

L'ŒUVRE DE RABBI NA'HMAN

" Une Nouveauté comme moi n'a pas encore existé dans le Monde... "

L'apport de l'enseignement de Rabbi Na'hman est incommensurable. Leur portée dépasse notre entendement, et elles contribuent de manière irréversible au retour du peuple d'Israël vers Dieu, en ces temps proches de la venue du Machiah. Voici un aperçu de quelques notions fondamentales, qu'il conviendrait évidemment d'approfondir au contact des œuvres elles-mêmes. Chacune sera développée en détail ci-dessous :

- 1) SIM'HA : LA JOIE
- 2) L'ATTACHEMENT AU TSADIK
- 3) EMOUNA : LA FOI
- 4) LA SIMPLICITE
- 5) COURAGE !!
- 6) LA PURETE
- 7) LA PENSEE
- 8) TEFILAH : LA PRIERE
- 9) L'ETUDE DE LA TORAH
- 10) LA TERRE D'ISRAEL
- 11) LE CHABBATH
- 12) LA NOURRITURE
- 13) LA TOMBE DU TSADIK - ROCH-HACHANA
- 14) LA DIFFUSION

1) SIM'HA : LA JOIE

" C'est une grande Mitsva d'être toujours joyeux ! "

De s'éloigner de la tristesse et de la mélancolie de toutes ses forces. Toutes les maladies sans exception ne viennent frapper les hommes que lorsque la joie s'estompe et se détériore ... L'essentiel est de s'efforcer du mieux possible d'être sans cesse joyeux. Car la nature de l'homme penche vers l'abattement et l'affliction, dus aux dommages causés ... Tout homme est rempli de souffrances. C'est pour cela qu'il lui est indispensable de se forcer avec vigueur, à toujours se réjouir, de toutes les façons possibles, même à l'aide de plaisanteries...

- Etre triste, c'est comme être énervé et en colère, nous plaignant et invectivant notre Créateur, Dieu préserve, parce qu'il n'accomplit pas notre volonté. Mais un homme qui a le cœur brisé en parlant à Dieu, ressemble a un fils qui se confesse devant son père, tel un bébé qui pleure et se lamente de l'éloignement qui le sépare de Lui, bénit soit-Il.

- Nous pouvons faire erreur, en sombrant dans le chagrin et l'affliction à cause de notre éloignement du Saint bénit soit-Il. Car en se rendant compte des dégâts qu'il a occasionnés, un homme trébuche en se disant : "la plupart de mes actes sont souillés..." On doit bien faire attention car beaucoup ont échoué ... Il n'y a pas de chose plus nuisible que cela. Et pour s'en préserver, il faut tout transformer en joie !

- Il faut sans cesse être joyeux !! Il en va de même dans notre Service Divin. Et si parfois l'homme chute de son niveau, il doit s'encourager grâce aux jours précédents où brillait un peu de lumière pour lui. Il doit s'y accrocher avec le même éveil et le même dynamisme qu'il possédait auparavant.
- L'affliction nuit beaucoup et confère de la force au Mauvais Penchant. C'est pourquoi il faut s'efforcer le plus possible de réjouir son âme en suivant les conseils que le Tsadik nous a transmis ...
- Il est primordial de s'écarter de la peine et du chagrin : la majorité des gens sont éloignés de Dieu à cause de cela. Le désespoir est plus dangereux que tout. Il faut s'efforcer de suivre ce chemin : chercher toujours en soi-même des bons côtés, à chaque instant, pour se ranimer et se fortifier. C'est ainsi qu'on pourra prier avec joie et élan tout le temps, et revenir vers Dieu véritablement.
- La joie est un devoir religieux au même titre que les autres Mitsvot. A l'opposé, la tristesse est condamnable tel un véritable péché :

" La tristesse engendré par le péché est plus grave que le péché lui-même. "

" La tristesse engendre la souillure, et la joie en est la réparation. "

" La véritable joie est atteinte en ne regardant que ce qu'il y a de bon en nous-mêmes, chez autrui, et dans toutes situations ! "

- C'est seulement par la Sim'ha, la Joie, que l'on peut tout vaincre et tout réussir pour la Sainteté, car elle tire sa Source dans les Cieux du Chant "Simple-Double-Triple-Quadruple" qui sera à l'origine du Renouvellement du Monde

2) L'ATTACHEMENT AU TSADIK

- L'homme, par ses péchés, attire la Lumière Divine en des endroits bas et sales, et ne provoque que des détériorations. Mais par son éveil à la Techouva (le Repentir), il répare et crée de nouveaux réceptacles pour une nouvelle et merveilleuse lumière... Car la chute et l'éloignement n'ont d'autres buts que de l'élever et le rapprocher de Dieu, que toutes ses fautes se transforment en mérites. Mais cela ne lui est possible qu'en s'attachant au Tsadik véritable, seul capable de réveiller l'homme au repentir, de l'encourager, et d'élever l'étincelle de Bien qu'il possède. C'est pourquoi, nous devons rechercher avec acharnement un tel Tsadik capable de mettre en œuvre ces réparations, quelles que soient nos détériorations. Ainsi nous devons prendre garde à ne pas railler et s'opposer au Tsadik qui opère ces réparations, qui va au bout du " sacrifice de soi " en descendant dans les endroits les plus profonds pour en élever des âmes embourbées là-bas et les ramener dans les chemins de la vérité. Grâce à lui, le désespoir n'existe pas. L'essentiel est d'écouter ses paroles et de suivre ses conseils, dès à présent, et d'annuler notre sagesse ainsi que notre esprit comme si nous n'avions plus aucune intelligence.

- Plus un malade est gravement atteint, plus il nécessite le plus grand des médecins. Ainsi ne te trompe pas en disant : " il m'est suffisant d'être attaché à un homme pieu et simple, s'efforçant de craindre Dieu. Pourquoi viser si haut et rechercher le plus grand Tsadik précisément ? Que déjà je puisse atteindre le niveau de cet homme pieu ! " Ceci est le raisonnement erroné de nombre de personnes. Ne te trompe pas en disant cela ! Car au contraire, chacun doit précisément se rapprocher de ce grand Maître véritable, d'un niveau suprême, car plus on est petit, plus on a besoin du plus grand des Tsadikim.

