

הברכות מהשיבות

לסיפורי אלשייט

”וְכִשְׁרוּצָה אָדָם לֵילֶךְ בְּדַרְכֵי הַתְּשׁוּבָה, צָרִיךְ לִהְיוֹת בְּקִי בַּהֲלָכָה, וְצָרִיךְ לִהְיוֹת לוֹ שְׁנֵי בְּקִיאוֹת, הֵיכָנּוּ בְּקִי בְּרִצּוֹא, בְּקִי בְּשׁוּב, זֶה בְּחִינַת (תהלים קלט):

אִם אֶפֶק שָׁמַיִם שָׁם אַתָּה, בְּחִינַת בְּקִי בְּרִצּוֹא.

וְאַצִּיעָה שְׂאוֹל הַנֶּךְ – בְּחִינַת בְּקִי בְּשׁוּב. וְזֶה (שִׁיר־הַשִּׁירִים ו):

אֲנִי לְדוֹדִי וְדוֹדִי לִי אֲנִי לְדוֹדִי – זֶה בְּחִינַת עֵיל (רצוא), וְדוֹדִי

לִי – זֶה בְּחִינַת וְנֶפֶק (שוב). וְזֶה סוּר כּוֹנֵן אֱלֹהִים, וְזֶה עֵקֶר כְּבוֹדוֹ.
(ליקוטי מוהר"ן תורה ו) (ליקוטי מוהר"ן תורה ו)

4 מי ייתן מילים טובות לאמא

ששוב נפלה לביצת הכעס?

מתבוננות במעשיות

6 הדמנציה לקחה את סבתא

רחוק, בשביל אמא זאת הייתה

תחילתו של תהליך התקרבות.

תמונות חיים

7 את הקבלה הזו את חייבת

לעצמן!

חינוך בחיור

15 ליקוטי מוהר"ן זה גם לנשים?

ומה עושים כשמקבלים ביזיונות

מעצמינו ומאחרים?

חיה ורותי בשיחת חברות מרתקת

מעל הזמן והמקום

כל המילים היפות, כל הרצונות, כל השאיפות פתאום מתנפצים. ועכשיו זה ראש השנה! איך מתחזקים? לב הנחל לבנות הנעורים | עמ' 12

"תודה מכל הלב"

מבצע "מפרגנות למפיצות"

ממשיך עד יח' אלול.

הקליטי את שמך, מספרך ואת שמה

של המפיצה שלך בקו "חברות מקשיבות"

ותכנסי להגרלה!

קו חברות מקשיבות 03-313-4270 שלוחה 3

הזוכות יפורסמו בעלון תשרי בעז"ה

הן נשארו לבד ברגעים לא פשוטים. החיזוקים שלהן יתנו לכולנו כוח. נשות ישראל מספרות על מסירות עבור הנסיעה הגדולה | שיחת חברות



לתרומות:

בנדרים פלוס:

אור העולם - - - חברות מקשיבות

בהעברה בנקאית:

למס' 6987607

סניף 897, בנק לאומי 10

ע"ש עמותת "מתחברות לאור העולם"

לציון עבור חברות מקשיבות

בזק חברות מקשיבות:

033134270 / שלוחה 2

לקבלת העלון במייל, תגובות,

הערות והארות

a033134270@gmail.com

עימוד ועיצוב:

לימור 0533148770

תמונות:

FREEPIK

עיצוב גרדי:

EBLUM

הגהה:

ר.ל בהר 054-846-9963

העלון עובר בקרה ע"י ועדה רוחנית.

לתגובות ניתן לפנות לכתובת מייל

המצויינת לעיל.

הבהרה והתנצלות:

העלון שם לו מטרה להפיץ את דעת רבנו

ברוך הטהרה והקדושה

אנו מתנצלות אם השתרבב בטעות תוכן

שאינו תואם את רוח העלון

בתודה על ההבנה. המערכת.

העלון מוקדש

לישועת עם ישראל

להצלחת הקיבוץ הקדוש באומן

ולעילוי נשמת

ראובן בן מרים

יורם בן ברטה

תנצב"ה

מתקשרות לשורש



יריעת פתיחה

// חברות מקשיבות

רק רבינו אמר על עצמו "ואני רופא אותה". את בת המלכה, כנסת ישראל, הנשמות של הדור האחרון. וההתקרבות אליו - היא רפואה עמוקה ופנימית. ומי שמחפשת אמת - תדע: שם, ורק שם, נמצאים האוצרות וכל אבדות נפשה. וככל שהיא תבקש שם יותר - היא תשתה יותר מים מתוקים. וישועתה קרובה לבוא.

אנחנו בעלון מבקשות לעצמנו ללכת נקי, ישר, בדרך המסורה. לקבל מהשורש. בלי להיכנס לפינות חלוקות. אנחנו מתפללות על זה כל פעם מחדש. לא ליפול למקום של הטפה, של מעל משהי, רק להיות חברות מקשיבות לדברי הצדיק. להיות מקום של ביחד לנשות ישראל הצדיקות.

ואם "תפסתן" אותנו בציטוט של קהילה/רב, זה היה בתמימות, בלי כוונה, מתוך מקום לכולם, בלי שיפוט, ובלי מידור. אבל בלי נדר, נשתדל שלא להזכיר שום מקום כזה. אפילו שכולם צדיקים ואהובים.

המטרה שלנו שכל חסידת ברסלב, או כזו שהתכנים של רבינו מדברים אל ליבה - תוכל לפתוח את העלון ולהרגיש בבית.

כשהתחלנו לתקתק עלי מקלדת את המאמרים והסיפורים, רצינו לתת לכל אישה את הזכות להתחבר בפשיטות לתכנים העמוקים האלו, שאין לנו השגה בהם, אבל אנחנו יודעות שהם מיועדים גם "לפשוט שבפשוטים". וזה בדיוק העלון הזה. עלון פשוט, שיש לו לב, והוא מחפש לב.

שנזכה לחודש אלול מחובר וקדוש, ויחד עם החיפוש אחר תיקון נפשנו, לחפש גם את רוח הקודש של הצדיק - שרק באמצעותה, נזכה לתשובה שלמה באמת.

באהבה, חברות מקשיבות.

"תגידו מה הקו של העלון שלכן?" לפעמים נשים שואלות, מבררות. "מצד אחד הוא כל כך מדבר, מצד שני, למי אתן בעצם קשורות?"

"למי?" אנחנו שואלות בחזרה, תוהות. "לרבינו ולרבי נתן, למי עוד ניתן להתחבר? מי עוד נותן כוח אמיתי לנשמה?"

"פשוט חשבתי שאתן שייכות ל..." וכאן יש כר נרחב של דמיון למי מה"כתות כתות" שנעשו בברסלב, אנחנו בעצם שייכות.

לקראת השנה החדשה, לקראת ראש השנה של רבינו, לקראת החודש של החיפוש והבירור העצמי הנוקב, חשוב לנו להדגיש:

העלון שלנו הוא לא קהילתי. לא קשור לשום קבוצה בברסלב. המשפיעים שלנו הם כלליים. רבנים יראי שמיים שמחפשים להתחזק בפשיטות בדעת הצדיק. העלון קשור רק למקור, ומשם אנחנו שואבות את ההשראה ואת הכוח. את הסיעתא דשמיא לגלגל עלון נוסף, למרות המניעות, ואת כל יתר הדברים.

רבינו הנחה את חסידיו: "תלמידים יעשו תלמידים", בלי הנהגה, בלי כתר. יש כיסא אחד. הוא שייך לאדמו"ר זצ"ל. אחריו לא ישב זר. נקודה. והיום, יש בלבול. והכתר מנסה להילקח לימין או לשמאל. ובקטנות דעתנו, לא חשבנו אף פעם שזה מתפקידנו לדבר על תופעת "פרסום של שקר", שהיא אחת התופעות הכואבות בגלות, ונכנסה בעוונותינו גם לברסלב. אך מסתבר שיש צורך.

וכן. גם נשים יכולות ליפול לתוך הפח הזה שנקרא "פרסום של שקר". כל מי ששוכח שהוא צינור ולוקח לעצמו את שרביט ההנהגה ביד רמה, כל מי שנותן עצות "שחייבים" לקיים ולא נותן לצד השני לבחור, מסתכן בזה. ובמילים אחרות: כל מי שיוודע על תיקון נפשי, רוחי ונשמתי, ויש לו את העצות המדויקות להושיע אותי, לדבריו, הוא טועה ומטעה.

הקשר שלך לנסיעה לאומן

תכנים מיוחדים ומרתקים שיאפשרו גם כך לשמוח כל השנה עם הראש השנה של רבינו

רשמי עכשיו את המספר:

02.50.111.60

להזמין לאנר!

קו מקושרת



מעשה מבעל תפילה

חלק כ"ה
כת יפת התואר

על שאינם יודעים מהמלך
והמלכה
ושאלו אותו: איך באת
לכאן?
וספר להם, שבעת שחטף
אותו הרוח סערה נשאו
למקום שנשאו
והיה שם
באותו המקום והיה מחיה
עצמו במה שאפשר במה
שמצא שם
עד שבא אל ים של חלב
והבין שזה הים נעשה
בודאי מחלב של אמו כי
בודאי דחק אותה החלב,
ומזה נעשה זה הים וישב
שם
באותו הים של חלב
והיה נזון מן החלב
עד
שבאו בני המדינה זו
וקבלו אותו למלך.

ועל כן נקרא בן שנה
מחמת שנזון מחלב כמו בן
שנה.
והבינו, שזה הוא
התינוק הנ"ל ובקשו
להתראות פנים עמו
והלכו ושאלו,
וקבלו רשות ונכנסו אצלו,
והפירו זה את זה כי גם
הוא [הינו התינוק שנעשה
מלך]
הפיר אותם אף על פי
שהיה תינוק קטן כשנעלם
מאתם
אף על פי כן, מאחר שהיה
חכם גמור מעת הולדו, כי
נולד עם חכמה
גמורה כנ"ל על כן הפיר
אותם והם הפירו אותו
בודאי
ובודאי היה שם שמחה
נוראה מאד וגם בכו עדין

אחר כך הלכו כלם לבקש
השאר, דהינו המלך וכו'
והלכו ובאו למדינה אחת,
ושאלו גם כן: מי המלך
שלכם?
השיבו, שהמלך שלהם
הוא בן שנה כי הם מן
הפת שבחרו להם שמי
שיש לו שפע מזונות,
ואינו נזון ממזון של שאר
בני אדם
הוא ראוי להיות מלך
וקבלו לפי שעה עשיר
אחד למלך
אחר כך מצאו אדם שהיה
יושב בים של חלב
והוטב בעיניהם מאד כי
זה האדם
הוא נזון כל ימיו מחלב,
ואינו נזון ממזונות של
שאר העולם על כן קבלו
אותו למלך





רוצה להיות נזונה באמת

אכלתי טילון
הזמנתי חברה
סדרתי את
הבית נורא
תכננתי סדר יום
יצאתי לטיול
נסיתי לנהל אותי
מצאתי רק בלבול
למדתי קורס
התחלתי עבודה
הייתי נורא עמוסה
הרעב הזה
הוא לא מפסיק
אפילו שאני
מאד מנסה
ה' אתה
אבא שלי
ואני התינוקת
שלך
אני לא יודעת
מה חסר לי
ומה אני
צריכה
אני רוצה להיות
נזונה באמת
מהמקור הכי אמתי
שרק אתה
אבא שלי
רק אתה
תשביע אותי!

להיזלד מחדש בכל רגע

שלום וברכה,

נפילתי. שוב. לכעס נורא. ממש בושה בשבילי להסתכל על מה שהיה. מסכן הילד. מסכנה אני. מרגישה נוראית. לא יודעת מה לעשות עם עצמי, בכל פעם שהפיוז שלי קופץ... במיוחד בלחץ של הבוקר או ההשכבה. מרגישה אח"כ רחוקה מעצמי, מה' ומבני הבית. לא רוצה לכעוס! ונופלת בזה קשה. מה עושים? רחל.

תמר משה, חסידת ברסלב מביתר, מלווה נשים בתהליכים פנימיים משיבה:

שלום רחל יקרה,

אחח... כמה כואב ליפול. שוב. לאותו בור מוכר, של כעס, שמאיים לטרוף אותך, ואתכם.

כעס הוא רגש טבעי, שה' ברא. רגש שאומר: אני לא מוכנה לזה. רבינו אומר לנו שאפשר להפוך כעס לרחמים. רחמים על עצמך, ואח"כ גם הלאה.

כמה לא קל לשלוט בפיוז שקפץ, וצריך הרבה תפילות שהשם ישמור עלינו ונצליח להפחית נזקים ולשחרר את הכעס במקום בטוח שלא יפגע הלאה.

