

חברות מהשיבות

סיפורי אלמות

רבי
רבי שמעון בן יוחאי, זכרו זאת ותשימו על לב, שזכינו בדורות הללו לשמוע נפלאות נוראות גדלתכם. איך מרמז בתורה שעל ידכם לא תשכח התורה, כי הפסוק שהבאתם ראיה ממנו, שהוא כי לא תשכח מפי זרעו, הוא סופי תיבות 'יוחאי', ושמכם הקדוש בעצמו מרמז בפסוק, עיר וקדיש מן שמיא נחית אשר אתם לבד יודעים סוד דברים האלה, אתם לבד יודעים גדלת ההבטחה שהבטחתם לישראל שהתורה לא תשכח מישראל על-ידכם (ליקוטי תפילות תנינא, מז)

המדור הפופולרי והפעם
"קצת זה גם טוב"
מה שאותן חזקתן!
קפסולת התחזקות | 13

סיפורה של חנה, רווי
אמונת צדיקים וניסים
גלויים. שנזכה לסמוך!
תמונות חיים | 10

לנצח בעוד
כ"חוט השערה"
זוגיות לאור
להצדיק | 5

אני נמצאת עמוק בקטנות
שלי, איך אוכל להיות
ראויה לגאולה? מתבוננות
במעשיות | 4

קשר בל ינתק

הצדיק שנותן לנו כוח להמשיך לחתור

במעשייה שלנו הצדיק טוען לפני בורא עולם שיעשה משפט צדיק. שהאבנים הטובות של בן המלך יתגלו, שהדיבור הקדוש שנתן למלך - יתקיים במלואו. וכך אמר: **האם עשיתי זאת בְּשֵׁבִיל כְּבוֹדִי? לא עשיתי כי אם בְּשֵׁבִיל כְּבוֹדֶךָ.**

ובוודאי רבי שמעון בר יוחאי שוקד על דבריו שהבטיח לנו, שהתורה לא תשתכח מפי עם ישראל וטוען לפני בורא עולם את אותו הדיבור ממש. וגם אם עכשיו אנחנו בהסתרה נוראה כזו, בשפלות כזו, וגם אם נראה שיש יהודים רבים כל כך שהתורה לא ערבה להם, ואין להם שום השתוקקות אליה. וממש נראים כמו בן המלך שהצטרע, מכף רגל ועד ראש, עסוקים בהבלים ותעתועים. בוודאי כולם מאבנים טובות, ובוודאי התורה שייכת לכולם ובזכות תורת הסוד שגילה רבי שמעון זה עוד יתגלה.

וכמו שמחזק אותנו רבי נתן: **"כי לולא זכות הצדיק אמת, לא היה לנו כח אפילו לחפש ולבקש כלל, וחס ושלום היו נטבעין, ולא היה תקומה, חס ושלום, להנופלים ונתרחקו מן הקדושה. ובפרט עכשיו, שיש בני אדם שנפלו מאד לחטאים ועבירות גמורות, רחמנא ליצלן - ומהיכן היו מקבלין חיות וכח להתעורר עוד לבקש ולחפש כבודו יתברך ולשוב אליו? בוודאי, חס ושלום, היה אובד תקוותם חלילה! אך באמת, על ידי כח הצדיקי אמת, רבי שמעון בן יוחאי וחבריו, שזכו לבחינת 'איה', על ידי זה יש כח לכל הנופלים, אפילו למקומות המטונפים, שיחפשו 'איה', עד שיעלו בתכלית העליה לבחינת 'איה', מאחר שכבר היו צדיקים אמתיים שזכו לבחינת איה, שהוא סתרי תורה" (ליקוטי הלכות, גביית חוב מהיתומים ג, יט).**

הלוואי ונזכה לקשר את עצמינו לצדיקים כמה שיותר, לסמוך עליהם, ולראות ניסים ונפלאות בכלל ובפרט!