- A l'époque de Moché Rabénou, pour construire le Michkan (le Sanctuaire Divin), chaque membre de l'Assemblée d'Israël devait apporter sa contribution suivant la générosité de son cœur. Même la plus petite était prise en compte si elle était apportée à Moché lui-même. Mais si elle ne passait pas par lui, cette contribution, fut-elle la plus grande, n'était pas acceptée. Car Moché Rabénou était "le Tsadik de la génération" ! Ainsi, quatre cinquième d'Israël périrent lors de la plaie des Ténèbres (Rachi sur Chémoth,13:18), car ils ne voulaient pas suivre Moché pour sortir d'Egypte et recevoir la Torah. Dans chaque génération, la raison d'être du Tsadik du niveau de Moché, c'est l'Assemblée d'Israël. En

effet, Israël est composé des "six cent mille âmes" et ce Tsadik les inclut toutes ; et de plus, lui-même est inclut à l'intérieur de chaque "membre" de chacun des "six cents mille âmes". Car le Tsadik véritable du niveau de Moché, qui est "Koullo Tov" (totalement Bon), à la force de trouver ce qu'il y a de bon, les étincelles de Bien, en chacun d'Israël, même dans les pires fauteurs, et en construit ce qui correspond dans les Cieux au Michkan. C'est celui qui nous prend vraiment en Pitié, qui discerne et peut combler les vrais "manques" en chacun d'Israël. "L'attachement" au Tsadik Véritable de la génération est la condition indispensable pour réparer nos fautes et accomplir une Téchouvah authentique. Tout simplement, pour devenir un juif "Kascher".

Rabbi Na'hman déclara :

« J'ai obtenu du Saint bénit soit-Il que le Machia'h sorte de ma descendance ! »

« J'ai une telle perception de D. bénit soit-Il, que j'en aurais pu faire venir le Machia'h ! Mais j'ai tout annulé et je me suis mis à votre disposition pour vous faire revenir vers le bien, car c'est cela qui est plus grand que tout ! »

« Le Saint bénit soit-Il ne me fera pas cela, D. préserve, aucune fois, de me prendre un de mes hommes "au milieu" ! »

« Je suis le fleuve qui vous purifiera de toutes vos taches ! »

« Je pensais que mon Mauvais Penchant me faisait croire qu'il n'existait personne qui puisse diriger la jeune génération comme moi. Maintenant, je sais clairement que dans le Monde, je suis l'unique dirigeant de la génération, et qu'il n'y en a pas d'autre que moi ! »

« Mon feu brûlera jusqu'à l'arrivée du Machia'h ! »

« N'ayez pas peur, je marche devant vous ! »

« J'ai terminé, et je terminerai ! »

*« Vous n'avez pas besoin de réfléchir, mais seulement d'apporter des pierres et du ciment, et moi je construis des bâtiments merveilleux et extraordinaires »
(c'est à dire que nous devons nous occuper du service divin en toute simplicité, que ce soit dans 1a Torah, la Prière ou les Mitsvot, et lui fait de cela ce qu'il en veut) .*

« Moi je n'ai rien à faire dans ce monde là, car pour ce qui est de ma personne je ne dois rien faire, je ne suis venu au monde que pour approcher des âmes d'Israël vers l'Eternel; mais je ne peux approcher que celui qui vient chez moi, et qui me raconte son manque, c'est seulement celui-là que je peux réparer... »

3) EMOUNA : LA FOI

Elle est au sommet de toutes les valeurs ; le point de départ et la finalité de toute notre existence.

- La Foi ne s'applique qu'en l'absence de compréhension par la raison.
- On ne peut accéder à la Foi que par la Vérité.
- Celui qui désire la Vérité doit avoir une Foi entière en Dieu et les Tsadikim, comme il est écrit : " Ils eurent foi en Dieu et en Moché Son serviteur ! " C'est-à-dire que l'on ne peut avoir foi en Dieu que si l'on a foi dans le Tsadik véritable de la génération ! A part ce que nous ont transmis nos véritables Tsadikim, nous ne savons rien, absolument rien: c'est cela la Vérité Ultime !
- L'essentiel, c'est avant tout la recherche de la Vérité Pure, sans cesse, encore et encore : chercher à se rapprocher du Tsadik Véritable, c'est-à-dire de son " Roua'h " (son Esprit Saint, son Inspiration Sacrée), toujours et encore, sans jamais s'arrêter, en se consacrant à ses enseignements avec Crainte, en les

transformant en prière par la Hitbodedout, et en accomplissant les conseils qui en découlent avec Pureté et Simplicité.

- *" Dans ce monde, l'homme doit franchir un pont très étroit, mais le principe essentiel est de ne pas avoir peur du tout ! "*

On le traverse grâce à notre Foi ... Tous les conflits sur terre font référence à ceux engagés contre le mauvais penchant. Car quand un homme a des ennemis en bas sur terre, c'est qu'il en a en haut, dans le Ciel. Lorsqu'un homme mène ce combat, de grandes accusations s'élèvent à son encontre. On essaie de le faire chuter de sa dévotion complètement, que D. préserve. Mais s'il tient et reprend le dessus, il est évident qu'il vaincra, brisera, et anéantira le Mal. En renforçant sa Foi, il n'aura plus rien à craindre.

- *" Si tu crois que l'on peut détruire, ai Foi que l'on peut réparer ! "*

L'essentiel est la Foi et tant qu'elle réside en nous, il est évident que l'on retournera vers Dieu. Le mauvais penchant complotte à l'intérieur même de nous, à chaque instant pour nous faire chuter de notre Foi. Il est donc indispensable de se renforcer, car le Mal suggère à notre coeur qu'il nous est impossible de revenir vers Dieu, de réparer toutes nos fautes et nos ignominies, après nous être tant souillés. Certains, après avoir commis ce qu'ils ont commis, pendant des jours et des années ont tenté de se repentir plusieurs fois, puis ont " dégringolé ", chacun selon son niveau. Mais le fait même de savoir et d'être convaincu que le péché est une souillure grave qui se répercute dans les Mondes Supérieurs, est une preuve de Foi, grâce à laquelle l'espoir demeure et permet de se relever et de s'encourager. Par la force des Tsadikim authentiques, le repentir parfait sera à portée de nos mains, tous nos péchés se transformeront en mérites !