במעשיה שלנו, יש מלך בן שנה. מלך שמתחדש כל הזמן. כי "לאחר שמוצאים את בת המלך ומתקנים את מידת המלכות זוכים למצוא את התינוק, הם נפשות ישראל שמולידה המלכות ותפקידם לגלות את הדעת של המידות של אנשי המלך בזה העולם" (הרב ברלב, סיפורי מעשיות עם פירוש אורח מישור). את פה כדי להסכים להרגיש את הביטול הזה, איך שאני לעצמי, אין בי כלום. אני אחת שנופלת. זו מלכות - קודם כל ביטול. הסכמה להרגיש קטנה, חסרת אונים. ואז אני מכניסה דעת.

איך? ע"י התחדשות. אסור להיות זקן, אומר רביה"ק, לכן כשאת אומרת "שוב נפילתי" זה אומר שאת זוכרת לעצמך את הנפילות הקודמות. נסי להתחיל מחדש, מהרגע הזה כאילו את האדם הכי רגוע שהיה אי פעם, המטענים מהנפילות הקודמות רק מזקינים אותך, נשמה.

"ונקראים תינוק כי עיקר כוחם הוא ע"י ההתחדשות, שבכל פעם עוזבים את היצירה, ובאים מחדש לעבוד את השי"ת, כמו תינוק שנולד מחדש. ולהשי"ת יש נחת רוח גדול מן ההתחדשות הזו, כמו ילד קטן שמתחיל לגדול ועושה חכמות, שיש מתיקות גדולה בחכמות שלו כי עדיין הוא זך ונקי... ולכן הקב"ה משתעשע עם נפשות ישראל אפילו כשהם בקטנות, ועי"ז מגלים חסדים חדשים וזה ענין הים של החלב שרומז

לריבוי חסדים: להגיד בבוקר

חסדך" ר"ת חלב".

וכשמגיע כעס, אל תנסי לתת יותר ממה שאת יכולה. מותר להתרחק. ולקחת את הזמן לעצמך לכוס מים, תפילה, או להניח יד על הלב ולחבק את עצמך בפשטות. כעס בא לפעמים כשלא עצרנו בזמן ושמונו גבול לנתינה שלנו.

לא קל להיות אמא. ואת לא מלאך. לכולנו זה קורה, זה נורמלי. וזה רק להכיר את עצמך, את הפעמים שזה מקפיץ, ולראות מה יכול לעזור להבא.

נפלת? דבר ראשון אל תהיי הכועסת הבודדה. תני לעצמך חיבוק. תביני אותך. אחר כך תוכלי גם לדבר על מה שהיה, בלי להתרפס, ממקום של לתקן ולהמשיך הלאה. אם את בפיוס עם עצמך, לא יישארו צלקות לאף אחד. אם את לא סולחת לעצמך - זה השדר שיעבור גם מהאחרים אלייך.

"והיה מחיה עצמו במה שמצא שם" זהו מעלת ההתחדשות שש לתינוק שמחיה עצמו במה שאפשר עם כל נקודה טובה שמוצא. תראי את הרצון הטוהר שלך. את המחאה שעשית בעצם האמירה: אני לא רוצה לכעוס! לפעמים, במשך חיים שלמים נעבוד על מידה מסוימת, ויתכן שלא נשיג בעולם הזה כלום. העיקר, הרצון, זה התיקון הכי קדוש ויקר שאנחנו פועלים איתו וכך גם ידונו אותנו למעלה - לפי הרצונות, המחאות, המחאות כף, החזרה בתשובה וההתחדשות היקרה.

כעס זו אש, שאפשר לקחת את האנרגיה שלה ולעשות איתה דברים טובים בעולם כי בברסלב בוערת אש. תקבלי אותה, תשמחי בה ותהפכי אותה לריקוד. ה' משתעשע בך, גם ברגעים הקטנים שלך. תרימי ראש, ותחזרי הביתה. אין לאן וממה לברוח, ה' איתך עימך ואצלך בכל-מה שעובר עליך. רק תכניסי אותו גם לשם. אם יש לו מקום - יש גם לך.

שנזכה לשוב ל'מקום' (תרתי משמע) שניטלנו ממנו.



סמך עין פה

תפילה לחודש אלול

עשה למען שמך וקדש את שמך,

והיה עמנו ועזרנו שנזכר מהרה לשוב אליך באמת ולב שלם,

ובפרט בימים הנוראים הקדושים והמאמיים מאוד מאוד,

שהם ימי אלול וראש השנה, ועשרת ימי תשובה ויום הכפורים,

שהם ארבעים ימי רצון...

רחם עלינו ועזרנו והושיענו

שנזכר לקבל הימים הקדושים הנוראים הללו

בקדושה ובטהרה גדולה,

ונזכר לשוב בהם בתשובה שלמה באמת,

ולקבל עלינו באמת ובלב שלם לילה בדרךך ולקיים מצוותיך

ולעסוק בתורתך באמת כל ימי חיינו,

ולהתפלל בנונה שלמה ונשפך לבנו כמים נח פני ה'.

פלגי מים תרד עינינו על חטאתינו ועוונותינו ופשעינו

ועל רבוי צרותינו, עד אשר נזכר לרצות ולפייס אותך

שתמחל ותסלח ותכפר לנו את כל חטאתינו ועוונותינו נו ופשעינו

שחטאנו ושעונו ושפשענו לפניהך,

ותעקר ותשבר ותבטל כל הגזרות שאינם טובות מעלינו...

עד שנזכר שיתגדל ויתקדש שמך הגדול על ידינו תמיד...

(ליקוטי תפילות, חלק שני, נד)

שלום וברכה חברות יקות!

בחודש אב עסקנו בלהוציא את המזיקים מהקשר, דיברנו על מרכיבי סיכון שהימצאותם מסכנת את המערכת הזוגית היקרה והעדינה (מי שלא קראה - נא להשלים חומר!!). חשוב לי להוסיף לעניין מרכיבי הסיכון שזה לא קל להוציא מרכיב סיכון, ולכן יש לגשת לעבודה הזו עם המון אריכות אפיים וידיעה שוודאי ניפול ונקום המון פעמים עד שנזכה לנקות את הבית מהדבר הזה. עצם המודעות שהתגובה / ההתנהגות / האמירה הזו היא מרכיב סיכון, זו כבר התקדמות משמעותית. בעבודת הניקיון הזו צריך את כל עצות ההתחזקות למיניהן: "התחדשות" - דהיינו להשליך כל מה שהיה קודם, להתנתק מהרגע הקודם ולהתחיל כאילו עכשיו ממש נולדתי. "פירורים" - הידיעה שכל התקדמות מיקרוסקופית היא עצומה ופועלת. "אין יאוש" - תקווה אינסופית ועקשנית שלא מתחשבת במציאות הנראית לעין. וכמובן "תפילה" - לערב את הקב"ה בכל צעד בדרך ולבקש את עזרתו בזיהוי והוצאת מרכיבי הסיכון מהבית ומהלב. וכך עם כלים וסבלנות אפשר צעד אחר צעד לצאת מכל רע בע"ה יתברך. (* המלצה חמה ללכת עם הספר "משיבת נפש")

ועכשיו כשחודש אלול פורש עלינו את כנפיו הטהורות, כשאני לדודי ודודי לי והלב מבקש להיות קרוב, אני רוצה לגעת בעניין הקשר עצמו, מה יוצר את הקשר? מה בונה ומעמיק אותו?

האותיות הקדושות שלנו שמלאות רזים וסודות מגלות לנו דבר יפה.

כשיש לנו את ה"סמך" דהיינו את האפשרות לסמוך לגמרי על בן הזוג, שזה עניין זיהוי והוצאת מרכיבי סיכון, "הוא בוודאי לא יבקר אותי", "היא אף פעם לא תתקוף אותי", "לעולם לא נעזוב זה את זה אלא נעבור הכול ביחד" - על בסיס התמך היציב הזה, ה"סמך", אפשר להתקדם לבניית קשר התלוי בעין ובפה.

קשר עין - פעם סיפרה לי מישהי שהגיעה אליי להדרכת כלות, שהיא עבדה כמדריכה לילדים בקבוצה די גדולה בקייטנה. קיץ, התנהלות של

קייטנה, יכולתי לדמיין איזה בלאגן היה שם, אבל היא הפתיעה ואמרה "את לא מאמינה איך הקבוצה שלי היתה: רגועה, שקטה, באה אחריי בלי עניינים", ועוד לפני ששאלתי היא כבר גילתה לי את הסוד שלה: "ממש פשוט, כל בוקר הייתי דואגת להגיע לכל אחד לכמה שניות להביט לתוך העיניים, לראות אותו, וזהו, זה פעל כמו קסם". ואז זה היה חזק מאוד בשבילי, "באתי להדריך ויצאתי מודרכת" אמרתי לה, ותוך כדי כבר יישמתי עליה את ההבטה הזו ונדהמתי כמה אפשר לראות את השני ולהתחבר אליו כשמסתכלים לתוך העיניים, זה ממש קשר, קשר עין.

אחרי הפגישה איתה הגעתי הביתה וחיפשתי את "הקורבן" הראשון, בעלי נ"י עלה בגורל, חיפשתי את העיניים וקלטתי כמה אנחנו לא מורגלים לתת מבט בעיניים, כמה העיניים מתחמקות בלי מודע מהדבר הזה. לא וויתרתי, וכשהצלחתי להסתכל לו בעיניים, ממש ראיתי מה שלומו מבלי שהוא יאמר לי מילה, הבנתי מחדש את הביטוי "העיניים הם חלון לנשמה". גם עם הילדים עשיתי את זה, מתפלות מהפשטות ומאיך לא עשיתי את זה קודם, זה היה רגע של קשר, רגע של מתנה.

תקשורת (פה אל פה אדבר בו)
עיקר הקשר הוא הדיבור, "נפשי יצאה בדברו", הדיבור מגלה את הנפש, את הפנימיות, וכמו שרבינו הדרך אותנו לעניין התבודדות, שעיקר הקשר עם ה' זה דווקא בדיבור, כך גם בקשר הזוגי עיקר ההתקשרות וההתחברות הוא ע"י הדיבור.
אז איך עושים את זה? איך מדברים באופן שיוצר קשר, שמחבר?

קודם כל לומדים, ויש הרבה מה ללמוד בנושא, ואז מתפללים על מה שלמדנו, שנזכה לקיים וליישם. בע"ה, בטורים הבאים נעסוק בעניין התקשורת ונלמד להביא דיבור שיהיה מקרב ונקי מכוחניות.

אני מזמינה אתכן להצטרף אליי לנסיעה לרבינו הקדוש בר"ח חשוון, שבת פרשת נח.

שם נזכה בע"ה ללמוד ולהתפלל יחדיו, בתקווה לשנה של גאולה שלמה ברחמים עדיה.

לפרטים והרשמה לנסיעה:
0556760186



בטיפול אצל רבינו

הדרך לבית החרושת הגדול בעולם לתשובה ומעשים טובים?

"באמת למה לא?" המהמה אמי אחרי בהסכמה רבתי. "אולי באמת ניסע יחד!"

וכך מצאתי את עצמי חודש אחר כך במסע לקברי צדיקים עם קבוצה נלהבת ומדריכה עוד יותר נלהבת ולתוספת אמה שלי, בכובע קש ורוד ומזוודה בינונית. מסתכלת על כולנו כמו תיירת אמתית. ברסלב, מז'בוז', אומן... אנחנו עוברות מציון לציון. אמה סופגת נופים, דיבורים, מראות. אי אפשר להבין ממנה אם משהו נגע בה או נקלט. היא מכונסת בעצמה.

כשהגענו לאומן ונכנסנו לציון הקדוש משהו בכל זאת יצא החוצה. "אני לא יודעת מי זה רבי נחמן הזה, אני גם לא מבינה מה בדיוק קורה פה. אבל נעים לי פה!" אמה הצביעה על הלב שלה. מבחינתי זה היה וואו. גילוי לב נדיר מאמה שלי, שמקמצת במילות רגש מאז ומעולם.

חרנו הביתה. מציאות אפרורית ורגילה קידמה את פנינו. שום אורות וצלולים לא היו בה.

זמן קצר אחר כך אחיה היחיד של אמה נפטר, שבוע אחריו סבתא סיימה את תיקונה בעולם והצטרפה אליו. ואז הגיעה גברת קורונה ובודדה את כולנו. גם את אמה, שנותרה לבדה בקריות, בלי אה, בלי אח. מתבוססת ביגונה. ניסינו לשדל אותה לבוא אלינו. אך אחי התנגד נחרצות.

"הם לא שומרים על כלום, אל תלכי אליהם" שכנע אותה להמשיך ולהחזיק בבידוד הכפוי. זאת הייתה אמת. אנחנו לא היינו שומרי חוקי הקורונה. אפילו לא בערך. ובהיסטריה שהלכה בעולם באותו הזמן, לא נראה שייך שאמי המבוגרת תבוא לדור באטמוספירה מלאה חיידקי קורונה שחגגו במחול סוער סביבנו והתמתקו על בטוח בזכות השמחה והריקודים. בחסדי שמיים, לא קרה לאף אחד מאתנו דבר.