חברות מקשיבות

"את שואלת אותי על הקשר לרבי שמעון?" תפסתי את אחת מדמויות הקבע אצל רשב"י לשיחת השראה קצרה בנסיעה ממירון לצפת. כזו שקשורה ומקושרת וכל הווי חייה סובב סביב הציון הקדוש. "אז שתדעי שזה פשוט מאוד. כשאת קושרת משהו טוב, זה לא נפתח נכון? אז ממש ככה. אני קשורה. תמיד. גם אם אני בציון, וגם אם אני בחצר. או בבית. או בעיר אחרת בכלל. אני קשורה והצדיק הזה מלווה אותי, וזכותו מגינה ומצילה. אני מאמינה בזה ורואה את זה". חתמה, והמשיכה לעניינה.

מי שאינה רגילה בשפה הזו, לא תבין את הדיבור הזה. מה זה קשורה? איך בדיוק? האם זה סוג של קסם שיש כאלו שיש להן אותו, ויש כאלו שאין?

יש מי שהולך לפנינו

והאמת, שאמונה בצדיקים זה אחד מאבני היסוד של עם ישראל. אבל... מי שזכתה להתקרב לרבינו הקדוש, אכן האמונה בצדיקים חזקה אצלה יותר. יש לנו אפילו נוסח התקשרות: הריני מקשרת את עצמי לכל הצדיקים האמתיים שבדורנו ולכל הצדיקים האמתיים שוכני עפר קדושים אשר בארץ המה ובפרט לרבינו הקדוש צדיק יסוד עולם... "ולכן הציון של רבי שמעון, צדיק יסוד עולם שקשור בקשר הדוק לרבינו הקדוש, הוא כל כך בלבנו... רק צריך ללבב את הלב. לחזק אותו לסמוך, להאמין שיש צדיקים שהולכים לפנינו. אנחנו לא לבד. וזה הבדל שמייס וארץ בין אדם שהולך כאן על פני האדמה אבל קשור למגדלור של הצדיקים, לבין בן אדם שהולך בדרך... איך אפשר?"

"אצלנו ב'ונצעק' של ההגדה כל הבנים געשו שרק לא יסגרו לנו את הציון של רבי שמעון בל"ג בעומר, איזה צעקות הלכו בבית" שיתפה אותנו חנה מהסיפור של "תמונות חיים", כי ככה זה. כשרגילים לבוא לצדיקים, לסמוך, לא יכולים בלי זה. לא יכולים לדמיין שחלילה יסגרו לנו את השיבר הראשי, שיגידו לנו לא להגיע לצדיק ביום שמחתו הגדול...

לקבלת העלון במייל,
תגובות, הערות והארות
a033134270@gmail.com



העלון מוקדש
לישועת עם ישראל
ולגאולה שלימה ברחמים

להזמנת עלונים להפצה או להזמנת מני אישי
בקו חברות מקשיבות:
03.3134.270 < שלוחה 1

לתרומות

נדרים פלוס - אור העולם
< חברות מקשיבות

בהעברה בנקאית

למס' 6987607

סניף 897 בנק לאומי 10

ע"ש עמותת "מתחברים לאור העולם"
לציין עבר חברות מקשיבות

במערכת אשראי של נדרים פון:

03.3134.270 < שלוחה 2

יצא לאור על ידי
נשות ברסלב צפת

עריכה לשונית:

ר' ל' בהר - 054-846-9963

עיצוב ועריכה גרפית:

בבלום





מעשה מלך מלך שעשוי מאבנים טובות

פרק ד' בן המלך נצטרע

ונעשה במקום ושה הבן מלך
מצרע מאד [והיה לו] על חטמו
צרעת ועל פניו ועל
שאר גופו ועסק המלך בדקטורים
ובמכשפים ולא הועילו וגזר על
היהודים שיתפללו, ובקשו הצדיק
הנ"ל והביאו אותו למלך.

לא עשיתי כי אם בשביל כבודך
ועכשו לא נתקם כמו
שאמרתי ובא הצדיק להמלך
והיה מתפלל ולא הועיל
והודיעו לו שהוא כשוף.

