

Le Point dans le Cœur

Une source de plaisir pour mon âme



LAITMAN
KABBALE
PUBLISHERS

MICHAËL LAITMAN, PHD



Le Point dans le Cœur

Une source de plaisir pour mon âme



Le Point dans le cœur

Une source de plaisir pour mon âme

Copyright © 2010 by Michael Laitman

Tous droits réservés. Publié par Laitman Kabbale Publishers

www.kabbale.info/fr, french@kabbalah.info

www.laitman.fr

1057 Steeles Avenue West, Suite 532, Toronto, ON, M2R 3X1, Canada

2009 85th Street #51, Brooklyn, New York, 11214, USA

Imprimé en Israël

Aucune partie de ce livre ne peut être utilisée ou reproduite

D'aucune façon sans l'autorisation expresse et écrite de l'éditeur,

À l'exception des brèves citations incluses dans des articles d'opinion ou revues

ISBN 978-1-897448-50-2

Compilation:	Oren Levi
Traduction:	Lidia Schemoul
Relecture:	Noga Burnot, Lidia Schemoul, Line Chénier
Supervision:	Roy Acoca, Yaakov Sabal
Layout:	Pierre Mignault
Design Couverture:	Rami Yaniv, Baruch Khovov
Production:	Uri Laitman
Editeur Exécutif:	Chaim Ratz

PREMIERE EDITION: Janvier 2011

Sommaire



LE POINT DANS LE CŒUR
9

EGO ET AMOUR
21

LE CRÉATEUR: VIENS ET VOIS
33

LE MONDE SPIRITUEL
43

LA MÉTHODE DE LA CORRECTION
51

ÉMOTIONS ET ÉTATS
67

CONSTRUIRE UN NOUVEAU MONDE
79

LA SAGESSE DE LA KABBALÉ EN RÉSUMÉ
91

APPENDICES
103



Avant-propos

Nous vivons à une époque très spéciale. Les gens du monde entier sont insatisfaits de leur vie; ils sentent que la vie devrait leur offrir beaucoup plus, et ils le demandent.

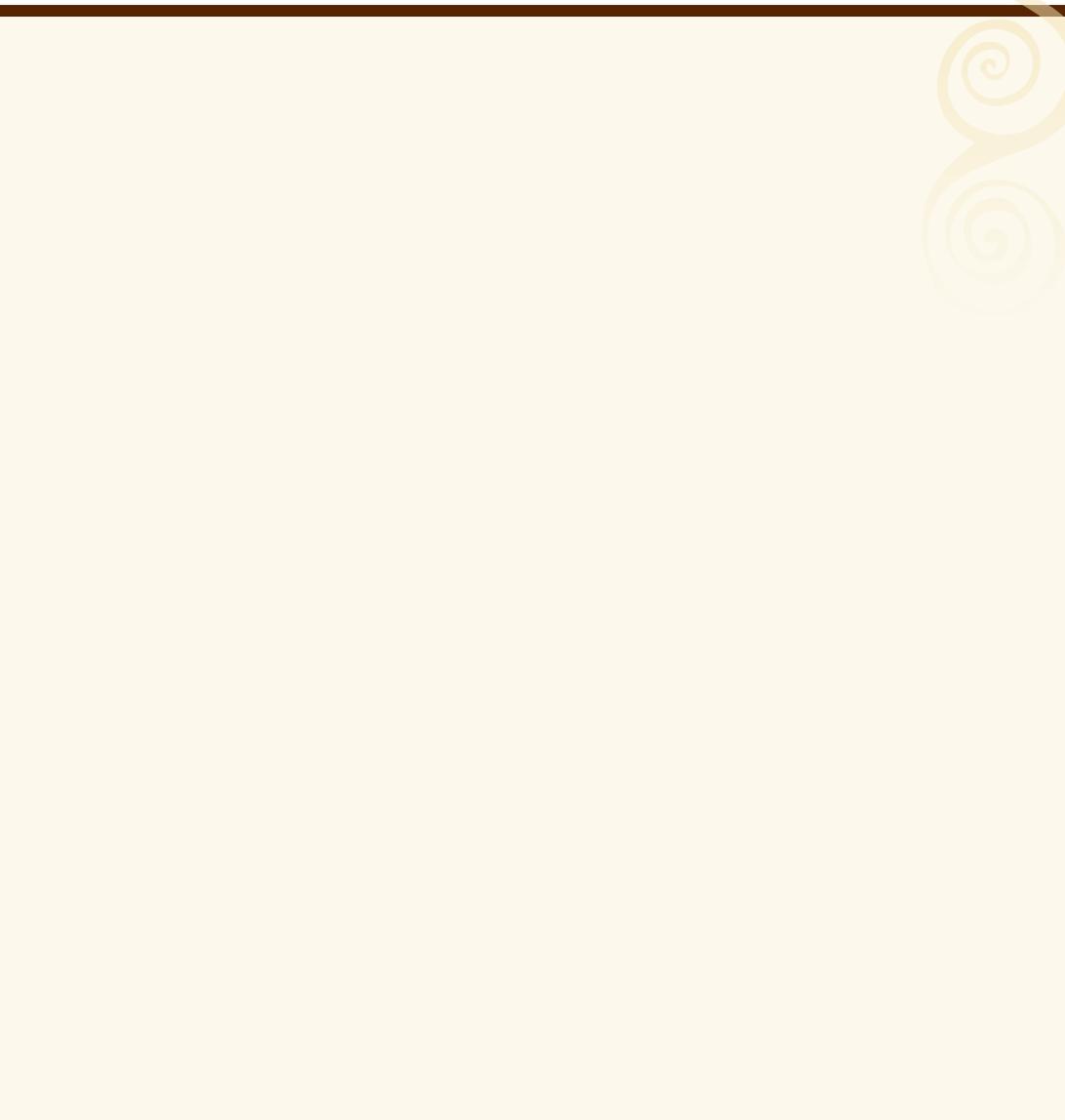
Cette aspiration est l'éveil du «point dans le cœur». Nous l'avons tous, et maintenant il commence à s'éveiller chez des millions de personnes.

* * *

CHAQUE paragraphe de ce livre est unique et inspirateur, traitant de façon sensible et sincère les questions les plus profondes et fondamentales qui préoccupent chacun d'entre nous aujourd'hui.

Dans ces pages, vous trouverez également des extraits de la sagesse, contenue dans *le livre du Zohar* (le livre le plus important parmi tous les livres de la Kabbale) et d'autres écrits kabbalistiques. Ce livre ne prétend pas enseigner la Kabbale, mais il introduit plutôt des idées choisies parmi les enseignements kabbalistiques. Vous êtes sur le point d'embarquer pour un voyage qui explorera les profondeurs du cœur, et l'apogée de la pensée.

L'Editeur



*La sagesse de la Kabbale
est une science avancée.
C'est une science d'émotion,
une science de plaisir.*

**Vous êtes invités à l'ouvrir...
et à la goûter !**



Le Point dans le Cœur



*L'apparition du « Point dans le Cœur »,
en nous,
annonce le début d'une aventure
très spéciale,
un voyage vers un pays merveilleux.*

Réussir au-delà de vos rêves

Essayons d'imaginer un instant, qu'en nous réveillant un matin, nous nous trouvons en possession de la connaissance de la loi la plus importante de la réalité, celle qui définit tout..

Nous comprenons ce que nous devons faire ou ne pas faire pour éviter toute douleur, choses déplaisantes et souffrances. Tout devient très clair pour nous et nous nous éveillons à la vie comme un enfant, plein d'enthousiasme, sans peurs, ni inhibitions. C'est exactement ainsi que nous devrions vivre.

En effet pourquoi pas? Pourquoi échouons-nous parfois? Pourquoi nous heurtons-nous à des murs, recevons-nous des coups et avons-nous des problèmes? Pourquoi devons-nous être dans l'obscurité?

Si nous pouvions découvrir cette loi fondamentale, nous n'aurions plus de problèmes, nous saurions exactement comment gérer nos vies et réussir au-delà de nos rêves les plus fous.



La loi supérieure

La Sagesse de la Kabbale est une science qui révèle la Direction Supérieure dans toute la Création.

Toute la réalité est dirigée par une loi générale appelée « La loi de la nature » ou « La loi du Créateur ». C'est la loi de l'amour universel, de l'harmonie et de la bienveillance. La Kabbale nous donne l'opportunité de découvrir cette loi, et de mener nos vies d'après elle.

Comme il est essentiel de connaître les lois de base de la physique, la chimie et la biologie pour mener une vie normale, il est essentiel de connaître la sagesse de la Kabbale. Connaître la loi générale de la création et vivre en accord avec elle, nous épargnera des souffrances, des guerres et des catastrophes naturelles, et nous amènera à un état d'équilibre et d'harmonie.

**La loi générale de la nature - le Créateur –
amour et don**



*« L'homme est asservi dans
tous ses mouvements,
enchaîné à des chaînes en fer,
par les goûts et les normes de conduite
des autres,
qui sont la société. »*

C'est ainsi que l'explique le grand kabbaliste, Rav Yéhouda Ashlag,
Connu comme le Baal HaSoulam, dans son article, « La Liberté ».

Ce marathon n'a que trop duré

Nous pouvons penser que nous avons tout, mais ce « tout » ne nous satisfait plus.

En attendant, nous réussissons encore à jouer le jeu, à poursuivre des objectifs transitoires, que nous envisageons comme porteurs de plaisirs tels que l'argent, l'honneur et le pouvoir. Après tout, qu'y a-t-il d'autre à faire dans cette vie ?

Nous nous regardons les uns les autres et sans réfléchir, nous faisons ce que les autres font. Nous nous disons : « si je me comporte comme les autres, je me sentirai bien ». Alors, nous choisissons un objectif général et agréable, et le poursuivons, espérant échapper au sentiment de vide.

Nous devons constamment nous maintenir occupés, autrement nous serons assaillis par les éternelles questions : « Pourquoi je vis ? Qu'arrive-t-il à ma vie ? »

Mais, tôt ou tard, le point dans notre cœur s'éveillera, et nous ne pourrons plus penser à la vie matérielle du matin au soir.

Soudain, nous comprendrons que cette course était organisée intentionnellement, afin de distraire nos pensées



de ce qui est le plus important.

Tant que nous fermions les yeux, pour éviter de voir vraiment, nous pouvions courir avec la foule.

Mais nous avons épuisé nos forces. Alors que les autres continuent de courir, nous abandonnons la course. Simplement, cela ne nous intéresse plus. À vrai dire, nous la trouvons complètement dépourvue de sens.

