# GRAINES DE sagesse

*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*

# PRÉFACE

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

*Il ne parle pas de sa sensitivité, 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*

• Section 1 •

# NOURRIR L'ESPRIT HUMAIN

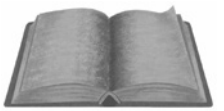

La bougie 22
Prières affamées 24
Une bonne raison de n'être pas satisfait 25
Le dilemme du survivant 26
Vision dans un tunnel 27
Grandir 28
Les clés du changement 29
Titre de noblesse 30
La passion du Prix Nobel 31
Comment changer d'orientation 32
Un compliment coûteux 33
Déterminer votre destin 34
Une dose d'altruisme 35
Fraternité 36
Aimer son travail 37
Le défi de l'anniversaire 38
A propos de donner 39
De grands projets 40
Prendre des décisions 41
Une mission difficile 42
Vivre à plein temps 43
Le plus grand cadeau 44
Fatigué mais testé 46

• Section 2 •

## L'ART D'ÊTRE PARENT


Une approche disciplinée 48
La danse des professeurs 49
Effets visuels 50
Avancer 51
Le plus haut diplôme 52
Discipline 54
Les mêmes standards 55
La plus grande bénédiction 56
Leçon de foi 57
Une Bar Mitsva qui a du sens 58
Pas d'excuses 59
Science des fusées 60
Une position enviable 62


• Section 3 •



## CONNAISSANCES ET ÉTUDE


Aller à la source 66
Instructions en vol 68
Une bonne école 70
Une définition du Mazal 71
En clair 72
Rapport qualité-prix 74
Rechercher le top 75
Définition des Mitsvot 76
Un homme de lettres 78
Ouverture d'esprit 80
S'occuper de sa vigne 81
Un emploi du temps pour la vie 82
Qualités pour enseigner 83
Le vrai visage de Maïmonide 84
Des ponts pour la tradition 85

• Section 4 •

## AMOUR ET RELATIONS


A la recherche du conjoint parfait 88
Une leçon d'amour 89
Le plus important d'abord 90
Un amour croissant 91
L'heure du thé 92
Une vision de l'amour 93
Donner et croître 94
Vraiment se préoccuper 96
Peine d'amour 98
La façon correcte de célébrer 99
Le prix de l'amitié 100
Aimer ou apprendre 101
L'ascendance de la start-up 102




• Section 5 •

## FOI ET PRIÈRE


Définition du « pratiquant » 106
Etincelle divine 107
Une leçon de médecine 108
Recette spirituelle 110
Sagesse éternelle 111
Petits pas dans la bonne direction 112
Faire la Aliya 114
Voyage intérieur 115
La prière d'un enfant 116
La nourriture de l'âme 117
Effet collatéral 118
Une prière effective 120
Commencez par vous même 121
Confiance en D.ieu 122
La vision du monde 'Hassidique 124
Une Mitsva avec sensitivité 125
Un exemple vivant 126
Le secret des Juifs américains 128

• Section 6 •

## LEADERSHIP JUIF


Les règles du désengagement 132
Définition de l'extraordinaire 133
Une noble diversion 134
Entretenir le feu 136
Macro-autorité 137
Un conseiller de vie 138
Une leçon de leadership 139
Une marque de fabrique juive 140
Règle d'or 141
La voie longue et courte 142
Un investissement intelligent 144
Une révolution morale 145
Premières impressions 146
Comptes équilibrés 148
Une croissance exponentielle 149




• Section 6 (suite) •

## LEADERSHIP JUIF


Centré sur les autres 150
Un cadeau bien réfléchi 152
Un appel à l'action 154
Un engagement pour la vie 155
Gagner la course 156
Où habiter ? 158
Une équation spirituelle 159
Le meilleur voisinage 160
Correspondre à la position 162
E Pluribus Unum : de plusieurs, faire un 163
Changer de mission 164
Le statut du représentant 165
Premiers secours 166
Répercussions concentriques 168
Vraiment peu orthodoxe 169
En avant pour votrer mission 170

# *Nourrir l'esprit humain*

# LA BOUGIE

Tard dans la nuit, au bout de deux heures d'audience avec le Rabbi, le diplomate israélien Yehouda Avner lui demanda :

- Rabbi ! Que cherchez-vous à accomplir ?
- Yehouda, répondit le Rabbi à Avner, regardez ici, sur l'étagère : que voyez-vous ?
- Une bougie.
- Non, ce n'est pas une bougie ; ce n'est qu'une masse de cire avec une ficelle au milieu. Quand cette masse de cire deviendra-t-elle une bougie ? Quand vous approchez une flamme de la mèche.