- *" Le désespoir n'existe absolument pas ! "*

Même si l'homme aurait transgressé toute la Thora des milliers de fois, il doit avoir foi qu'il peut recommencer encore à nouveau. C'est cela la Foi parfaite en Dieu car " Ses bontés se renouvellent chaque matin : infinie est sa bienveillance ". Les Cieux et la Terre n'ont été créés que pour que l'homme recommence et recommence chaque fois depuis le début, tel un bébé qui vient de naître et qui

débute pour la première fois... Car Dieu renouvelle chaque jour les actes de la Création pour le Bien !

• " *Lorsqu'un homme sait que tout ce qui lui arrive est pour son bien, cette qualité est le reflet du Monde-Futur !* "

4) LA SIMPLICITÉ

• " *Il y aura un déluge d'hérésie à la fin des temps ; et ceux qui récitent les Téhilim avec simplicité concourent à faire venir le Machiah !* "

• Il nous faut beaucoup de courage, car nous devons être conscients qu'il nous est impossible de savoir dans ce monde, où l'on est et où l'on se tient, et cela d'aucune manière. C'est le principe même du libre-arbitre, de l'épreuve que nous devons affronter. Simplement, trouvons notre réconfort dans la Foi, et soyons convaincus qu'aucune bonne action n'est perdue, Dieu préserve.

• La Thora et ses commandements sont impossibles à cerner véritablement. C'est par le fait de comprendre "qu'on ne sait rien" que l'on tire notre Vitalité. Nous ne savons en fait de la Vérité, uniquement ce que le Tsadik authentique éclaire en nous !

De plus, les déceptions et les épreuves imposées par la vie font de l'homme un être au cœur brisé et en proie à l'amertume et aux passions.

C'est pourquoi il faut être fort et déterminé pour préserver avant tout la Joie et la Simplicité, réciter simplement les Téhilim et le Likoutey-Téfiloth, et surtout se répandre en Hitbodédouth, afin de ne pas tomber dans le désespoir ni la dépression.

Souvent, il nous semble que nos prières ne portent pas. Mais il faut frapper à la porte de la Sainteté encore et encore, jusqu'à ce qu'elle s'ouvre. Car le Saint bénit soit-Il est là, Qui attend notre retour et nos efforts.

• Le venin du Serpent rend confus l'esprit de celui qui veut tout comprendre. Un homme peut désirer tout savoir et tout assimiler par son intelligence "tronquée"

à cause de ses passions. Il se pose souvent des questions ardues sur Dieu, les Tsadikim, sur lui-même aussi, ... Ce n'est qu'une ruse du Mauvais Penchant qui tente de l'affaiblir en soulevant des problèmes compliqués, comme par exemple: *" Comment veux-tu prier avec ferveur et concentration, alors qu'à l'heure précédente tu as fait telle et telle chose... "...*

... car on peut se sentir si souillé, si sale, si loin de la Sainteté de la Thora. L'homme ne peut en être que troublé. Il faut tout de suite extirper de notre pensée ces interrogations, car en s'attelant à vouloir y répondre, surgiront d'autres questions encore plus compliquées et les chutes qui suivront deviendront plus profondes ... Dans nos générations, il est de loin préférable d'être des hommes simples, de faire taire sa pensée et de dresser une haie au savoir par le silence. Ce que l'on trouve à notre portée de main à faire, réalisons-le, tout simplement !

- La Vérité est l'essence et la finalité de chaque chose. Tout a été créé par Dieu à partir du Néant, tout reviendra et s'inclura en Lui au moment du renouvellement du monde. Pour celui qui prête foi à cela, ni l'obscurité et le mensonge, ni le mal et l'impureté ne pourront jamais l'éloigner du Créateur, de sa Thora et de ses Tsadikim véritables, qui sont tous " Un et Vérité ". Même à partir de toutes sortes de souillures, un homme peut revenir vers la vérité et la sainteté, c'est-à-dire le Saint béni soit-Il, car Il se trouve partout et est à l'origine de tout : " Si j'escalade les Cieux, Tu es là, et si je descends en enfer, Te voici encore ... Les ténèbres mêmes ne sont pas obscures pour Toi ! " Si Israël fixe ses yeux sur l'Unicité de tout, il méritera d'accéder au plus ultime des degrés !

- *" Mieux vaut le simple qui croit à tout que le sophistiqué qui ne croit à rien. Car en croyant à tout, on en viendra éventuellement à croire aussi au vrai. Tandis que le sophistiqué, en niant tout, niera aussi la vérité ! "*

5) COURAGE

- C'est en transgressant la Parole de Dieu, de ne pas toucher " l'Arbre de la Connaissance ", que le Premier-Homme mit fin à tout le bonheur qui lui était réservé. Ainsi naquit le désespoir, c'est-à-dire une situation qui apparemment n'a

pas d'issue. Le désespoir est devenu intrinsèque à la nature humaine, engendrant la peine, l'angoisse, la tristesse, la dépression, et l'anéantissement de sa propre essence. C'est alors qu'une voix retentit : « *GUEWALT ! Ne vous découragez pas ! Le désespoir n'existe pas !* »

- Cette notion d'encouragement et de renforcement intérieur à se dispenser à soi-même (et aussi aux autres), constitue une très grande innovation. Elle repose sur l'idée que chaque homme a une mission à accomplir sur terre, nommée Tikoun ou réparation. La providence l'y aidera en lui procurant la force, l'inspiration, et le temps nécessaire à son apprentissage. Puis lorsque le Ciel l'estimera prêt, des épreuves lui seront imposées, de différents ordres, à l'intérieur desquelles l'homme se sentira chuter et il chutera effectivement. Et si au cœur de l'épreuve, il parvient à ne pas se décourager, s'il comprend que tous les actes Divins ne sont qu'actes d'amour, s'il répond enfin à l'attente de Dieu qui est de résister, alors il accomplira pleinement son Tikoun. " Sois fort et courageux ! "

- Le courage et l'espoir, c'est auprès de ceux qui l'ont déjà acquis qu'il convient de le chercher : les Tsadikim véritables et leurs élèves authentiques ; de même qu'au contact de leurs Ecrits Saints, dont le pouvoir est de nous redonner confiance en nous-mêmes.