Notre désir est devenu si profond, qu'il ne nous permet plus de nous satisfaire d'objectifs matériels. C'est là que nous commençons la quête d'un but supérieur.



*« La Lumière de Klipot » (Écorces)
c'est quand il nous semble
que si nous avions un million d'euros
nous serions heureux.*

Le fil de l'amour

En chacun de nous, s'éveille une fois dans la vie,
ou plusieurs fois, par ci, par là,
un point dans le cœur.

Parfois, on pense qu'on est vide,
d'autres fois, on se sent
malheureux sans raison apparente.

Parfois, c'est pour différentes raisons,
matérielles, ou même familiales.

On pense, « ça passera; l'orage va se calmer
et tout ira bien à nouveau. »

Et on ne comprend pas,
que c'est ainsi que « le point dans le cœur »
s'éveille en nous. C'est le début de l'âme,
le début du fil vers la découverte de l'amour.

Un colis pour vous

Quand une pensée, à propos du sens de la vie, s'éveille en nous, c'est un signe que le Créateur nous invite à entrer en contact avec Lui, à créer un lien avec Lui.

C'est comme si le facteur frappait à notre porte et nous disait: « J'ai un colis pour vous! »—c'est ainsi que l'invitation arrive.

Nous devons ouvrir la porte, accepter le colis, l'ouvrir, et en fonction de son contenu, comprendre qui nous l'a envoyé, et comment nous devrions lui répondre.

Nous entendons frapper à la porte, mais nous attendons, assis dans notre fauteuil, trop paresseux pour nous lever et nous crions au facteur: « Laissez-le devant la porte, s'il-vous-plaît, je le prendrai plus tard ».

Cette attitude fait que l'éveil disparaît, et qui sait quand sera la prochaine fois où nous entendrons frapper à la porte de notre cœur?

Quand nous recevons une invitation, il est dans notre intérêt de l'accepter immédiatement, pleinement. Découvrir le contenu du colis, trouver l'adresse de l'expéditeur, et... frapper à Sa porte.

Découvrir le Créateur - Découvrir le monde spirituel

En nous

Ici et maintenant

Nous ne pouvons pas arriver en train au monde spirituel; encore moins en avion, car il se trouve *en nous*.

Nous devons seulement évoquer la sensation spirituelle en nous, aiguiser nos sens, ouvrir largement notre perception à ce qui est en train de se passer juste ici.

Alors, nous nous trouverons dans une interminable et merveilleuse aventure, qui nous laissera béat d'admiration.

Et, à partir de là, elle ne fera que s'amplifier.



Le bouton

Actuellement nous voyons tous l'image de ce monde, comme si nous regardions tous la même chaîne de télévision.

Nous nous sommes tellement habitués à elle, que nous ne pouvons même pas nous imaginer qu'il existe une autre chaîne.

Un jour, elle devient un peu ennuyeuse. Le point dans le cœur s'est éveillé en nous, et le désir de changer de chaîne grandit en nous. Auparavant, nous n'imaginions même pas une telle possibilité.

Progressivement, nous commençons à réaliser que nous pouvons changer de chaîne, mais seulement si nous le voulons vraiment. Notre désir est le bouton qui peut changer la chaîne.

Dès que nous serons prêts, l'autre chaîne s'allumera automatiquement. Ce n'est pas que la première chaîne disparaîtra, mais la deuxième lui sera ajoutée, nous verrons la première chaîne avec la deuxième en arrière-plan.

Ainsi, les deux mondes se connecteront en nous, en complète harmonie.



Ego et Amour



L'ego humain

Quand je regarde les autres,
Mon ego éveille en moi la jalousie et la haine
le désir de contrôle.

Je ne souhaite pas du bien aux autres,
ou du moins, pas mieux que moi.

Je souhaite qu'ils réussissent un peu,
un succès relatif,
**mais je veux que tout le monde voit que je réussis
mieux.**

Le temps de se libérer est venu

Notre nature, à travers laquelle nous ressentons le monde et nous-mêmes, vivant et agissant en elle, est un programme qui nous présente une certaine réalité.

Il est appelé « Ego » : le désir de recevoir et de jouir par et pour moi-même, et cela, même quand c'est aux dépens des autres.

Ce programme nous enferme de l'intérieur, nous noie en lui, attire toute notre attention et en fait, il nous oblige à ne penser qu'à nous-mêmes.

Nous agissons d'après ce programme, et ne pouvons même pas imaginer qu'il soit possible d'agir autrement et que, peut-être, il existe une autre réalité.

Ego – La nature humaine – Le désir de recevoir



*Nous ne devons rien détruire en nous.
Même les attributs les plus négatifs
doivent demeurer.*

*Nous ne créons rien de nouveau,
mais corrigeons seulement l'usage que
nous faisons
de ce qui existe déjà en nous,
depuis le début.*

Contrastes

QUESTION: Pourquoi avons-nous été créés avec l'ego si, tôt ou tard, nous devons le corriger?

Nous connaissons le monde en comparant les opposés: chaud-froid, blanc-noir. Nous reconnaissons l'un par rapport à l'autre. Si tout était blanc, alors nous ne percevrions rien. De la même façon, si tout était noir, nous ne détecterions rien non plus.

Le contraste est toujours nécessaire, la disparité entre les couleurs, les sentiments, les différents endroits. Nous sentons les différences entre les choses, mais pas les choses séparément.

Le Créateur est amour et don sans réserve. Cependant, nous ne pourrions pas sentir ce qu'est le don si nous n'en étions pas complètement opposés. C'est pour cette raison que nous avons besoin de l'ego— « une aide faite à son encontre. » Être opposé au Créateur nous aide à Le connaître et à Le sentir.



Le Créateur — le désir d’aimer et de donner
La créature — le désir de recevoir



**Parce que maintenant nous sommes
opposés au Créateur
nous le dissimulons à nos yeux**



**Correction — dans la mesure où nous
acquérons les attributs de l’amour et
du don, nous devenons égaux au Créateur
et commençons à Le sentir**



*L'Amour.
Veut dire, considérer autrui comme soi-même,
quand les désirs d'autrui sont connus
et ressentis comme miens,
et tout faire pour les satisfaire.*

Sortir vers une réalité d'amour

QUESTION: Les gens qui m'entourent ne veulent que me faire du mal! Que faire lorsqu'une personne essaie d'aimer, et une autre non?

L'amour mutuel auquel nous aspirons est impossible dans l'ego, j'aime l'autre parce qu'il est bon pour moi, mais en réalité, j'essaie seulement de profiter de lui.

L'amour dans l'ego est comme aimer le poisson – J'aime le poisson parce qu'il me donne du plaisir. De la même façon, tant que quelqu'un me procure du plaisir, j'aime être avec lui, et je « l'aime ». Mais dès que je n'ai plus de plaisir d'être avec lui, je le repousse.

Mais il existe un autre type d'amour, que nous ne connaissons pas encore. Il existe au-delà de nos calculs égoïstes, au-dessus de notre nature. Quand nous découvrons l'image, où nous sommes tous des parties d'un seul système général, où nous dépendons les uns des autres, nous nous rendons à son pouvoir et s'éveille en nous le véritable amour pour autrui.

Et au-delà de cet amour il en existe un autre, encore plus élevé. Au-delà de la dépendance mutuelle, nous sommes



attirés par la qualité de l'amour lui-même, puisque nous reconnaissons qu'aimer et donner, sont les choses les plus sublimes qui puissent exister.

L'amour nous permet de nous élever au-dessus de notre capacité de perception habituelle, et de commencer à ressentir une autre réalité.

Quand notre aspiration naturelle d'absorber tout en nous, change pour l'aspiration d'aimer et de donner, cette réalité, petite et limitée, que nous sentons en ce moment, laisse sa place et devant nous apparaît la réalité complète - la réalité spirituelle.

L'homme qui arrive à sentir la réalité spirituelle comprend que les gens se comportent mal les uns envers les autres, parce qu'ils sont dirigés de façon naturelle par l'ego, et non parce qu'ils sont mauvais. Il découvre que les personnes ont été délibérément créées de cette façon, pour leur permettre d'arriver, finalement, à une connaissance indépendante de la nullité de l'ego, et à sortir de celui-ci vers une réalité de l'amour.

Un réseau social à un niveau spirituel

QUESTION: Il me semble que les gens préfèrent communiquer par e-mails et SMS au lieu de se parler. Pourquoi?

Aujourd'hui, l'ego a évolué à un tel degré que nous préférons une relation plus virtuelle avec les autres.

Ce n'est pas que nous voulons ou nous ne voulons pas des autres. Mais nous nous sentons mieux, plus à l'aise, plus complets, quand nous nous connectons aux autres par des texto ou un écran d'ordinateur, ou quelque chose de ce type.

Pourquoi? Parce que de cette façon nous ne touchons pas le corps des autres, leurs formes externes.

Pour comprendre pourquoi cela arrive, nous devons connaître la racine de ce phénomène. Le désir de recevoir en nous a évolué et souhaite s'élever au-dessus du niveau animal de notre corps. Le niveau animal n'a plus rien à nous offrir, ne nous apporte plus le contact avec les autres. Néanmoins, nous recherchons un contact plus interne avec les autres et, en attendant, nous nous tournons vers les relations virtuelles.



À la phase suivante, les relations virtuelles ne nous satisferont plus et nous voudrons une connexion encore plus profonde. Dans la relation virtuelle, nous ressentirons le besoin d'être connecté intérieurement, spirituellement à autrui.

Dans la mesure où nous nous éloignerons physiquement les uns des autres, nous sentirons un besoin plus grand d'être connectés. Et ceci explique la révolution qu'Internet a produite, et pourquoi tout un chacun est tellement attiré par ça.

D'où provient cette attirance qui devient parfois obsessionnelle? Nous sentons que nous voulons remplir notre besoin de connexion avec les autres. Bien que les réseaux sociaux, les réseaux culturels et les forums soient pleins de bêtises, et donc ne peuvent pas pleinement nous satisfaire, il y a là, néanmoins, un genre de connexion et c'est ce qui fait que nous en sommes dépendants.



*Le Créateur créa une seule âme
et la divisa en un grand nombre de particules,
pour qu'elles apprennent entre elles,
ce que veut dire aimer,
et ensemble, arriver à Lui.*



Le Créateur : Viens et Vois



*Dans notre enfance, nous posons
tous des questions sur le sens de la vie,
sur la connexion avec le Créateur.
Ce sont les questions les plus naturelles
que nous pouvons nous poser.
Mais ensuite nous étouffons ces questions
en nous et vivons comme des robots.*

Il n'y a rien hormis Lui

Imaginons un nouveau-né,
sa première sensation est
que quelqu'un s'occupe de lui.

