

avancer dans la vie,
en évoluant sur des pensées
et enseignements d'une lumineuse clarté
d'après des rencontres personnelles avec le Rabbi de Loubavitch

GRAINES DE sagesse

Recueil des célèbres interviews de *My Encounter with the Rebbe* de JEM, le second volume de Graines de Sagesse rapporte de courts récits qui éveillent l'intérêt pour ces rencontres entre le Rabbi de Loubavitch et les gens qui recherchaient ses conseils. Les sujets traités couvrent un large éventail de situations et de questions de la vie. Ces échanges brefs mais intenses contiennent de véritables leçons de vie dans de nombreux domaines : relations humaines, éducation, responsabilité, foi et bien-être personnel.

A propos de Seeds of Wisdom volume 1 :

« Une collection passionnante de tranches de vie qui captive l'attention de quiconque s'intéresse à la vérité, l'inspiration, la connaissance et le bon sens. Chacune raconte une rencontre avec le plus grand visionnaire de l'ère moderne, le Rabbi de Loubavitch ».

Yehouda Avner
Ambassadeur



GRAINES DE
sagesse
TOME 2

TOME
2

PRÉFACE

Ce livre n'évoque pas l'immense piété du Rabbi. Ni son caractère, ni son érudition.

Il ne parle pas de sa sensibilité, de son leadership ou de sa contribution au peuple juif. En fait, on pourrait presque affirmer que ce livre ne parle pas du tout du Rabbi.

Il ne raconte pas non plus, sa biographie. Non, ce livre se veut comme une aide dans votre vie à vous.

Les rencontres chaleureuses avec le Rabbi racontées dans ce livre et les leçons de vie qu'on peut y glaner, ont été relatées avec l'espoir qu'elles puissent ajouter clarté et signification à votre propre évolution dans la vie.

C'est un petit livre de textes courts qui contient de grandes idées - d'où son titre : « Graines de Sagesse. »

Tout comme une graine limitée contient un potentiel infini, les récits de ce livre sont profonds par ce qu'ils apportent. De même que la graine posée dans la main ne prendra racine qu'une fois plantée fermement dans le sol, où elle pourra développer son potentiel, de même ces « graines de sagesse » n'auront de valeur que lorsqu'elles seront lues, intériorisées, réfléchies et surtout appliquées. Seulement alors ces « recharges » de bon sens permettront un développement personnel et des changements intérieurs significatifs.

Si vous vous reconnaissez dans les pages qui suivent, si vos perspectives dans la vie s'élargissent et s'approfondissent grâce à leur contenu, alors ce livre aura atteint son but.

Je prie pour que ces « Graines de Sagesse » apportent un changement dans la vie de mes lecteurs.

Mais de même qu'une graine doit être nourrie et cultivée pour pouvoir

produire des fruits, de même l'impact de ces récits ne dépend que de vous, qui en êtes le jardinier.

*

J'ai eu la grande chance et l'unique privilège depuis tout petit et durant toute mon adolescence de me rendre chez le Rabbi de Loubavitch, de très nombreuses fois, et même d'être reçu en Ye'hidout (audience privée) dans son bureau à plusieurs reprises, où j'ai bénéficié de ses bénédictions et conseils. J'ai pu monter à la Torah à l'occasion de ma Bar Mitzvah à son domicile (pendant l'année du deuil sur son épouse, la Rabbanite 'Haya Mouchka, de mémoire bénie), tout ceci grâce à mes chers parents, le Rav Yaakov et Sarah Amar, qui ont su me transmettre la soif et la passion de s'attacher au Rabbi et à ses enseignements. Je leur voue une immense reconnaissance.

Comme le Rabbi nous l'a enseigné à maintes occasions, nous avons le devoir de partager toutes nos connaissances, si petites soient-elles, ne serait-ce que la lettre Aleph.

