annonçait à peine 20 degrés sur place. Cependant, malgré cela et quelques galères à l'aéroport, chacune a su garder le sourire... Si bien que le manque de sommeil a fini par se faire oublier ! Et une fois à Kiev, la magie a opéré ! Toutes debout dans le car en train de danser et chanter sur Mi shemeamin lo mefahed... La simha a pris possession de notre esprit et de notre corps jusqu'à notre première escale au cimetière de Berditchev pour se recueillir sur la tombe de Rabbi Levi Itshak De Berditchev. Là, les rires ont laissé la place aux pleurs. Pour Galith, 34 ans, ce fut ici le moment le plus émouvant de son séjour : « Lorsque les hommes ont sonné le shofar, je me suis mise à verser une tonne de larmes... j'avais l'impression de vivre la Néhila de Kippour. D'autant que Yaël Taieb nous a dit que l'objectif de ce voyage était d'arriver à être en chalom vis-à-vis de personnes qui nous ont blessés. Et c'est ce que j'ai réussi à faire. » Et d'ajouter : « Au sein du groupe, il y a plein d'âges différents mais nous sommes toutes unies. Nous ne formons qu'un ! » « Je trouve toutes ces jeunes femmes super belles aussi bien dans leur cœur que dans leur apparence » exprime quant à elle Patricia, 54 ans, qui a ressenti une émotion particulière à Medjiboj où les jeunes filles cherchant leur zivoug se sont baignées et ont dansé au Mikvé auprès de la source miraculeuse du Baal Chem Tov. Les filles ont ensuite prié au Beith Hamidrash puis au kever du Tzadik arrière-grand-père de Rabbi Nahman auprès duquel elles ont passé la nuit. Le lendemain, le voyage s'est poursuivi à Breslev au kever de Rabbi Nathan, site merveilleux que Jessica, 32 ans, a adoré : « Prier devant ce lac et ces paysages à perte de vue a radouci mon cœur. » Enfin, le car a pris la direction de Ouman pour se recueillir auprès de la tombe du célèbre Rabbi Nahman et passer le Shabbat dans une charmante auberge où Esther, 63 ans, Linda, 57 ans, Mayaan, 39 ans, Siona, 37 ans ou encore Rachel, 32 ans, ont passé des moments inoubliables : « Qu'on le veuille ou non, on s'est purifiées ! » « Il s'est passé là-bas quelque chose de très particulier que l'on ne peut pas expliquer. Une kédoucha extraordinaire ! » « C'était un chabbat merveilleux ! » Mais le souvenir qui restera marqué dans la tête de chacune semble être à l'unanimité la soirée organisée à motsé chabbat en l'honneur de la bat mitzvah de Liora, la petite fille de Nicole où chacune s'est littéralement lâchée... Jusqu'à la dernière danse sur Vehi Cheamda. A cet instant, il n'existait plus de femmes, plus de mères, plus d'épouses, plus de sœurs, plus de copines... Juste des vibrations liées. Des énergies soudées. Et l'explosion, pour chacune en même temps, de toutes les émotions accumulées pendant le séjour... Enfin, dimanche au parc Sofia, chacune a pu se retrouver seule avec elle-même pour faire Hitbodedout avant de reprendre la route du retour vers son quotidien qui, dès lors, ne sera désormais sans doute plus le même... Si, pour certaines, Ouman représente une expérience spirituelle intense à revivre sans modération, ce voyage demeure, même pour les plus sceptiques, une expérience humaine unique à tenter au moins une fois dans sa vie.

Vanessa Attali

9 beAv motseï

shabbat

Le jeûne débute à l'heure du coucher du soleil pendant Shabbat (on changera de chaussures et de vêtements).

On ne mangera pas par terre la seouda mafsekette mais on prendra soin de faire seouda chlichit.

Les personnes exemptes du jeûne devront faire la havdala. Il sera préférable qu'un jeune enfant boive le jus de raisin.