- Le Renouveau, c'est l'aptitude à renaître à chaque instant, à oublier d'avoir accompli une Mitsva, et à plus forte raison un péché, pour repartir aussitôt à neuf.

- " *Il est interdit d'être vieux !* "

- Il y a toutes sortes d'empêchements et de découragements. L'être humain a lui-même plus de pouvoir de nous empêcher et nous décourager dans notre Service Divin que le Yétser-HaRa'. Mais l'essentiel des empêchements, c'est dans notre esprit. Et lorsque l'on mérite de surmonter totalement l'épreuve et de briser nos empêchements, pour accomplir ce que l'on doit accomplir, alors ce qui nous a découragé se transforme en notre allié, et les empêchements eux-même

deviennent une aide précieuse et s'inscrivent dans les Hauteurs Célestes du côté de la Sainteté !

- L'essentiel dont tout le Judaïsme dépend, c'est demander, prier, et rechercher après le Rabbi authentique et l'ami authentique qui nous montreraient et nous enseigneraient les voies et les conseils véritables, les conseils profonds, comment se rapprocher de Dieu bénit soit-Il en toutes situations et en tous moments.

6) LA PURETE

- C'est l'humilité qui amène à la Sainteté. Or l'essentiel de la Sainteté réside au foyer ; et il n'y a pas de Chalom sans Sainteté, et inversement !

Rabbi Na'hman insista beaucoup sur le devoir d'honorer et d'aider nos épouses, qui endurent déjà les souffrances de l'enfantement, élèvent les enfants, et s'occupent de tous les besoins de la maison. La Guémara enseigne : " Honorez vos épouses afin que vous vous enrichissiez ! ", car " Le Saint bénit soit-Il n'a pas trouvé de réceptacle à la Bénédiction pour Israël, si ce n'est le Chalom ! "

- Rabbi Na'hman déclara qu'en ce qui concerne la réparation pour la pollution, Dieu préserve : « *La première chose : Mikvé !* »

L'immersion dans les eaux limpides du Mikveh sauve de toutes les détresses, renouvelle l'homme et le purifie.

- Pour tout ce qui lui est advenu dans les domaines de la pensées et de la vision non conformes à la Volonté de Dieu, sciemment ou non, volontairement ou non : il doit se tenir en Hitbodédouth devant le Saint bénit soit-Il et tout Lui raconter et Lui avouer, se répandre en prières et en pleurs, épancher son coeur et demander à Dieu de l'aider à se sanctifier véritablement ...

- Ne nous décourageons pas de vouloir atteindre cet idéal de pureté qui semble si peu d'actualité dans notre monde contemporain. Chaque effort pour y parvenir, même minime, est un trésor aux yeux de l'Eternel. Un pari ambitieux, pourtant à la portée de chacun dès lors que l'on s'attache à suivre le conseil de Rabbi Na'hman : le Tikoun-Haklali, la récitation des dix Téhilim, qui contient à lui seul la notion de réparation dans la joie, grâce aux Dix Sortes de Mélodies, émanation du Chant Nouveau qui retentira dans le Futur, le Chant " Simple - Double - Triple - Quadruple ", par lequel le Livre des Téhilim a été composé.

- La Promesse : Rabbi Na'hman prit à témoins Rabbi Aharon et Rabbi Naftali, deux de ses plus grands disciples et déclara :

<< Même lorsque mes jours seront remplis, après que je quitterai ce monde, celui qui viendra sur ma Tombe, récitera là-bas ces dix Téhilim et donnera une pièce de Tsédaka pour moi (à la mémoire de son âme pure), même si ses fautes et ses péchés sont très très graves et innombrables, Dieu préserve, alors je déploierais mes forces en long et en large pour le sauver et le réparer ! >> Et il est certain qu'il sauvera cet homme ! Il dit en ces termes :

<< Je m'étendrais en long et en large en sa faveur, je le saisirai par les Péoth pour le sortir du plus profond des enfers ! Qu'il soit comme il soit, qu'il ait transgressé ce qu'il a transgressé. Mais à la condition qu'il prenne sur lui à partir de maintenant de ne plus récidiver ! >>

<< Je suis très ferme dans tous mes propos ; mais en ceci je suis encore plus formel : ces dix Téhilim sont extrêmement efficaces ! Voici ces dix Téhilim :

16 - 32 - 41 - 42 - 59 - 77 - 90 - 105 - 137 - 150 .

Ils les réciteront dans l'ordre, tel qu'ils sont écrits dans le Livre des Téhilim. Ceci est le Tikoun-Haklali (la Réparation Générale et Totale). Car chaque transgression à sa réparation spécifique, mais cette Réparation est Générale ! >>

(En effet, le Tikoun-Haklali répare non seulement la souillure de l'Alliance, mais aussi toutes les autres fautes, puisqu'elle en est la source.)

7) LA PENSEE

- L'épreuve essentielle de l'homme dans ce Monde est l'immoralité, et son Tikoun consiste à briser cette tentation : c'est-à-dire essentiellement à rendre sa pensée parfaitement pure.

- C'est pourquoi on doit faire extrêmement attention de se préserver des fantasmes et des pensées malsaines, qui sont "Avi Avoth HaToumah" (la Source de l'Impureté), car cette souillure entache l'âme à un niveau incommensurable dont on ne peut même pas s'imaginer.

