

# Mekor Hokhma

Perles de sagesse au féminin.

Selon les enseignements de Rabbi Nahman de Breslev.

Ce feuillet est dédié à l'attachement au Tsadik du Am Israël.



Réservé aux femmes exclusivement

Leïlouy Nishmat Zara bat Tourkia

## A l'écoute de l'autre

Est-ce que tu t'es déjà imaginée comment Hava était dans le Gan Eden, après la faute ? Elle devait sûrement être désespérée et même choquée de ce qu'il venait de se passer... Imagine sa solitude : personne avec qui parler, se confier, l'angoisse totale ! D'après le passouk suivant « *Vaichmeou et kol Hachem Elokim mitalekh bagan lérrouah ayom* » (Berechit, 1, 3). Traduction : « *Ils entendirent la voix de l'Éternel-Dieu, parcourant le jardin du côté d'où vient le jour* » on s'aperçoit d'une chose extraordinaire : elle arrivait encore à entendre la voix d'Hachem. Elle n'était donc pas si déconnectée que ça, elle avait encore sa bonne conscience qui lui chuchotée : « *Pourquoi as-tu fais ça ? Était-ce vraiment ce que tu voulais ? Qu'est-ce que ça t'as apportée en fin de compte ? Est-ce que cela a rempli ton manque ? ...* ».

Elle arrivait donc à comprendre l'erreur d'avoir écouté la voix du serpent rempli de son venin, très attrayant d'ailleurs ; au lieu d'écouter celle de son mari qui était en fait la voix d'Hachem.

Tu vas me dire qu'il est normal qu'elle entendait encore sa bonne conscience et ses remords étant donné que c'était la première avéra ; donc, le lien avec Hachem n'était pas encore cassé. Existe-il des cas où, hasvechalom, le lien avec Hachem va se casser complètement ? Oui. Comment ? A partir du moment où tu ne veux plus travailler ton sens de l'écoute, où tu fermes ton esprit et ton cœur, et que tu t'enfermes dans ton désespoir, comme nous l'enseigne notre Maître Rabbi Nahman : « *Le sens de l'écoute est suspendu au cœur* ». En effet, si tu n'arrives plus à écouter, cela signifie que ton cœur s'est fermé. En revanche, garde-le toujours en tête : « *Le désespoir n'existe pas !* ».

Nous avons toutes l'obligation d'entretenir cette volonté et faculté d'ouvrir notre cœur afin de pouvoir entendre pour avancer. Car en fait, tout le secret est là : garder cette dimension d'être en phase d'écoute, de toujours vouloir apprendre, de ne jamais se fermer. Lorsque le serpent arrive à nous faire croire qu'à cause de nos nombreuses fautes il n'y a plus d'espoir, alors nous perdons totalement notre faculté d'écoute. N'oublie jamais et grave-le dans ton cœur : même si tu commets la même faute 800 fois, tu dois toujours garder cette notion qu'à chaque fois c'est comme la première fois, afin de ne pas t'habituer à accepter ton erreur ou ta avéra, et de ne jamais te lasser de prier Hachem pour qu'Il t'aide à t'en sortir. C'est lorsqu'un homme bouche ses oreilles qu'il ne sera plus méritant de faire techouva.

### Mémoire et oubli

- Celui qui fait honte à son ami perd la mémoire.
- Si tu te représentes l'image de ton père et de ta mère, tu acquerras la mémoire.
- L'immoralité fait perdre la mémoire.
- Les mensonges entraînent l'oubli.
- Celui qui oublie doit donner la charité.

Sefer Hamidot

Zekhrat

A1, A5, A7,

A8 & A11

La Torah nous apprend à écouter la voix d'Hachem et des Sages. Sans développer ce sens auditif, nous perdons tout espoir de se rapprocher de la avodat Hachem. Alors maintenant, venons-en au fait : nous avons compris que l'écoute était primordiale dans notre relation avec Hachem, mais qu'en est-il dans notre quotidien, mari, enfants, famille, vie professionnelle etc. ?! C'est exactement la même chose. Si dans mon couple je n'arrive pas à écouter l'autre et à comprendre ce qu'il attend de moi, je vais donc m'enfermer et m'empêcher de construire. Le pire n'est pas là ! Je vais aussi bloquer mon mari dans une situation de détresse totale car ne pas se sentir écouté le mènera vers le désespoir, la solitude, même parfois la colère et enfin les mauvaises fréquentations que eux (elles) sauront l'écouter. Quand tu n'es plus capable d'écouter l'autre, cela veut dire en clair : « tu n'existes pas à mes yeux ».