*

Je tiens à signifier ma profonde reconnaissance à :

- *Mon ami **Rav Elkanah Shmotkin**, qui nous a permis de soumettre le présent ouvrage aux lecteurs Français grâce à cette traduction. C'est ce visionnaire qui a rendu possible l'organisation Jewish Education Media (JEM) et qui a diffusé tant de documents, livres, vidéos, audio, sur le Rabbi. Son travail et son expertise sont inestimables.*
- *Madame **Feiga Lubecki** pour l'excellente traduction de ce livre en français.*
- *Nos chers amis **Serge & Alyah Rivka Krief** pour leur aide sur les différentes publications du Beth 'Habad Seine et Marne tout au long de l'année, ainsi que pour leurs sages conseils.*

*Un grand merci à un très cher ami, **Levi Touboul** de LT CREA pour la réalisation artistique de ce livre et pour l'illustration de sa couverture, son professionnalisme, sa créativité apparaissent sur chaque page et détail de ce projet.*

*Je tiens à dédicacer également ce livre à mon épouse et partenaire dans la vie, **Tzal'ha**, et nos enfants, pour leur aide précieuse dans ce projet comme dans tous les projets du Beth Habad Seine et Marne. Je leur dois beaucoup de ce que j'ai appris et que j'apprends encore. Pour emprunter les mots de Rabbi Akiva à ses disciples à propos de son épouse : « Tout ce que je sais et tout ce que vous savez, c'est véritablement à mon épouse **Ra'hel** que nous le devons ».*

Enfin, comment ne pas exprimer mon immense gratitude à la personne qui est au cœur de ces récits, le Rabbi lui-même, de mémoire bénie. Son exemple et ses enseignements ont largement contribué à former ma vision du monde et ma mission dans la vie.

*C'est pour perpétuer sa vision et ses enseignements, que comme tous ses émissaires dans le monde entier, nous avons décidé de vouer notre vie en tant que ses émissaires pour la Seine et Marne, afin de rendre ce monde meilleur, et préparer la venue du **Machia'h** très prochainement.*

*Veille de Roch Hodech Elloul 5780
Rav Yossi Amar – Seine et Marne 2020*

**Ndt : la première partie de cette préface a été écrite par l'auteur en anglais du présent ouvrage, Mendel Kalmenson - Londres 2013*

AVANT-PROPOS

LE RABBI

Le Rabbi de Loubavitch, Rabbi Mena'hem Mendel Schneerson (1902 – 1994) – de mémoire bénie – a été le septième leader de la dynastie 'Habad-Loubavitch.

Il est considéré comme l'une des personnalités religieuses les plus influentes de l'époque moderne. Des gens de toutes religions, nationalités et origines ont recherché ses conseils et ses opinions, voyageant parfois depuis l'autre bout du monde pour bénéficier de sa bénédiction et de ses directives.

Plus que toute autre personne, le Rabbi est parvenu à provoquer la conscience du judaïsme mondial, amenant à un réveil spirituel dont l'effet est encore ressenti maintenant.

Pour les centaines de milliers de ses partisans et les millions de ses admirateurs dans le monde entier, il a été – et il demeure aujourd'hui, après son décès – « le Rabbi ».

Un principe essentiel de la philosophie du Rabbi, principe qu'il répétait souvent, était que la Torah n'est pas simplement un livre à lire mais une lecture pour la vie. Un point de vue profondément ancré dans la vision du monde du Rabbi était la conviction que la Torah était bien davantage qu'un recueil de connaissance et d'intelligence : la Torah est un système de respiration cosmique, qui insuffle vie et lumière dans notre univers aussi bien collectif que personnel.

Et ceci était particulièrement évident dans les centaines de milliers d'entretiens que le Rabbi avait avec des gens de tous milieux qui cherchaient son conseil sur toutes sortes de problèmes de la vie courante car ils resentaient qu'il était le dépositaire d'une sagesse divine et bienveillante.

Dans les entretiens chaleureux qui suivent, vous serez témoin de ce fait incontestable : comment un guide spirituel a sorti la Torah de l'Arche sainte pour la déposer dans des cœurs troublés. Il a véhiculé sa sagesse de rouleaux immobiles à des situations vivantes, de l'encre à l'incubateur, de l'étude académique à l'application pratique, fournissant un contexte humain à des textes divins.

