

# Mekor Hokhma

*Perles de sagesse au féminin.*

*Selon les enseignements de Rabbi Nahman de Breslev.*

*Ce feuillet est dédié à toutes les femmes qui pensent ne pas aimer leur mari...*



*Réserve aux femmes exclusivement*

*Leilouy Nishmat Zara bat Tourkia*

## La reine et ses manques...

J'aimerais te parler d'un fléau qui touche énormément de femmes aujourd'hui ; même si tu ne te sentiras pas concernée, cela servira sûrement pour plusieurs de tes copines. J'ai la véritable sensation que c'est comme si que c'était la 11<sup>e</sup> plaie d'Égypte qui s'abattait sur nous : beaucoup de femmes aujourd'hui osent dirent « *Je n'aime pas mon mari et je ne prends aucun plaisir avec lui* ». Il est évident que c'est une situation très difficile à vivre car, nous avons toutes besoin de ressentir de l'amour et des sensations. Je ne te cache pas que le nombre de femmes qui viennent me voir en pleurant à ce sujet augmente de jour en jour. La nuit du mikvé est devenue une souffrance morale et physique car chaque caresse et chaque baiser qui sont censés te faire du bien et t'apaiser, te font en fait l'effet contraire ! C'est une souffrance indescriptible qui perturbe le plus profond de ton être.

Bien évidemment que cette situation a des conséquences dans ta vie de tous les jours car malgré tout, tu es et restera une femme avec ce besoin de plaire et avec ses désirs, et donc cela te fragilises. Lorsque tu es dans cette situation de fragilité extrême, notre fameux serpent accoure pour venir te faire entendre les paroles que tu attends et pour soit disant te faire vivre de grandes sensations. En bref, l'amour. Mais, pourtant, je me pose toujours la même question : où est Hachem dans tout ça ? Est-ce que vraiment Hachem peut te faire « un sale coup » en te faisant passer sous la houppa avec un homme qui, à chaque fois qu'il te touche, c'est l'enfer sur terre ? Est-ce qu'Hachem qui est tout puissant, et qui gère ce monde à merveille, a pu se tromper ?

Quand on nous parle de zivoug agoun, il est évident que, la relation intime qui est le nerf de la guerre, est inclus à l'intérieur de ce package qui s'appelle le mariage...

### *L'épreuve*

*- L'épreuve que D. envoie à un homme, a pour but de lui amener le prestige et la réputation.*

*- Celui qui veut rapprocher les autres à la dévotion, mais n'a pas atteint un grand niveau de droiture et n'a pas de mérite ancestral, doit se garder des épreuves. Il devrait particulièrement éviter la jalousie des impies.*

*- Les enfants de celui qui domine son mauvais penchant, ne suivront pas de mauvaises voies.*

*Sefer Hamidot*

*Nissayon*

*B1, B2 & B3*

Alors mince ! D'où vient cette histoire qui, je te le répète, n'est pas un cas isolé... Peut-être, le vis tu toi-même où bien as-tu une copine qui t'en a déjà parlé. Il faut savoir avant tout, que toute relation ou construction permise au préalable à toujours moins d'attrait que le goût de l'interdit, qui lui, a toujours attiré l'être humain, et l'attire encore...

Je te vois déjà venir dire « Non, pas moi ! ». Peut-être pas aujourd'hui car tu essayes de te dominer et tu es consciente que c'est interdit mais, crois-moi, si la mère de l'humanité, Hava, a succombé alors soyons humbles et acceptons une réalité vieille de 5775 ans ! En fait, si on réfléchit bien, qu'est ce qui a poussé Hava a écouté et succombé devant le serpent ? Elle avait tout le bien du monde, c'était la détente totale au paradis, et pourtant... son imagination lui a fait croire qu'il lui manquait quelque chose, que ce qu'Hachem lui avait donné ne pouvait pas la rassasier, qu'elle pouvait avoir plus, mieux.

Cette sensation de ne pas être remplie, nous poursuivis jusqu'à présent. En réalité, le problème est toujours le même : c'est une question de taavots (tdr : passions, désirs). A cause du manque, nous créons des génériques, qui, d'après notre imagination débordante, vont combler nos manques. Ces génériques, c'est notamment le fameux serpent pour Hava ou encore la femme qui pense qu'elle prendra plus de plaisir avec son collègue, voisin ou le mari de sa copine. C'est aussi : les films, les musiques, les journaux, la presse (féminine), l'alcool, les drogues... tout ce package appelé « détente » qui mène aux portes de l'Enfer. Pourquoi ? Car ces substituts ne remplaceront jamais l'original et s'adonner aux taavots c'est s'enfuir de sa réalité et donc, ne pas construire et donner le dos à Hachem, refuser la réalité dans laquelle Hachem t'a placée !