Le Rabbi haussa le ton et continua sur le ton chantant de l'étude du Talmud : « La cire, c'est le corps de l'être humain, la mèche c'est l'âme. La flamme, c'est le feu de la Torah. Quand l'âme est allumée avec la flamme de la Torah, c'est alors que l'être humain devient une bougie, accomplissant le but pour lequel il a été créé.



C'est ce que je tente d'effectuer – aider chaque homme et chaque femme à accomplir le but pour lequel ils ont été créés ».

Une heure plus tard, alors que le soleil allait se lever et que la rencontre allait s'achever, Avner demanda :

- Alors, le Rabbi a-t-il allumé ma bougie ?
- Non, répondit le Rabbi calmement. « Je vous ai tendu l'allumette. Seul vous pouvez allumer votre bougie ».

***Aider quelqu'un,***
***c'est le faire se tenir sur ses jambes***
***Et non sur vos épaules.***

# PRIÈRES AFFAMÉES

- Dites-moi, demanda un jour le Rabbi à quelqu'un qui posait des questions sur la foi, priez-vous chaque matin ?
- Oui, répondit l'homme, mais très rapidement.
- Et pourquoi cela ? continua le Rabbi.
- Parce que, quand je me réveille le matin, je me sens très faible et de mauvaise humeur ! répondit l'homme. On m'a enseigné que la loi juive interdit de manger avant la prière, donc quand je prie dès le début de la matinée, je ne suis pas très en forme.
- D'après ce que je constate, observa gentiment le Rabbi, vous devez manger dès que vous vous réveillez le matin. Et dans votre état de santé, vous pouvez même prendre un petit déjeuner vraiment consistant s'il le faut.

Le Rabbi Tséma'h Tsédek a expliqué un jour à quelqu'un dans une situation similaire : « Il vaut mieux manger afin de prier plutôt que prier afin de manger »[1].

***Quoi que vous fassiez, soyez pleinement impliqué dans ce que vous faites.***



# UNE BONNE RAISON DE N'ÊTRE PAS SATISFAIT

Yits'hak Rabin, le regretté Premier Ministre d'Israël, entra en Ye'hidout (entrevue privée) avec le Rabbi :

- Comment allez-vous ? lui demanda chaleureusement le Rabbi.
- Je ne peux pas me plaindre, répondit celui qui allait devenir Premier Ministre. La vie est belle.
- Il est vrai, remarqua le Rabbi, que nos Sages enseignent : « Qui est riche ? Celui qui est content de son sort ». Mais ceci ne concerne que la richesse matérielle.

« Quand il s'agit du spirituel, cependant, continua le Rabbi, on ne doit jamais être content de sa situation. Peu importe combien on a accompli, on doit toujours aspirer à davantage demain ».

***Se plaindre de sa situation matérielle est un vice***
***Se plaindre de sa situation spirituelle est une vertu.***

## LE DILEMME DU SURVIVANT

Un homme qui avait survécu à la Shoah se rendit auprès du Rabbi :

- Je ne peux cesser de vivre dans le passé, confia-t-il. Une ombre noire menace constamment ma vie et je ne peux m'empêcher de considérer la vie à travers le prisme de mon passé si traumatisant.
- Avez-vous déjà parlé de ce que vous avez vécu ? demanda délicatement le Rabbi.
- Non ! C'est trop difficile, trop douloureux.
- Alors je propose que vous écriviez vos mémoires, conseilla le Rabbi. Et écrivez-les vous-même – sans l'aide d'un « nègre » qui écrirait à votre place.