Pour les femmes dont le mikvé tombe motseï Shabbat, elles le repousseront au dimanche soir.

Les personnes qui jeûnent feront la havdala dimanche soir.

Une femme enceinte, qui a accouché, qui allaite devra demander à son Rav si elle est dans l'obligation de jeûner ou non.

Comportant des paroles de Torah, ce feuillet ne peut être déposé que dans une gniza.



Pureté familiale

De quelle façon s'immerge-t-on ? (suite)

Elle écartera un peu les jambes et éloignera légèrement les bras du corps sans exagération, pour ne pas que se forment des replis à d'autres endroits, mais seulement comme elle le fait lorsqu'elle marche. Les parties cachées du corps doivent être prêtes à ce que l'eau les envahissent entièrement, sans que rien n'y « fasse obstacle ». Cependant, il n'est pas nécessaire que l'eau y pénètre. C'est le cas de la bouche, des aisselles, des replis naturels de la chair, de l'intimité féminine, des yeux, etc. Ainsi, elle n'aura pas à ouvrir les yeux ou la bouche dans l'eau. Lorsqu'elle fermera les yeux et la bouche dans l'eau, elle ne le fera pas avec force pour ne pas créer des rides qui ne sont pas naturelles, des replis que l'eau n'atteindra pas. Pour la même raison, elle ne devra pas non plus laisser les yeux ouverts pendant la Tevila, certains décisionnaires invalident la Tevila si la femme a fermé les yeux ou serré trop les lèvres ou si elle ne s'est pas courbée comme nous l'avons enseigné.

Pour toute question contactez le Rav Taieb : 054 453 3869.

La tefila de la semaine

Venue du Machiah

Que notre prière soit juste, ordonnée et qu'elle coule de notre bouche et de notre cœur. Dévoile de par le monde Tes miracles et Tes prodiges « afin que tous les peuples de la terre reconnaissent que l'Eternel est Dieu et qu'il n'y en a point d'autre ! ». Souviens-Toi de Ton peuple Israël et tire-le de la profondeur de l'exil où il est plongé depuis si longtemps. Empresse-Toi de nous délivrer afin que nous puissions retourner sur notre Terre. Envoie-nous vite le Messie, notre Juste. Et que se réalise le verset: « La justice ceindra ses reins, la foi ceindra ses flancs. La vérité germera de la terre et la Justice contempera du haut des cieux. » Que cela arrive bientôt! Amen

Likoutei Tefilot - Rabbi Nathan

L'épanchement de l'âme

Une des choses essentielles dans la prière est l'audace, celle qui encourage l'homme à aller vers la sainteté. On devra avoir le courage de s'adresser à D.ieu, de Lui demander de nous aider et qu'Il réalise des miracles si besoin est ! Il est impossible de nous présenter devant D.ieu, si nous manquons de confiance. En effet, lorsqu'on réalise notre infinie petitesse et notre médiocrité devant la grandeur de D.ieu, comment pouvons-nous nous adresser à Lui ? Au moment de la prière, l'homme devra mettre de côté sa pudeur et oser demander à D.ieu ce dont il a besoin, comme il est écrit : « Ils ont crié vers Toi et ont été délivrés. Ils ont espéré en Toi et n'ont pas été déçus ». (Psaume 22,6)

Chez Israël existe un point positif et précieux de vouloir fortement accomplir la volonté de D.ieu. Cependant, les plaisirs de ce monde brisent le cœur et on finit par se retrouver loin de ce point. Il faut alors parler à D.ieu et Le supplier pour qu'à nouveau ce point brille dans notre cœur. Mais pourquoi notre cœur est-il si dur ? Il y a des choses honteuses qui détruisent le cœur d'un homme : « La honte brise mon cœur » (Psaume 69,21)



*Retrouvez les cours & feuillets
sur amourdubien.com*

amourdubien.com