



Perles de sagesse au féminin.

Selon les enseignements de Rabbi Nahman de Breslev.

Ce feuillet est dédié au Am Israël : que la flamme qui est en vous puisse briller toute l'année.



Réserve aux femmes exclusivement

Leilouy Nishmat Zara bat Tourkia

A la recherche de la fiole perdue...

Hannouka, la fête des lumières tant aimée par tous, petits et grands, ces bougies que nous allumons contiennent un message essentiel : remercier Hachem et Le glorifier. Ces deux notions (remercier et glorifier) vont en fait nous permettre de travailler notre émouna afin d'arriver à la véritable simha (tdr : joie). Toute notre vie est un ensemble d'évènements merveilleux, qui ont été minutieusement choisis pour nous, au détail près par Hachem. Ne crois pas que tout ceci n'est qu'un simple petit programme. Hannouka signifie aussi h'inoukh (tdr : éducation) et c'est le moment pour nous de transmettre un message très fort à nos enfants et à nous même, car en fait, toute l'éducation de tes enfants va se baser sur ton comportement vis-à-vis d'Hachem.

Hannouka, c'est surtout pour nous rappeler qu'il y a en chacun de nous une flamme, et qu'à aucun moment, il ne faut laisser le yetser ara nous l'éteindre. L'élément central de l'être humain c'est sa pensée : je suis ce que je pense. Hors, le danger, c'est de croire hasvé chalom que nous ne sommes pas capables de tenir devant nos épreuves ou qu'Hachem ait pu nous oublier, ou pire encore, qu'il est déçu de nous !

Toutes ces mauvaises pensées, qui ne sont que du poison pour notre néchama, vont : 1/ Obscurcir notre esprit, au point de voir que du négatif autour de nous. 2/ Ne plus voir la main d'Hachem dans toutes les belles choses qui nous arrivent et qui nous entourent. 3/ La pire des choses : tomber dans l'ingratitude.

Quand les grecs sont entrés dans le Beth Hamikdash, la destruction n'a pas été physique ou matérielle, bien au contraire tout est resté en l'état. Ils ont bien compris qu'en souillant nos néchamot serait la véritable victoire pour eux. Le Juif est un être saint, qui est amené à se sanctifier tout au long de sa vie.

Tout au fond de nous, nous ne pouvons supporter l'impureté. En faisant rentrer dans le Temple une idole, une prostitué et un cochon, le découragement des Juifs était évident et assuré. C'est justement à ce moment-là, au plus bas du plus bas, qu'une poignée d'hommes ont décidé de ne pas se laisser faire et d'aller chercher l'impossible dans le fin fond du Beth Hamikdash : la fiole qui va rallumer cette petite flamme et nous permettre de reprendre espoir.

Médiasance

- Celui qui médit sur autrui, intensifie ses fautes et elles deviennent plus graves que les trois plus grands péchés (l'idolâtrie, l'immoralité et le meurtre).

- Celui qui parle du mal d'un Juif, souffrira d'une maladie de la bouche.

- Dire la vérité sauve de la médiasance.

- Celui qui fait une mauvaise réputation à son prochain, ne sera jamais pardonné.

*Sefer Hamidot
Lachon Hara
A2, A5, A9
& A15*

Pour dédier un numéro ou envoyer vos questions à yael taieb,
une seule adresse : mekor.hokhma@gmail.com

בס"ד

A l'époque du Beth Hamikdash, la Torah était vécue intensément ! La proximité avec Hachem était de chaque instant, et pourtant... Lorsque les grecs sont venus nous proposer l'assimilation, une grande partie d'entre nous a répondu « dacc' » ! Les Hakhamim posent alors la question : « Comment est-ce possible que dans une période où les miracles étaient chose commune et où nous vivions la Torah du matin au soir, nous ayons pu nous faire débaucher si vite ?! ». Après mûre réflexion, les Hakhamim nous apportent la réponse suivante : « La avodat Hachem était intense, mais l'essentiel manquait : la simha ! ».

Mes très chères amies, je peux vous garantir que nous sommes toujours plongées dans la même situation : nous sommes baignées dans l'assimilation qui nous empêche d'être ou de rester joyeuses car sache une chose, la bataille n'est toujours pas finie, nous sommes toujours sous leur emprise.

On veut, par force, nous imposer des sciences et des connaissances, des comportements et des « lieux de détente » qui n'ont pas de liens avec nous et notre sainte Torah et qui ne font que nous tirer vers le bas.

Pendant Hannouka, il ne faut pas hésiter un seul instant à raconter à nos enfants la merveilleuse histoire des Makabim, qui sont restés forts dans leur tête et qui n'ont à aucun moment sombrés dans le découragement alors qu'ils n'étaient qu'une poignée devant des centaines de milliers !

