

תפילה לאשה לפני הטבילה

רבוננו של עולם, הריני מוכנה ומזמנה לטבול טבילת מצוה במימי מקוה הטהרה כאשר הוריתנו וכשם שטבלו לטהרתן אמהות האמה ונשי ישראל לארץ הדורות. זכני שתעלה לי טבילתי במי הדעת ובמימי החסדים הללו, ותהיה מרצה ומקבלת לפניך, ואבוא להתיחד עם אישי בטהרה, בשמחה ובקדושה.

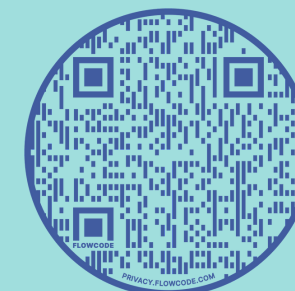
תהא השעה הזאת שעת רחמים ועת רצון מלפניך. יהיו לרצון אמרי פי, ועזרני שאזכה לכון את הגיונות לבי בכונות אמתיות וראויות. מלא משאלותי לטובה ברחמים, ותנני היום ובכל יום לחן ולחסד בעיני בעלי, יהיו שרויים בינינו גילה, רנה, דיצה וחדוה, אהבה ואחוה שלום ורעות.

וטהר לבי לעבדך באמת, וזכני מהרה לטבול במי בארה של מרים הנביאה, באר העתידה לעלות ולנבע מירושלים, כמו שנאמר: "והיה ביום ההוא יצאו מים חיים מירושלים" (זכריה יד, ח), אמן כן יהי רצון. ברוך שומע תפילה.

© כל הזכויות שמורות ליעל ליון

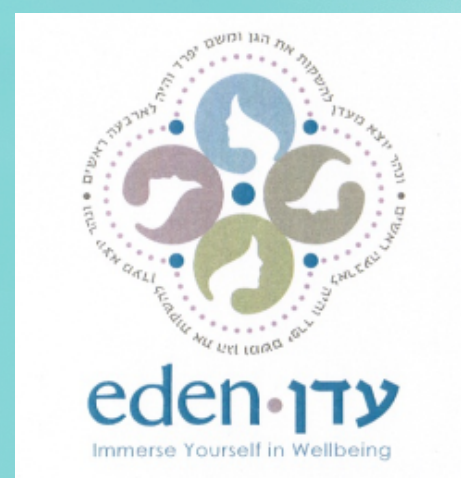
מרכז עדן היא עמותה (ע.ר. 580521185) הפועלת לחיזוק המשפחה היהודית. אנו מבקשים להחזיר את המקווה למקומו הייחודי בהעצמת נשים והמשפחה ודרכו להעלות לשיח נושאים המתאגרים זוגות בזמננו. הפעילות מתמקדת בתוכניות חינוכיות ומעורבות קהילתית המחברות בין הצרכים הרוחניים, הבריאותיים, הרגשיים והאינטימיים של נשים וזוגות.

Le Centre Eden vise à améliorer et renforcer la vie familiale juive. Nos programmes éducatifs et communautaires se concentrent sur la santé physique et mentale, les mesures de prévention de crises, et l'éducation à l'intimité des femmes et des couples.



info@theEdenCenter.com
www.theEdenCenter.com

טבילה לפני החתונה L'immersion au Mikvé avant le mariage



L'immersion au Mikvé avant le mariage est une immersion de transition, marquant le passage d'une période de vie vers une nouvelle étape. Ainsi, il est parfois important de prendre quelques minutes pour exprimer vos sentiments et réflexions lors de l'immersion.

Traditionnellement, de nombreuses femmes se trempent trois fois. Vous pouvez utiliser les indications suivantes pour trois immersions, ou pour tout autre nombre d'immersions que vous comptez faire.

Première immersion - Concentrez-vous sur le passé, pensez à tout ce qui vous a amené à ce moment de votre vie, réfléchissez à ce pour quoi vous êtes reconnaissante, qu'il s'agisse de votre famille, vos amis, ou votre épanouissement personnel. Identifiez toutes les choses positives dans votre vie.

Seconde immersion - Concentrez-vous sur le présent. Cette immersion devrait être pleine de reconnaissance envers Hashem pour la situation dans laquelle vous vous trouvez, pour avoir rencontré votre partenaire de vie avec lequel vous allez partager votre vie, pour le soutien et l'amour que vous recevez de votre famille. Célébrez le présent tout en acceptant toutes les opportunités (et défis) que cette nouvelle étape vous apportera.

Troisième immersion - Concentrez-vous sur le futur. Pensez à vos espoirs et vos rêves alors que vous construisez votre vie ensemble. Pensez à ce que vous espérez pour votre foyer, votre couple, votre avenir ensemble. Et priez pour votre capacité à construire ensemble un foyer dans l'amour, l'unité, la paix, et l'amitié (שלום, אהבה, אחווה, ורעות).

Laissez les eaux chaudes du Mikvé vous entourer, vous étreindre, et vous connecter aux générations de femmes juives qui avant vous se sont également trempées au Mikvé à la veille de leur mariage.

הטבילה לפני החתונה היא לא רק טבילת מצווה, אלא היא גם מסמלת (וחוגגת) את המעבר בין שלב שמסתיים וכניסה לשלב חדש בחיים. לכן, אנו ממליצים לקחת כמה דקות, לכוון את המחשבות והלב, ובכך להתחבר לטבילה בצורה משמעותית יותר.

נשים רבות טובלות שלוש פעמים, אך קיימים מנהגים שונים לגבי מספר הטבילות. את מוזמנת להשתמש בתבנית המוצעת לשלוש טבילות, או כל מספר אחר של טבילות שלקחת על עצמך.

טבילה ראשונה - בהיכנסך למים, התרכזי בעבר. קחי את הזמן להודות על כל מה ומי שהביא אותך לנקודת הזמן הזו, כולל משפחתך, החברים והצמיחה האישית שלך. הכירי בטוב שבחיך.

טבילה שניה - התרכזי בהווה. הודי לקב"ה על המקום שאת נמצאת בו כרגע, על כך שפגשת את בן הזוג איתו את רוצה לחלוק את חיך. הודי על האהבה והתמיכה שאת מקבלת מסביבתך וממשפחתך. חגגי את הכאן והעכשו, תוך ציפייה לכל ההזדמנויות שיהיו לך בשלב חדש זה, יחד עם האתגרים שיבואו.

טבילה שלישית - התרכזי בעתיד. השתמשי בזמן שיש לך במקווה להתפלל ולבטא את התקוות והחלומות שלך בעודכם בונים את ביתכם יחד. חשבי על מה את רוצה שיהיה בביתך, בזוגיות שלך ובעתיד שלך. בקשי שתזכו לבנות את ביתכם יחד באהבה, אחווה, שלום ורעות.

תני למים הנעימים של המקווה להקיף ולעטוף אותך, לחבר אותך לדורי דורות של נשים יהודיות שטבלו לקראת חתונתן.