Ainsi lorsqu'il lui vient des fantasmes et des pensées malsaines, et qu'il brise sa tentation en en détournant son esprit, cela constitue l'essentiel de sa Téchouvah : la Téchouvah véritable, "mesure pour mesure", par laquelle on fait sortir les étincelles tombées dans l'Ecorce du Mal, et l'on répare la souillure de l'Alliance.

- Dans le "Séfer-Hamidoth" (Niouf,10), Rabbi Na'hman nous livre :

" Ne rentre pas en discussion avec tes tentations ! Car la réflexion, même si elle est destinée à s'y opposer, concourt à renforcer le désir, et à renverser la volonté de la personne en faveur de ce désir " .

Ainsi lorsque se présente un fantasme, une pensée malsaine, il faut penser à autre chose : Torah, affaires, ..., et ne plus du tout s'en occuper. Car le principe, c'est qu'il est absolument impossible d'avoir deux pensées différentes au même moment.

La pensée est entre les mains de l'homme, selon sa volonté.

Et lorsqu'elle a tendance à s'évader, il suffit de la ramener là où il faut.

- La pensée est la source de tout. Lorsque la fille de Rabbi Na'hman fut malade, il lui persuada : « *Pense que tu vas très très bien ; la pensée a un grand pouvoir. Lorsque tu t'efforceras de penser que tu vas bien, la situation s'améliorera effectivement !* »

8) TEFILAH : LA PRIERE

" Tout mon effort est la prière " déclara Rabbi Na'hman. C'est dire l'importance de cet acte sacré au regard de Dieu !

Hitbodédouth

- C'est le niveau suprême de la prière. C'est le conseil ou précepte qui inclut et surpasse tous les autres, pour tout, et dans tous les domaines ; la " voie nouvelle merveilleuse et pourtant ancestrale " que Rabbi Na'hman mit à notre disposition pour nous permettre d'annuler de nous, tous vices et tentations (immoralité, argent, nourriture, honneurs, ...), combler tous nos manques, matériels et spirituels, et accomplir une Téchouvah authentique.

- Hitbodédouth, c'est s'isoler, pour épancher son coeur en conversant et en priant devant le Saint béni soit-Il, dans sa langue maternelle, afin que Dieu l'aide à le rapprocher de Lui véritablement, s'en remettre verbalement à Lui, quotidiennement, implorer l'aide du Seul à nous connaître parfaitement de l'intérieur. Et si la timidité ou la peur nous paralysent, commençons par ne prononcer que ces deux mots : " Mon Dieu ! " ; le temps, la persévérance, et la sincérité aideront bientôt à formuler le reste de nos douleurs, de nos tourments, et de nos désirs.

- Rabbi Na'hman nous a affirmé que le seul moyen de se préserver du Mauvais Penchant et ne pas se faire attraper dans ses filets tendus, Dieu préserve, se trouve dans le dialogue avec son Créateur, la Hitbodédouth, raconter tout ce que l'on endure, lui demander de nous rapprocher de Son Service. Pourtant, même lorsque nous avons déjà trébuché, n'ayons de cesse de crier et supplier Dieu. Ainsi, à coup sûr, mériterons-nous de nous relever de notre chute. S'adresser à Dieu est très profitable pour tout. Sans prière, nous sommes tels des animaux qui reçoivent tous leurs besoins du Créateur, comme si cela était naturel. Nous pouvons en arriver à nous trouver dans l'impossibilité de pouvoir s'exprimer. Mais chaque parole qu'un homme, au plus fort de sa tourmente arrache, est très chère aux yeux de son Créateur, ne serait-ce que : " Maître du

Monde ! " Lorsque nous sommes très loin de la sainteté, nos cœurs fermés, dans l'impossibilité d'exprimer un seul mot par notre bouche, il nous est indispensable de rechercher en nous-mêmes les étincelles de bien qui subsistent encore. C'est alors que nos paroles jailliront et notre cœur s'épanchera en présence de l'Eternel !

- Il suffit de nous réserver une heure ou plus afin de nous isoler dans un endroit intime, ou de préférence un champ, une forêt, un chemin solitaire qui n'a pas été foulé d'autre présence humaine, et en particulier la nuit, après 'Hatsoth, moment propice entre tous, et de déverser nos paroles devant le Saint béni soit-Il, en argumentant à l'aide de propos gracieux, apaisants et conciliants, pour Le supplier de nous rapprocher de Lui et de Le servir véritablement. Nous devons nous confier complètement, confesser nos fautes, exprimer nos regrets, notre repentir sur le passé. Soyons assidus chaque jour à fixer cette heure, le cœur brisé, et restons joyeux le reste du temps ... Nous devons parler d'un cœur sincère lors de notre Hitbodedouth, de la récitation des Tehilim ou de supplications. Rabbi Na'hman a dit qu'une hitbodedouth atteint sa perfection lorsqu'en déversant nos paroles, notre âme s'apprête à partir, jusqu'à être sur le point d'expirer, Dieu préserve, par la profonde peine, le désir ardent, et les languissements que nous portons à Dieu, l'âme ne se retenant au corps que d'un cheveu. De la même manière que l'on s'adresse à son Maître, à son père, ou à son ami, Il faut essayer de convaincre Dieu, si l'on peut s'exprimer ainsi. Il peut nous sembler qu'il ne nous désire pas, du fait de nos si nombreuses souillures passées et de notre conduite présente qui n'est pas digne de Sa volonté. Néanmoins, reprenons courage et tendons nos mains vers Lui : " car malgré tout je veux être un Juif ! " C'est ainsi qu'il faut tenter de le " vaincre ", si l'on peut dire. Par la joie que nous lui procurons en adoptant ce comportement, il nous envoie des paroles dans notre bouche pour nous permettre de le conquérir. Car sinon, il est évident qu'un être de chair et de sang en est incapable sans Son aide!