כשאמה שחררה קצת ואחרי חודשים ארוכים בהם לא ראתה נפש חיה הסכימה להיפגש איתנו, ראינו שהזדקנה מאוד. ה'לבד' המסיבי הזה לא עשה לה טוב. גם אמה הבינה שאסור לה להמשיך כך לבדה. היא ניסתה למכור את הבית של סבתא ללא הצלחה, והתכוונה לעבור לגור ביחידת דיור, שנבנתה עבורה בשטח של אחי.

פתאום בית לידנו התפנה למכירה. זה היה כל כך קרוב. ואמה בדיוק הייתה אצלנו. "אמה, אולי תבואי לכאן?" הצענו בתמימות,

בפסוקים ולשכוח,"

זרקתי עוד טיעון מחץ. זה עבד. לשכוח מהכאבים היה משהו שדיבר מאוד לליבה. אמה הלכה על זה.

מאותו רגע היא התחילה לקרוא את היום בחודש. בדבקות, בלי לפספס. יום יום ישבה עם התהילים ואמרה את מילותיו של נעים זמירות ישראל. כל חודש סיימה ספר. פותחת אחר תחתיו, ממלמלת בפיה, כמו שהסברתי לה שצריך לעשות. וזה עשה לה טוב. מאוד טוב. ניחם אותה במקום עמוק בנפש, שלא היא ולא אני ידענו להסביר. פתח בה משהו פנימי.

במקביל סבתא המשיכה ל"אבד את זה",



"אמה, צאי מהבית, תדפקי בדלת ותיכנסי שוב, אולי תהיי שרה", מילים מהשמיים נחתו לפי בלי שום תכנון מקדים. אמה עשתה כדבריי. יצאה ונכנסה שוב בדלת הראשית. זה עבד. היא חזרה להיות שרה ורוחה שבה אליה.

מאותו רגע אמה התחילה לקבל ממני. הרגשתי שמהו בינינו נפתח. עד אז לא שיתפתי אותה בדבר מעולם התשובה אליו נכנסתי לפני שנים מספר. זה לא היה שייך. זה היה מחוץ לתחום. אמה מצידה לא הייתה מרוצה מאתנו, בתה וחתנה שנהיו בעיניה "דוסיים" תמהונים, אבל כמו פולניה מדורי דורות - לא אמרה דבר. גם אני לא רציתי לעורר דוברים ישנים ממרבצם ושתקתי. לא מטיפה, לא מסבירה. מבקשת שלום ולא מלחמות. אבל עכשיו בסדקים שנוצרו, רוח חדשה נכנסה. מפויסת יותר. החלטתי להעז.

"אמה, אולי פשוט תקראי תהילים? את יכולה לקרוא כל יום חמישה פרקים ולסיים ספר פעם בחודש. רע זה בטוח לא יעשה, ואולי אפילו טוב", אמרתי בזהירות, מנסה לבדוק בגוון קולה של אמי איך הדברים התקבלו. אני באה מבית מסורתי. אם משהו היה מאושפז בבית חולים, כל המשפחה מחוץ לחדר קראה עליו תהילים. ככה. על אוטומט. זה מה עושים בבית חולים. נקודה. אבל חוץ מזה אף אחד לא חשב להגיד תהילים.

"נראה" שמעתי את אמה מתלבטת.

"בזמן הזה שאת אומרת את המילים לא תצטרכי לדאוג ולהצטער, תוכלי להתרכז

התפקוד שלה ירד, ואמה דאגה לה ככל שניתן.

ופתאום משום מקום, ובלי כל תקדים, אמה מתקשרת ומטילה פצצה שכל כך לא אופייני לה להטיל:

"למה רק בעלך טס לאומן? למה את לא? אני רוצה שתטוסי גם!" אומן נתפסה בעיניה של אמי כטיול אטרקטיבי לחו"ל המלווה בניחוח דתי לא ברור. היא בהחלט לא הבינה מהי תפקידה של אומן בעולמנו, אבל זה לא באמת היה משנה. היא מבחינתה החליטה לפרגן לבתה מרובת הילדים ועמוסת העבודה חופשה כדבעי. היא לא הסתפקה בהצעה ערטילאית כי אם הגדילה ראש ומצאה לי קבוצה מאורגנת לאומן לנשים בלבד הכוללת מלון מפנק וארוחות כיד המלך, למהדרין כמובן.

"ולמה שלא תיסעי איתה?" בעלי הציע לאמי את מה שלא העזתי להגיד. אם כבר אמה מדרבנת, אולי אפשר יהיה למשוך אותה על



בוחרים בהתפארות

כן - את אותו קניין קדוש - תוכלי לעשות גם על ידייך. להסתכל על הקצת טוב שהילד כן עשה - ולשמוח בזה. הוא בירך המוציא! הוא לא נטל ידיים. ולא ישב כשבירך. אבל הוא בירך! את לא תראי רק את מה שהוא לא עשה, ותתרכזי בעצם המצווה שקיים.

שמעתי על מורה שאמרה לילדות לפני התפילה: "ילדות יקרות, מי שהפה שלה מלא בלשון הרע - התפילה שלה לא מתקבלת בשמיים!" ואני תוהה - האם ככה היא רוצה לעודד אותן להתפלל? וודאי אותה מורה ביקשה להרוויח שהילדות לא ידברו וגם יתפללו, אבל במבחן התוצאה הילדות מרגישות שהתפילה שלהן לא מקובלת, הרי הן יודעות בעצמן כמה הן לא תמיד מתגברות... הדרישה למושלמות במצוות גורמת לצערנו את התוצאה ההפוכה. כשאנחנו מדגישות את ה"לא" ולא מתייחסות ל"כן" פספסנו את העיקר, לא נתנו לילדה ליהנות מעצם המצווה שלה.

עוד דוגמא: ילדה אוספת את שערה לקוקו. השיער אסוף ומסודר. לא מפוזר על הפנים. צריך לשמוח בזה! אם נגיד - הקוקו הזה גבוה מדי/ מרושל מדי/ ארוך מדי, נפספס את העיקר - הילדה אספה את השיער! היא לא הלכה פזור! ובכך היא חשבה מאוד! היא משמחת את בורא עולם! נגיד לה: איזה יופי! הפנים שלך זורחות! נשמח בה.

לאט אבל בטוח

וכאן תעלה השאלה: "מה, אבל אני אמא! (ואולי גם גננת או מורה), אני צריכה לחנך את הילדים שלי לכל הדברים הטובים! לדקדק במצוות, לשלמות!"

והתשובה היא בוודאי! אבל לאט לאט ובחכמה. אנחנו מחנכים להכול. אנחנו שואפים לשלמות. אבל עם השאיפה, אנחנו בוחרים בהתפארות - לראות את הכן, את הטוב, ולחזק את הנשמות היקרות שלידינו.

קחי אמא זרחה גדול, ואולי פרוז'קטור עוצמתי ותתחילי להזריח את הטוב.

שנזכה להגיע לראש השנה עם המון מחשבות טובות על עצמנו!

שלום לכל האמהות היקרות!

אנחנו בחודש אלול ורוצות לחזור בתשובה לכבוד שנת ה'תשפ"ו הבאה עלינו לטובה. "ומל השם את לבבך ואת לבב זרעך" רבינו מלמד אותנו שכשהורה חוזר בתשובה - גם הילד, זרעו, מתעורר לתשובה בלי שידבר אפילו. כל אחת מאתנו רוצה להתקדם בצניעות, בתפילה, בתיקון המידות, ואפילו בשמחה, להקרין על משפחתה מצב רוח טוב. חודש אלול נותן לנו סיעתא דשמיא לכל אותם רצונות קדושים.

להתפאר בטוב ובהתגברות

וכאן אני רוצה להציע קבלה חדשה: להתחיל להתפאר ברצינות במעשים הטובים שאנחנו עושות.

רבינו מלמד אותנו שלבורא עולם היה שעשוע נפלא מהמעשים הטובים של נשמות ישראל עוד לפני שנבראו. השם מתפאר בכל מחשבה, דיבור ומעשה טוב של יהודי. ולכן גם אנחנו צריכות להחשיב אותם ולשמוח בהם. להסתכל בעין חיובית על כל אותם דברים קטנים אליהם אנחנו זוכות. כמו משיכת המטפחת קדימה וסידורה בבית או בחוץ, ברכת אשר יצר, הארת פנים.

אך לא רק על הטוב הגלוי. גם על אותם התגברויות למיניהן, בהן בחרנו בטוב ולא חטאנו בלאווין, יש לשמוח. היית רעבה מאוד ורצית איזה משהו עם הכשר לא מוכר, אבל התגברת. כמעט נפלת בדיבור אסור, זה עמד לך על קצה הלשון, והתגברת. כמעט התעצבנת על הילד, ועצרת בעצמך. כל ה'כמעטים' האלו יקרים מאוד. לבורא עולם יש התפארות מהם, אז למה שאני לא אתפאר בהם?

להתפאר בי איך שאני

וכאן נכנסת השאיפה שלנו לשלמות. אני לא שמחה בהתגברויות שלי, כי הן לא מושלמות. ואני דורשת שלמות. אבל הצדיק אומר לי: לא כך הדרך. תתפארי כבר עכשיו. כל מה שהצלחת הוא יקר וחשוב, תסתכלי על מה שכן בעין טובה ומגדלת. זאת הדרך להצליח לזכות לעוד!

ובנוסף הרווח הגדול יהיה: כשתעשי

מתעלמים מהיחידה הנבנית, מהתכונות העתידיים, מאורח חיינו האחר כל כך לזה של אמא. מבקשים את אמא קרוב ואוהב.

במקביל להצעתנו הבית של סבתא שדמם שנתיים באין גואל נמכר ברגע אחד ובמחיר מתקבל על הדעת. קונה רציני הגיע משום מקום ורכש אותו במידי. זה נראה שיד ההשגחה רצתה אותה לידנו. הדרכים נפתחו, ואמא החליטה ללכת על זה. "רק לבינתיים, עד שרוני יסיים לבנות את היחידה" אמרה, קונה את הבית לידנו, משכירה את זה שלה. אבל אנחנו אמרנו: "מה יש לך לחפש ביחידה הזו שם? תישארי איתנו לתמיד!", אמא שמעה, לא מתנגדת. וכך זה ממשיך עד עצם היום הזה.

אמא גרה סמוך וקרוב. ממשיכה עם התהילים שלה. כשהיא רואה את הדרמות שמתחוללות בבית באדיבות גיל ההתבגרות הסוער, היא יודעת לאן לפנות. ספר התהילים מקבל אותה לכמה פרקים למען השכנת השלום. הוא המוצא שלה מסערת החיים. ואנחנו נהנים מהמלאכים שמסתובבים לנו בבית בחסות המילים הקדושות.

אבל הסיפור לא נגמר בזאת.

בראש השנה אחד באה אלינו אורחת. כשכולם גרסו ספרוני תהילים, היא הוציאה "שמות הצדיקים". מתנדנדת לתוכם בדבקות. אמא התעניינה. מה זה הספר הזה? האורחת הסבירה לה בעיניים בורקות על הכוח העצום של הזכרת שמות הצדיקים. אמא התרשמה עמוקות. מהר מאוד נתפסה גם עליו. להגיד את שמותם של אבותינו ורבותינו מאדם הראשון ועד הדור האחרון דיבר אליה.

בנוסף הכרנו לאמא את ה"תיקון הכללי", שגם הוא נאמר, חוק ולא יעבור, מדי יום ביומו.

וכך היא יושבת בבית, אישה לא דתייה למראה שחצי יום מבטלת גזרות מעם ישראל. עם תהילים שלם, ומחולק, ושמות הצדיקים ותיקון הכללי.

אמא אומרת בדבקות. ובלי איחוד תיקים. אם היא רוצה להגיד תהילים על חולה, למשל, היא תגיד עליו בנפרד, בלי קשר למסת התהילים הקבועה שלה. אם יגידו לה על חולה נוסף הזקוק לישועה, היא תפתח ברצינות שוב את התהילים, ותקדיש גם לו כמה פרקים.

בלי משים הבחנתי שההתנהגות של אמא השתנתה. מאישה חרדתית ודאגנית הפכה לכזו בוטחת ושלווה שמדברת אלינו דיבורי אמונה. אמא הרבה יותר זורמת ונושמת. למרות הפערים שעדיין קיימים.

כוחם של התהילים, כוחם של הצדיקים. ותשובה אחת מתוקה שמרחפת על כולנו.

ואני מאמינה שכל אחת שתסתכל בעין האמת על מסע חייה, תראה עקבות של הנחל נובע מקור חוכמה. עקבות של אהבה שחללו פנימה, הנביטו זרעים. ופועלים, כמו נחל. ברכות, בלי כוחנות, באהבה.