Des solutions ? Il faut commencer par arrêter de faire porter le chapeau à l'autre et prendre ses responsabilités. La prise de conscience est la première étape dans tout travail ; sache que l'origine des manques provient de ta déconnection, à un moment ou un autre, avec Hachem.

Celui ou celle qui est sans cesse connecté(e) à Hachem ne ressent ni manque, ni besoin, ni envie, ni désir autre que celui de rechercher et de se rapprocher de Boré Olam. Le seul moyen de rétablir la connexion est, encore et toujours, la tefila. Seule la tefila te permettra de voir et de comprendre l'origine de ton manque ; il faudra supplier et implorer Hachem sans cesse et avec patience. Au fil du temps, tu t'apercevras et tu ressentiras que tes soi-disant manques ne sont que le fruit de ton imagination même si aujourd'hui tu es prête à signer sur un papier que tu n'as pas de sentiments pour ton mari !

Pour rappel : le désespoir n'existe pas.

Shabbat Shalom

yael taieb

### Paroles du Tsadik

« Comment pourrais-je oublier l'un de vous ? Chacun de vous occupe une place dans mon cœur ».

« Je n'arrive pas à trouver le sommeil, car au moment où je m'apprête à m'endormir les 600.000 lettres de la Torah viennent tout à coup se tenir devant moi ».

Rabbi Nahman



*Vous aussi envoyez-nous vos histoires.*

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



## Contes et allégories de Rabbenou

### Il n'y a aucune muraille

*Il suffit de faire appel à D. lorsque le doute et la négation de la foi se renforcent en nous. De là vient que l'on raconte la parabole suivante au nom du Baal Chem Tov, que le nom de ce saint Tsadik soit béni.*

*Un roi déposa un trésor en un certain lieu. Par l'effet d'une illusion d'optique il érigea de nombreuses murailles autour de ce trésor, et lorsque des gens arrivaient au pied de ces fortifications elles leur semblaient réelles et difficiles à briser. Certains repartaient immédiatement, d'autres en passaient une mais non la seconde, d'autres encore en franchissaient davantage mais ne parvenaient pas à bout des restantes. Il en fut ainsi jusqu'à ce que le fils du roi arriva et dit : « Je sais que ces murailles ne sont qu'une illusion d'optique ; en réalité il n'y a aucune muraille ». Puis, il s'avança plein d'assurance et parvint à les franchir toutes.*

*Celui qui fait preuve d'intelligence comprendra de lui-même cette parabole, à savoir que tous les obstacles, les provocations, les tentations sont tels des murailles entourant le trésor de la crainte du Ciel, mais n'ont en réalité aucune existence réelle. L'essentiel est que pour celui qui possède un cœur fort et courageux, il n'y a aucun obstacle, et surtout pas des empêchements d'ordre matériel tels que les soucis financiers par exemple, ou l'opposition de sa femme, de ses enfants, de son beau-père, ou de son père et de sa mère...*

*Tout cela est nu est non avvenu pour celui qui possède un cœur fort et vaillant envers D. bénit soit-Il ; car la bravoure des héros eux-mêmes ne provient que de la force et du courage du cœur. Comme le rapportent les livres, l'homme doit posséder un cœur à ce point fort qu'il soit capable de s'élancer sur les sentiers de la guerre.*

### L'orientation de la pensée

*La pensée d'un homme tient toute entière dans le creux de sa main ; comme cela est rapporté dans le Likoutei Moharan (I,72) : l'homme peut ainsi la diriger à son gré vers l'endroit de son choix. D'autre part, deux pensées ne peuvent cohabiter ensemble ; si parfois la pensée de l'homme s'envole et s'égaré vers des pensées étrangères, celui-ci a dans la main le pouvoir de la ramener et de l'orienter malgré elle dans le droit chemin et lui faire penser ce qu'il convient de penser.*

*Ceci à l'image d'un cheval qui se détourne de sa route pour en emprunter une autre mais que l'on dirige par sa longe et parvient dès lors à ramener malgré lui sur la bonne voie. Ainsi en est-il avec la pensée, vraiment ; il est possible de la saisir et de la ramener, malgré elle, vers la route qu'elle doit suivre.*