Le sentiment qu'il existe quelqu'un de grand
qui nous montre une attitude chaleureuse,
aimante et bienveillante.

Tu ne peux pas encore le comprendre,
mais tu sais qu'il s'occupe de toi, fait tout
ce qui est bon pour toi, et tu es complètement
sous son contrôle.

Ainsi, graduellement, les gens commenceront à sentir
l'influence de la préoccupation et de la direction,
de la Force Supérieure,
l'unique force au monde.

Le Créateur : Viens et vois

Les différentes religions décrivent le Créateur comme quelque chose à l'extérieur de nous. Mais la Kabbale explique qu'il est interdit d'imaginer le Créateur comme une image, mais comme une qualité qui se trouve à l'intérieur de chacun de nous.

Le Créateur est l'attribut de l'amour et du don sans réserve. La signification du mot « Créateur » (*Boré* en hébreu) est « Viens et Vois » (*Bo* ou *Rée*), ce qui veut dire viens et découvre cet attribut en toi.

Il n'existe pas d'élément extérieur et étranger pour qui nous travaillons. Nous travaillons pour notre correction, afin d'atteindre les attributs de l'amour et du don, le Créateur.

Il y a environ deux mille ans nous avons perdu la sensation du Créateur, – nous sommes partis en exil et avons perdu la vraie image du monde. Nous avons commencé à penser que le Créateur était quelqu'un qui existait séparément de nous, plutôt qu'une qualité qui apparaît en nous.

Au lieu de représenter le Créateur comme la qualité essentielle et la plus importante de la création qui se revêt en nous, nous avons commencé à penser à Lui comme à une entité séparée et étrangère.

Focaliser sur le Créateur



La sagesse de la Kabbale enseigne à une personne comment se tourner de l'intérieur et trouver le Créateur.

C'est comme chercher un objectif à travers la lentille d'un appareil photo, on tourne à gauche et à droite, en affinant de plus en plus la vision jusqu'à ce que, soudain, voilà!

Nous voyons clairement.



Reprendre conscience

QUESTION: Pourquoi le Créateur n'est pas heureux quand une personne jouit de la vie et se sent satisfaite?

Ceci ne « réjouit pas le Créateur » parce que ce n'est pas le plaisir qu'Il comptait nous donner. Au début, Il créa un état où nous étions remplis de lumière, mais actuellement nous ne la ressentons pas.

Nous nous trouvons dans un monde infini et éternel, mais caché à nos yeux. Nous sommes comme un homme dans le coma qui se trouve vraiment dans ce monde, cependant, ses sens ne captent rien de ce qui se passe autour de lui.

Le Créateur ne peut pas nous laisser inconscients, avec à peine une étincelle de lumière, qui nous a été donnée pour nous maintenir d'une manière ou d'une autre.

Nous ne sommes pas conscients de cela, et nous sommes prêts à nous contenter uniquement des plaisirs que nous vivons maintenant. Néanmoins, il est clair que le plan du Créateur – nous amener à des plaisirs bien plus grands – ne peut pas rester inaccompli.

Un champ d'amour

Le Créateur est un champ spirituel d'amour et de don sans réserve. Nous nous déplaçons dans celui-ci en changeant nos désirs, tout en étant toujours au point de ressemblance avec ce champ.

Au début, nous sommes opposés à ce champ; nous sommes dans son cercle le plus extérieur, appelé « Ce Monde »

Dans la mesure où nous désirons nous rapprocher du Centre, de l'attribut du Créateur, d'amour et de don sans réserve, nous attirons vers nous l'influence de ce champ et il change notre position.

En fonction de ceci, il est clair que nous ne pouvons pas demander au Créateur de changer Son attitude envers nous, ou d'espérer un traitement de faveur de Sa part. Ça n'a aucun sens, de la même façon que nous ne pouvons pas demander à la loi de la gravité de ne pas agir sur nous.

Le Créateur est une force qui ne prend pas en considération nos paroles, mais nos intentions les plus intimes.

La sagesse de la Kabbale nous enseigne les lois du monde spirituel ; c'est la physique spirituelle.



*« Au-dessus »
dans la nature
existe une force
qui ne répond
qu'à la demande de l'homme
de devenir aimant et donneur*

Le point et la lumière

QUESTION: Est-il possible de pointer vers une boussole interne qui nous guiderait dans notre développement spirituel?

Pour nous préparer au développement spirituel, la nature éveille deux sensations en nous. La première est que ce monde est vide, et la seconde est une attirance pour atteindre la source de vie, l'éveil du « Point dans le Cœur ».

Puisque notre monde est un champ spirituel, exactement comme un champ magnétique, ce point nous dirigera vers l'endroit où nous pourrions l'alimenter, le satisfaire.

Nous devons avancer sur notre chemin spirituel seulement depuis ce point. Nous ne devons croire personne, et encore moins nous laisser influencer par des « paroles intelligentes » qu'on puisse nous dire, mais nous devons plutôt tout vérifier par nous-mêmes, et ainsi clarifier notre chemin.

Cette clarification a lieu seulement par notre exigence de connaître la vérité. Nous ne pouvons pas accepter qu'on nous dise : « D'abord tu dois faire ceci... puis cela ...il existe des conditions... ». Il n'y en a pas!



Tel que tu te trouves nu au milieu du monde, c'est ainsi que tu arrives au Créateur.

La Lumière est ce qui agit sur le point en vous. Et il n'existe rien d'autre hormis ces deux. Apprenez à connecter votre désir à la Lumière et continuez d'avancer.



Le
Monde
Spirituel



*Quand le monde spirituel est révélé
nous découvrons un trésor,
ou plus précisément « un dépôt »,
une nouvelle strate de la réalité
qui était sur notre « compte »
depuis le début*

Un monde plein de chaleur

Il y a des moments où, soudain, l'homme se trouve enveloppé par l'émotion et l'élévation spirituelle.

Il sent que le monde, autour de lui, est imprégné d'une certaine force, que l'air devient plus « épais » et se remplit d'une nouvelle entité, qu'il est entouré de pensées et d'intentions dirigées vers lui. Tout est rempli d'amour.

Cela arrive rarement. Mais ce qui est important est qu'à la fin il reste dans son cœur une sensation claire. Ceci est le monde spirituel, en fonction de son atteinte.

Le monde spirituel est éternel et d'une énorme puissance. Celui qui monte ne serait-ce que la première marche spirituelle, aussi petite soit-elle, ressent une grande sensation spirituelle, un milliard de fois plus grande que tout ce qu'il a pu ressentir avant.



Vagues spirituelles

Notre travail intérieur
est de régler notre cœur et nos sens
pour percevoir le monde spirituel.

Comme un poste radio
qui détecte les ondes dans l'air lorsque
nous tournons délicatement le bouton.

De cette façon l'homme se règle
et s'ajuste de plus en plus à la fréquence spirituelle
par des actions appelées « intention. »

Jusqu'à ce que, soudain,
s'ouvre devant lui une nouvelle dimension
et le monde spirituel lui apparaît.

L'intention est l'action

L'intention est notre seule action; les autres actions sont simplement inexistantes. Non seulement nos actions mécaniques, mais même nos désirs n'existent pas vraiment. Tout est immobile, mort, se tient à sa place, comme planté dans la terre. Tout, sauf l'intention.

Dans le monde spirituel, seules nos intentions pour l'amour et le don sans réserve sont perçues.

Quand elles apparaissent en nous, nous apparaissions dans le monde spirituel. Quand elles disparaissent, nous disparaissions du monde spirituel.

Nous pouvons comparer ceci à l'accélération, comme une dérivée mathématique du mouvement. Comme Albert Einstein l'a déterminé, le mouvement a une vitesse fixe, invariable, et est considéré comme statique, c'est pourquoi nous ne devons prendre en considération que l'accélération.

Plaisirs, lumières et récipients

QUESTION: Pourquoi les gens sont-ils tellement attirés par le sexe?

Dans le monde spirituel l'âme est dans un état « d'accouplement » avec la Lumière. Ceci est l'union des deux parties de la Création – la partie féminine et la partie masculine—et cela produit la plus grande sensation de plaisir dans la réalité: le remplissage de l'âme avec la Lumière.

La projection de l'accouplement spirituel dans le monde matériel est l'accouplement physique. C'est aussi la raison pour laquelle le sexe est considéré comme la racine de tous les désirs dans notre monde, et pourquoi nous sommes tellement préoccupés par lui.

Le plaisir sexuel dans notre monde est un exemple de la différence entre plaisir physique et plaisir spirituel. L'homme pense beaucoup au sexe et imagine l'énorme satisfaction qui l'attend ; mais au moment culminant, le moment de la délivrance, le plaisir se dilue, et presque immédiatement disparaît. Et la course recommence, vers le prochain moment de plaisir...



Pourquoi? Parce que la Lumière éteint le récipient; c'est-à-dire que le plaisir qui satisfait directement le désir, neutralise la sensation de plaisir; exactement comme le positif et le négatif.

Alors que faire? Maintenant nous avons un double vide. Pour cette raison, il est dit : « l'homme quitte ce monde avec la moitié de ses désirs en main».

Le plaisir spirituel fonctionne différemment « Être dans la spiritualité » veut dire avoir un *Massakh* (en hébreu: « Écran »), la capacité de recevoir la Lumière à l'intérieur du récipient avec l'intention de donner/faire plaisir au Créateur, Le Donneur de la lumière. Pour ce faire, nous devons acquérir l'attribut d'amour et du don sans réserve du Créateur.

Que gagnons-nous ? L'accouplement Spirituel, un accouplement interminable, qui s'intensifie avec le temps, donnant à l'homme le sentiment de la vie éternelle. En réalité, inconsciemment, au plus profond de nos âmes, nous aspirons seulement à cet accouplement, car c'est le but de notre raison d'être.

Pourquoi est-il si important pour les femmes d'être belles?

QUESTION: Pourquoi les femmes sont-elles si préoccupées par leur apparence? Quelle est la racine de l'importance de l'aspect extérieur à ses propres yeux et aux yeux des hommes?

La tendance des femmes à se faire belle provient d'une racine supérieure. Dans la spiritualité, « se faire belle » signifie se corriger en accord avec le Créateur, la force de l'amour et du don.

Cette tendance est profondément enracinée dans nos âmes. En nous, se trouve le point dans le cœur, qui nous réveille pour décorer notre « affreuse » nature égoïste, afin de « l'embellir ».

Être beau signifie être comme le Créateur. Une personne devient belle quand la Lumière du Créateur brille en elle.