- Rabbi Nathan, dans une lettre adressée à son fils, écrit : " Mon fils, suis bien ce chemin. Parle à haute voix, confie tes aspirations de sainteté chaque jour et efforce-toi de t'y habituer. Sois convaincu que toutes tes paroles, quelles qu'elles soient, sont considérablement prisées par ton Créateur. Dans sa miséricorde, il désire et languit ta prière. Car tous les actes remplis de crainte pour servir Dieu

dans les Mondes Supérieurs ne représentent pas grande valeur devant une seule parole, une seule prière, prononcée par un homme vivant dans ce bas monde ! "

- Le plus haut niveau de Hitbodédouth consiste dans la transformation de l'étude de la Torah en Prière ! Ainsi lorsque nous étudions un enseignement du Tsadik, il nous faut supplier Dieu : " Quand arriverais-je à mettre en œuvre tout cela ? " Il est nécessaire de réclamer par nos prières, de pouvoir réaliser dans la pratique ce qui est inscrit dans notre étude. Si nous le désirons réellement, Dieu nous conduira dans la voie de la vérité, et nous réussirons à comprendre une chose à l'intérieur d'une autre, la manière de nous en servir et de l'utiliser pour que nos gracieuses paroles et notre argumentation soient en concordance avec la volonté de notre Créateur. C'est ce qui procure dans les Hauteurs un plaisir immense !

- Rabbi Na'hman conseillait de débiter par cette phrase :

« Mon Dieu ! Je vais commencer aujourd'hui à m'attacher à Toi, à Te servir ! »

Il conseillait de prier simplement, ainsi, comme un enfant devant son Père :

*« Maître du Monde ! Aie pitié de moi ! Prends-moi en miséricorde !
Qu'advient-il de moi ? Ai-je été créé pour ce que j'ai fait jusqu'à
présent?... »*

Tikoun-'Hatsoth, la prière de minuit

- *" Levez-vous dans la nuit, il y aura de la lumière dans votre vie ! "*

C'est à la récitation du Tikoun-'Hatsot que cette citation fait allusion, et au pouvoir de la prière personnelle, Hitbodédouth, en ce moment propice. En choisissant de briser son sommeil, domaine de l'impureté, pour s'adresser à l'Eternel, l'homme est en effet le plus à même de parvenir à la réparation.

- Rabbi Na'hman nous mit en garde que l'essentiel du Judaïsme, c'est se lever à 'Hatsoth, "la mi-nuit" : six heures de montre après le début de la nuit, (en été, en Europe, où les nuits comportent moins de six heures, on devra se lever avant l'Aube), pour se consacrer à ce moment-là à la Torah, la Prière, et la Hitbodédouth.

Dans le Tikoun-'Hatsoth, on devra pleurer sur la destruction du Saint Temple et l'exil de la Chékhina, sur la grandeur de nos fautes et la perte des Tsadikim ...

Téhilim

- Il nous est vivement recommandé de réciter les Téhilim en s'efforçant de nous retrouver nous-mêmes à travers les versets :

chaque faute et chaque défaut dont parle les Téhilim nous concernent personnellement ; mais aussi chaque qualité, car il faut apprendre non seulement à se juger soi-même et à avouer ses fautes et ses défauts, mais il faut aussi apprendre à se juger soi-même du bon côté, c'est-à-dire à trouver l'étincelle de Bien qu'il y a en nous-même, et comprendre que chaque qualité dont parlent les Téhilim concerne cette étincelle !

- Le fondement du Livre des Téhilim ne repose que sur le principe de la lutte engagée contre le Mauvais Penchant. Il s'adresse à tout homme, lui donnant les moyens de remporter la victoire sur le Mal et ses armées, et lui ouvrant les portes de la Téchouvah !

Likoutey-Téfiloth : le Livre des prières de Rabbi Nathan

- Les prières composées par Rabbi Nathan sont plus élevées que le niveau du Roua'h-Hakodech (l'Esprit-Saint), car elles proviennent de la Cinquantième Porte de la Sainteté, par la transformation et l'élévation en prières de " la Torah de l'Ancien ", le Likoutey-Moharan de Rabbi Na'hman, en Hitbodédouth. Ces prières couvrent tous les domaines de l'existence, et sont incontournables pour notre Téchouvah !

9) L'ETUDE DE LA TORAH

- Malgré l'étendue des domaines de la Torah, c'est la Halakha que le Tsadik place sur chacun de tout Israël d'étudier chaque jour : l'apprentissage des lois du Choul'han-'Aroukh et des grands décisionnaires qui gèrent notre vie au quotidien conduit en effet à la paix et à la sainte pureté.

Suivent ensuite le Talmud, les Midrashim, le Zohar, et tous les autres écrits sacrés.

- L'étude (ou la simple lecture) du Saint Zohar nous apporte l'envie et l'aspiration pour étudier toute la Torah.

- On doit fixer un temps pour l'étude. Et s'il est dépassé par ses occupations, il devra leur "voler" de leur temps pour se consacrer à la Torah !

- L'accès au repentir parfait passe par l'étude des écrits du Tsadik : Rabbi Na'hman nous enjoignit d'acquérir son livre, le Likoutey-Moharan, quitte, pour cela, à vendre tous les autres livres saints.

- A l'un de ses plus grands disciples, il lui reprocha de ne pas étudier son livre en profondeur. Il lui indiqua de s'y consacrer jusqu'à y trouver une objection, puis de recommencer jusqu'à y trouver la réponse !

- Il est extrêmement important de trouver des 'Hidouchim (des nouveautés) dans notre étude de la Torah, et en particulier dans les écrits du Tsadik. Par contre, il est absolument interdit d'en déduire une loi nouvelle ...

- *" La Torah est infiniment puissante ! Elle arrachera le pécheur aux pires de ses dépravations ! "*

- *" Le monde ne m'a pas encore goûté : s'ils entendaient un seul de mes enseignements avec le chant et la danse qui l'accompagne, ils tomberaient en extase ! "*

- Dans l'étude, Rabbi Na'hman recommanda de passer rapidement les sujets, de ne pas s'embrouiller l'esprit dans des précisions ni de buter sur les incompréhensions, mais d'étudier rapidement, de lire en prononçant simplement, et de comprendre chaque sujet avec simplicité, sans revoir tout de suite après le sujet mais de terminer le livre du début à la fin et ensuite de le recommencer : les sujets s'éclairciront d'eux-même au fil des lectures. Et cette méthode de l'étude de la Torah est fondée et certaine !