בדרך אל גילוי הטוב הוּפְּאָא-גְדוּמָה בתחילה שכולי
ולאה הלא טובי מצורע. לא יפה להסתכל במראה
הקניניות. אבל באות, זהו רק כישוף ותחזק
להיחם במחשבות הוחלשות ולכזור שאנחנו בנות
למך שצטויות מסוב למור.

גם כשהטוב שלי כל כך נזלם, אתפלא
ואתחנן להשי"ת בעדו, הרי אני
רוצה זאת בשביל כבודך...

והצדיק הנ"ל היה גבוה למעלה מן
כל הכשפים ובא הצדיק והודיע
להמלך שהוא כשוף ושהשליכו
הכשוף למים ואין תקנה להבן מלך
כי אם שישליכו המכשף שעשה
הכשוף למים אמר המלך: אני נותן
לך כל המכשפים להשליכם למים
כדי שיתרפא בני.

הצדיק הנ"ל היה מתפלל תמיד
להשם יתברך באשר שהוא
היה מבטיח שיהיה הבן מלך
כלו מאבנים טובות, ולא היה כן
והיה טוען להשם יתברך: האם
עשיתי זאת בשביל כבודי?

התיקון שלי הוא להסיר את אותן חלישיות
מצורעות אל חיוני התורה. להתכוון בעצמי בקנינים
של דעות אלויות וקדושה. כמו שהשם מסתכל עלי...



באיזו עין את מסתכלת?



שלוש וברכה לחברות המקשיבות, אנחנו בתקופת מלחמה ולא קל לכולן; ודברים שברובם שאלוה, ואני, האם אני ראוייה בכלל? (אזכורם עכשיו "הפסקת אש" אבל לא יודע מה יהיה?) גם כל השטרה הושווהת אני רק אוכלת יותר, כוונת יותר על מי שסביבי, מנותקת מציפיה, רחוקה ומוצאת עזרה בקטנות שלי, מנסה לקום ושוב נופלת, אין בי התרגשות אמיתית... מתפאלת שאפכה אבל לא יודעת את מי הוא יפגוש... איך אוכל להכין את עצמי לשאלה?

דבורה

בכוח התפילה שלי. כשאנחנו מתפללים ולא נענים מיד אנחנו מרגישים 'נו כבר מתי נתקבל תפילתנו'. חז"ל אומרים שזה נקרא 'עיון תפילה', אדם צריך להתפלל ולהמתין בסבלנות. כשה' ירצה לתת קרבה, יתן. בינתיים הוא רוצה שתעבדי אותו מתוך הריחוק, שתתפללי על זה בעצמו, שתכנסי אל 'תיבת-נח' שלך, אל תיבות התפילה, ותספרי על ההרגשה שלך, שתנסי ליישב דעתך האם כל-כולך רק רחוקה ונכשלת? האם אין איזשהו רצון קטן, מעשה טוב, אבן נחבאת שהיא שלך וביושר? האם יש מקום שבו את מנהיגה ומובילה, ובזכותך יש למשפחה שלך אוכל לאכול, בגד ללבוש?

אנחנו בתוך מצב באמת לא נורמלי. וזה רק להחזיק מעמד, לחסוף פירורים של טוב מעצמנו. יש עלינו לימוד זכות גדול מאוד בשמים, מלחמה בחוץ, מלחמה בפנים, ואנחנו לא עוזבות את כליה-המלחמה, ממשיכות לרצות, לחפש, למלמל, להתפלל. ועם הפירורים האלה נבוא למשיח, והוא יאסוף אותם, ויספר לכל אחת ואחת איך מסע החיים כולל הירידות וההתרחקות היה לטובה, ובסופו של יום, תתקלף הצרעת, ויתגלו בני מלכים זוהרים באור יקרות.