מוסרות את הנפש – באהבה לנסיעה הגדולה

נשות ישראל יודעות שהנסיעה ל"אומן ראש השנה" נקנית בתפילות. במקום לשים כסף בצד - הן שמות כיסופים. את הכוחנות - הן שומטות. לאומן צריך רק לב חזק ואמיץ שרוצה להגיע, מבקש ברחמים ובתחנונים. וזה יקרה. הניסים בדרך.

הלכנו לשמוע אתכן - נשות חיל גיבורות, כאלו ששולחות בעלים במסירות נפש, זוכות ומזכות - לקבל השראה, להזדהות. ואולי גם למחות דמעה יחד. כי זה לא פשוט. וזה יקר כל כך. אשרינו!

מסירות של תפילות

שירי גונן, המפיצה המסורה של קרית גת, מוסרת את הנפש כל שנה מחדש. כשאני מבקשת ממנה סיפור שיחזק את כולנו, היא בוחרת באותה שנה מאתגרת של הקורונה. אז ריפדה לבעלה את הדרך בתפילות חמות וראתה ישועות. וכך היא משתפת:

"בשנת הקורונה אנשים לא ידעו מה יהיה. השמים יסגרו? לא יסגרו? בעוד הכול מעלים ספקולציות, ידעתי שזה לא יעזור לי. מה שיעזור - זו רק תפילה! לבקש מהצדיקים שזכותם תעמוד לכולנו ויהיו ניסים מעל הטבע. התחלתי. פתחתי את ספר שמות הצדיקים. קוראת וקוראת בלי לעצור. מתחננת על אומן של בעלי ושל כולם. כל שבת סיימתי ספר! כך כמה חודשים.

מתקרבים לאלול. שמועות חמורות מרחפות. ואני לוחצת. כרטיס, כרטיס, עכשיו! אין זמן... הייתה לי הרגשה חריפה שחייבים לסגור, טרם יהיה מאוחר מדי."

בחסדי שמיים בעלי סגר כרטיס לו ולכמה חברים בא' אלול. בו' אלול שערי השמיים נסגרו. כבר לא היתה דרך לטוס. זה היה נס! "שמות הצדיקים הציל את כולכם!", אמרתי לו. שם באומן בעלי עשה המון הכנסת אורחים, ועזר לעוד יהודים להצליח להגיע בדרכים לא דרכים למרות המניעות."

אם נדמה לנו שהגענו לסוף הטוב. זה נכון. אבל גם הגענו לתחילתה של התמודדות לא פשוטה בכלל. וכך מספרת שירי:

"ארבעים ושלושה יום נשארתי לבד עם ילדי הקטנים. היה לי כל כך לא פשוט! אבל מאז אני חסינה. כשבעלי שבועיים באומן זה כלום בשבילי, שלושה שבועות, מי מרגיש?" צוחקת שירי. "העיקר, שלא נשכח איזו זכות עצומה יש לנו. כל אחד שבא נותן את חלקו בתיקון העולם. הלוואי וגם השנה יפתחו השערים בקלות לכל בני ישראל להגיע לצדיק!"

מסירות של יולדת

אישה צעירה עם תינוק זעיר. זה עתה נולד. יש לו מעט צהבת. משחררים אותה, התינוק נשאר להשגחה ליום נוסף. הבעל והבן? טסים מחר לאומן. מה עושה אותה יולדת חלושה? האם היא מתחננת על נפשה שלא יסעו, שרק הפעם, שאי אפשר? לא, להפך.

האם היא נוסעת לנוח אצל אמא, ומתקבלת על זרי הדפנה והפינוק? לא, בדיוק אמא וחמות לא יכלו לארח. בכלל.

אז מה היא עושה?

תנשמו עמוק.

אותה יולדת אצילה מנצלת את השחרור ורצה לעשות כביסות, עוזרת לארגן מזוודות. בודקת היטב שהכול מסודר. שלא יחסר דבר ללוחמים שטסים. "הייתי בשמחה עצומה כזו על הזכות, היו לי כוחות מעל הטבע" היא מספרת.

האישה הזו, היא לאהלי מצפת, קיבלה באותה השנה הארת פנים מיוחדת מהצדיק, מתנה שעד היום ממלאת אותה בכוח ובשמחה. וכך היא מספרת:

"ידעתי שאין מצב שבעלי לא יטוס, אין מציאות כזו. אני לא מוכנה לוותר! בעלי אומנם התלבט אם לנסוע. להשאיר אותי לבד, אחרי לידה, עם הילדים. וגם לוותר על הברית קודש של הבן שלנו שמתעתדת להיות ביום השני של ראש השנה. אם יטוס לאומן - זה אומר ששליח, שאינו מאנ"ש, יוביל את בנו לבריתו של אברהם אבינו. המוהל אומנם ירא שמים ואיש כשר, אבל זה עדיין היה קריעה של ממש עבורו.

אבל כשראה אותי כזאת נחושה הוא פשוט טס"

כאן מתרחשת תפנית בעלילה. בעלה של לאהלי כבר באומן. ושם, אחד הרבנים הגדולים שמע שבארץ ישראל יש תינוק קטן שצריך להיכנס לבריתו של אברהם אבינו בראש השנה. ובתור בעל תוקע ביקש לעצמו את הזכות להיות סנדק. זאת זכות גדולה ונדירה לתקוע בשופר עם דם המילה. וכך היא מספרת:

"הוא הפציר בבעלי שנסכים להגיע עם התינוק. הוא סידר את התנאים הכי טובים ומימן את הכול. עם חברה מלווה נסעתי לאומן במחלקת עסקים של אל-על. סידרו לי אפילו מיטה! הכול היה בקדושה ובצניעות, אי אפשר לתאר כמה טוב היה."

לאהלי לא מוותרת על הזכות של אומן. אבל מודעת לקושי של נשים לשלוח את הבעל. לפעמים אומן זוהרת לראש המשפחה - אך לא מזריחה לנוות ביתו המתהלכת קודרת ומרגישה נטושה.

"אישה שחשון לה עניין הנסיעה הקדושה צריכה להתחנן על זה בכל הכוח. 'רבינו! תתקשר איתי, לא רק איתו. תן גם לי את האור שלך, גם אני רוצה! למה אגרע? לא שייך שהוא יהיה באור ואני אשב בחושך!' כך להתחנן ולבקש להרגיש את רוח הקדוש של הצדיק עד שתאיר. וזה בוודאי יקרה! מי שמחפשת את זה - היא תראה, היא תרגיש!" אומרת.

הלוואי וכולנו נזכה!

להישאר לבד עם שיירה צוהלת זה אחד האתגרים הגדולים של כולנו. ואם מרגישים לא משהו? האתגר צובר תאוצה. תמר משה הייתה שם. בקושי ובהתחזקות. המילים המרגשות שלה, יתנו לנו כוח.

"זה היה אומן של אלול תשפ"ב. אני זוכרת את זה כאילו זה היום..."

רגע קצה, בו הייתה לי כזו חוויה רוחנית נדירה. צעקתי במלוא גרוני: "רבינו! מההיכל שלך הקדוש בשמיים עם כל הזכויות, תבוא אליי, תמליץ עליי טוב!", הייתה לי אחר כך המתקה כזאת גדולה. מלאכים קדושים ריפדו לי את כל הדרך."

ברכה מחזקת כל אישה במצב מיוחד, שבליבה חששות כריזמו:

"כשהבעל נמצא אצל הצדיק יש סיעתא דשמיא גדולה וברכה עצומה. זה אור לכל הבית. לאחר מעשה חשבתי לעצמי, על מה דאגת כל הזמן? ממה חששת? בעלך היה במקום הכי טוב - ולך, בתור זו שמאפשרת את הנסיעה הזו, יכול להיות רק טוב יותר!".

חסירות של ארגון

גב' ציון חשין היא אחת המארגנות של נשות ברסלב במושב "קוממיות", ארגון שמטרתו לתת מענה לנשים בזמן שהבעל באומן. בסעודות, לינה והווה.

אבל לא כל אחת יכולה להרשות לעצמה להגיע ל"קוממיות". האירוח יקר ("ומתייקר מדי שנה בשנה, אם פעם היינו משכירים מתחם בחמש אלף, היום זה נשמע בדיחה! שלא לדבר על עלויות השינוע של הכול, עלויות הלינה של צוות המתנדבות וכו' וכו'") ומצומצם מבחינת המשתתפות ("חדר האוכל שעומד לרשותנו מוגבל מאוד, וכן מתחמי האירוח").

כשאני שואלת את ציון מה בדבר הגדלת הקבוצה שם בקוממיות היא טוענת:

"הגדלת הקבוצה מורכבת ויקרה וגם אין צורך. במקום להרחיב את האירוח בקוממיות, רצוי ואפשר להיערך נכון ולדאוג שבכל עיר יהיה מענה איכותי לנשות ברסלב היקרות. צריך רק את הנשים המתאימות לארגן את העסק. ולא, הן לא יהיו מתנדבות, הנשים האלו. הן יעשו את זה בראש גדול, ממש כמו עסק. (כמובן המטרה לתת מענה, ולא כדי להרוויח מהמצוקה, אבל בצורה שזה יכול להמשיך להתקיים)".

ובשביל שנבין קצת לעומק, היא מפרטת:

"איך את מסתדרת בראש השנה" היא אחת השאלות המדוברות ביותר בין נשות ברסלב ותיקות ומקורבות בימים אלו. מבין נשות אלפי הנוסעים לאומן יש הרבה שבשבילן זו דילמה של ממש. הרבה סיבות יכולות להשאיר אישה במצב שמצד אחד קשה לה להישאר לבדה בבית, אך מצד שני - גם לארח או להתארח לא מתאפשר לה.

ב"קוממיות" למשל, היו באות להתארח נשים מתקרבות, שלא יכלו להישאר בבית, כי מה יגידו בבית הכנסת? וללכת למשפחה - לא בא בחשבון, והורים לא מקבלים את המציאות החדשה, או עדיין לא מודעים אליה. היו גם סיפורים של נשים מבוגרות, שחיתנו את ילדיהן, ופשוט ברחו מהבית. "אני רוצה להתפלל בשקט" אמרה אישה אחת, אמה לארבע נשואות. "ואם אשאר בבית, הבנות

עצבנית, ודואגת, ולא יודעת מאיפה למען השם אני מתחילה?"

הספה סופגת את ההתייפחויות שלי. ילדה מתוקה וקטנה, מול עולם גדול, בודד, מול חג, מול הספק ותפקוד. וכמו תשובה מתוכי, הוא מבטיח, שהוא יהיה פה לעזור. ומשום מקום אני גוררת את עצמי, שרירים כואבים ועצמות מפורקות, אני מבקשת עזרה ממי שגדול, ולאט לאט, מעט מעט, אני עושה. למחרת, אני שוב מאבדת את זה, איך אני אזכור מה לשים בתיק? הקורונה פגעה ביכולת הריכוז שלי, לא מצליחה להחזיק מחשבה מורכבת מדי, ולארוז במציאות כזו? אני בכל אופן הולכת בגד אחרי בגד, ילד אחרי ילד, הפסקות ספה תשונות, ועוזרים לי. קורים ניסים".

תמר מחזקת אותנו בכוח שיש לכל אחת לבחור לעבור את החג הכי טוב:

"תזכרי שגם אם זה נראה כמו שזה נראה, אשרינו שזכינו. וגם שתמיד יש לך בחירה, ברצון, בתפילה, במחאה. ב'ישמע ביזיונו' למהדרין, ובלהיות יד ביד עם השם בכל רגע: אבאא. תציל אותי. תשמח אותי. עזור לי לא לכעוס. (כעסת. סעי הלאה!) עזור לי למסור נפש על מחשבות טובות! כי תמיד, למרות הכול, תמצאי את עצמך בשנה הבאה שוב, שולחת, עם כל מה שמתרגש עלייך, ואומרת: רבינו! על ראש השנה שלך, אני לא מוותרת. הוא בדרכים ובהצטרפויות, ואני בדריכות ובצריחות (של הילדים.. לא שלי חס וחלילה...)"

חסירות של התחזקות

ברכה ציפתה לשמחה בראש השנה. וזה הטריד אותה. מה יהיה אם זה יקרה אז? איך תסתדר? החששות הכבידו עליה. מחשבות זדון בדבר ביטול הטיסה של הבעל עלו במוחה. היא מפחדת! אבל בעלה לא יכול לחשוב על ביטול הנסיעה. ולה אין לב לעשות לו את זה. היא מתחזקת ומחליטה לזרוק את השכל... הוא נוסע, היא נשארת, והשם יעזור! אבל אוי, לא פשוט לה. אחותה, שגם בעלה טס, מגיעה לבית ההורים עם החבריה שלה, ובנוסף - תינוק קטן וצורח, עדיין לא מלאו לו חודש ימים. מה כבר אפשר יהיה לבקש ממנה, אם יתעורר הצורך?