Alors, pourquoi les femmes se font belles? Dans notre monde les femmes représentent *Malkhout* (hébreu: « Royaume »), la racine de la Création. Un homme et une femme, le marié et la mariée, représentent la relation entre le Créateur et la créature – la créature étant une femme, et le Créateur étant un homme.

Donc, chacun de nous, les hommes comme les femmes, devons apprendre comment décorer l'âme et devenir beaux!



La Méthode de la Correction

La lumière environnante

Jour après jour, nous arrivons à la conclusion que tant que l'ego continue de gouverner, la fin du monde approche, et que nous devons choisir la vie et l'amour. Mais sans aide, nous serons incapables de surpasser notre ego parce que nous sommes nés ainsi. Pour ce faire, nous avons besoin d'une force extérieure qui n'existe pas dans notre monde. C'est pourquoi, la méthode de la correction, la Kabbale, nous a été donnée.

Il y a une force spéciale dans la sagesse de la Kabbale, qui peut créer une nouvelle qualité en nous. Les sources de la Kabbale authentiques décrivent la nature du Créateur, le Monde Supérieur et les processus qui se développent en lui. Quand nous étudions ces sources à propos des états qui sont opposés à notre monde, relatives aux actions d'amour et du don sans réserve, nous attirons leur force vers nous.

Cette projection des états supérieurs sur notre état actuel est « l'action de la Lumière qui corrige », la « Lumière environnante ». Finalement, la Lumière environnante nous fait désirer ardemment l'attribut du Créateur.

Le Baal HaSoulam explique ceci de la façon suivante: « Par le désir ardent et la volonté de comprendre ce que l'on étudie, ils réveillent sur eux les Lumières qui entourent leurs âmes...qui rapprochent davantage l'homme de l'atteinte de la perfection. »

(« Introduction à l'étude des dix Sefirot », point 155)

Une demande d'atteindre la complétude

QUESTION: Comment peut être expliquée l'action de la Lumière environnante, la « Lumière qui corrige, » avec des mots simples?

La Nature, La Force Supérieure, la force de l'amour et du Ldon, se trouvent dans l'union de toutes les parties de la Création —qu'Il a créé, Lui-même— et existent en harmonie et en connexion réciproque totale.

Nous sommes malheureux parce que nous nous sommes détachés de ce système intégral. Si nous voulons être heureux, nous devons revenir à ce système, qui est appelé « la perfection ».

Comment pouvons-nous y revenir? Quand nous le voulons et faisons un effort pour retourner à ce système, nous éveillons une force en lui, qui nous touche. Ça veut dire que nous attirons sur nous la « Lumière environnante », la « Lumière qui corrige », une force qui nous ramène à l'intérieur du système général.

Cette force agit en conformité avec l'intensité de nos désirs — dans la même mesure que nous nous réveillons, demandons, et même l'exigeons du système.

Passer de la locomotive de l'évolution à l'avion spirituel

Qui peut expliquer comment un enfant grandit et devient un adulte? Pourquoi un bébé change jour après jour? La science peut décrire ce qui se passe dans la matière, mais ne voit pas la cause qui existe *en dehors de la* matière, et qui la pousse à évoluer.

J'ai laissé derrière moi la science il y a plus d'une dizaine d'années, parce que c'était exactement ce que je voulais savoir: d'où vient la force vitale? Où peut-elle être trouvée? Dans les atomes? Dans les molécules? Dans des systèmes intracellulaires? J'ai compris que la science ne recherche pas ça. Mais si nous n'avons pas la réponse aux problèmes les plus importants, et n'essayons même pas de les rechercher, alors quel est l'intérêt de la science?

D'après la Kabbale, la même force qui agit et développe chaque partie de la Création agit aussi sur l'enfant. C'est la lumière de la Vie, la Force Supérieure, qui agit sur la création et convertit la matière inanimée en plantes, animaux, et êtres humains. Sans elle, la matière resterait inanimée et inchangée.

La Lumière de la vie ne peut pas être perçue ou mesurée avec un quelconque instrument. Nous voyons seulement les effets de son action, comme un enfant qui



grandit chaque jour qui passe, d'une heure à l'autre. Dans notre monde, cette lumière crée l'évolution. Mais le train de l'évolution se traîne à son propre rythme, car la Force Supérieure agit dans la matière et la dirige vers son but prédéterminé.

Quand nous entrons dans le monde spirituel, nous pouvons rechercher chaque étape de l'évolution, même l'ère des dinosaures, si cela devait soudainement nous intéresser, puisque toutes les formes précédentes sont connues d'avance et doivent revêtir leur forme d'après les différentes combinaisons des forces de réception et du don.

La sagesse de la Kabbale décrit les états futurs de notre développement. Quand nous l'étudions, avec le désir de nous développer, nous attirons consciemment la Lumière de la Vie, et l'invitons à agir sur nous. Dans ce cas, l'effet de la Lumière sur nous est défini comme l'action de la Lumière environnante. Aujourd'hui, la possibilité de le faire est ouverte à tous.



*Le livre du Zohar est un fleuve
qui sort du Jardin d'Eden et coule
dans le cœur de l'homme.*

* * *

*Sans Le livre du Zohar
nous serions incapables de nous
concentrer sur le monde intérieur,
le monde spirituel.
Nous verrions toujours
l'image superficielle,
l'image du monde matériel,
le monde des conséquences.*

Le Livre du Zohar — Un pont vers le monde caché

Le livre principal, dans la sagesse de la Kabbale, est *Le Livre du Zohar*. Il a été écrit par un groupe de dix grands kabbalistes, un groupe inégalé dans l'histoire.

Ils ont créé un pont de langage, d'information, de sentiments, de forces, et de lumières, entre notre ressenti et la façon selon laquelle nous comprenons le monde révélé, et notre compréhension du monde caché.

Quand nous étudions *Le Livre du Zohar* et essayons d'expérimenter l'état que les kabbalistes essaient de nous transmettre, nous sommes comme des bébés qui ouvrent grand leurs yeux et leurs bouches et absorbent passionnément les mots de leur mère. Nous ne les comprenons pas, mais nous les regardons et exprimons notre joie par des mouvements.

De notre intérieur, depuis une couche inconnue de notre inconscient, un nouvel espace commencera à apparaître, un nouveau monde auquel nous nous habituerons progressivement. Alors, ce qui était caché commencera lentement à se révéler.



En réalité, *Le Zohar* n'est pas « étudié », il est révélé par notre envie, par notre prédisposition à sentir le monde caché.

C'est pour une bonne raison que, lorsque les kabbalistes ont écrit à propos du *Livre du Zohar*, ils n'utilisent pas l'expression *Le Livre du Zohar*, mais uniquement « Le Livre. »

Ce faisant, ils nous montrent qu'il n'existe aucun autre livre au monde!



La particularité du *livre du Zohar* réside
dans sa capacité à prendre
une personne qui le désire,
quelle qu'elle soit,
peu importe où elle se trouve,
et l'introduire dans le monde spirituel.



Connaissance avec moi-même

QUESTION: Il m'est arrivé de regarder un cours que vous donniez à vos élèves sur *Le Livre du Zohar* et autres écrits sur la Kabbale. Je n'ai pas compris grand chose, mais j'ai senti qu'il y avait quelque chose de spécial. Est-ce que c'est utile de regarder les cours, même sans comprendre?

Absolument. Regarder ces cours éveille l'effet de la Lumière Environnante sur vous, même sans votre compréhension cognitive du matériel que l'on étudie. A ce propos il est dit : « Le cœur comprend. »

En général, quand on étudie *Le Livre du Zohar* nous rencontrons beaucoup de choses qui ne nous sont pas claires. Nous commençons à les connaître graduellement, mais en réalité, ce n'est même pas si important.

Nous pouvons comparer ce processus à un petit enfant qui voit autour de lui beaucoup de choses nouvelles et qui n'est pas familier avec. Même sans savoir à quoi elles servent, de cette façon, sans comprendre comment, il arrive à connaître le monde d'une façon instinctive, pure et innocente.

Il n'est pas nécessaire de craindre de ne pas comprendre le matériel ou de ne pas savoir comment une chose est liée



à l'autre. Nous devons simplement écouter, toucher à tout, brûler de l'intérieur, et vouloir comprendre. C'est la seule façon d'arriver à connaître le monde, notre monde et le monde spirituel.

Le Livre du Zohar et tous les écrits de la Kabbale s'adressent aux forces internes en nous. Elles nous aident graduellement à les connaître. Au fur et à mesure que nous évoluons, nous avons plus d'opportunités de travailler avec ces forces, de les organiser et de les utiliser correctement.

Lumière de Hassadim (Miséricorde) dans une mer de lumière de Hochma (Sagesse)

Nous sommes dans une situation fixe appelée *Ein Sof* (Infini). Le Créateur désire nous remplir sans limite, pour que l'on puisse comprendre et sentir « Le monde d'un bout à l'autre ». Le problème est que nous sommes bornés. Nous n'avons pas le sens qui nous permettrait de percevoir la réalité complète.

Nous avons un corps qui est, en quelque sorte, une espèce de sens général. Dedans il y a cinq sens particuliers à travers lesquels nous percevons seulement ce monde.

Mais il existe un autre sens que nous ne percevons pas encore. Il est appelé « une âme ». En elle il y a aussi cinq sens particuliers, appelés *Keter*, *Hokhma*, *Bina*, *Tifferet*, et *Malkhout*. Quand nous révélerons notre âme, nous sentirons le monde spirituel à travers elle.

Il n'y a qu'une chose qui nous manque pour découvrir nos âmes, pour sentir que même à présent nous sommes dans le monde de *Ein Sof*, que tout brille autour de nous, et qu'il n'y a pas de limite : la lumière de *Hassadim* (miséricorde). La lumière de *Hassadim* est amour, don sans réserve, et élévation au-dessus de l'ego.



En termes kabbalistiques, nous nous trouvons actuellement dans une mer de lumière de *Hokhma* (sagesse), mais nous pouvons la découvrir uniquement dans la mesure où nous nous ouvrons avec la Lumière de *Hassadim*.

S'il y a une certaine pression de la lumière de *Hokhma*, et qu'il n'y a pas de lumière de *Hassadim* du côté de l'âme, pour s'ouvrir et briller, l'obscurité s'ensuit.

Le point dans le cœur, en nous, est comme une goutte de « la semence de l'âme ». Étudier la Kabbale lui amène la Lumière environnante et construit graduellement la lumière de *Hassadim* en elle. Ainsi, l'âme évolue et se remplit avec la lumière de *Hokhma*.