10) LA TERRE D'ISRAËL

- C'est en Terre d'Israël que le message de Rabbi Na'hman se fait le mieux entendre !
- C'est en Israël que l'on peut être baigné par les "Makifim" de Sainteté, qui sont les "Halos d'émanation de la Sagesse Divine", et correspondent aux stratagèmes envoyés par le Tsadik pour nous guider dans notre quête de la Téchouvah véritable et ne plus tomber dans ce sommeil spirituel, véritable exil dont nous sortirons définitivement grâce à nos languissements pour la reconstruction du Saint Temple sur la Colline de Jérusalem ...
- Lorsque Rabbi Na'hman enseigna (Likoutey-Moharan,20) : *« Il est impossible, pour celui qui veut être un véritable juif, de le devenir sans la Sainteté de la Terre d'Israël »* ; Rabbi Nathan lui demanda de quel concept il s'agissait. Il lui répondit : *« Tout simplement ! Je veux parler de cette Terre d'Israël avec ses maisons et ses pierres ! »*
- Mais on ne peut atteindre la véritable dimension d'Erets-Israël que par l'intermédiaire de souffrances : ce sont les mécréants qui propagent des diffamations sur la Terre d'Israël et empêchent ainsi d'y monter par leur découragements !

On pourra vaincre ces souffrances par la Torah que l'on apprend du Tsadik, lorsqu'on se rapproche de lui.

Et on doit implorer D. bénit soit-Il de ressentir un désir ardent et des languissements pour la Terre d'Israël, jusqu'à mériter de s'y rendre ; grâce à quoi une grande source de revenu lui sera envoyé ...

11) LE CHABBATH

- Pendant toute la semaine, il faut espérer et se languir du Chabbath, pour en ressentir ne serait-ce qu'une étincelle de sa Sainteté ; en diminuant pendant la

semaine, les envies et les tentations pour le matériel, comme la nourriture et la boisson (les gens pieux avaient l'habitude de jeûner chaque vendredi ; fuir l'alcool ; ...), ou bien le sommeil (se lever à 'Hatsoth ; ...), et dans tous les autres domaines ...

Car la Sainteté du Chabbath correspond à la nourriture de l'âme, en opposition aux besoins du corps, qui épaississent le côté matériel de la personne au détriment de l'éclat de son âme.

- Il faut sans cesse "se souvenir du Chabbath" (Zakhor èth Yom-HaChabbath), et se préparer à le recevoir, car ce jour-là qui est appelé "le Monde des âmes", même les besoins du corps sont enveloppés de Sainteté, et on peut alors mériter que se réveillent en nous les élans de Téchouvah Véritable, qui correspondent aux stratagèmes que le Tsadik nous révèle, lui-même étant " Émanation du Chabbath ". Grâce à lui, nous pouvons recevoir la Sainteté du Chabbath, c'est-à-dire recevoir notre Panim, notre " Face ", comme l'on chante à l'Entrée du Chabbath : " Péné Chabbath nékabéla ", la Face du Chabbath, recevons-La !

- Rabbi Na'hman nous mit en garde d'être toujours joyeux le Chabbath :

« Le plus important, c'est la Joie ! »

Lorsque Rabbénou demanda à Rabbi Nathan d'être joyeux le Chabbath, il lui répondit :

« Je souhaite au moins être empli de joie le Chabbath ! »

- La Crainte, la Piété, ne peut être élevée que grâce à la joie du Chabbath : toutes les Mitsvoth, la Torah, et les prières que l'on accomplit en semaine, n'ont la force de s'élever et de se présenter devant Dieu que le Chabbath, car alors l'Éternel s'en délecte.

Ceci est réalisé grâce au "manger du Chabbath" qui est non seulement l'essentiel du Kavod-Chabbath (l'Honneur du Chabbath), mais est en soi le 'Oneg-Chabbath (le délice du Chabbath). Le Mal n'y a aucune emprise. Grâce à lui, la colère est vaincue, et il retrouve ainsi sa Sagesse : " l'Image de Dieu " qui éclaire sa Face. C'est une réparation à la profanation du Chabbath. Et les six jours de la semaine en reçoivent la bénédiction ...

- Rabbi Na'hman insiste pour que nous chantions beaucoup les Chants du Chabbath, en toute simplicité. C'était là son habitude ! Car il aime beaucoup les actes simples des gens dans leur Service Divin !

- Nos Sages ont dit : " Si Israël observaient deux Chabbath (consécutivement), ils seraient délivrés immédiatement ! " .

Et dans Midrach-Rabba : " Si Israël observait un Chabbath comme il convient, le Fils de David (le Machia'h) viendrait immédiatement ! "

12) LA NOURRITURE

- Dans les premières générations, les gens pieux effectuaient de nombreux jeûnes pour briser leurs tentations et s'élever dans la Sainteté.

Mais depuis l'époque du Saint Baal-Chem-Tov et de Rabbi Na'hman de Breslev, les générations, trop affaiblies, sont dispensées du jeûne. (On parle évidemment des jeûnes particuliers, et non des jeûnes publics obligatoires.)

Mais ils doivent lutter contre leurs tentations pour diminuer le manger et la boisson, et en particulier la boisson du vin et de l'alcool.

- Même lors des Chabbath et des Fêtes, y compris Sim'hath-Torah, Rabbi Na'hman (et ses disciples à sa suite, Rabbi Nathan en tête) nous met en garde de faire extrêmement attention de ne pas boire d'alcool, si ce n'est très, très peu. (Excepté à Pourim, où c'est une Mitsvah de s'enivrer ; selon les conditions du Choul'han-'Aroukh...)

Car la fausse joie engendrée alors amène à l'hérésie !

13) LA TOMBE DU TSADIK - ROCH-HACHANA

- L'attachement au Tsadik est l'essentiel de tout ! Car la perfection de la réparation et de l'expiation de la souillure de l'Alliance, qui concerne tout Israël, dépend du Tsadik appelé " Fondement du Monde ", et ceci, spécifiquement après sa disparition.