ברכה נועלת את המוח. מתגברת. אורות ונוסעת להורים. בעלה בינתיים עף לחיים טובים ולשלום לרבי'ה. שלושה ימים של חג שבת לפניו. רק שלא יקרה....

ואכן, כמו החששות - זה קורה. אבל מה שקרה - היה הכי טוב שיכול להיות. וכך היא מתארת:

"נולדה לי בת שבע. בת של שבת. שהגיעה לעולם בשעה טובה ומוצלחת בשבת שאחרי יומיים ראש השנה. התזמון הכי מדויק. היו ניסים. בחיים לא זכיתי לסייעתא דשמיא כזו. הרגשתי שרבינו איתי ממש. כל כך דאגתי איך יסתדרו עם הילדים - מי ישמור, ואיך יהיה, והכול היה כל כך בסדר. אני אפילו זוכרת

אני יושבת על הספה, תשושה. הוא יוצא מהבית. אני נשארת. אין לי מה לעשות עכשיו, תינוק קטן בצירוף של קורונה - יוצר בי תמהיל של תשישות וכאב.

אני הסכמתי ורציתי. שיהיה בריא, הוא עשה הכול, כדי לחסוך ממני מאמץ. גיטתי תארח. אני "רק" צריכה לארוז, לקלח לפני החג ולצאת איתם לשם.

אבל היום עוד לא מחר, וצריך לתת ארוחת ערב, ולטפל בעדת ילדים ותינוק חדש. פחד קר לופת אותי, רק המחשבה על הלבד הזה, מעוררת בי חלחלה. בכל שנה מחדש, אני נזכרת באימהות חדי'הוריות ומורידה בפניהן את הכובע. איך אפשר לבד לנהל שבט, לישון לבד, לקום לבד, להיות לבד. לבד. לבד?"

היא לא נשארת שם. יש לה מאיפה לשאוב את הכוח. וכך היא מתארת:

"מתוך הקושי אני נזכרת בדיבור על העולם שהוא גשר צר, והכלל והעיקר שלא יתפחד כלל. 'אל תתפחד'. אני אומרת לעצמי. 'אל תחשבי עדיין ממה שעוד לא היה'.

וככה אני פותחת בשיח, עם רבינו הקדוש בעצמו ואומרת לו: "אני שלחתי. אתה יודע שאין בי כוח לטפל בקושי בעצמי ובתינוק החדש, בטח לא בכל היתר... אבל אני שולחת. אני רוצה לתת לך את בעלי במתנה לראש השנה, ולקבל את המתנות שתשלח איתו חזרה לי ולכל עמי", אבל בינתיים אני

הוציאה ממני הרבה עבודת מידות מול בעלי, לכבד ולסמוך עליו, בלי להיות מעליו, גם כשקשה לי. והיו גם ביזיונות וחרפות. כי לא תמיד הצלחתי.

באחת השנים של הקורונה כשכול עניין הנסיעה היה לוט בערפל ודרש פרוצדורות שלמות, בעלי התלבט מאוד אם לנסוע. אני זוכרת את עצמי מדליקה נרות שבת ומתיישבת עם "חברות מקשיבות" על הספה. היה שם ראיון עוצמתי עם גב' חוה עשהאל שכתבה חיזוקים על אומן. פתאום בלי שום הכנה מוקדמת התחלתי לבכות. כל הכיסופים יצאו ממני בדמעות רותחות ובתפילות על הגעתו של בעלי להכתרה הגדולה שמתרחשת בשמיים ובארץ. זאת היתה תפילה טהורה ואמתית. שמחה גדולה נכנסה בי בסיומה.

"בהשגחה פרטית נפלאה עוד באותה השבת, בלי שדיברתי דבר, בעלי התחיל לגלות רצון לטוס. השאלה 'האם נוסעים לאומן' - התהפכה ל'איך נוסעים לאומן'. זאת אומרת, נוסעים, אין כאן שאלה. רק ה'איך' לא ברור דיו.

שנה או שנתיים אחר כך פרצה מלחמה בין רוסיה לאוקראינה שוב פעם היה חשש גדול לנסוע או לא לנסוע? באותה שנה הוא לא נסע. עם כל התפילות והדמעות, הוא נשאר בבית. והיתה לי עבודה קשה של הכנעה לקבל זאת. הלכתי עם תורה ו' של "ישמע בזיונו ידום וישתוק". היו לי התבודדויות גדולות. בכיתי להשם על המקום הזה. הנושא החברתי סביב הנסיעה לאומן גם הוא היה קשה לי. "מה בעלך לא נוסע?" הרימו גבה חברות. לבעלי חברים זרקו כל מיני אמירות של "על אומן מוסרים נפש, מה קורה לך?" אבל אין מה לעשות. אלו לא היו הכלים שלו באותה שנה.

למרות כל מה שעבר - קרבת האלוקים שהרגשתי באותה שנה בבית הייתה עצומה. חשוב לי שנשים יתחזקו בזכות שלהן. שידעו: לכל אחת יש לה חלק בקיבוץ הקדוש הזה - אם הבעל נוסע וגם אם לא. כולנו מאנשי הצדיק. וגם מי שמסיבה כזאת או אחרת בעלה לא נוסע - וודאי שהוא לא יצא מהמשחק.

השם רוצה את הרצונות והכיסופים שלנו. ואת הלב שלנו. השנה יש את גזרת הגיוס, וכל מיני איומים. אבל אנחנו נמשיך לתת את הלב, מסכמת אסתר. ולנו נותר רק להתפלל: שנוזכה!

שייך בכלל. לא יכולתי לחשוב על זה אפילו.

בעלה של מלכה, לא מפסיק לרצות. הוא מגיע לדואר, ושם נפגש בשכנים הנחמדים בבית ממול. "קנית כרטיס, מוטי?" שואל השכן הברסלבר את המתקרב החדש. "אה, אל תשאל" שוטח בעלי את המניעות העצומות שמתגבהות עליו - אלו הן אני והקושי העצום שלי בתפקוד ביום-יום קל וחומר בחג שמחוברת אליו שבת קודש... "מה זאת אומרת, אין לה איפה להיות ומי שיעזור לה?" השכנה מתערבת. "אני אעזור לה. הכול עליי!". מפרטת סעודות חג, לינה, ביביסטר, ומה לא... בעלי חזר עם הממצאים החדשים, ואני הבנתי שכבר אין לי שום טיעון. זה היה לי מוזר. לא רציתי את זה, אבל העיניים הבורקות של בעלי שכנעו אותי. אם יש משהו שגורם לבן אדם הזה להיות כל כך נלהב ושמח - אני מוכנה. גם בלי להבין.

"וכך מצאתי את עצמי על טפיי בבית הרחב של השכנים ממול. השכנה, לאות פתיחה, לקחה את הזאטוטים הסקרנים ופתחה בפניהם ארגז מלא ממתקים. "כל פעם שאתם רוצים משהו, פשוט תקחו!" הורתה להם. זה היה אירוח מיוחד, אין לי מילים לאישה המדהימה הזו שפתחה לנו בית ולב, בזכותה בעלי נסע, ולא רק".

מלכה משתפת במתנה המיוחדת שקיבלה מאותה נסיעת פיילוט של בעלה:

"שנה אחר כך מצאתי את עצמי גם באומן. פתאום כל היהדות שלי התחממה. אי אפשר להסביר את זה. הרגשתי שהצדיק עושה לי צינטור רוחני, מסלק את כל החסימות. חזרתי יהודיה בוערת וחמה ליהדות שלה, כל הישגוניות והאדישות של קודם נעלמו לחלוטין!".

חסירות של השלמה

לסיום הכתבה נזכיר את כל אותן נשים צדקניות שמאמינות בכוח של הצדיק לפעול בראש השנה מה שהוא לא פועל כל השנה. ואף על פי כן - הבעל לא נוסע. וכך מספרת אסתר:

"כל השנים בעלי נסע אומנה ולא היה על העניין שום שאלות ועוררין. בשנים האחרונות, כל המציאות השתנתה, העולם עבר תהפוכות, והמקום "המובן מאליו" בעניין הנסיעה - פתאום לא ברור ולא מובן. ההתמודדות הזאת

יבואו אליי, שבועיים קודם, אצטרך לבשל ולהתארגן, שלא לדבר על העלויות...". היו עוד סיפורים כמו של אישה שלא מעוניינת להתארח יחד עם אחותה בבית ההורים "הילדים שלנו לא מסתדרים, כל החג יהיו צעקות". או נשים במצב מיוחד שזקוקות לסיוע ותמיכה. וגם הרבה נשים שפשוט מחפשות להעביר את החג באווירה ברסלבית מתאימה, או מתקרבות שרוצות להכיר את ברסלב מקרוב...

ניסיון העבר למד שכל אלו, ועוד רבות אחרות מוכנות לשלם על מנת להתארח בכבוד, ולחוות את הימים הקדושים באווירת רוממות ושמחה. לא כולן יכולות להרשות לעצמן אירוח מלא בקוממיות, שעם כל המעלות זה יקר מאוד. והן צודקות. לא יתכן שזה הפתרון היחיד שיש להציע!

לרוב הנשים שמוכנות לשלם, יהיה מספיק ואפילו יותר נוח, אם תהיה להן אפשרות להשתתף בסעודות מאורגנות בתשלום.

ובידיים שלך לעזור להן! אם על ידי ארגון ארוחות, או ארגון מקומות לינה. אם בדרכים אחרות. כל אחת תפעיל את היצירתיות שבה ותעזור לנשים היקרות לקיים את הציווי של הרב'ה בצורה הטובה ביותר.

וכאן אני רוצה לפנות לכל אחת מקוראות "חברות מקשיבות": אם יש לך רצון לעזור לארגן (בתשלום מלא! לא חסר נשים שניסו לארגן לבד ושיצא הכי זול, ונשברו) ואת מחפשת ייעוץ בנושא - נשמח להפנות אותך לשיחה עם חסידת ברסלב בעלת ניסיון רב בתחום. המטרה של כולנו היא לארגן כמה שיותר נקודות אירוח שיפורסמו בקווי ברסלב ובעלוני נשים. את מוזמנת להשאיר הודעה בקו: 08-313-7-148 שלוחה 5."

חסירות של טרם מתקרבת

מלכה נזכרת בפעם הראשונה שבעלה, שזה עתה התקרב לברסלב, טס לאומן. היא לא הייתה בקטע. בכלל. הבן הרביעי, זה עתה נולד. כולם קטנים, תובעניים, זקוקים לה. והיא זקוקה לגיבוי של בעלה. "אני לא נשארת כאן עם תינוק בן חודש ושלושה ילדים קטנים! אין לי אצל מי להתארח!" התרעתי בבעלי פעם ועוד פעם. הוא בתגובה שר שירי אומן ראש השנה ותלה את הדרכון על המקרר. עדיין לא קונה כרטיס, אבל רוצה בכל ליבו... הייתי כל כך חלשה. לבשל לבד לשלושה ימים לא היה





מפחדת לעזור דינים, אבל מעונה רגשית כיצד עושים משפט נכון בהתבודדות?

ברוך הוא, את יכולה לדום מול בני אדם, או מול מצבים של קושי שבהם את חווה קטנות חוסר ערך ובזיון. ועל כך, כתב רבינו שזה עיקר התשובה. ובכל זאת נכתוב פה כמה סייגים:

כדאי להודיע להשם מראש, לפני הדיבור אני שופכת שיחי לרפואת נפשי, אני הולכת להוציא את כל

מה שאני מרגישה בלי לסנן כדי להתקרב אליך, כדי לעשות תשובה זה נקרא כביכול למסור מודעה לפני ההתבודדות כדי להגיד מה הכוונה האמתית שלי.

דבר שני, צריך להבין ולדעת שבאמת אף אחד לא יכול להועיל או להזיק לי. כולם כחומר ביד היוצר, כולם שליחים של הקדוש ברוך הוא. את זה אני צריכה להכניס ולחקוק בלב שלי במיוחד אחרי ששפכתי ככה את כל אשר על ליבי, כדי חלילה לא להגיע למקום של כפירה.

טעות אחת היא המחשבה שהאדם שפגע בי הוא מציאות נפרדת כביכול מהשם. השם טוב אבל האיש הזה רשע חלילה. טעות שניה היא המחשבה שהשם חלילה לא אוהב אותי. את שתי הכפירות הללו חשוב לתקן במיוחד אחרי שדיברתי בצורה משוחררת. אני חייבת להיכנס למצב של דעת. להישאר בתפיסה שהייתי בה בלי דעת זה מסוכן מאוד.

ודבר שלישי חשוב לזכור שהמטרה היא להגיע למצב שבו אני מדברת בצורה אחראית כל הזמן. הכוונה היא שאני זוכה לעשות הפרדה בין מה שאני מרגישה, הכאב שעולה אצלי בלב בעקבות הביזיון לבין הפרשנות שלי וחיפוש האשמים. ללמוד לבטא את הכאב בצורה נקייה שלו, בלי להאשים אף אחד. זה שיא המדרגה של ישמע בזיונו ידום וישתוק. להבין שהכאב נשלח אליי מאת השם לטובתי, ולהסכים לכאוב אותו, לנשום אותו בלי להרגיע על ידי מציאת אשמים וכעס חלילה.