Un plaisir sans fin

La sagesse de la Kabbale traite de la réception de toute l'abondance qui nous est destinée (en hébreu, Kabbale veut dire « recevoir »). Elle explique comment recevoir et faire passer par nous un plaisir immense et éternel.

Éternel— parce que quand nous faisons passer par nous la satisfaction de toutes les âmes, nous ne nous vidons pas. C'est comme une mère qui aime tous ses enfants et se réjouit des cadeaux qu'elle leur donne à tous.

Le but de la création est d'avoir du plaisir

QUESTION: Je n'ai pas encore compris ce que j'ai à gagner à aimer les autres.

Aimer les autres n'est pas l'objectif, mais le moyen. L'objectif de la Création est de se délecter! Mais pour vraiment avoir du plaisir, « des grands récipients » sont nécessaires, récipients, grands désirs de plaisir, pour qu'ils puissent être remplis avec abondance.

Je suis né avec un tout petit récipient, minuscule. Je mange un peu, stop, je n'en veux plus. Je cours vers un autre plaisir physique, en profite, et c'est terminé. Je vais pour voir quelque chose, et c'est fini... Je ne peux pas recevoir de plaisir plus grand que celui que je reçois maintenant.

Quand j'entends que le but de la Création est d'avoir du plaisir, que puis-je imaginer? Que l'on me serve un steak de 1000 kilos ? Que l'on me donne un si grand plaisir que j'exploserai ? Mon récipient ne peut pas le contenir. Que faire?



Ceux qui sont déjà passés par ce processus expliquent qu'il est impossible d'obtenir plus de plaisir tel que mon récipient l'obtient actuellement. Mais si je l'agrandis, j'en aurai plus.

Comment agrandir mon récipient? En acquérant des récipients externes. Je reçois et transfère du plaisir interminable à travers moi vers les récipients extérieurs.

A decorative graphic consisting of a vertical line with three spiral curls, positioned on the left side of the page. The top two curls are in the white background, while the bottom one is in the brown background.

Émotions et États



Ne supposez pas, contrôlez le destin!

Une personne ne sait pas
ce qui lui arrivera dans un instant.
Il est difficile d'accepter cette situation.
Mais je veux plus que connaître le futur,
je veux le diriger.

Je n'ai pas besoin de voyants,
mais d'un instrument spirituel plus haut
qui m'indique ma forme future.

Le désir qui allume la lumière

L'obscurité est le manque de connexion
avec les autres.

Comme un circuit électrique
dont les éléments sont déconnectés,
empêchant la transmission du courant.

Si nous désirons vraiment nous connecter,
ce désir allumera la lumière.

La honte — le moteur du développement

Pour éviter de ressentir de la honte, nous devons constamment nous adapter aux codes de conduite.

Tout ce que nous faisons dans ce monde, à part satisfaire nos besoins basiques, est géré seulement par notre besoin d'éviter de se sentir embarrassé.

Quelle est son origine ? Cela provient d'une racine très ancienne, du début de la Création, bien avant la formation de notre monde et tout ce qu'il contient.

Le Créateur (le désir de donner sans réserve) créa la créature (le désir de recevoir) et la remplit de la Lumière (plaisir). Après que la créature se soit réjoui de la lumière, elle réalisa qu'il y avait un élément supérieur qui la remplissait de cette lumière, et cela a fait qu'elle a senti la honte. La honte est la première réaction de la créature à sa perception du Créateur; elle est donc la seule chose que nous devons compléter pour nous mettre en équivalence avec le Créateur.

C'est aussi la raison pour laquelle dans notre monde, qui est une conséquence du Monde Supérieur, le sentiment de honte, dans toutes ses formes, dirige toutes nos actions.

Pourquoi nous sentons-nous seuls (même quand on est entouré par la foule)?

La solitude existe,
afin que nous puissions sentir le besoin
d'une réelle connexion et lien
avec tous les autres peuples,
et avec le Créateur
qui nous remplira alors de Lumière.

Réflexions sur la douleur

La douleur est la réaction du corps à différents problèmes physiques. La douleur nous prévient des dangers, nous force à agir, à nous rapprocher ou nous éloigner, à trouver la cause de cette douleur, tirer des conclusions, et avancer vers des états nouveaux.

La douleur est une force qui influe sur notre ego.

Il y a la douleur parce que je me sens mal, parce que d'autres se sentent mal, ou parce que d'autres se sentent bien.

La douleur nous « pousse » par derrière et nous force à évoluer.

La douleur qui provient de notre sentiment de vide nous pousse en avant vers la satisfaction.

Tous les sentiments proviennent des conflits, des contacts, et de la pression— de la douleur.

Le plaisir peut être ressenti seulement après avoir ressenti la douleur, la souffrance ou l'expectative.

Nous surmontons la douleur uniquement quand nous nous élevons au-dessus de l'ego. Soudain, nous réalisons que nous pouvons exister sans manque, avec une satisfaction complète, qui n'est pas basée sur la douleur. C'est une satisfaction qui ne provient pas d'un besoin, mais de la complétude, de l'amour.

La lumière qui ne s'éteindra jamais

Quand nous atteignons la moitié de notre vie, nous commençons à nous amenuiser, à mourir à petit feu.

Mais ce n'est pas notre corps qui est en train de mourir ; c'est notre désir qui diminue et perd de sa force pour nous pousser en avant.

Toutefois, si nous commençons à nous développer spirituellement, nous recevons de la vigueur et le désir d'avancer, comme des enfants, toujours voulant quelque chose, avec un constant renouveau.



Vers la vraie crainte

Tous ceux qui ouvrent *Le Livre du Zohar* trouvent que la première correction que nous devons réaliser est d'obtenir la vraie crainte.

Les gens expérimentent habituellement deux types de craintes: de ce monde (la santé, les revenus, les enfants, etc.) ou du monde à venir (se préparant plutôt pour le ciel que pour l'enfer).

Le processus de développement spirituel introduit en nous un troisième type de crainte - la vraie crainte - que l'on réussisse ou pas à ressembler au Créateur, et à atteindre l'attribut d'amour et du don, envers les autres et envers Lui.

L'étude de la Kabbale développe en nous la perception de l'unité de tout et transforme nos craintes matérielles en vraie crainte.

Orgueil

QUESTION: Que peut-on faire lorsque les couples se tournent le dos et aucun d'entre eux n'est capable de se réconcilier?

L'orgueil est la plus grande et ultime étape de l'ego. Nous ne pouvons pas ravalier notre orgueil parce que nous sentons que cela nous élimine, efface notre singularité.

Néanmoins, cela peut changer si nous instillons un troisième élément à l'image dualiste. Le troisième élément est le Créateur. À ce propos, il a été dit: « Un homme et une femme: s'ils sont méritants, la Divinité est entre eux. S'ils ne sont pas méritants, le feu les consume. »

Comment y arriver? Nous n'éliminons pas l'orgueil, l'ego, les désaccords et les différences. Nous n'essayons pas non plus, de comprendre l'autre et faire la paix. Si nous nous contentions de cela, cela serait seulement de la psychologie, et nous exploserait au visage à la prochaine opportunité.

Par contre, nous créons un triangle: Vous êtes différents, en désaccord, et chacun traîne son orgueil. Mais vous avez un objectif commun plus haut: la découverte du Créateur. Et dans ce but vous pouvez vous unir.



La pensée est le serviteur du désir

Le Créateur créa le désir de recevoir, de se réjouir, et rien d'autre. Un plus grand désir de plaisir domine un désir de plaisir plus petit.

S'il en est ainsi, que sont les pensées, l'intellect? La pensée nous aide à passer d'un désir à un autre, d'un état à un autre, d'une forme spécifique de désir à une forme différente de désir.

Le désir est la substance de la création, et la pensée est le moyen qui nous permet d'utiliser ces désirs, de les intégrer en nous, pour bouger dans le champ de force de ces désirs, d'un désir plus grand à un plus petit, ou vice versa, comme s'approcher d'un aimant ou de s'en éloigner.

Mais quel que soit mon désir, à un moment déterminé, il me contrôle toujours.

Pour cette raison, je dois utiliser le pouvoir de la pensée pour m'aider à comprendre et me convaincre que mon désir, mon état, mes circonstances actuelles sont mauvaises, et que de meilleures circonstances existent.



Dans la sagesse de la Kabbale, l'analyse de mon désir actuel, en utilisant la pensée, est appelée « la connaissance du mal » et la pensée se développe en moi, par l'action de la Lumière Supérieure.

L'intellect et le cœur alternent leur domination sur nous, mais nous nous déplaçons toujours selon le même modèle : désir-pensée-désir.



Éternellement jeune

La Kabbale traite de l'âme.
C'est le seul organe qui ne vieillit pas.
Plus tu t'investis en elle,
plus tu rajeunis

À un tel point que, parfois,
tu te sens mal à l'aise avec les autres.

Tu as une allure et un comportement inquisitif
quand tout le monde autour de toi est si sérieux,
si présomptueux, si conservateur, alors que toi, tu es
un éternel enfant, jeune à jamais.

A decorative graphic consisting of a vertical line with three spiral curls, positioned on the left side of the page. The top two curls are in the white background, while the bottom one is in the brown background.

Construire un Nouveau Monde



Quand serons-nous enfin bien ici?

*Quand chacun
de nous ne pensera
pas qu'à soi-même
mais aussi à tous les autres.*

Et choisis la vie

Beaucoup de gens me consultent à propos de leurs craintes du futur. Notre futur dépend de notre compréhension de ce qui arrive. Quand nous comprenons la pensée de la création, nous sommes heureux, confiants et complets.

Nous n'avions pas vraiment de libre choix jusqu'au 21ème siècle. Nous nous sommes développés d'une façon coercitive, automatique, à côté de la croissance constante des intérêts égoïstes.

Maintenant que l'ego humain est à son sommet, une opportunité de liberté de choix apparaît. Maintenant, nous pouvons nous élever au-dessus de notre nature égoïste, et cesser d'être dépendants d'elle.

Si nous réalisons cette opportunité, nous sortirons directement (et de façon moins douloureuse) vers une autre nature, une autre dimension de la réalité, une autre sensation de vie —dans tout le volume de la réalité, en éternité et perfection.



Le plan de la Nature sera exécuté de toute façon, que nous choissions ou pas le chemin de la transition consciente à la dimension supérieure, tout comme cela a été le cas jusqu'à présent. Cependant, sans notre participation, cela arrivera avec le dur impact du « rouleau compresseur de l'évolution » sur nous.

Nous sommes les seules créatures intelligentes au monde, et tout a été créé pour nous, car nous sommes les seules capables d'émerger vers une dimension supérieure.

