

Amourdubien - au féminin

Perles de sagesse au féminin.

Selon les enseignements de Rabbi Nahman de Breslev.

Ce feuillet est dédié la refoua chelema de Sol bat Rahel, Zbida bat Simha, Eliyou ben Hanna et Alice Aliza bat Aicha Haia.



Réservé aux femmes exclusivement

Leilouy Nishmat Zara bat Tourkia

Entre volonté et réalité

As-tu déjà ressenti ce sentiment très frustrant, cette situation où tu veux une chose mais en fait... il y a autre chose à la place ?!

C'est ce que l'on appelle en hébreu la notion du « ratsouy et du matsouy » (tdr : ma volonté, ce que je voudrais, ce qui me semble être juste à ce moment-là ... et la réalité, ce que je suis en train de vivre véritablement).

En fait, tant que tu n'es pas dans la situation du « ratsouy » c'est à dire, dans une situation où ce ne n'est pas ta volonté qui s'accomplit selon la perception que tu as actuellement, tu as cette sensation que tout ce qu'il se passe est nul et sans intérêt, puisque cela ne représente pas une situation juste à tes yeux.

C'est là que tu vas développer le *dimion*, l'imaginaire qui va t'emmener dans un long voyage où tu ne sauras plus du tout gérer ton émotionnel... Tu passeras par des hauts et des bas qui vont t'embrouiller l'esprit à tel point que parfois tu ne sauras même plus où est la vraie vérité !

Tu vas avoir « le ressenti que... », « l'impression que... ». Tout ça ce sont des sentiments négatifs qui te bouffent de l'intérieur, qui t'empêcheront de te construire et d'avancer ; car tu passeras toute ta vie en te disant que tu aurais voulu une chose mais dans la réalité Hachem en a décidé autrement... et c'est donc là où va commencer ton service divin : ne jamais oublier la finalité de ce monde.

Nous sommes venus ici pour rechercher Hachem et Le glorifier à travers tous les événements qu'Il nous fait vivre, en nous annulant à Sa volonté, donc tu comprends bien que le yetser ara a tout intérêt à vouloir te bloquer dans la situation du *ratsouy* afin que tu développes des pensées négatives sans même que tu t'en rendes comptes...

S'éloigner des méchants

- Garde toi de te trouver à proximité des impies pour ne pas être puni comme eux le seront.

- Évite de t'associer avec les gens qui sont connus pour raconter des mensonges et tu mériteras de détecter les hypocrites et les trompeurs.

- On doit éviter d'échanger des baisers avec des méchants, car le fait d'embrasser crée un lien qui dure même après la mort.

Sefer Hamidot
Har'hakath Rechaim

Cela peut te surprendre car nous sommes dans une génération où « la pensée positive » est à la mode, or tu ne pourras développer aucune pensée positive stable si tu n'as pas intégré en toi la notion de la finalité de ce monde qui passera par la recherche d'HaKadosh Barouh Hou en toute situation, même si justement, ce n'est pas du tout ton *ratsouy*.

« Alors, comment faire ? » vas-tu me dire... Bien évidemment, la mise en scène est parfaite, les acteurs sont hors pairs (*d'ailleurs aucun oscar au monde ne pourra leur suffire tellement ils sont bons 😊!*) et toi, absorbée par tes pensées et ton manque de gestion émotionnel, tu ne te rends plus compte de rien et tu es prise au jeu...

Rabbi Nahman nous enseigne qu'un bon juif ne peut l'être véritablement qu'à partir du moment où il a développé une relation avec HaKadosh Barouh Hou en Lui parlant tous les jours, de tout et rien, en épanchant son cœur : c'est la Hitbodedout, si chère aux yeux de Rabbi Nahman.

Il faut Lui demander de nous aider à prendre conscience à quel point notre situation est triste car dans Sa grande humilité, Il nous donne cette sensation que nous réalisons et comprenons des choses dans notre vie et que c'est nous qui la gérons... mais si tu prends le temps d'y réfléchir, tu verras que la réalité est tout autre et c'est bien Lui qui est derrière chaque événement que nous vivons. Nous devons développer la notion du *bitoul* (tdr : annulation de soi *et de ma volonté*), face à Sa volonté.