Hannouka c'est aussi créer un lien très fort entre nos pensées, nos paroles et nos actes et ne pas avoir peur de s'affirmer en tant que Juif croyant. Il faut avoir la certitude et la conviction profonde qu'il n'y a qu'un seul Maître du Monde. Quel que soit notre situation géographique, spirituelle, financière ou familiale, nous L'aimons très fort et nous sommes fières d'être ses enfants chéris.

Hannouka Sameah et Shabbat Shalom

yael taieb

Paroles de Tsadikim...

« Même si tu constates que l'homme est complètement perverti, juge-le favorablement. Cherche en lui quelque point valable, une Mitzvah ou une bonne action. Il n'est pas possible que de sa vie il n'ait pas accompli au moins une action valable. »

« Ne demande jamais ton chemin à quelqu'un qui le connaît, car tu pourrais ne pas t'égarer ».

Rabbi Nahman de
Breslev

Donnez un
sens à votre Vie!

Uniquement pour les
Shomrei Shabat et+

Tidoushin!
Votre mazal sur - mesure.

Supervisé
par des
Rabbanims

Inscrivez-vous

Vous aussi envoyez-nous vos histoires.

Pour cela, une seule adresse : mekor.hokhma@gmail.com

Ouman, voyage dans un monde parallèle

Jeudi, 3:45 RDV à l'aéroport de Tel Aviv, je ne connais quasiment personne mais déjà j'appréhende ces 4 jours. Une foule de femmes de tout âge se bouscule, chacune prête à faire la fête et à prier.

11h Arrivée dans le car de Kiev direction Rabbi Levi Itshak de Berditchov : Malgré la fatigue intense de la nuit blanche, l'ambiance démarre dans le car. On reconnaît de suite les anciennes qui ont déjà l'habitude de danser à toutes heures.

20h Source du Baal Chem Tov : On nous a parlé d'un fameux mikve dans le car... Certaines filles du groupe n'hésitent pas et se lancent. En plein hiver, l'eau est à -20 degrés environ mais déjà on sent qu'on est plus la même ou qu'au contraire on devient soi-même. Pendant que les filles se trempent les fous rires nous prennent... Le groupe commence à s'unifier, comme si que l'on se connaissait depuis des années. Il n'y a plus d'âge plus, de situations sociales ou professionnelles. On est toutes des bnot Israël !

23h Tefilot chez le Baal Chem Tov : On fait Tikoun Hatsot ensemble et pour la plupart c'est notre première fois. J'ai vraiment eu l'impression d'être chez mon grand-père. Un véritable apaisement, j'ai eu envie de tout lui chuchoter à l'oreille avant d'aller dormir. Enfin un lit!

Vendredi, 11h Sur la route pour Breslev chez Rabbi Nathan. L'ambiance est à son max: on danse avec une véritable simha comme si que nous étions dans un monde parallèle où rien n'existe, aucun problème, aucune pensée ne peut nous atteindre. Quoi de plus beau que cet instant où, pleines de kedoucha, on offre nos cœurs et nos danses à Hachem! Chez Rabbi Nathan le grand frère, ouverture du likoutei tefilot et comme par miracle chacune tombe sur son propre sujet! On est déjà en retard pour shabbat, celles qui veulent attrapent sur la route les branches de l'arbre d'en face. Retour dans le car. Destination Ouman : Rabbenou. L'ambiance ne cesse de s'amplifier, on danse et on chante, de parfaites inconnues il y a 24h, nous sommes devenues les meilleures amies du monde!

15h Arrivée à Ouman. On prend nos places dans les chambres et on ressent toutes la même chose : on est enfin chez Rabbi Nahman.

Shabbat Après l'allumage des bougies et la tefila, Gaelle fait réciter à toutes les jeunes filles la tfila pour le zivoug agoun. Entre les pleurs, les chants, les danses et les mazal tov, notre cœur commence à devenir Breslev... Le lendemain après le repas, chacune s'isole pour faire les 10 tikoun haklali! Un exercice presque sportif et très enrichissant : par des signes on se donne toutes le nombre de Tikoun Haklali qu'on a lu et, le sourire des autres nous pousser à terminer!

Fin de shabbat : La fameuse soirée de Melavé Malka. Le groupe ne forme plus qu'une personne, on danse avec tout le monde, copines ou pas! Ce qui compte c'est ce moment où tout le monde se lâche complètement avant... Le vidouy. Vidouy sur le Kever : du rire aux larmes on essaye tant bien que mal de vider notre sac devant le Tsadik! On ressort tard dans la nuit avec des doutes mais au font on se sent déjà beaucoup mieux.

Dimanche : Parc Sofia. Après le super petit dej', direction le parc Sofia. Hitbodédout dans les recoins du parc, on se rappelle que Rabbenou a prié ici devant chaque arbre, chaque partie du parc.