Mais, qu'est-ce que l'écoute dans un couple ? C'est avoir la force de pouvoir me remettre en question, et accepter mes erreurs afin de m'améliorer. Attention ! Savoir écouter ne veut pas dire simplement « entendre » car écouter l'autre c'est surtout prendre le temps de ressentir ce qu'il se passe chez lui, ce qui le dérange, ce qui l'attriste et ce qui lui ferait véritablement plaisir.

« Tout un programme ! » me diras-tu. De nos jours, ce fameux venin du serpent se traduit par « nous empêcher d'être à l'écoute de l'autre ». Par l'écoute tu te donnes la possibilité de te transformer et c'est justement tout le but de ta venue dans ce monde. Cette transformation tu pourras l'acquérir qu'à travers l'autre. Réfléchis bien, je sais que toi-même tu as souvent ce sentiment de ne pas être comprise et entendue dans ta propre maison et par les gens qui t'entourent, ce qui te poussera à aller vers l'extérieur (donc la facilité) ; mais comprends bien que tu ne pourras jamais contourner les desseins d'Hachem et tôt ou tard Il te mettra dans certaines conditions qui t'obligeront à prendre le temps et écouter. C'est pourquoi, même si cela te paraît difficile dans l'état actuel des choses, tu dois ouvrir ton cœur, parler à Hachem et Lui demander de t'aider à être capable de comprendre l'autre et d'avoir les mots et les attitudes qu'Il attend.

Comme nous l'enseigne notre Maître Rabbi Nahman : « Sache que si tu peux détruire, tu peux aussi reconstruire ». Alors, au travail ! Laisse le temps au temps, et qui sait attendre ? Celui qui possède la véritable émouna.

Béatslaha et Shabbat Shalom,

yael taieb

Lois de cacherout  
Produits laitiers des  
non-juifs

- Le lait provenant d'une ferme non-juive n'est permis que si la traite et la mise en berlingots ont été surveillées par des Juifs.

- Nos Sages ont décrété d'une manière générale que tout fromage fabriqué par des non-juifs serait interdit et ce, quelque soit le procédé de fabrication, même si le fromage est cuit ou fabriqué à l'aide d'une présure végétale.

Choulhane Arouh



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



## Ouman, partir ou pas... ?

Etant un de ses disciples les plus proches, Rabbi Aaron avait beaucoup de peine de ne pas être chez son Maître pendant Roch Hachana à Ouman. Les habitants de Breslev avaient écrit pour se plaindre de n'avoir pas de Rav pendant la fête.

Rabbenou lui dit : « Je ne peux pas imaginer la douleur que j'éprouverai lorsque tu ne seras pas avoir moi pour la fête ! ».

« Dans ce cas, je resterai ici avec vous ! » répondit Rabbi Aaron.

Mais son Maître le somma à ne pas rester, et Rabbi Aaron, résigné, dut repartir.

En l'écoutant, Rabbi Nathan et Rabbi Naftali ne furent pas convaincus et lui déclarèrent : « Même si Rabbenou nous chassait avec un bâton, nous ne le quitterions pas à Roch Hachana ! ».

Plusieurs personnes qui désiraient être avec lui à cette occasion, mais avec des empêchements, sollicitaient son avis. Il leur conseillait de ne pas venir. Si elles insistaient en lui rappelant ses avertissements (sur l'importance d'être alors avec lui), il faisait mine de se mettre en colère et ne semblait pas prêt à entendre une parole de plus ; aussi, ne venaient-elles pas pour la fête. Mais celles qui avaient le privilège de se trouver régulièrement en sa compagnie, comprenaient par ses allusions que ses sentiments étaient en contradiction avec ses paroles. Il donnait cette réponse parce qu'on lui posait la question.

Mais celui qui tenait vraiment à se rapprocher de lui et à briser tous les obstacles, devait surtout éviter de poser des questions à ce sujet. Il disait à maintes reprises qu'il fallait même en avertir solennellement le public.

Concernant le voyage de ses disciples il affirma :

- A chacun de vos pas, un ange est créé... je me souhaite d'avoir le mérite de contempler la lumière radieuse de la route que vous empruntez pour venir chez moi !