Il faut donc enrichir au maximum notre connaissance d'Hachem afin de savoir comment se comporter à chaque moment et c'est justement à travers ces moments très intimes avec ton Créateur (lors de la Hitbodedout), que tu pourras apprendre les règles du jeu de ce monde.

N'oublies pas une chose : Hachem ne veut que ton bien être et tu n'as même pas idée à quel point Il fait tourner tout Son monde afin que tout se passe au mieux pour toi, selon bien évidemment, Sa perception divine, parfaite.

Sache que le *matsoui* en fait c'est la volonté ultime d'Hachem et tu es venue dans ce monde pour rechercher Hachem à travers le *matsoui* qu'il te fait vivre.

Shabbat Shalom et Pourim Sameah !

Yael Taieb

Paroles du Tsadik

Concernant le
Likouteï Tefilot :

« L'adaptation des enseignements en prières procure à D.ieu un immense plaisir comme jamais cela n'avait été le cas depuis la création du monde » comme cela figure dans l'introduction du recueil de prières (Likouteï Tefilot).

Rabbi Nahman

Oz véadar lévoucha

Un enseignement, particulièrement adapté à notre époque, peut être tiré du verset « *Oz véadar lévoucha* » : Il va sans dire que l'un des facteurs majeur responsable du manque de tsniout dans les vêtements de femme de notre époque, réside dans le fait que la femme juive a de grandes difficultés à se procurer des habits convenables. Les vêtements sont fabriqués par des personnes qui sont à la recherche d'un objectif diamétralement opposé à celui de la tsniout, leur mot d'ordre étant « *plus c'est voyant, mieux c'est !* » hasvé chalom. Cette situation fait qu'il est très difficile pour la *bat Israël* de trouver des chemisiers et des robes qui ont le style et la couleur seyants à une *bat Israël*, qui ne sont pas transparents, ni trop moulants et qui ont une encolure, une longueur, etc. cachères.

Toutefois, nous sommes « un peuple à la nuque raide », qui ne renonce pas. Nous savons qu'à cœur vaillant, rien d'impossible. De plus, nous n'ignorons pas que Hachem met des obstacles au travers de notre route dans le seul but que nous puissions Lui prouver notre résolution et notre ferme volonté d'observer Sa Torah et d'accomplir Ses Mitzvot, quelles que soient les circonstances. C'est la raison pour laquelle avec *Oz*, persévérance, force et courage, la *bat Israël* ne renonce pas. Elle estime qu'il lui est impossible de capituler et de s'avouer vaincue dans un domaine d'une telle importance. Elle sait qu'elle doit rester fermement ancrée sur ses positions lorsqu'il en va des questions fondamentales du Judaïsme. Par conséquent, en dépit de leurs désirs personnels, la femme ou la jeune fille juive sincères sont souvent prêtes à se priver, souhaitant ne faire aucun compromis en ce qui concerne leurs principes, même si de nombreux obstacles se dressent sur leur chemin. Elles mettent tout en œuvre pour trouver des habits convenables pour leurs filles et pour elles-mêmes. Si elles n'y parviennent pas, elles font confectionner des vêtements raffinés, adaptés à leurs besoins et à ceux de leur famille.

Lorsqu'une femme est exigeante sur la tsniout et qu'elle s'assure que son habillement convient à son rôle de mère ou de future mère dans le Klal Israël, ses vêtements génèrent du *Adar* – de la splendeur et du prestige.