On marche sur ses pas pour créer notre lien avec Hachem. **17h** Bye Bye Rabbenou! Le cœur lourd de quitter le Tsadik, direction l'aéroport. Après 4 jours de tefilots chacune a pris sur elle quelque chose : Tikoun Haklali, le Ner de Rabbenou, Hitbodédout, Tikoun Hatsot, et même « Moda Ani » pour la première fois!

Les filles prennent le micro pour parler de ses ressentis pendant le voyage, nous raconter son miracle... Des paroles qui vont toutes nous renforcer et rester en nous pour le retour.

Aéroport de Kiev: des scènes mémorables peut être dues à un trop plein d'émotion se passent dans l'aéroport. Je n'en dirais pas plus ici... ;)

3h du matin Arrivée à Tel Aviv. Épuisées, chacune récupère ses valises. On se dit au revoir comme si qu'on se manquait déjà... Mais au fait, à quand la prochaine soirée?! Merci à l'équipe Mekor Hokhma, et merci à vous les filles. Effectivement, je ne suis pas rentrée pareille!



Pour dédier un numéro ou envoyer vos questions à yael taieb,
une seule adresse : mekor.hokhma@gmail.com



Pureté familiale

La grossesse

Durant les trois premiers mois de la grossesse, la femme obéit aux lois habituelles des vessatot. Après trois mois, elle ne craindra plus de voir de vesset (ses règles) sauf si elle apercevait un saignement auquel cas, elle devra craindre une fois le jour du mois ou le jour de la aflaga.

L'allaitement

Les 24 mois qui suivent l'accouchement, la femme a le statut de nourrice même si elle n'allait pas durant les 24 mois, ceci à cause du rétablissement physiologique qui perturbe le retour normal du cycle menstruel. Ainsi, pendant cette période, la femme qui aperçoit un saignement devra craindre un retour éventuel du saignement le « jour du mois ». Et si elle aperçoit un second saignement, elle se séparera le « jour du mois » ainsi que la aflaga.

L'épanchement de l'âme

Dans le Likoutei Moharan (1,2), Rabbi Nahman énonce : « *L'arme principale du Juif est celle de la prière* », comme il est écrit : « *Avec mon glaive et mon arc* » (Genèse 28,22). Rachi explique que ceci fait allusion à la prière et aux demandes. Ainsi, celui qui a le mérite de posséder le glaive devra savoir comment l'utiliser dans le but de viser droit au but – afin que sa prière atteigne la bonne cible et qu'elle ne soit pas vaine, à D.ieu ne plaise ! Il arrive que la prière ne soit agréée ni par les supplications ni par les cris. De plus, l'homme ne doit pas croire qu'il est superflu de prier puisqu'Hachem est de toute façon miséricordieux. En vérité nous ne sommes pas dignes que nos prières soient agréées ; c'est par bonté qu'Hachem a pitié de nous. Ainsi, nous devons toujours faire le maximum de ce qui est à notre portée, et Hachem agira de son côté pour son saint Nom, en amenant sur nous Sa miséricorde et Sa bonté pour nous sauver.

La tefila de la semaine

Aide-nous dans Ta grande bonté à accomplir le commandement de l'allumage des veilleuses de 'Hanoucah en son temps et avec la perfection qui se doit, dans la sainteté et la pureté, avec une grande et intense ferveur. Que nous ayons le mérite de faire toutes les réparations que nous avons citées devant Toi, grâce au commandement des veilleuses de 'Hanoucah. Que Tu considères comme si nous avons accompli ce commandement dans tous ses détails, ses précisions et ses intentions avec les six cent treize commandements qui en dépendent et que brille devant Toi la lumière sainte de notre commandement dans tous les mondes. Que nous ayons le mérite de réparer tous ces mondes grâce à l'accomplissement de ce commandement et de tous les autres commandements prescrits par la Torah et nos Sages, que Tu nous permettes dans Ta bonté, de réaliser dans l'amour et la crainte, dans la joie et la perfection complètes. Jusqu'à pouvoir amener la paix directement de Toi dans tous les mondes. Alors se réalisera le verset: "*Que l'Eternel donne la force à Son peuple! Que l'Eternel bénisse Son peuple de la paix*". Que Celui qui a établi la paix dans les cieux, répande aussi dans sa grâce, la paix sur nous et sur tout Israël. Amen!

Likoutei Tefilot - Rabbi Nathan

Nos cours et activités

*Cours à Raanana
tous les mardis à 10h30.
Adresse : 80, rehov Ahouza.
Synagogue des Constantinois
« Hoel Mordé'hai ».
Contactez Solijane au 054 22 78 321.*

Hannouka Sameah !