C'est lors de leur disparition que s'achève d'une façon absolument parfaite une telle réparation.

- La réparation de ces âmes qui sont tellement tombées n'est seulement possible qu'à cette condition, car le Tsadik est plus grand après sa disparition que de son vivant :

il ne cesse de s'élever, créant un Yi'houd (une Unification mystique) entre ce Monde-ci et le Monde Suprême, attirant et relevant avec lui toutes les âmes déchues, en particulier de ceux présents sur sa Tombe, dont leur âme s'inclut alors dans celle du Tsadik. C'est l'Attachement véritable !

- C'est le sens de la Hilloula de Rabbi Chim'on Bar Yo'haï le jour du Lag-Ba'Omer, date anniversaire de sa disparition ; car ce jour-là, le Tsadik s'élève dans une Union Suprême avec les Cieux, (Hilloula signifie " Fiançailles "), amenant avec lui tous ceux qui désirent la Téchouvah, ce qui procure une Sim'ha, une joie, immense au Saint béni soit-Il, si l'on peut s'exprimer ainsi.

- Ainsi Rabbi Na'hman dévoila qu'il désirait que nous allions tout le temps sur sa Tombe pour réciter des Téhilim, étudier, et multiplier les prières et les suppliques ; car il écoute à coup sûr les paroles de chacun et lui apporte aide et délivrance.

Et en particulier à Roch-Hachana, Jour du Jugement de la Création ...

Roch-Hachana

- C'est à Roch-Hachana qu'a été créé Adam, le Premier-Homme, qui est l'élément fondamental de la Création. Ce même jour, Adam trébucha dans le péché en mangeant du " Fruit de l'Arbre de la Connaissance ", s'étant montré faible et fait trompé par la subtilité et la ruse très grande du Serpent Originel.

Et c'est à Roch-Hachana que Dieu prit en pitié Adam, qui venait de fauter, et l'aida à commencer sa Téchouvah.

- Roch-Hachana, premier jour de l'année juive, date de la création de l'homme, est le jour où la Création entière passe en jugement devant D. béni soit-Il.

Et comme dans tout jugement, notre défense par un avocat est indispensable.

Il existe vingt-quatre sortes de " Pidion " (Rachat-Libération), nécessaires pour les vingt-quatre Tribunaux Célestes existants.

Mais il n'existe qu'un seul grand avocat dans chaque génération qui connaisse tous les vingt-quatre sortes de Pidion pour adoucir les sentences dans tous les vingt-quatre Tribunaux Célestes : c'est le Tsadik de la génération du niveau de Moché. C'est lui le grand médecin capable de guérir totalement nos âmes de nos fautes et nos souillures, en remontant à la racine du mal pour l'anéantir : " car D. décrète, mais le Tsadik annule Ses décrets ; alors que le Tsadik parle et le Saint bénit soit-Il accomplit ses décrets, si l'on peut s'exprimer ainsi ". Ainsi qu'il est dit : " D. comble les désirs de ceux qui le craignent ".

- A Roch-Hachana, trois Livres sont ouverts : un pour les Tsadikim ; un pour les Récha'im (les mauvais) ; et un pour les Bénonim (ceux qui se tiennent entre les deux premières catégories).

Les Tsadikim parfaits sont inscrits directement et immédiatement dans le premier Livre : " Pour la Vie " (la Vie éternelle du Monde-Futur) ; mais aussi tout celui qui s'attache véritablement au Tsadik de la génération, même s'il n'est pas lui-même encore un tsadik !

On comprend pourquoi c'est à la veille de Roch-Hachana qu'il faut aller se recueillir sur la tombe du plus grand Tsaddik.

- Ainsi, Rabbi Na'hman nous dévoila que toute son essence, le plus important de tout, c'est " son Roch-Hachana " : être avec lui à Roch-Hachana, surtout après sa disparition. Il s'exclama :

« Que vous dire ? Il n'y a rien de plus grand que cela ! »

- Rabbi Na'hman déclara qu'il accomplit alors des "réparations difficiles" chez ceux présents, que même lui ne peut faire le reste de l'année :

« Seulement que vous soyez avec moi à Roch-Hachana ! »

- En fait, il faut se rendre chez le Tsadik Véritable à Roch-Hachana pour réparer totalement la souillure de l'Alliance, car le "véritable Roch-Hachana" a le pouvoir de nous ramener toutes nos pertes : se rendre sur la Tombe du Tsadik rétablit l'Attachement, le lien intime, entre son âme et la notre.

Et celui qui mérite d'être avec lui à Roch-Hachana peut se réjouir vraiment beaucoup !

14) LA DIFFUSION

- Rapprocher les gens de la Torah représente l'œuvre sacrée par excellence. Quel que soit le niveau atteint, et quel que soit le temps passé pour l'atteindre, d'un rapprochement sincère et progressif, dans la patience et la persévérance.
- *" Je veux que les disciples fassent des disciples et que ces derniers fassent à leur tour des disciples ! "*
- *" Ne soyez pas comme des arbres secs qui ne donnent pas de fruits ! "*
- *" Il n'y a pas de mots pour décrire la valeur de celui qui fait connaître les Livres Saints ! "*
- Le dernier jour de sa vie, Rabbi Nathan déclara en guise de testament : « vous devez rester unis dans une profonde amitié ... Aujourd'hui circulent tellement de milliers de livres hérétiques, et pourtant j'ai foi qu'une seule page des livres de Rabénou effacera tout cela ... C'est pourquoi je demande que votre préoccupation essentielle soit l'impression des livres afin que soit accomplie la parole " Tes sources se répandront à l'extérieur ". Soyez fort dans l'argent, la volonté, et la fatigue ... ! »
- Rabbi Israël Ber Odesser déclara que la diffusion des livres de Rabbi Na'hman était " le principe essentiel de tous les principes " !

Génération Breslev

Na Nah Nahma Nahman Meouman

breslevgeneration@gmail.com France : 01.77.47.64.21/Israël : 058.718.54.93