Rav Falk – Oz Vehadar Levoucha Tome I

« Qu'est ce qui va nous aider à vaincre Amalek ? La Hitbodedout »

Yael Taieb

Amourdubien.com

Hitbodedout

Pour goûter la lumière cachée de la Torah – les secrets qui seront révélés dans les temps à venir – tu dois t'isoler autant que tu peux pour prier et parler à D.ieu. Considère bien tes actes et fais le point. Que fais-tu de ta vie ? Comment passes-tu ton temps ? Est-ce ainsi que tu dois vivre ta vie, que tu dois te conduire devant Hachem, qui te comble de Ses bontés à toute heure du jour ? Considère bien les différents aspects de ta vie. Si tu juges tous tes actes, tu pourras éliminer toutes tes craintes et tous tes soucis. Tu n'auras pas peur des forces de la nature, comme les bêtes sauvages, les princes, les souverains et les brigands. Plus rien ne t'effraiera. Devant D.ieu seul, tu seras saisi de peur et tu Le vénèreras. C'est ainsi que tu élèveras la crainte qui est en toi à sa vraie racine, qui se trouve dans le Da'ath. Tu accèderas à la vraie connaissance parce que tu sauras devant Qui tu te tiens, tout saisi d'effroi : devant D.ieu seul, dans toute Sa gloire et Sa grandeur. Tu pourras alors comprendre la Torah révélée et accéder à la véritable humilité.

Conseils de Rabbenou

Comportant des paroles de Torah, ce feuillet ne peut être déposé que dans une gniza.



La tefila de la semaine

Ne pas gaspiller son temps

Mon D.ieu, soutiens-moi sans cesse et sauve-moi pour que je Te revienne vraiment en un complet et constant retour. Je pourrai ainsi être digne de m'attacher réellement à Toi, selon Ta volonté. Que je puisse dorénavant partager ma vie entre l'étude, les prières et les bonnes œuvres ; dans la sainteté, la pureté et la vérité, la foi et la crainte, l'amour et la joie, et de bon cœur au vu de l'abondance des bienfaits. Dans Ta miséricorde débordante, aide-moi à ne jamais gaspiller même un seul instant de ma courte existence et à le mettre à profit, sans délai, sachant bien qu'il faudra Te rendre compte de chaque minute de vie que Tu nous as donnée. Et si ce n'est maintenant, alors quand ? Accorde-moi Ton aide pour que, même quand je suis forcé de me préoccuper d'autres choses, Tu m'offres l'occasion de me consacrer toujours à des activités ayant trait à Ton service sacré et qui, tout en détendant mon esprit et en veillant à ma santé mentale, restent dans le domaine des choses sacrées qui sont vraiment le fruit de Ta volonté. Aide-moi pour que je puisse me conformer réellement, dès ce jour et pour la vie, à satisfaire Ta bienfaisante volonté.

Likoutei Tefilot - Rabbi Nathan

Mechivat Nefesh

L'essentiel du judaïsme dépend de la capacité à se renforcer, ce qui correspond à ce que l'on dénomme une « audace spirituellement positive ». Qui que l'on soit, plus on se renforcera à chaque fois, fut-ce de l'épaisseur d'un cheveu, plus on pénétrera dans le domaine de la sainteté, ce qu'indique le verset : « Tu l'as guidé par Ta force vers Ta sainte demeure », et l'on se rapprochera alors davantage de la Torah, de la prière et des Justes authentiques. Or plus on mérite d'acquérir de la Torah et de pouvoir prier, plus on sera à même de faire preuve d'une sainte audace et de détermination, nous entraînant ainsi à nous rapprocher de D.ieu. Et ainsi de suite... au point où l'on pourra accéder finalement à des degrés élevés dans le service divin. On peut atteindre ces niveaux seulement si l'on parvient à se renforcer de la sorte, à se donner du courage en permanence, et à être « audacieux comme le léopard » dans tous les domaines qui touchent au sacré. Oui, il faudra parfois faire preuve d'audace sacrée, face à son corps rustre qui est, lui, effronté pour assouvir les désirs physiques, et face aux arrogants en tous genres que compte la génération et qui nous barrent la route du sacré, nous écartant du véritable chemin de la vérité.

Nos cours et activités

*Cours à Raanana
tous les mardis à 10h30.
Adresse : 5, rehov haShuk.
Synagogue des Constantinois
« Hoel Morde'hai ».
Contactez Solijane au 054 22 78 321.*

Ménage de Pessah ☺

Kidoushin.com
VOTRE CHIDOUH SUR - MESURE.

vous souhaitez
POURIM SAMEAH.