Source : Contes, Allégories et rêves – Rabbi Nahman de Breslev

## Controverse et conflit

*Il faut toujours s'efforcer de rechercher un point quelconque de bonté et de mérite au sein du Peuple Juif. Jugeons tout le monde du bon côté, même ceux qui s'opposent à nous et nous manquent de respect. En agissant ainsi, nous ne serons jamais troublés par les dissensions et les controverses. Quand on recherche le mérite de son frère juif, on fabrique à D. une magnifique couronne sertie de pierres précieuses.*

*En battant des mains pendant la prière, on lutte mieux contre la controverse et la division. On peut éliminer du monde le meurtre et la destruction, et faire régner la paix.*

*La controverse engendre la pauvreté. Elle empêche aussi la guérison, alors que la paix apporte la guérison et la prospérité dans le monde.*

*Conseils de Rabbi Nahman*

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



## Pureté familiale

### Immersion à des moments particuliers

Les femmes ne s'immergeront pas le jour de Ticha béAv ni le jour de Yom Kippour. Car ces jours-là, il est interdit aux époux de s'unir. Tous les autres jours de jeûne ou de fêtes elles s'immergeront. Si Ticha béAv tombe un Shabbat, le jeûne est repoussé au dimanche, dans ce cas, certains permettent à la femme d'aller au Mikvé et de s'unir à son mari, d'autres l'interdisent.

On a l'habitude d'être indulgent pour les couples sans enfants.

Durant les 7 premiers jours de deuil, hasvé chalom, il est interdit de pratiquer l'intimité conjugale, de s'enlacer ou de s'embrasser, mais toutes les autres formes de rapprochement sont permises.

C'est pourquoi, si c'est la femme qui est en deuil, étant donné qu'il lui est interdit de se laver, elle ne prendra pas son bain rituel durant les 7 premiers jours de deuil.

Si par contre, le deuil touche son mari, elle s'immergera normalement et récitera la bénédiction car cela lui permettra tous les autres rapprochements comme tendre un objet de main à main, qui sont autorisés pendant le deuil mais interdit pendant la Tevila.

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

## La tefila de la semaine

### Pour se relever de sa chute

Empresse Toi de sauver notre âme, fais-moi sortir de là et relève moi dès à présent de toutes les chutes et éloignements que j'ai connu jusqu'à ce jour. « *De la poussière, Il retire le pauvre, du fumier Il relève l'indigent* ». Aie pitié d'un homme misérable comme moi, fais- moi grâce et relève-moi, je tends mes mains vers Toi. « *Du bout de la Terre je crie vers Toi, le cœur serré; conduis-moi sur le Rocher trop élevé pour moi afin que je puisse l'atteindre* ».

*Likoutei Tefilot - Rabbi Nathan*

## L'épanchement de l'âme

Nous savons que les épreuves et les afflictions que D. envoie à l'homme sont pour son bien et le forgent pour la vie éternelle. De plus elles lui évitent des dommages plus sérieux. En effet, nos Sages ont dit (Berahot 60) : « *Un homme doit toujours dire que ce que D. fait à son égard, est pour le bien !* ». Cependant, une question se pose : s'il en est ainsi, pourquoi l'homme doit-il prier pour ses besoins ou pour que ses maux cessent ? La réponse est simple. En effet, l'homme est souvent confronté à une situation où il n'est pas encore en mesure de recevoir l'abondance des bienfaits divins. S'il arrive qu'il les obtienne avant même de se parfaire, ces bienfaits se transformeront en rigueur, hasvé chalom, comme le montre l'exemple de l'abondance d'huile qui éteint la bougie. Il devra alors prier avec ferveur pour adoucir cette rigueur et se parfaire, afin de bénéficier des bienfaits divins. La principale réparation de l'homme d'où dépend sa réussite, passe par la prière. Il lui faut dans ce but prier avec une grande ferveur et avoir pitié de lui-même. De cette façon, il obtiendra non seulement l'abondance, la subsistance, la santé etc. mais en plus, cette multitude de biens qui ne viendra pas lui causer de dommages.

## Nos cours et activités

*Cours à Raanana  
tous les mardis à 10h30.  
Adresse : 80, rehov Ahouza.  
Synagogue des Constantinois  
« Hoel Morde'haï ».  
Contactez Solijane au 054 22 78 321.*

*Cours à Har Homa  
le mercredi 1 Juillet  
A partir de 21h  
Infos et contact :  
Eva - 054 269 6058.*