Soyons clairs : le but de ce livre n'est pas de glorifier la biographie personnelle du Rabbi mais d'inspirer chez vous, lecteur, des changements bénéfiques, chargés de sens et porteurs de progrès dans votre vie. Permettez-moi de vous inviter à entreprendre le prochain pas dans ce projet essentiel : apporter la Torah ici-bas sur cette terre, prendre les graines de sagesse contenues dans ce livre et les planter dans le jardin de votre vie.

M. K.

• Section 1 •



NOURRIR LA RÉFLEXION DE L'HOMME

Le véritable bonheur	22
Parler négativement de soi-même	23
Le confident le plus intime	24
Réactions	26
Les anges sont jaloux	27
La route la plus rapide	28
Travail en cours	29
Présence	30
Agir	31
Changer d'avis	32
Des Mitsvot partout	33
Commémorer ou célébrer ?	34
De mémoire bénie	36
Mémoire sélective	37
Apprendre du jeu d'échecs	38
Des résolutions durables	40
Où est le problème ?	41
La source de toute guérison	42
Récompense spirituelle	43
Education vivante	44
Les prismes de la réalité	46

• Section 2 •



INSPIRER LES AUTRES

Un foyer chaleureux	48
Cycle complet	49
Offensive	50
Le meilleur professeur	51
Sphère d'influence	52
Au nom de tous	53
Au-delà de l'humilité	54
Le bénéfice de l'aide apportée aux autres	55
Réaction nucléaire	56
La définition juive de la vie	58
Le guide du professeur	59
Faites-le !	60
Le secret derrière l'influence	61
Proche de D.ieu	62
Les règles de l'engagement	63
Energie renouvelable	64
A emporter	65
Urgence	66
Des mots vides	67

• Section 3 •



CROISSANCE ET DÉVELOPPEMENT

Discours d'introduction	70
Des dollars et du sens	71
Pas à pas	72
Lus intelligemment et en nombre	73
Développez vos capacités	74
Recadrer	75
Projets de retraite	76
Satisfaction constructive	77
Gratification instantanée	78
Voir à long terme	79
L'infini de la Torah	80
Des nouvelles selon la Torah	81
Associations positives	82
Ne débattiez pas	83
L'ordre divin	84
L'anarchiste qui est en nous	85
Livraison spéciale	86
Le rabbinat redéfini	88
Le projet divin	89

• Section 4 •



SE LIER AU DIVIN

Tissu de vie	92
La bonne question	94
Un grand miracle	95
Une bonne réputation	96
Publicité efficace	97
Maîtriser sa colère	98
Affaires sacrées	99
Le journal d'un scientifique	100
Nourrir la foi	102
Un pour tous et tout pour un	103
Se perdre soi-même	104
Un compagnon constant	105
Voir, c'est croire	106
Avenir du peuple juif	107
En D.ieu, nous avons confiance	108
Une vérité fondatrice	110
La pratique rend parfait	112

• Section 5 •



AMOUR ET RELATIONS AVEC LES AUTRES

Le travail de D.ieu	116
Conseil conjugal	117
Donnez et prenez	118
L'homme le meilleur	119
Inclusion	120
Raffinement personnel	121
Le meilleur choix pour chacun	122
Points de départ communs	123
De cœur à cœur	124
Un réceptacle pour la bénédiction	125
Transmettre des bonnes nouvelles	126
Le rôle d'un parent	127
Un amour spécial	128

APPRENDRE DU JEU D'ÉCHECS

Lors d'un farbrenguen (réunion 'hassidique) auquel assistait Sam Rashewsky, un grand champion du jeu d'échecs, le Rabbi observa :

- La philosophie 'hassidique nous encourage à tirer des leçons de tout ce que nous voyons et entendons dans le monde autour de nous. Que pouvons-nous apprendre du jeu d'échecs dans notre service de D.ieu ?

... Il existe deux types de pièces dans le jeu d'échecs, continua le Rabbi. Il y a les « officiers » - la reine, le cavalier, le fou et la tour – puis il y a les soldats ou « pions ». La différence entre eux, c'est que les « officiers » peuvent sauter au-delà de leur place et bouger dans toutes les directions, parcourant en une seule fois plus de « terrain » que les simples soldats qui ne peuvent progresser que d'une case et en avant.