אז נסכם:

1. מותר לדבר עם השם ולשפוך שיח בצורה משוחררת אבל למסור מודעה שזה לרפואת נפשי לשפוך שיחי וכאבי כמו עני ואביון.
2. להחזיר דעת לכאב, להבין שכל מה שכואב לי זה רק בגלל הריחוק שלי מהשם שמעורר אותי על ידי הייסורים האלה.
3. להבין שכל הדבר הזה, זה חלק ממערכת שלמה שמי שתתרגל את זה תגיע למצב שהיא לא נפגעת מאף אחד ולא רואה אף אחד ולא רואה שום מציאות מלבד השם יתברך שזה גן עדן עלי אדמות.

שנוזה למתיקות הזאת,

הדר

רוצה לקבל דבר תורה שבועי מרבינו ועדכונים על סדנאות? שלחי מייל:

talktohashem0548535699@gmail.com

ולכולנו שנוזה להתמיד בהתבודדות, להעמיק בה ולזכות לכל הישועות ובעיקר לישועה הכי גדולה שהיא להתקרב אל השם יתברך. לשאלתך:

דוד המלך כתב בתהלים תפילה לעני כי יעטוף ולפני השם ישפוך שיחו. וכבר נאמר בזוהר שיש

תפילה למשה, תפילה לדוד ותפילה לעני.

תפילה לעני זה הכי גבוה והשם מיד לוקח את התפילה הזו אליו. לשפוך שיח זה לדבר בלי לעצב את הדברים, בלי לחשוב מה יוצא לי מהפה. העני בא להשם ושופך שיח כמה קשה לו, כמה חסר לו, כמה הוא נזקק ונצרך, כמה המקרר ריק, כמה אשתו בוכה כל היום, כמה הלב שלו מרוסק מרוב צרכים בסיסיים שלא מתמלאים, כמה נושים רודפים אחריו, אין לו דגים לשבת... אין לו מטרנה לתינוק... אין לו לשלם שכירות כבר כמה חודשים... והשם אוהב את התפילה הזו יותר מכל התפילות.

ירמיהו כותב באיכה: שפכי כמים לבך נוכח פני השם. ספרי לו הכול. כמו מים שנשפכים. בלי מסננים בלי לחשבן. וזה כולל את כל החיים - כל מה שעובר עלייך, כל מה שכואב לך וכל מה שהכאיב לך. שיחה כזו כבר גורמת להקלה גדולה על הנפש. אפשר לקרוא לזה ניקוז רעלים. רבינו הורה לר' נתן, וגם לנו, שנדבר עם השם כמו חבר טוב אמיתי. יש מקום לבוא לחבר ולספר לו הכול בלי לחשוב על כל מילה. אבל מול חבר באמת יש בעיה של לשון הרע. ומול השם זה יותר קל מכיוון שהשם יודע

בדיוק מה היה, והוא לא יעביר את הרכילות הזו הלאה...

אבל חייבים לזכור מה המטרה - להתקרב להשם ולעשות תשובה. ולכן חשוב מאד שאחרי שאת מרגישה הקלה בנפש, תכניסי דעת לשיחה. למשל, אני יודעת שהכול ממך לטובתי. אני יודעת שמי שפגע בי הוא רק שליח שלך. תן לי אמונה שכל הייסורים נועדו רק לקרב אותי אליך. תן לי לסלוח ולהאיר פנים כי ממילא הכול ממך. עזור לי להבין מה השיעור ששלחת לי...

להבנות האלה קשה להגיע כשהנפש סוערת ופגועה. ולכן יש מקום לפרוק הכול. מצד שני, לא להישאר בפגיעות כי זה לא בריא וזה גם פוגם באמונה שהכול מהשם לטובתי.

עבודה זו היא מאד יקרה והיא מאפשרת לנו לקיים את סוד כוונת אלול - ישמע בזיונו ידום וישתוק.

כאשר את נותנת לנפש מקום מול הקדוש

שאלה:

שלום הרב,

קודם כל, תודה על המאמר הנפלא והמחזק. מחכה לך כל חודש.

התחלתי להתבודד לפני כמעט שנה. אין מילים לתאר את האור והשמחה שאני מקבלת מהחצי שנה שאני מקדישה כל יום. בהתחלה אומץ היה מאוד, הרגשתי שאני מדברת עם עצמי או עם האוויר אבל לאט לאט נפתח לי חלל של שיחה עם השם וזה מדהים.

שאלתי היא: הרבה פעמים אני מציחה לשדה מאד טלונה רגשית, פזולה ממישה, כולסת את חצי

לספר להשם על מה שקרה ואני נעצרת כי אני מפחדת לבדד לשון הרע, מפחדת לנזר דיון על מי שפגעה בי ולא עצמי. האם מותר? וכיצד? אשמח להדרכה נוספת.

תודה,

חני

ה. ברודי, מנחה סדנאות התבודדות ומלווה תהליכים פנימיים, משיבה:



"מראים לו התרחקות"

סיפורה חברה:

ושלום אבל באמת אין זו נפילה כלל, רק שזה מחמת שצריך לעלות מדרגא לדרגא לפי בחינתו וצריך בכל פעם ופעם להתחזק את עצמו הרבה לבלי ליפול מזה בדעתו כלל עד שיתגבר עליהם וישבור אותם מחדש. "סיימתי לקרוא והרגשתי איך עם כל מילה ומילה אני הולכת ומזדקפת ומקבלת הבנה יותר הגיונית למה שמתחולל בי... פתאום הערפל התחיל להיצבע בגוונים בהירים יותר, אז בעצם אני לקראת עלייה? אני משחזרת לעצמי בראש, וזה רק נדמה לי שהתרחקתי? בעצם אני אולי אפילו מתקרבת, ובכלל ר' נחמן שהוא צדיק גדול כותב את זה אז סימן שיש עוד אנשים ביקום שנפגשים בבלבולים ובמניעות האלו, ושזו כנראה לא תופעה שבאה רק אליי בצורה כזאת מאימת ובלתי צפויה אלא הפוך, זוהי דרך ההתקדמות, זוהי דרך הבריאה!!!! יותר מהכול נדהמתי איך ר' נחמן דייק כל כך למה שאני מרגישה. זו הייתה בשבילי כעין תרופה לאדם גוסס, כמו ריפוי לנפש הדואבת שבי!! מאז אימצתי לי ללב את ספר 'משיבת נפש', לכל מקום הוא הלך איתי, מכניס בי אוויר, בהירות והכוונה.

עם הזמן למדתי לא להתייחס לבלבולים ולמחשבות, בעיקר אלו שבאים בתפילה, לזכור את הנוסחה שלפני שאדם עולה לדרגה הבאה הוא לעתים יכול להרגיש התרחקות שמתלבשת בבלבולים ובמניעות גדולים. וההתרחקות היא כל כולה בשביל ההתקרבות שתבוא. הבנתי שעבודת ד' בנויה גם מהרבה המתנה וסבלנות, מזמנים שבהם ד' כביכול אומר לי "חכי בת כי לא הגיעה העת", הבנתי שזו הדרך להגיע אל הפרי המתוק ולהתקרב עוד ועוד אל ד' יתברך והעיקר לא להתפחד כלל משום מצב שבעולם. אשרינו שיש לנו כזו דעת! ושיהיה לכולם ראש השנה מלא באור והעיקר מלא בשמחה!!

בתוכו ולקבור איתו את אינספור שאיפותי הרוחניות, נשלח אליי ר' נחמן ברחמי העצומים של הקב"ה. אחי צלצל אליי כששמע מהורי על הרגשותי ואמר לי: "יש ספר שאני ממש מתחזק ממנו, הייתי ממליץ לך לקרוא בו". הוא התכוון לספר "משיבת נפש". אני זוכרת את הרגע שבו נכנסתי לחדר ולקחתי את הספר - הייתי כ"כ מיואשת שלא באמת חשבתי שמשם תבוא ישועתי, סגרתי את הדלת ונשכבתי על המיטה, שם מתחת לשמיכה פגשתי במילים הכי מנחמות שהייתי יכולה לדמיין לעצמי, מילים שחדרו כמו חץ לנקודה הכי כאובה שבי. אלו הן המילים, מילה במילה: "כל אדם שבעולם אפילו מי שבמדרגה התחתונה מאוד אפילו אם הוא בתוך הארץ ממש עם כל זה כשרוצה לכוון בעבודת ד' בוודאי צריך שילך ויעלה מדרגא לדרגא, ובכל פעם כשיוצא מדרגא לדרגא לפי בחינתו, אזי מתגברים עליו מחדש הקליפות שהם התאוות והדמיונות והמחשבות והבלבולים והמניעות ומתפשטים כנגדו בכל פעם מאוד ואינם מניחים אותו לכוון לשערי קדושה" לעלות מדרגא לדרגא? כשרוצה לכוון בשערי קדושה? זה היה בשבילי להם.

מה?? אז כל המחשבות שבתוכי, אלה שהתביישתי בהן ממש, בעצם הן חלק מהדרך שלי להתקדמות?? התפילה העכורה שהיתה לי כן רצויה בעיני ד'?

ור' נחמן ממשיך ואומר לי: "ובזה טועים החסידים הכשרים". פה כבר ממש התפרקתי, רק הביטוי חסידים-כשרים עורר בי רגש של בכי עצום, בתוכי הרגשתי רשעית גמורה!! המשכתי לקרוא... "כשרואים שפתאום מתגברים עליו תאוות ובלבולים ומניעות ונדמה לו שנפל ממדרגתו מחמת שבזמן הקודם לא היו אלו התאוות והבלבולים מתגברים עליו כל כך והיו נחים קצת על כן הוא סובר שנפל

ח ס

היה זה חודש אלול, חודש התשובה, חודש שמסעיר אותי מאוד שנה אחרי שנה. אני רגילה להתפלל באחד מבתי הכנסת הגדולים פה בשכונה, תפילה רצינית מאוד וארוכה, מלאה בניגונים... חייבת לציין בכנות שלא ממש אהבתי את חודש אלול והוא אפילו הלחיץ אותי וגרם למין חרדה סמויה אבל בהחלט הבנתי שיש לו משמעות רבה עבור חיי...

באותה השנה הרגשתי שמשוהו שונה קורה איתי. ההתרגשות שלי לקראת ראש השנה הייתה גדולה מאוד, חוץ מכמויות השיעורים ששמעתי בסמינר שבו אני לומדת, עברתי מכנס לכנס, מערב שירה לערב שירה, בקיצור אורות גדולים (וכנראה ללא כלים...)...

ראש השנה מגיע ואתו כל הציפיות הרבות שסחבתי איתי במשך חודש ימים. תפילת ערבית הייתה באמת מיוחדת. מיד כשהגעתי לבית הכנסת צפיתי מלמעלה בחזן העטוף בטלית בטוהר מיוחד והתמלאתי בדמעות של התרגשות לקראת היום הגדול שחיכיתי לו כל כך...

אך את שקרה בהמשך החג לא דמיינתי בחלומותיי הכי הזויים... בעת שקמתי בבוקר לתפילת השחרית הרגשתי משהו מוזר, מהרגע שפתחתי בסידור החל היצר הרע מהתל בי, צפו ועלו לי אין ספור מחשבות טורדניות כאלה שנבהלתי מהן ממש, מחשבות שאף פעם לא חשבתי, כמו "למה ד' בכלל צריך אותך?" "את בכלל לא רוצה להיות עובדת ד'" וכו', והן ממש לא עזבו ולא הניחו לי להתפלל...

למותר לציין שלכוון את פירוש המילים היה רחוק ממני כרחוק שמיים וארץ, לא הצלחתי להוציא מילה מהפה, הרגשתי כאילו מסך של ברזל מפריד ביני לבין הקב"ה, נלחצתי ממש - לא הכרתי סוג התמודדות שכזו אף פעם! וגם לא שמעתי שקיימת כזאת התמודדות בכלל. נכנסתי לעצבות של ממש ואכזבה נוראית... בהמשך התפילה הייתי כבר ממש מותשת מכל המחשבות שצפו בי כל רגע ורגע וכל התפילה (שצינתי בעבר שאני מחבבת אותה בד"כ) נעשתה לטורח ממש!!

איכשהו עברתי את החג אך במוצאי החג נכנסתי ממש לעצבות, כל התקוות התנפצו למול עיניי, זו היתה הפעם הראשונה שחוויתי אכזבה גדולה, הרגשתי כאילו ד' לא רוצה בי יותר, זה היה נורא וקשה ממש!!