***Pour tourner une nouvelle page,***

***il est peut-être nécessaire d'achever le chapitre précédent.***



## VISION DANS UN TUNNEL

Quelqu'un qui avait décidé de changer de métier demanda au Rabbi conseils et bénédiction.

Après lui avoir conseillé comment s'acclimater à son nouvel environnement, le Rabbi suggéra :

- Les trois ou six premiers mois, ne vous demandez pas où tout cela vous mène car vous n'aurez pas de réponse. Vous ne pouvez pas toujours évaluer votre réussite sur le moment.

***Se remettre constamment en question risque de ralentir la croissance.***

# GRANDIR

N'ayant pas l'assurance nécessaire pour entrer tout seul en *Ye'hidout* avec le Rabbi, un étudiant de *Yechiva* âgé de 14 ans emmena son père avec lui.

- Pourquoi avez-vous amené votre père ? demanda gentiment le Rabbi. Il est temps que vous deveniez vous-même. Vous avez la capacité de vous assumer tout seul !

Par la suite, chaque fois que le père posait une question à la place de son fils, le Rabbi répondait :

- Laissez votre fils venir et poser lui-même la question. Il doit apprendre à s'assumer !

***Vous ne pouvez pas progresser si quelqu'un d'autre vous porte.***



# LES CLÉS DU CHANGEMENT

Un jeune homme qui se débattait avec de mauvaises habitudes demanda conseil au Rabbi. Il avait bien tenté de modifier sa conduite mais se rendait compte que sa décision était trop souvent vaincue par ses tendances profondes si bien ancrées en lui.

- Comment puis-je parvenir à changer pour de bon ? supplia-t-il.
- La clé pour changer vraiment, répondit le Rabbi, c'est de décider au plus profond de votre cœur que cette conduite ne reflète pas vraiment qui vous êtes.

  Mais le premier pas pour vous débarrasser d'une habitude, c'est d'éviter de vous mettre dans la situation qui la provoque à la base.

***« Ce n'est pas la souris qui vole. C'est le trou par lequel elle s'infiltre qui est responsable du vol »*** *(Talmud)* [2]

## TITRE DE NOBLESSE

Le couple de philanthropes, Comte et Comtesse Maklouf Elkaïm n'osaient pas trop faire état de ce titre de noblesse hérité, estimant que cela pourrait paraitre prétentieux.

Lors d'une audience privée, le Rabbi évoqua le sujet : « Puisque la Providence Divine vous a gratifiés de ce titre prestigieux, n'hésitez pas à le faire valoir quand il s'agit d'ouvrir des portes pour les besoins de la communauté juive. Les gens vous prendront plus au sérieux quand vous vous présenterez comme « Comte et Comtesse ». D'autres gens utilisent peut-être leurs titres dans des buts égoïstes mais vous, en tant que Juifs, vous devez utiliser ce privilège unique pour avoir une influence sur les gens que vous rencontrez ».

***Utilisée à bon escient***
***la vanité peut produire des qualités.***



## LA PASSION DU PRIX NOBEL

Un étudiant bien avancé dans ses études discuta avec le Rabbi de sa carrière académique. Durant la conversation, le Rabbi lui confia une anecdote :

« Quand j'étais étudiant à l'université de Berlin, j'allais à un cours introductif donné par un professeur qui avait reçu un Prix Nobel des années auparavant. Au début je ne comprenais pas pourquoi un si éminent professeur s'occupait des étudiants en année préparatoire ! »

Puis le Rabbi sourit :

« C'est alors qu'on m'informa que les professeurs à l'université étaient payés en fonction du nombre d'étudiants qui fréquentaient leurs cours ! Bien évidemment, comme il y avait beaucoup plus d'étudiants dans les cours préparatoires que dans les cours plus avancés, il choisit d'enseigner dans ces classes moins compétentes parce que cela lui fournissait un meilleur salaire ! ».

***Soyez fidèles à vous-mêmes***
***Et vivez vos passions à tout prix***