Cependant, le simple soldat possède une qualité qui le rend supérieur aux « officiers » : quand il parvient au bout de l'échiquier, il peut acquérir le rang de « reine ».

Il en va de même dans le jeu de la vie. Il existe deux sortes de « joueurs » : les anges et les êtres humains. Les anges possèdent des capacités plus élevées et peuvent sauter d'un monde spirituel à un autre. Cependant, ils ne peuvent jamais se transformer et devenir autre chose. Par contre les êtres humains, bien qu'ils soient limités et ne puissent avancer que d'un pas après l'autre, ont la capacité de se transformer et d'accéder à des hauteurs sublimes bien au-delà de leurs limites naturelles !



*Les gagnants dans la vie
ne sont pas ceux qui sont nés rois,
mais ceux à qui il pousse des ailes.*

DES RÉOLUTIONS DURABLES

Durant une audience donnée à un jeune homme résolu à améliorer son caractère, le Rabbi observa :

- Il y a deux raisons pour lesquelles les bonnes résolutions tiennent rarement. La première, c'est que dans l'espoir de transformations radicales, les gens s'engagent dans des décisions irréalistes et bien trop difficiles à tenir. Si vous voulez des résultats durables, le minimum garantit parfois un résultat plus durable. Il vaut mieux se focaliser sur ce qui est raisonnable plutôt que sur ce qui est désirable.
- La seconde raison, continua le Rabbi, c'est que les gens sous-estiment l'importance de traduire l'inspiration en termes concrets et immédiats. Ne repoussez jamais une bonne résolution à « plus tard » ou « demain ». D'ici là, l'inspiration sera évanouie et, avec elle, la capacité de la mettre en pratique ».



*Dans la Torah, le mot Veata
(et maintenant) signale toujours
un appel à un changement personnel.*

OÙ EST LE PROBLÈME ?

Un étudiant de Yechiva de New York rencontrait des difficultés dans son étude et s'en ouvrit au Rabbi :

- Je pense continuer mes études en Israël, suggéra-t-il. Là-bas, je serai moins distrait par des tentations extérieures.
- Quand vous voyagez, répondit le Rabbi avec un sourire, votre inclination négative voyage avec vous !



*Si le problème
est à l'intérieur de vous,
le fait de s'enfuir ne vous aidera pas...*

LA SOURCE DE TOUTE GUÉRISON

Durant la célébration de Sim'hat Torah en 1977, le Rabbi eut une crise cardiaque. Dès la fin de la prière, plusieurs médecins importants l'auscultèrent dans son bureau au 770. Tous conclurent que le Rabbi devait être emmené en urgence à l'hôpital pour y être mieux surveillé. Mais le Rabbi refusa, affirmant que son traitement et sa convalescence pouvaient se passer au 770.

- Ma guérison viendra de cette pièce, expliqua-t-il fermement.

Vous rendez-vous compte de tout ce qui a pris place ici ? continua le Rabbi, très ému. Voyez-vous ce bureau, cette chaise, ces livres ? Ils ont été témoins de tant de larmes et d'espoirs de tous ceux qui y sont passés...

Ces murs ont absorbé l'énergie de gens qui venaient pour des bénédictions et ils sont sacrés. C'est cette énergie qui fournira la guérison !



*Votre bien-être est lié
à l'accomplissement de la mission
de votre vie.*

RÉCOMPENSE SPIRITUELLE

Quelqu'un aida une fois le Rabbi à faciliter le placement d'un certain rabbin. Quelques temps plus tard, le Rabbi vit cet homme et signala avec gratitude : « Je vous dois des remerciements pour votre aide ! ».

Quelques années plus tard, l'homme revint solliciter le Rabbi :

- Rabbi, vous m'aviez promis une fois une récompense pour le service rendu. J'en aurais besoin maintenant car j'ai de gros soucis financiers et j'ai besoin de votre bénédiction !
- Vous l'avez déjà reçue, répondit calmement le Rabbi. Vous avez connu du Na'hat, de formidables satisfactions de vos enfants !



*La plus grande bénédiction
qu'on peut recevoir
se trouve dans ce que l'argent
ne peut acquérir.*