La tâche est sérieuse; l'objectif est merveilleux. L'état actuel de l'humanité nous oblige à rechercher; donc, c'est une bonne situation. Pour cette raison, je ne regarde pas le futur avec anxiété, mais plutôt avec beaucoup d'espoir.

Construire un monde



Nous laissons nos enfants
jouer avec des Lego, assembler des puzzles et résoudre
des problèmes.

En deux mots, créer.

C'est ainsi qu'ils apprennent.

Le Créateur créa la Création parfaite.
néanmoins, pour nous donner la possibilité
de grandir jusqu'à Son niveau,
il la détruisit complètement,
jusqu'à l'état de notre monde,
pour que nous recréions le même état parfait.



D'âmes séparées à l'unité

Seulement dans la connexion harmonieuse,
de toutes les parties du corps
fut créée une vie saine.

Dans l'union correcte entre les gens
se révèle la connexion,
où se cache la vie supérieure,
le sentiment d'éternité et de plénitude.

L'impasse dans laquelle
nous nous trouvons aujourd'hui
accentue le besoin de transition,
de l'étape où les âmes sont séparées par l'ego,
à l'étape de l'unité
où nous révélons la vie supérieure.



*« Aime ton prochain comme toi-même »
c'est la loi de la nature
car la nature est un corps vivant
où toutes les parties sont interconnectées.*

Écologie—Un changement de perception

Tous nos problèmes proviennent de ce que nous nous voyons comme séparés de la nature, distinguant l'homme et son environnement.

Cette perception de la nature nous fait regarder tout ce qui nous entoure comme subordonné à l'homme. Même quand nous nous préoccupons de l'environnement, c'est seulement pour notre propre plaisir, et non par considération du système intégral de la nature.

La violation de l'équilibre, du système fermé de la nature, provoque une réaction négative. Et puisque nous sommes un résultat, de là, nous souffrons à tous les niveaux de notre existence.

Pour cette raison, nous devons changer notre approche d'une perception de « protection de l'environnement » à une perception de « l'homme comme partie intégrante de la nature. »

Selon la Kabbale, nos pensées et désirs sont les forces les plus puissantes de la réalité, et sont la cause première de tous les changements de la nature.



Le problème est que l'impact de nos pensées sur la nature nous est caché.

En conséquence, nous mesurons seulement l'impact extérieur, tels que les émissions des gaz, et la pollution par les résidus, alors que la cause intérieure attend encore que nous la traitions à la racine.



*Nous avons intérêt à nous habituer à l'idée,
que la protection de l'environnement
implique, surtout, de nous protéger
nous-mêmes,
de nos propres egos.
Et le plus vite, sera le mieux.*

La famine mondiale n'est pas obligatoire

Notre planète peut nourrir
un nombre illimité de personnes,
si elles ne la perturbent pas
et si elles s'unissent,
tout autour de la planète,
comme des organes d'un corps complet.

L'âge de pierre dans un décor High-tech

D'un côté, notre ego est la force qui nous mène au développement. D'un autre côté, l'intensification de l'ego nous menace avec des crises, du terrorisme, et même d'une guerre mondiale, et nous sommes impuissants face à cette situation. Si nous regardons vers le futur, il semblerait que nous sommes retournés à l'Âge de Pierre dans un décor high-tech.

Comment sortir de cette impasse? La Kabbale introduit dans notre vision du monde, le concept de « hiérarchie de forces » qui nous gouverne, chacun de nous individuellement, en même temps que la société toute entière.

La Kabbale n'élimine pas l'ego, mais plutôt le revêt d'une force plus globale —l'intention (de l'amour et du don sans réserve), sur le désir (de recevoir). C'est une perception de la réalité plus large, qui dépasse la perception limitée d'auto-gratification.

La Kabbale offre une méthode innovante de coordination entre deux forces opposées. Elle explique que ces forces ont des natures fondamentalement différentes —La nature du Créateur et la nature de la créature. Quand elles ne se font pas concurrence, mais s'unissent, alors un état parfait et éternel apparaît.



La Sagesse
de la Kabbale
En résumé

La création du monde

QUESTION: Quelle est la réponse à la contradiction entre la Création du monde il y a 5770 ans et la théorie du « Big-bang »?

Le Big-bang s'est produit il y a environ 14 milliards d'années. Sa cause était une étincelle de la lumière supérieure qui atteint son niveau le plus bas : l'égoïsme. Cette étincelle contenait en elle toute la matière et l'énergie de notre monde, à partir d'elle le Monde fut créé.

La Planète Terre fut créée il y a environ 4,6 milliard d'années comme résultat d'une condensation du système solaire. Pendant plusieurs milliards d'années, la croûte terrestre s'est refroidie, l'atmosphère se forma et la vie commença. Rien de tout ça n'était dû au hasard. Tout ce qui arriva était une manifestation de l'information préexistante dans l'étincelle de lumière initiale.

Après, la nature inanimée et les plantes apparurent, puis les animaux, et finalement l'homme. L'interprétation de l'évolution, basée sur son apparence superficielle —que les espèces évoluèrent vers d'autres espèces, qui à leur tour évoluèrent vers encore d'autres espèces —est incorrecte.



La raison de l'apparition de chaque détail dans la nature est l'information qui était initialement enracinée dans l'étincelle de lumière. La Kabbale explique l'évolution comme un processus de révélation (développement) de morceaux de données (gènes), appelées *Reshimot* (réminiscences).

L'homme s'est développé à partir du singe, il y a des centaines de milliers d'années, comme le ARI (Isaac Louria) l'écrit dans *L'arbre de Vie*. Toutefois, il y a seulement 5770 ans (date de l'écriture de ce livre) que le premier Point dans le Cœur s'est éveillé dans un être humain. Son nom était Adam, du verset *Adamé la'Elion* (« Je serai comme le Plus Haut » Isaïe, 14:14). Son nom reflétait son désir de ressembler au Créateur.

Le jour où Adam découvrit le monde spirituel est appelé « le jour de la Création. ». Ce fut alors que l'Humanité toucha, pour la première fois, le monde spirituel, et pour cette raison, c'est le point de départ du calendrier hébraïque. D'après le plan de la Création, dans une période de 6000 ans nous devons tous atteindre le niveau du Créateur. Ceci sera appelé « la fin de la correction » (de l'ego humain).

Petit village, ego global

À travers l'histoire de l'humanité, il y eut une seule période où la sagesse de la Kabbale était à la disposition de tout un chacun. C'était dans l'ancienne Babylone, une ville qui fonctionnait comme un petit village, où chaque individu pouvait influencer la vie de tous les autres. La société, à Babylone, fonctionnait comme un système intégral, d'où le besoin de la sagesse de la Kabbale qui enseignait comment appliquer la loi : « Aime ton prochain comme toi-même. »

Abraham, le Patriarche, un Babylonien, appela à appliquer cette loi, mais très peu l'écouterent. Seulement ceux chez qui le point dans le cœur s'était déjà révélé, le suivirent et employèrent la sagesse de la Kabbale. Reflétant leur plus profond désir, ils s'appelèrent « Israël » des mots, *Yashar El* (droit à Dieu), signifiant directement vers l'attribut du Créateur.

Tous les autres Babylonien préfèrent de ne pas s'unir, mais s'éloignèrent les uns des autres. Ils se répandirent sur la face de la Terre et, génération après génération, poursuivirent toutes les pulsions que l'ego éveillait naturellement en eux.



Le groupe d'Abraham grandit et se développa jusqu'à devenir une nation: la nation d'Israël. Mais, il y a 2000 ans, un énorme ego apparut soudain en nous et nous sommes tombés du degré de l'amour pour autrui, à la haine mutuelle. Nous avons perdu le sentiment de la vie comme un système unifié, le sentiment extraordinaire de l'amour universel, et le Créateur fut caché de nous. Seuls quelques élus qui possédaient quelques qualités uniques, furent attirés par la révélation du Créateur, s'engagèrent dans la sagesse, et la développèrent de génération en génération, attendant le temps où tous auraient besoin d'elle.

Récemment, le cercle commença à se fermer et les deux routes qui se sont séparées à Babylone, sont en train de se réunir. Le monde est à nouveau devenu un petit village, nous sommes, à nouveau, égoïstes. Mais maintenant il n'y a nulle part où fuir. Nous sommes devenus si dépendants les uns des autres, que nous sommes obligés de réaliser cette loi « Aime ton prochain comme toi-même. »

La sagesse de la Kabbale nous enseigne comment atteindre l'amour des autres pour survivre. Aujourd'hui, elle se révèle à tout un chacun, une fois de plus, pour nous apprendre comment vivre dans ce Nouveau Monde.



La Kabbale authentique

La sagesse de la Kabbale fut cachée pendant des milliers d'années, fournissant un terrain fertile, pour le développement de théories erronées en tout genre la concernant. Elles étaient toutes incorrectes. Aujourd'hui, l'étude de la Kabbale authentique est ouverte à tous, sans aucune restriction ou pré requis. Toutefois, il est important de savoir que la sagesse de la Kabbale ne traite que de la correction de l'homme.

« Cette sagesse n'est, ni plus ni moins, qu'une séquence de racines qui découle d'un système de causes et de conséquences, selon des règles fixes et déterminées, s'entrelaçant en un but unique et exalté, décrit comme « la révélation de Sa Divinité à Ses créatures dans ce monde... l'humanité entière est obligée, tôt ou tard, de procéder à cette immense évolution. »

(Baal HaSoulam : « De l'essence de la sagesse de la Kabbale »)

Une échelle vers l'Infini

La sagesse de la Kabbale nous enseigne que nous vivons dans une réalité composée de plusieurs couches.

La réalité est divisée en deux niveaux basiques – notre monde et le monde supérieur, le monde caché.

Le monde supérieur est composé de 125 degrés différents, positionnés les uns au-dessus des autres, comme une échelle avec 125 barreaux.

Actuellement, nous existons au-dessous de l'échelon le plus bas de cette échelle. Le point dans le cœur nous réveille pour monter la première marche.

Quand nous découvrirons qu'il y a une marche supérieure, l'urgence de l'atteindre et de gravir l'échelle s'éveillera en nous, jusqu'à atteindre son sommet.

Cette forme de développement nous mènera à l'Infini.

La sagesse du caché

Nous investiguons notre monde à travers la science et découvrons ce qui est caché en nous.

La connaissance de cette science accumulée nous aide dans ce monde. Même si nous ne savons rien, par notre propre expérience de vie, nous faisons confiance aux scientifiques, physiciens, et autres experts. Il est vrai que la science n'a pas encore tout découvert sur notre monde, mais le temps aidant, d'autres parties du caché se révéleront.