*מעובד על פי שיעור של הרב עופר גיסין הי"ו

לשליחת שאלה ולתגובות: 0527161339@gmail.com

על כל אלה וכיניצא בזה צריך התחזקות גדול, לחזק עצמו מאד מאד, ולבלי להסתכל על כל זה כגל. כי באמת כל ההתרחקות הוא רק כלו התקרבות" (ליקו"מ תנינא מח)
כשאת מנסה לדבר בהתבודדות, ומרגישה שהכול חרב, כשאת מנסה להיות מחוברת והכול מרגיש לך מנותק, זו ירידה לצורך עליה, כי כגודל הנחשק - כך גודל המניעות. איפה הטוב שלך? איך את יכולה להיות בקשר איתו? לא באני של פעם, אלא בהיום. לא למאוס בגרסה של עצמך המתקשה והמתמודדת, להיות בעד עצמך גם שם, כי באמת השם איתך גם במרחק, דרך החיפוש והרצון להיגאל מתוך יישוב דעת.

העצה של רביה"ק כהכנה הטובה ביותר לגאולה היא דרך ההתבודדות. כמו שרבינו אמר (שיחות הרו"ח) "שמעתי בשמו שאמר: בנדאי נמצאים פשרים, אף על פי שאין להם התבודדות. אבל אני קורא אותם "פלייטיס" - מבהלים ומבלבלים. ופתאם פשיבוא משיח ויקרא אותם יהיו מערבלים ומבלבלים אבל אנחנו נהיה דומים כמו האדם אחר השנה, שדעתו נוחה ומישבת היטב, כן תהיה דעתנו נוחה ומישבת עלינו בלי מהומה ובלבול".

"והיה על חטמו צרעת על פניו ועל כל גופו" - חוטם מרמז על התפילה. חוטם מעביר את האוויר לגוף, כך התפילה מביאה לנו חיות. הנפילה הכי קשה היא לאבד את האמונה

שלוש דבורה יקרה, הלוואי שבשעת קריאת השורות נהיה גאולים ושמחים. כולנו בסיבובים האחרונים של מכונת הכביסה... סחוטים לגמרי... ובינתיים, יש לנו סיפור מעשיה מופלא שהולך ומסתבך. הבטיחו למלך בן שיהיה עשוי מאבנים טובות, בינתיים מה קורה? הוא מצורע, מכוער ושום דבר לא עוזר לו. לפעמים אישה מרגישה כמו מצורעת. כאמא. כרעייה, כיהודיה או סתם ע"מ. כל אחת מרגישה לפעמים חוויה 'מצורעת', מנודה מרוחקת, 'לא אכפת ממני' 'לא אוהבים אותי'. לפעמים גם מול השם יתברך אדם מרגיש מצורע.

"כשאדם נכנס בעבודת השם, אזי הדרך שמראין לו התרחקות... וצריך התחזקות גדול מאד מאד לבלי לפל בדעתו, חס ושלום, כשרואה שעוברים כמה וכמה ימים ושנים, שהוא מתנגע ביגיעות גדולות בשביל עבודת השם, ועדין הוא רחוק מאד, ולא התחיל כלל לנגס לשערי הקדשה. כי רואה עצמו שהוא מלא עדין עביות וגשמייות והרהורים ובלבולים גדולים, וכל מה שהוא רוצה לעשות בעבודת השם איזה דבר שבקדשה, אין מניחין אותו. ונדמה לו כאלו אין השם יתברך מסתכל עליו כלל, ואין רוצה כלל בעבודתו, מחמת שהוא רואה שהוא צועק בכל פעם ומתחנן ומתנפל לפניו יתברך שיעזרהו בעבודתו, ואף על-פי-כן עדין הוא רחוק מאד מאד... הן

תפילה להתקשרות לצדיקים

רבונו של עולם, תן בלב הצדיק הקדוש והנורא הזה (השוכן פה). ובלב כל הצדיקים אמתיים, לבל יסתירו פניהם ממני, ויעמדו בעדי למליצי יושר, להפוך בזכותי ולבקש ולמצוא בי נקודות טובות, ומליצי טוב בעדי שתקרבו אליה ברחמים, ותתן בי לב חדש ורוח חדשה תתן בקרבי, שאזכה להתעורר מעתה באמת לשוב אליה באמת ובלב שלם, אי שמים הפגינו בעדי, כל בעלי רחמים וחקמה חמלו עלי, כל שוכני עפר העתירו בעד מוטבע בין מצולה ואין מעמד כמוני:

(ליקוטי תפילות תנינא, מז)



זוגיות לאור הצדיק ע' אפלוביים



חברות אהובות שוטטתי ברחבי תיקיית המאמרים שכתבתי בכמעט שלוש השנים האחרונות לעלון המתוק והקדוש שלנו, ופתאום מצאתי מאמר אקטואלי כל כך, מדהים עד כמה, וכנראה שעד ביאת משיח צדקנו הוא יהיה לנו ממש אקטואלי. הרי הוא לפניכן...

מלחמת מצווה!

יש מלחמה בעולם. לנו זה לא חדש... כל מי שהתעורר בחייו להתחיל להתקרב באמת לה', לעצמו, לקדושה, לצדיק, יודע את זה היטב על בשרו, איזו מלחמה יש על כל צעד ושעל ואפילו כחוט השערה. איזה אויב עקשן, מרושע ואכזרי שלא נח לרגע, עומד כנגדנו למנוע, להסית, לבלבל, להחליש, לסכסך ולהרחיק. אבל עד כמה היינו מודעים לכך שכתוב שהוא עוזב כל עניין אחר ושם עצמו בין איש לאשתו?

האם ידענו שה"מסירות נפש" שלו זה להרוג לנו את הזוגיות?

אז הנה חדשות מעניינות... מכיוון שהוא לא מבזבז זמן על דברים שוליים והולך על הדברים החשובים באמת, על נקודת הכוח שלנו ושל כל עם ישראל - עלינו להתעורר לדעת, יש מלחמה והיא מתחוללת על היקר לנו ביותר - הבית.

יומן מלחמה או איך זה קורה בפועל כדרכו של היצר הרע, הוא נכנס במרמה (לדוג' בדמות של מי שדואג לך ושלומך) עם דבר ממש ממש קטנצ'יק, מחשבה של ספק על טובו / נאמנותו / טוהר כוונתו... של בן הזוג. ממשיך למחשבות של - עד כמה הוא לא בסדר ב... וכמה הוא לא...

מתחיל להראות לך שאצל אחרים המצב הרבה יותר טוב: "אח, בעלה של רותי כל חג קונה לה..." "ראית את השכן? איזה עדין עם הילדים, ובעלך... ה' יעזור".

ומתחיל לתת עצות מתוך "ליקוטי עצות למירור החיים": איך בדיוק עלייך לענות כדי שלא ידרכו עלייך; מה לעשות או לא לעשות באופן שכן הזוג ילמד איך להתנהג; להילחם על חייך.

הוא לא עוצר באדום וממשיך להעצים את הספק "אולי זו הייתה בחירה לא נכונה כל הזוגיות הזו" "יכול היה להיות לי משהו הרבה יותר טוב" "בעלי חולה נפש".

וממשיך לגלגל את הגלגל השלילי הזה יותר ויותר נמוך עד לפירוק מושלם של הבית, דבר שקורה לצערנו הרבה מסביב. ואז... הוא פותח את השמפניה שלו וחוגג וכמובן לא שוכח להזכיר לך שוב ושוב כמה את גרועה - עובדה התפרק לך הבית והכול באשמתך כמובן, "הוא המסית הוא המקטרג".

תכסיסי מלחמה

האויב הוא ערמומי וגם נורא ואיום, אבל,

אנחנו לא לבד בעסק. יש צדיק ענק שחזק ממנו פי אינסוף והוא נתן לנו תכסיסי מלחמה!