אך בדיוק אז, כשהייתי בייאוש של ממש והרגשתי שגל הצונאמי מאיים להטביע אותי

בחורה מקורבת לברסלב?
בואי תכירי את חבורת



ותהני מאהבת חברות
בשפה משותפת

לפרטים:
0533198574

מפגש כיתתי

"ולא שאני מרגישה צדיקה גדולה בזה שאני חושבת מהתכלית, ומהעולם הבא, ההיפך, דווקא כי אני כזו פשוטה וקטנה אני חייבת להתכוונן לשם. ומה הן חושבות? אצלן רק מי שיש לו מקל סבא או פיליפיני מגלים לו לאן הוא באמת בדרך?"

"תירגע, אילה, את כמעט צועקת! את יודעת שאני מבינה אותך לגמרי, חבל שלא הייתי איתך ברגעים המביכים האלו. את יודעת, את מזכירה לי ממש את רבי נתן, אחרי שפגש את רבינו מרוב המתקנות והאור שחש נתבטל מגשמיותו וזעק בקולו ואמר: "אהה! ארוצה נא בשוקים וברחובות ואצעק אהה! מה הם חושבים לנפשם?" ומרוב שליבו בער רצה באמת לצאת לרחובות לרוץ ולצעוק, ואז החזיק אותו רבינו בבגדו ואמר לו: "עמוד! כי לא תפעל כלל!"

אז כנראה התפקיד שלנו הוא לקרב את עצמנו, ועל אחרים: רק להתפלל. כי בריבוי אור לא נצליח לפעול עליהם וזה יכול רק להרחיק אותם ואותנו. ואם ה' שם אותנו בסביבה הזו ובדור הזה כנראה אנחנו צריכים להיות פה.

המרחק בינינו מתעצם

ואני מרגישה

כמו אברהם העברי

אבל מה אני רוצה, בעצם?

הם הרי לא טעמו

מהו יין הונגרי!

נהיית בת עשרים. מה לך ולענייני העולם הבא? "רחלי.

"אז מה את מציעה? שבמקום לחפש עבודה נשב ונגיד תהילים לעילוי נשמותינו?" דבורה.

"סליחה. לא אמרתי כלום." אין ברירה. אני חייבת לצאת מהתסבוכת. ממילא אף אחד לא יבין אותי כאן. ולמה רותי עדיין לא הגיעה??

הם עברו הלאה להמשך הדיון, אבל אני קלטתי את מבטי התמיהה, שלא לומר הרחמים, שנשלחו לעברי.

כך שממש התאים לי לצאת החוצה קצת, למצוא פינה שקטה בחצר ולדבר עם מי שתמיד מבין אותי.

"אוי, אבא, בטוח שאני הנורמלית וכולם המבולבלות? הרי ההיגיון אומר שאם אני השונה כנראה השאר הם הצודקים. ובעצם, בלי קשר למי הצודק, לא נעים לי בכלל להיות שונה ולא מובנת! אתה יודע, אבא'לה, איזו בחורה חברותית אני. עד לפני שנה וחצי הייתי במרכז החברה והיה לי כיף וטוב! מאז התחלתי להתעניין בדברים מהותיים יותר והייתי עסוקה בלהתקרב לצדיק, לבלוע עוד ועוד ולדעת יותר ויותר, אבל לאן התרחקתי? כבר אין לי שפה משותפת עם כל החברות שלי, לא נושאי שיחה משותפים, לא ריגושים דומים, מה היה כ"כ הזוי במה שאמרתי? למה מה הן חושבות, שהעולם הבא שייך רק לבני שמונים ומעלה, או לרבניות עם תלוש?? בנות פשוטות כמונו אינן בדרך האל חזור לכיוון אחד?? אצל שאר בני האדם העולם הזה הוא נצחי?? אני מנסה לפעמים להיזכר איך חשבתי אני לפני שזכיתי להכיר את האור הגדול של רבי נחמן, ולא כ"כ מצליחה, קשה לי להתנתק מהדעת הזו אפילו לרגע, אבל כל החברה שלי, והמשפחה, כולם עדיין שם. בינתיים. איך אני אמורה לתקשר איתם? הם פשוט לא מעניינים אותי! אבא! תעזור לי! שמת אותי בעולם הזה ואני אמורה להיות בו בין בני אדם! וגם, ריבוננו של עולם, תקרב את כל החברות שלי ואת כל המשפחה שלי ואת כל העולם לרבינו!! כמה שיותר מהר!!"

בינתיים רותי הגיעה, ואיכשהו המפגש הסתיים. השתדלתי לא לחשוב מה חושבים עליי. ויצאתי עם רותי לגינה שקטה, היא הוציאה מהתיק שלה את סיפורי מעשיות אבל ביקשתי קודם לשתף אותה במה שעבר עליי.

זהו. סיימנו סמינר. כל אחת מחפשת את המשך דרכה, שידוכים, וכמובן: עבודה. אחרי שנים של השקעה במקצוע, כל אחת לחוצה למצוא את עצמה עובדת, ואם אפשר, במה שלמדה. ההרגשה הכללית בחברה היא שכל חיינו ועתידנו תלויים כרגע על כף המאזניים, כמעט אסור לנשום מרוב לחץ.

היום יש לנו מפגש של כל הכיתה. הוא לא מאוד מעניין אותי, אין לי כוח לאווירה הזו, אבל אמא לא תאהב את הרעיון שאני לא אשתתף ("למה את לא יכולה להנות ממה שכל בחורה בגילך נהנית?"). לכן אני אפילו לא מעלה את ההתלבטות לדיון. אלך כמו ילדה טובה. אחייך כשצריך, אומר "וואוואו" ו"דיייייייי" כשצריך, ואח"כ נמצא איזו פינה שקטה, רותי ואני, ונלמד יחד איזה דיבור של רבינו, ואז אנשום עמוק ואומר: "הכול היה שווה בשביל החיות הזו!"

אני מגיעה כשהחדר כבר מלא ברוב בנות הכיתה, ובדיוק כמו שחשבתי, הנושא המדובר הוא הנושא החשוב עלי אדמות: מי מצאה עבודה וראויה לחיים, ומי עדיין לא מצאה ולמה לה חיים??

הלחץ באוויר כמעט חונק אותי. ולא בגלל שאני מאלה שטרם חתמו חוזה מסודר.

"אני לא מאמינה איך לפני שנה כל מה שעניין אותנו היה בגדים ונעליים, ושטויות של טיפוש עשרה, עכשיו אנחנו כבר בתוך החיים. דברים העומדים ברומם של עולם מטרידים אותנו. תחשבו איך עבודה יכולה להשפיע על כל החיים!" כך נואמת דבורה בפאתוס וכולן תולות בה עיניים ומהנהנות לאיטן.

"נו נו, גם כן לא ממש מהתכלית" נפלטות לי המילים מהפה, באמת לא התכוונתי שמישהי תשמע, רק הזכרתי לעצמי, אבל השקט שהשתרר לאחר הנאום של דבורה גרם ללחשוש שלי להישמע באוזני כל הנוכחות.

"מה אמרתי?" שאלה אסתי בשם כולן. הרגשתי תלמידה נזופה.

"סתם, שגם הנושא הזה הוא לא מה שיביא אותנו לעולם הבא מוכנות יותר."

"מה זה? נהיית רבנית או מה? מקבלים על זה משכורת טובה? אם כן לא פלא שאת רגועה..." חוי.

"אילה, אם אני לא טועה, את בדיוק החודש



ברסלבית עם קבלות

דבר ראשון זה כיף לקטר...

דבר שני יש המון על מה כי אתן יודעות איך זה - איך שהוא על המטוס ואת יודעת שזה אל חזור, אז ורק אז! את מגלה שהילד עם חום ויש פיצוץ בצנרת,

דבר שלישי... הום... לא חשוב...

אבל השם עדי שעמדתי בקבלה כל תשפ"ה וזכינו שבעלי נסע מלבד ראש השנה גם בחנוכה, ר"ח ניסן, שבועות וה' בתמוז ישתבח שמו לעד שנזכה תמיד

"וואו אודל את מלכה!! רק תזכירי לי מה יש בה' תמוז?"

"יום הולדת לבעלי כמובן!"

וגם פייגי שמכנה להתראיין בשמה המלא קיבלה על עצמה קבלה ברסלבאית, זכות הדיבור לפייגי: "החלטתי שכל פעם שאראה יהודייה רחוקה מתורה ומצוות אחפש בה נקודת זכות!"

"פייגי זה גדול! ספרי לנו האם אכן עמדת בקבלה ואיך היה?"

"ב"ה התקדמתי לאט לאט לעבור מכף חובה לכף זכות והאמת שזה ממש כיף להשליך את המשקפיים הביקורתיות והדיכאוניות ובמקום לחשוב מה יהיה ואיך יגיע משיח בדור שכזה אני הולכת על - לתת לו סיבות להגיע!"

עכשיו פניתי ישר לרבנית גאולה והתייעצתי איתה לגבי קבלות לנשים בסלכיות פשוטות כמונו, שרוצות לקרב את הגאולה. ישלה הרבה הצעות, סיננתי לכן כמה:

כל פעם שבא לך לכעוס תאמרי "שלא עשני גוי". לשיר את השיר "עוד יותר טוב" פעמיים ביום.

לערוך לילדים מבצעים על כל מה שזו והפרס: לנסוע לאומן!!!

לפי צבע - שחור משויש זהב לתיק העבודה, כחול פרחוני לתיק העגלה וורוד לתיק אוכל של הילדה בכיס הקטן! תצחקו אבל זה מה שהציל אותי כבר כמה וכמה כי אם אין לי ברכון אני לא אוכלת, כבר הסברתי שאני לא מתחילה עם זה.

קבלה מדהימה ביותר שלא אני זכיתי אלא דרורה גיטתי היא זו שזכתה וזיכתה אתכן מפרי עמלה - להודות כל יום על 3 דברים! היא מודה שבזמני עומס זה קורה לפני קריאת שמע שעל המיטה אבל אז יש לה רווח כפול: א' היא מרגישה בת מזל על כל הטוב בחייה. ב' היא לא שוכחת קריאת שמע.

צילה שכנתי - מלמעלה, לא זו שאני אומרת לה שלום, צילה היא שכנה שעוקפת אותי במעלית, וכדי לחזות בזיו פניה אני מזמינה כרטיס טיסה ואישר להעדר מהבית חתום בטביעת אצבעות ילדי - היא קיבלה על עצמה אי אז בימי חלדה העלויים טרם מסיבת הגמר לדבר תמיד בקול רגוע גם כשמבפנים היא מתה מעצבים. וכעת תבין המורה מתילדה למה צילה לא הגיעה לקבל את התעודה - היא פשוט ענתה ברוגע כשקראו לה ולא שמעו אותה מבין 400 בנות.

"צילה, את?" אני דהומה כולי "סמל השלווה! את מכירה בכלל את המילה עצבים?"

"רואה?" ענתה צילה תשובה ניצחת "הנה ההוכחה שעמדתי בקבלה!"

והנה אודל (שם אמיתי!), מהרחוב המקביל ברסלבית אפויה בנשמה, אודל איזו קבלה קיבלת על עצמך לכבוד ראש השנה דאשתקד? והאם עמדת בה?

"חברות אהובות וצדיקות אני נרגשת להתראיין בעלון הקדוש הזה ורוצה לספר לכן על הקבלה שלי: לא לקטר על הבעל שנזכר לאומן!! וזה קשה לא אמרתי שלא!

הופס, חלפה עברה שנה "תכלה שנה וקללותיה תחל שנה וקבלותיה" משהו בסגנון מצווחת לי המורה מ"א מעומק התודעה, ואכן, קבלות רבות וחשובות קיבלנו אז בכתה י"א, חלק מהן אפילו רלוונטיות להיום. אני לדוגמא קיבלתי על עצמי להקדים את כולם בשלום כמאמר הכתוב, ותקופה ארוכה התהלכתי במסדרונות הסמינר כשחיוך מתוח על פניי ולא מרפה לרגע שמא תקדימיני אחרת ונמצאתי מחזרת על פתחי הפוסקים להתרת נדרים.

אך עם הזמן למדתי לתפוס את השנייה המדויקת בה ההיא עוד מתלבטת אם העובדה שפספסנו בטיפת חלב מחייבת רק ב"שלום" עם חיוך מדיום או "מה נשמע" בחיוך אקסטרא לארג' ובאותו רגע גורלי אני מקדימה אותה ב"מה שלומך" פלוס חיוך לארג' ופותרת לה את כל הספקות. עניין של מומנטום.

כל זה נכון ויפה לשנים הראשונות לאחר החתונה. היום זה עוד יותר יפה ונכון כי השלום כולל רק את הילדים שלא חולמים לענות אם לא תחת איומים ואת הבעל שבכלל עדיין עסוק בלשוחח בפלאפון עם עסקן חשוב ולעיתים ממש רחוקות את השכנה מהקומה.