Mais il y a une autre partie de la réalité, un monde caché, supérieur, que la science ne peut pas découvrir. Pour être capable de sentir cette partie de la réalité, l'homme doit corriger sa nature, son ego, et acquérir l'attribut de l'amour et du don sans réserve. Ce n'est qu'alors que l'homme commencera à sentir le monde caché et à l'étudier de façon scientifique.

Les différents systèmes de croyance et religions sont des théories sur le monde caché (Dieu) et les choses que ce monde exige que l'on fasse. Ces théories sont diverses, souvent contradictoires, et existent précisément, parce que cette partie de la réalité est cachée à nos yeux.



Toutefois, aucune d'elle ne nous fournit des recommandations pratiques pour révéler le monde caché (pour la révélation de Dieu).

Les kabbalistes sont des personnes qui ont acquis l'attribut de l'amour et du don sans réserve, et à travers lui ils ont atteint le monde caché. Ils décrivent la structure du monde supérieur et offrent l'opportunité de le révéler à quiconque est intéressé. Nous ne sommes pas obligés de changer notre mode de vie, puisqu'il n'y a pas de connexion entre les actions corporelles et l'acquisition de l'attribut de l'amour et du don sans réserve. Il n'est pas question ici de croire en Dieu, mais de Le découvrir.

La question irritante

Le livre de base avec lequel nous étudions la sagesse de la Kabbale est *L'étude des dix Sefirot*. Dans ce livre, Baal HaSoulam interprète les paroles du ARI (Isaac Louria), qui sont vitales pour le développement des âmes de notre génération.

Le Baal HaSoulam ouvre la préface du livre en introduisant différents doutes que des personnes ont à propos de l'étude de la Kabbale. Il ne parle pas directement de ces doutes, mais se tourne plutôt vers une autre question, celle concernant le sens de la vie:

« En effet, si on ne répondait qu'à une seule question très connue, il va de soi que toutes les questions et les doutes disparaîtraient, comme s'ils n'avaient jamais existé. Ainsi, la question qui ronge l'homme, à chaque génération, est: quel est le sens de notre vie?

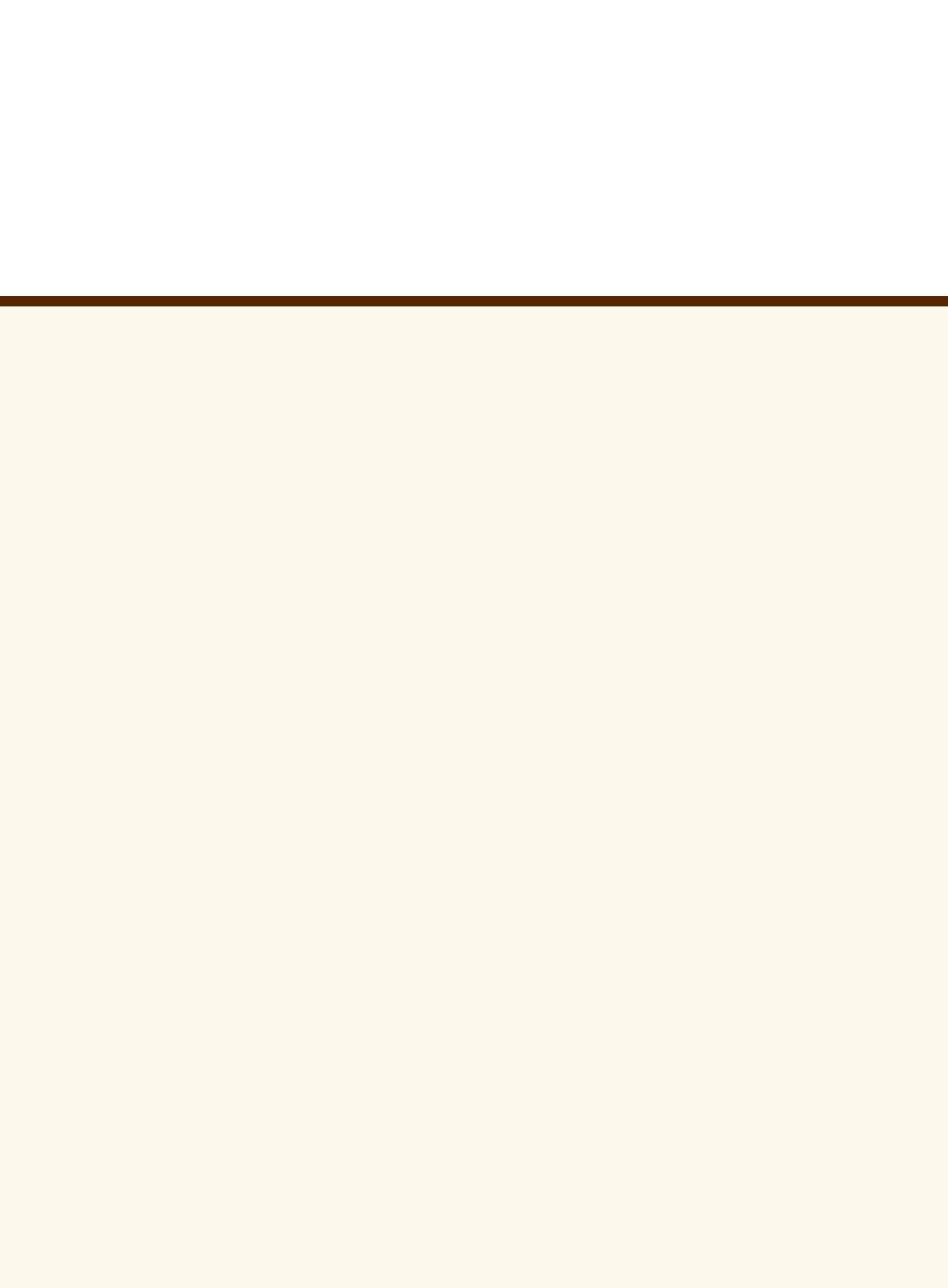
En d'autres termes, ces nombreuses années de notre vie, qui nous coûtent tant, et les nombreuses douleurs et les nombreux tourments que nous souffrons pour elles, pour les compléter au maximum, qui est celui qui en bénéficie? Pour être encore plus précis, à qui est-ce que je donne du plaisir?



Il est en effet vrai, que les historiens se sont lassés de considérer cette question et c'est particulièrement le cas de notre génération. Personne ne veut même s'y intéresser. Cependant, la question se dresse plus âprement et violemment que jamais. Parfois, elle vient à notre rencontre, sans avoir été invitée, elle assaille notre esprit et nous fait plier genoux à terre, avant que nous parvenions à trouver les stratagèmes connus, c'est-à-dire, ceux qui faisaient que notre vie s'écoulait nonchalamment, comme autrefois. »

(Baal HaSoulam « Introduction à l'étude des dix Sefirot, »Point 2)

**La sagesse de la Kabbale
est pour celui ou celle
qui ne peut ignorer
plus longtemps la question
sur le sens de la vie.**





Appendices

Un interview avec le Dr. Michaël Laitman

QUESTION: QUELLE EST LA CHOSE LA PLUS IMPORTANTE DANS LA VIE POUR VOUS?

Réponse: La diffusion de la méthode de correction pour l'ego humain dans le monde. L'ego est la source de tout ce qui est mauvais dans le monde, et seulement sa correction amènera le bonheur au monde.

QUESTION: QUELLE EST L'ESSENCE DE LA VIE?

Réponse: L'essence de la vie pour chaque personne est sa propre correction jusqu'au point d'atteindre l'attribut de l'amour à travers tout ce qui l'entoure.

QUESTION: QUELLE EST LA CAUSE DE LA PÉDOPHILIE, DE L'INSATISFACTION, DES GUERRES, DU TERRORISME, DE LA CORRUPTION, DE LA PAUVRETÉ, DES EXTRÉMISMES NATIONAL ET RELIGIEUX, ET POURQUOI NE POUVONS-NOUS PAS VAINCRE LE MAL?

Réponse: Tout le mal, dans ce monde, est né de la nature égoïste des gens. Depuis la nuit des temps, l'ego humain n'a pas arrêté de grandir et de se développer, menant l'humanité à développer la société, à dominer et vaincre la nature. Nous ne pouvons pas maîtriser l'ego avec nos moyens et nos forces actuelles.

QUESTION: QU'EST-CE QUI PEUT SAUVER LA TERRE D'UN DÉSASTRÉ ÉCOLOGIQUE?

Réponse: Seulement le changement d'attitude de l'homme envers son environnement, c'est-à-dire l'homme et la nature. Nous devons passer de la haine et du désir de profiter de tout et surtout des autres dans notre propre intérêt, au don et à l'amour général. On devrait former, le plus rapidement possible, une commission pour



sauver la Terre de la nature humaine, avec un accès à tous les medias. À travers la coopération, cette commission devra enseigner à toute l'humanité comment exister de façon correcte, en réciprocité.

QUESTION: COMMENT AIMERIEZ-VOUS VOIR LE MONDE FUTUR ET L'HUMANITÉ?

Réponse: Dans le futur, tous découvriront qu'ils sont des éléments complètement interconnectés et interdépendants, dans un système unique, comme les roues dentées d'une machine. Toutes les actions et pensées émergeront de cette complète dépendance mutuelle qui sera révélée, et cela forcera tout le monde à arriver à un point de vue commun, un plan commun, et une action pour changer le monde.

QUESTION: QUELLE EST VOTRE PHRASE FAVORITE?

Réponse: La vie peut exister seulement quand tous ses éléments sont en complète harmonie, comme dans un seul corps parfait. La phrase « Aime ton prochain comme toi-même » incarne précisément cela. Cette phrase ne parle pas d'une certaine moralité désirée, mais d'une loi fondamentale pour la vie.

Une nouvelle éducation pour un nouveau monde

1. La globalisation est devenue un facteur qui affecte le développement financier, politique, et culturel. Elle inclut le marché international, tous les processus de la société, et la vie de tous et chacun de nous. Malgré cela, elle ne résout pas les problèmes politiques, financiers, sociaux, culturels, ou religieux.

2. Pour aider l'homme à s'adapter à cette réalité nouvelle, une nouvelle éducation est nécessaire. Jusque là, l'éducation était établie comme une partie du cadre égoïste et individualiste du monde. La nouvelle éducation doit venir naturellement, plutôt que comme le résultat de l'impact douloureux de la nature sur nous, nous forçant à changer notre mode de pensée, les relations que nous établissons avec les autres, et à les adapter à la réalité globale.

Contrairement aux changements expérimentés dans le passé, cette fois, nous avons vraiment une opportunité de faire le changement par nous-mêmes, de façon consciente, et non de façon coercitive.