Il affirma également :

- Yo essen fit essen, yo chlofen fit chlofen, yo davenen fit davenen, abi dou zolst bai mir zain Roch Hachona : Que tu manges ou que tu ne manges pas, que tu dormes ou que tu ne dormes pas, que tu pries ou que tu ne pries pas (c'est-à-dire avec concentration), le principal c'est que tu sois chez moi à Roch Hachana, quoi qu'il arrive !

Tiré du livre « Rabenou, la vie de Rabbi Nahman de Breslev »

### Lachone Hara

#### Médiance

1. S'en rend coupable celui qui dit du mal de son prochain, même s'il rapporte la vérité. D'ailleurs, la définition de Lachone Hara « mauvaise langue » est justement le fait de révéler une mauvaise action de son prochain. Et si ses propos sont mensongers, il est appelé calomniateur.
2. Celui qui, par ses calomnies, cause une mauvaise réputation à son prochain, n'aura jamais accès au pardon. Le médiant, lui, est la personne habituée à dénigrer toujours autrui : « un tel a fait ceci et cela, ainsi étaient ses aïeux. J'ai entendu ceci et cela à son égard ». Cette personne est ainsi stigmatisée par l'Écriture : « Que l'Éternel extermine toute lèvres doucereuse, la langue vantarde (Psaume 12, 4). »

Tiré du Choulhan Arouh,  
« Normes d'éthique et de morale »

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 : 10)  
Interdiction de faire le lit. Une femme nidda ne peut faire le lit de son mari en sa présence (*mais attention, cela ne l'a dispense pas de faire son lit* ☺). Il s'agit là, de replacer draps et couvertures, mais il est permis d'arranger des matelas qui sont lourds car c'est un travail pénible qui n'entraîne aucune intimité. Il faudra donc attendre que le mari soit en dehors de la chambre pour tirer votre couette. Cela doit certainement te paraître bizarre, mais comme nous l'avons dit dans nos précédents feuillets, l'esprit d'une femme n'a pas été créé comme celui d'un homme : tirer des draps est totalement anodin pour toi, mais pour lui c'est tout une autre histoire...

## La tefila de la semaine

*Pour deviner les messages divins*

Aide-moi à faire triompher la sainteté sur l'impiété, et à dominer le bon penchant sur le mauvais. Fais-moi grâce dans Ta grande bonté et étends sur moi la sagesse et intelligence saintes afin que je puisse percevoir en chaque chose la lumière de l'Esprit saint qui s'y trouve et m'unir au Saint Béni soit-Il par le biais des choses de ce monde. Que grâce à elles, je mérite de saisir les signes que Tu m'envoies à chaque instant, pour me rapprocher de Toi.

*Likoutei Tefilot Tefila Aleph - Rabbi Nathan*

## L'épanchement de l'âme

Jour après jour, on s'habitue à respecter cette heure consacrée à l'hitbodédouth. Le reste de la journée, se passera dans la joie, car c'est une grande Mitsvah que d'être toujours joyeux. Cette démarche spontanée et personnelle est l'un des plus hauts niveaux que l'homme puisse atteindre. Afin de combler nos manques, nous devons exprimer à notre Créateur ce dont nous avons besoin. Parfois nos paroles se « coincent » dans notre gorge, et il nous est impossible d'ouvrir la bouche. Et même si l'on n'y parvient pas au début, le fait d'être prêt à dialoguer et à se confier, est une très bonne chose.

## Nos cours et activités

*Cours à Raanana tous les mardis à 10h30.*

*Adresse : 80, rehov Ahouza.*

*Synagogue des Constantinois*

*« Hoel Morde'hai ».*

*Venez passer un yom keff au bord du Kineret le dimanche 8 juin avec la Rabbanite Yael Taieb.*

*Au programme : Canoë kayak, tfilots sur le kever de Rabbi Meïr Baal haNess, déjeuner, et d'autres surprises...*

*PAF : 250 nîs*

*Contactez Vanessa : 054 767 1209*

OUMAN

Parce que vous ne reviendrez jamais pareilles !

Voyage organisé par :  
**La Rabbanite Yael Taieb**

Du 19 au 22 Juin 2014  
Pour femmes & jeunes filles

*Mekor Hokhma*  
Perles de sagesse au féminin.

RESERVEZ VITE !

(plus que quelques places disponibles)

Contactez Yael | +972.54-700-7389 ou Elodie | +972.54-727-8072