דווקא קבלה משנה אחרי היתה יותר מסובכת - לברך ברכת המזון מתוך הכתוב, הרי בשנות הבחרות משלמים עלייך הכול: גם את האוכל, גם את הברכונ וגם את המקום שבו את יושבת לאכול - דירה בירושלים (אז 2 מיליון) / מסלול הוראה (כמה אלפים) / אוטובוס אגד (כרטיסים).

אבל כשהיחידה היא שלך והאוכל, הברכונ, הרב קו ומילואו - עלייך, זה קצת יותר מורכב - את צריכה לדאוג שיהיה לך תמיד ברכון! אבל גם זה עביר לגמרי - עם הזמן הצטברו לי ברכונים קטנים וחמודים מכל מיני שמחות שהשתתפתי בהם עם הזמנה או בלי ואז נשאר לי רק להתאים



אבק לשון הרע

לשון הרע (אף אם לפי האמת מותר לו לספר דבר זה), ואם הביא עצמו לידי חשד, הרי זה בכלל אבק לשון הרע.

בני אדם שיקנאו בו, ועל ידי שידבר בשבחו, יבואו לדבר בגנותו. אמנם מותר לשבח אדם שהוחזק לרבים ונודע לכשר וצדיק, שלא נמצא בו שום רעה ואשמה, אפילו בפני שונאיו, כיון שאי אפשר לגנותו, ואם יהיה מי שיגנה אותו יבינו השומעים שדבריו אינם נכונים.

ג. יזהר האדם לשבח את חבריו בשבח היכול לגרום לו הפסד. כגון, אורח שיצא לרחוב העיר ויפרסם לכולם שהמארח טרח לפניו הרבה באכילה ושתייה וכדומה, ומחמת כן יבואו אנשים ריקים לאותו מארח ויכלו את ממונו. ועל זה נאמר (משלי כז יד) 'מברך רעהו בקול גדול בבקר השכם, קללה תחשב לו'. כמו כן אם אדם השיג הלוואה מחברו, ומפרסם זאת בפני הכל, ועל ידי זה יבואו אנשים רעים שאין המלווה יכול להימנע מלהלוות להם, וילוו ממנו גם הם.

ד. חייב אדם להזהר שלא יחשדו בו שהוא מספר

א. יש דברים שאינם לשון הרע ממש, אך אסורים מדין 'אבק לשון הרע', כגון, שאומר על אדם שהצליח מאד 'מי היה מאמין על פלוני, שיצליח כל כך', או שאומר 'אל תדברו על פלוני, איני רוצה לומר מה אירע איתו', וכיוצא בדברים אלו, שמובן מתוכם גנאי על אותו אדם. וכן המספר בשבחו של אדם בפני השונאים אותו, וגורם בכך שידברו השונאים בגנותו, הרי שבח זה הוא אבק לשון הרע. וכן אדם המשבח את חברו יותר מדי, זהו אבק לשון הרע, כי בדרך כלל הוא מסיים ואומר 'חוץ ממדה רעה פלונית שיש בו', או שהשומעים אומרים לו 'מדוע אתה מרבה בשבחו, והרי יש בו מדה רעה מסוימת'.

ב. וכן אסור לשבח אדם בפני אנשים רבים, אף שאינם שונאיו, ואינו מרבה בשבחו יותר מדי, כיון שבמקום שיש אנשים רבים בדרך כלל יש שם כאלו שידברו נגדו וכן



דיבורים על תשובה

האלו שחוזרים על עצמם שוב ושוב? איזו נקודה שכל פעם חוזרת ואני מוצאת את עצמי שוב ושוב נופלת לאותו בור וזה ביזיון בפני עצמו אבל אני מרגישה שזה מסע חיים. כל פעם שהצלחתי לקלף עוד שכבה של שקר ועוד קצת כבוד עצמי אני יודעת שאני בדרך הנכונה. התהליכים הכי אמיתיים בנפש קורים לאט לאט. אי אפשר ברגע אחד להיות אחת שחושבת רק על כבוד ה'.

רותי: זה מרגיע מאוד שתמיד בכל מדרגה אפשר לקיים את העצה הזו. בואי נמשיך לקרוא: "אבל מי שרודף אחר הכבוד אינו זוכה לכבוד אלוקי, ועל כן אפילו כשיש לו כבוד הכול חוקרים ודורשים אחריו ושואלים מי הוא זה ואיזהו שחולקים לו כבוד הזה וחולקים עליו, שאומרים שאינו ראוי לכבוד הזה."

חיה: יש לי עוד דוגמה: אם אני באה לחנך את הילד שלי עם שליטה וכוח כי כך אני החלטתי ואני האמא בבית כי אם לא, מה זה אומר עליי כאמא? אז מה קורה? הילד חוקר אחר הכבוד הזה ונוצרת שם התנגדות אבל כשאני באה בענווה ואני יודעת שה' שם אותי בתפקיד הזה כרגע ואני רק עושה השתדלות והתוצאות רק בידיים שלו - אזי אני זוכה לכבוד האלוקי. אני ראויה לו.

רותי: באמת זה קורה הרבה פעמים כשאנחנו נמצאים במקום של השפעה. אני יכולה לבוא ממקום של מלך, שליטה וכוחנות ששם הרבה פעמים אני בעצמי חוקרת אחר הכבוד של עצמי אם אני ראויה שישמעו לי.

חיה: בהמשך אומר רבנו: "כי עיקר התשובה היא - כשישמע בזיונו ידום וישתוק". הרבה פעמים אנחנו בכלל לא מסכימים לשמוע את הביזיון. אנחנו מנסים להתגונן, נכנסים לוויכוח עם עצמנו. 'שמע בזיונו' - קודם תסכימי להרגיש אותו. תהיי בזה, אל תברחי מיד לפתרון, וכשמוכנים להיות שם ולדום ולשתוק אז זוכים לתשובה.

והדבר המדהים שקורה בתוך התהליך הזה שלאט לאט כשמתחילים להשתחרר מהכבוד השקרי ומתחילים לחפש את הכבוד האמיתי מרגישים טהרה בלב. נקיות כזו. הוויה חדשה. הרגשה שאת קיימת ללא תנאי ואת אהובה מעצם היותך. מעצם נשמתך. אולי זה מה שרבנו אומר בהמשך: "קודם התשובה עדיין אין לו הוויה כאילו עדיין לא נהווה בעולם כי טוב לו שלא נברא משנברא. וכשבא לטהר את עצמו ולעשות תשובה אז מכין את עצמו שיהיה לו הוויה בעולם."

רותי: אשרינו, שנזכה!

להתחזק?

רותי: פעם בררתי את זה עם אבא שלי ומה שהוא ענה לי זה שיש שני סוגים של תורות בליקוטי מוהר"ן. יש מקומות שהם כמו הדרכה, כמו התורות הקצרות בסוף החלק הראשון שהם עצות ומוסר ויש מקומות שהם מאמרים עיוניים. כמו המאמרים הארוכים שבתחילת החלק השני. אם אישה פותחת ליקוטי מוהר"ן כדי ללמוד ולעייין זה באמת לא כ"כ מתאים, זה כמו לפתוח גמרא לצורך לימוד שזה אסור לאישה, אבל אם אישה פותחת ספר כדי למצוא איזו דרך או עצה טובה זה נפלא.

יש את הספר "קיצור ליקוט מוהר"ן" שזה רק העצות למעשה או "ליקוטי עצות" שזה לפי ערכים, ויש את הליקוטי תפילות שזה בעצם התפילות שנכתבו על התורות, וכל פעם שאני רוצה לדעת מה רבנו אומר אני פותחת אותו והרבה פעמים מצאתי שם עצות נפלאות שהגיעו לי בדיוק בזמן...

חיה: וואו, איזו מתיקות... אז בואי נקרא את העצה למעשה בקיצור ליקוטי מוהר"ן:

"כי צריך כל אדם למעט בכבוד עצמו ולהרבות בכבוד המקום יתברך ולא יהיה רודף אחר הכבוד רק יברח מהכבוד, ואזי הוא זוכה לכבוד אלוקי ואז אין בני אדם חוקרים על כבודו אם הוא ראוי או לאו."

רותי: את יודעת, בדיוק עכשיו אני חוזרת משיעור שמסרתי והיו לי כאלו ביזיונות בלי שום סיבה חיצונית. רק מהמחשבות שלי על עצמי, וזה יכול לפגוש אותנו בכל כך הרבה מקומות כשאת רוצה הרבה דברים: בית מסודר, ילדים מחונכים וכו' וזה לא הולך לך כמו שאת רוצה. אז ממה שקראנו עכשיו אני מבינה שהכבוד של עצמי זה הרצון שלי, איך אני חושבת שזה צריך להראות, אפילו בענייני עבודת ה' זה פוגש אותנו. אבל כבוד ה' זה איך אתה רוצה שאני אהיה פה עכשיו ואני ממשיכה מפה לעשות מה שאני יכולה, מסלון מבולגן, משיעור לא הכי מוצלח, וכל המצבים האלו זה סימן מה' להתקרב אליו ולשוב אליו.

חיה: שמעתי פעם, למה רבנו אומר למעט בכבוד עצמו ולא לבטל כבוד עצמו? כי ע"י שאני ממעיטה בכבודי ממילא מתרבה ע"י זה כבוד ה'. את מכירה את הביזיונות

חיה: מה את אומרת שנדבר קצת על התשובה? אולי על תורה ו' לא שאנחנו רוצות להשתלם בתחום של הביזיונות אבל חודש אלול מזמן לנו הרבה כאלו...

רותי: בואי נגיד שאנחנו רוצות להשתלם בתחום של התשובה...

חיה: נכון. האמת שלפני שנתחיל יש עניין שמאוד מבלבל אותי והייתי רוצה להתברר בו ביחד: על העניין שנשים פותחות ליקוטי מוהר"ן. זה נראה לי קצת לא מתאים ואולי זה סתם יצר הרע כי בסה"כ יש כאן רצון האמיתי להתחזק מהדיבורים של הצדיק, מה, לנו לא מגיע?

רותי: זה באמת נושא שחשוב לברר. פעם חברה שלחה שאלה לאחד המשפיעים בברסלב שהיא מרגישה לא כ"כ נוח להתחזק מהליקוטי מוהר"ן עצמו ומצד שני זה כ"כ מחיה אותה ומשנה לה את החיים. אז הוא ענה שזה הגדלות של הרב"ה שאותה תורה שגדולים ותלמידי חכמים לא יורדים לעומקה יכולה אישה פשוטה להוציא ממנה כאלו עצות, כי הרב"ה מדבר לכל הדרגות.



חיה: מדהים...

אז מה האופן שבו אישה כן יכולה

בתודה לבורא עולם
מסכמים שנה "בחברות מקשיבות"

**התודה
והברכה**

לכן חברות - שהייתן איתנו
לאורך הדרך ונתתן ממון, רצון וטרחה
לכבוד הרב'ה

למפיצות היקרות - שחשבתן
גם על החברה והשכנה
שהאור יכנס ויאיר בעוד ועוד בתים

לשותפות החשובות - שהוספתן
עוד על התרומה, כי בזכותן העלון
הגיע לעוד ועוד ישובים

לכל הקוראות האהובות -
שהתחזקתן ושיתפתן
וביקשתן עוד, כי נגמר מהר מידי...

וכמובן, לצוות המסור
לכותבות המוכשרות -
שבדיבורי הצדיק אותנו מטעימות
לעמותת "אור העולם" - שמלווה
את העלון במסירות

ולכל העוזרים והמסייעים -
שנותנים לב והאהבה לעלון שלנו

הזכויות הן שלכם!

יה"ר שנזכה להמשיך ולהפיץ המעיינות חוצה

שנה טובה ומתוקה

משפחת "חברות מקסימות"



נוסעת לאומן?

**אפשר
גם בזול!**

**בנתיבים טורס תקבלו את
המחיר הטוב ביותר!**

יציאות וחזרות לקשינב חיד' יום

מוקד הזמנות: 02-6338444 | www.rivours.net
info@rivours.net



מחלקת חינוך
משרד החינוך

 052-5111111
 052-5111111
 info@yotv.co.il
 www.yotv.co.il
 תל אביב

7"01

פשוט. לדבר עם השם - סדנת התבודדות:

רוצה ללמוד איך עושים תשובה בפשטות?
בלי הלקאה עצמית? בשמחה!!!
רוצה להגיע לחגים בחיבור פנימי אמיתי,
ולנצל אותם כדי לחוות קרבת השם חדשה?

סדנת אלול - פשוט. לעשות תשובה.

הסדנה שתקרב אותך לעבודת התשובה מאהבה על פי רבינו הקדוש
סדנה מעשית בת 4 מפגשים
המבוססת על תורה ו' בליקוטי מוהר"ן - "סוד כוונת אלול"
לחיבור מחודש עם עצמך ועם השם יתברך

חדש אפשרות לרכישת הסדנה בטלפון -
(גם סדנת ההתבודדות ניתנת לרכישה)

לפרטים 0548559775

או במייל: talktohashem0548535699@gmail.com

מחכה /ק... מדבר