3. Le changement de la culture habituelle, pour une culture globale, ne doit pas arriver par la force (celle à laquelle nous sommes habitués). Par exemple, maintenant, nous forçons nos enfants à étudier d'après l'ancien système, bien qu'ils soient destinés à la « nouvelle humanité ». Notre instinct est de supprimer la nouveauté, chose à laquelle ils aspirent naturellement.



4. Ici, pour la première fois dans l'histoire, devrait se manifester le rôle pédagogique des médias. Au lieu d'être une source d'information douteuse, les médias doivent gagner notre confiance en contribuant à l'éducation de la nouvelle génération. Ceci est précisément le rôle des médias, suivis des institutions éducatives.

Tous les changements dans la société devraient commencer d'en bas. Ils doivent être basés sur les normes de vie, les principes moraux, et les traditions culturelles religieuses. Les nouvelles ne suppriment pas les anciennes par la force, mais plutôt de façon naturelle et sans douleur, comme une conséquence de la découverte globale de la nature et de la société.

5. L'éducation kabbalistique n'est pas contraignante car, il n'est pas nécessaire d'amener tout le monde à un même niveau de connaissance et de culture. Au contraire, il y a une place pour tous les niveaux et toutes les cultures, puisque l'éducation kabbalistique élève les gens au-dessus des différentes cultures, au-dessus des conflits entre elles, tout en augmentant l'unité entre elles.



Chaque personne peut conserver sa propre religion, comme l'écrit le Baal HaSoulam dans Les écrits de *la dernière génération*. L'éducation kabbalistique évite les conflits et les chocs entre les cultures, les idéologies, et les nations.

6. Bien que la Kabbale conduise les hommes à une conscience commune, appelant chacun à agir comme les roues dentées d'un système unique, elle ne diminue pas le rôle de l'individu. Après tout, chaque personne trouve la place qui lui convient dans ce mécanisme, dans la connexion générale parmi les peuples, et réalise le potentiel complet que la nature lui a donné.

À travers une telle éducation, des principes uniformes d'existence sont créés dans le monde. La conscience individuelle devient une conscience de groupe, suivie par la conscience de l'humanité toute entière. Après cela, comme l'écrit le Baal HaSoulam, les frontières s'estomperont, et une civilisation unifiée émergera.

Le détachement de la souveraineté, l'estompement des frontières, et la formation d'une autorité spirituelle unique, ne sera pas faite par la contrainte, mais plutôt en accord avec la conscience du besoin d'atteindre l'équivalence des attributs avec le Créateur (l'attribut de l'amour et du don sans réserve).



Aussi, l'éducation des masses peut se manifester à travers des programmes de télévision, en plus des jeux sur ordinateur et sur internet.

7. La globalisation cause un sentiment de densité dans le monde. Toutefois, la conscience de l'uniformité du système des âmes, transformera le monde en un endroit chaleureux et sûr.

A propos de Bnei Baruch

Bnei Baruch est une association à but non lucratif dédiée à l'enseignement et à la diffusion de la sagesse de la Kabbale dans le monde entier. Le site existe en plus de 35 langues et se base sur les textes authentiques de Kabbale qui ont été transmis de génération en génération.

L'histoire et les sources

En 1991, après le décès de son maître, le Rav Baruch Shalom Ashlag (1907-1991), le Dr. Michaël Laitman fonde l'Institut de Recherche et d'Enseignement de la Kabbale (ARI). Bnei Baruch accueille des personnes de tout âge et mode de vie, et les invite à découvrir et étudier la Kabbale.

Le Rav Baruch Ashlag poursuit le chemin tracé par son père, le Rav Yéhouda Ashlag (1884 - 1954). Le Rav Yéhouda Ashlag, également surnommé le «Baal HaSoulam», est un des plus grands kabbalistes du 20^{ème} siècle. Il est l'auteur d'un commentaire en 18 volumes du *livre du Zohar*, ainsi que de nombreux autres ouvrages de Kabbale. Bnei Baruch fonde sa méthode d'étude et d'enseignement principalement sur ces deux guides spirituels.

La méthode d'enseignement

La méthode d'enseignement, fondée par le Rabash et son père, le Baal HaSoulam, est basée sur les ouvrages de Kabbale authentiques traditionnels: le *Livre du Zohar*, les écrits du Ari, le *Talmud des dix Sefirot*, et les ouvrages écrits par le Baal HaSoulam.

Le message

Bnei Baruch comprend des milliers d'étudiants en Israël, en Europe et à travers le monde, qui sont engagés dans l'étude de la Kabbale. Le message principal diffusé par Bnei Baruch est l'importance de l'amour du prochain comme valeur essentielle pour l'existence de l'humanité.

Les kabbalistes de toutes les générations ont toujours enseigné que l'amour d'autrui est la condition ultime de la réalisation de l'homme. La Kabbale est une méthode qui donne aux individus les outils nécessaires pour emprunter un chemin de découverte de soi et d'élévation spirituelle.

Activités

Bnei Baruch a été fondé sur l'affirmation que «ce n'est que par la diffusion de la sagesse de la Kabbale aux masses que le monde sera sauvé de l'extinction» (Baal HaSoulam). A cette fin, Bnei Baruch offre aux personnes une variété de moyens pour explorer la nature et leurs vies, permettant une progression en douceur pour les débutants ainsi que pour les étudiants plus avancés.

Internet

Le site web de Bnei Baruch, www.kab.info, présente l'authentique sagesse de la Kabbale en se servant d'articles, livres et textes originaux. Il est à bien des égards la source la plus large de Kabbale authentique de la Toile, contenant une librairie unique et large pour les lecteurs afin d'explorer en profondeur la sagesse de la Kabbale.



Le Centre d'Etude en Ligne de Bnei Baruch offre des cours gratuits de Kabbale pour débutants, initiant les étudiants à la profondeur de cette connaissance tout en étant confortablement assis chez eux.

La chaîne de TV de Bnei Baruch est également diffusée sur www.kab.tv, offrant, parmi les autres programmes, les leçons quotidiennes du Pr. Laitman, accompagnées de textes et de schémas.

Tous ces services sont gratuits.

Télévision

Bnei Baruch a fondé une société de production, ARI films (www.arifilms.tv) spécialisé dans la production de programmes TV éducatifs dans le monde entier, en différentes langues .

En Israël, Bnei Baruch a créé sa propre chaîne de TV, retransmise par câble ou satellite 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Toutes les émissions sont gratuites. Les programmes sont adaptés à tous les niveaux, du parfait débutant au plus avancés.

Livres

Bnei Baruch publie des livres de Kabbale authentique. Ces livres sont essentiels pour une compréhension complète de la Kabbale authentique, expliquée dans les leçons du Dr. Laitman.



Michaël Laitman écrit ses livres dans un style clair et moderne, basés sur les concepts du Baal HaSoulam. Ces livres sont un lien vital entre les lecteurs modernes et les textes originaux plus anciens. Tous les livres sont en vente sur www.kabbalahbooks.info, ainsi que téléchargeables gratuitement.

Financement

Bnei Baruch est une association à but non lucratif dédiée à l'enseignement et à la diffusion de la sagesse de la Kabbale. Pour maintenir son indépendance et la pureté de ses intentions, Bnei Baruch n'est pas soutenu financièrement ni lié à aucune organisation politique ou gouvernementale.

Comme la plupart de ses activités sont gratuites, les principales ressources financières des activités du groupe sont les dons et la dîme – payés par les étudiants volontairement – et les livres de Laitman, qui sont vendus à prix coûtant.



Comment contacter Bnei Baruch

E-mail: french@kabbalah.info

Web site: www.kabbalah.info/fr

www.kab.info

Numéro gratuit au Canada:

1-866-LAITMAN

Fax: 1-905 886 9697

1057 Steeles Avenue West,

Suite 532 Toronto,

ON, M2R 3X1 Canada





Table des matières détaillées

Avant-propos	6
LE POINT DANS LE CŒUR	9
Réussir au-delà de vos rêves	11
La loi supérieure.....	12
Ce marathon n'a que trop duré.....	14
Le fil de l'amour.....	17
Un colis pour vous	18
Ici et maintenant.....	19
Le bouton.....	20
EGO ET AMOUR	21
L'Ego humain.....	22
Le temps de se libérer est venu	23
Contrastes	25
Sortir vers une réalité d'amour.....	28
Un réseau social à un niveau spirituel.....	30
LE CRÉATEUR : VIENS ET VOIS.....	33
Il n'y a rien hormis Lui	35
Le Créateur : Viens et Vois.....	36
Focaliser sur le Créateur	37
Prendre conscience	38
Un champ d'amour.....	39
Le point et la lumière.....	41

LE MONDE SPIRITUEL	43
Un monde plein de chaleur.....	45
Vagues spirituelles	46
L'intention est l'action	47
Plaisirs, lumières et réceptifs.....	48
Pourquoi est-il si important pour les femmes d'être belles?.....	50
LA MÉTHODE DE LA CORRECTION.....	51
La lumière environnante.....	52
Une demande d'atteindre la complétude	53
Passer de la locomotive de l'évolution à l'avion spirituelle.....	54
Le Livre du Zohar— Un pont vers le monde caché.....	57
Connaissance avec moi-même	60
Lumière de Hassadim (Miséricorde) dans une mer de lumière de Hochma (Sagesse)	62
Un plaisir sans fin	64
Le but de la création est d'avoir du plaisir.....	65
ÉMOTIONS ET ÉTATS	67
Ne supposez pas, contrôlez le destin!.....	68
Le désir qui allume la lumière	69
La honte —le moteur du développement.....	70
Pourquoi nous sentons-nous seuls?.....	71
Réflexions sur la douleur.....	72

La lumière qui ne s'éteindra jamais	73
Vers la vraie crainte	74
Orgueil	75
La pensée est le serviteur du désir	76
Éternellement jeune	78
CONSTRUIRE UN NOUVEAU MONDE	79
Et choisis la vie	81
Construire un monde	83
D'âmes séparées à l'unité	84
Écologie—Un changement de perception	86
La famine mondiale n'est pas obligatoire	89
L'âge de pierre dans un décor High-tech	90
LA SAGESSE DE LA KABBALE EN RÉSUMÉ	91
La création du monde	92
Petit village, ego global	94
La Kabbale authentique	96
Une échelle vers l'Infini	97
La sagesse du caché	98
La question irritante	100
APPENDICES	103
Un interview avec le Dr. Michaël Laitman	104
Une nouvelle éducation pour un nouveau monde	106
A propos de Bnei Baruch	110