"**ביחד ננצח**" הסיסמה העכשווית... מהדהדת את הקריאה של רבינו "החזיקו עצמכם ביחד". לחזק את הכוח שמדביק - הוא כוח החדש. לעשות משהו טוב עבור השני "סתם כך" ואז עוד אחד... להאיר פנים, לומר משהו טוב, להחמיא. ממש לשם מצוות חסד, אלו השקעות טובות ובטוחות. אף פעם לא מפסידים מזה. ולהזכיר זה לזה כשיש צורך "אני לא האויב, יש לנו אויב משותף שאותו עלינו לגרש".

דיבור טוב - רבינו מסביר בליקוטי מוהר"ן שהדיבור בא מגבורות ושהשורש של היצר הרע גם בא מגבורות, וכשאנחנו מדברים דיבור טוב, דיבור של אמונה, תפילה וכו', אנחנו מכניעים אותו בשורשו. בפועל - כאשר "סמי" (נך אנחנו קוראים לו בבית) מתחיל לשדר מחשבות לא טובות:

"תראי את בעלך, חושב רק על עצמו, הוא לא רואה אותך בכלל (וכאן הוא מביא הוכחות)... "וואו עם איזה לא יוצלח התחנת" "את הרי יודעת שהזוגיות הזו די אבודה..."

ברגע שזיהית - את מיד יכולה לפעול, להכניע אותו בשורשו עם דיבור טוב. לפנות להשם בתפילה, לומר את הפך המחשבות האלה בפה מלא: "בעלי הוא טוב" "בעלי רואה אותי ואכפת לו ממני", פסוק תהילים, דיבור של אמונה, להקריא תורה וכו'. עשית את זה, אשריך, ניצחת. הכנעת אותו בשורשו.

לא להתפחד - קראנו דיבור מדהים ברמב"ם שכשמדובר במלחמת מצווה יש ממש איסור תורה להתפחד. ויש הבטחה שמי שילך באומץ עם כל הכוח ועם בטחון בה', יזכה בוודאי לחזור ויקים בית. גם במלחמת עמלק הזו על הזוגיות ועל הבית, נשתדל לא להתפחד! נילחם על הטוב באומץ ובהתמדה. עלינו לדעת שקיום בית יהודי זו שליחות ויש כלל שכוח המשלח נמצא בשליח, ז"א שאם ה' יתברך שלח אותנו למשימה כזו שנראית לפעמים בלתי אפשרית, כוחו האינסופי פועם בנו ובע"ה נראה ניסים מעל הטבע.

שנזכה בחודש אייר הקדוש שבו ה' עוסק ברפואתנו, להתחזק בכוחות מחודשים, לנצח בעוד חוט השערה.

באהבה, עדיה

מי רוצה לקנות בשם?

"אומרים לו המתן"

המתנה זו מתנה

אומרים לי המתניני

כי מתנה באה עם פונה

סופרת יום יום

ומאמינה

כי בסוף מתקלפת העטיפה

ומתגלה בפינה

המתנה

העשויה פלה מאבנים טובות

לאכול בקדושה - שייך גם אלינו!

כולנו רוצות לאכול בריא יותר, משמין פחות, יודעות שיש מושג שנקרא "תאוות האכילה", רובנו לא יודעות איך להינצל ממנו. מיכל ביתן, חסידת ברסלב ממושב רוויה שלייד בית שאן, מחזקת אותנו באכילה בקדושה, בתועלת שלה ובפעולות קדושות שאפשר לעשות עד שנזכה לה בשלמות. וכך היא מספרת:

אצור את האפלטות

"גדלתי בבית שבו אכלו רגיל ובלי מודעות לבריאות. בית שבו לא היה הרבה ג'אנק פוד, אבל גם לא אורז מלא וכוסמת. לא הרגשתי כל חיסרון באכילה שלי עד שבהיותי בעלת תשובה צעירה הגעתי למדרשה. במדרשה היה אוכל טעים במיוחד ומשמין מאוד. הרגשתי שאני הולכת ומעלה קילוגרמים. כאילו בתוכי יש איזו מפלצת בולענית שמכריחה אותי לאכול ולאכול, וזה לא עשה לי טוב. רציתי לשלוט בצלחת שלי, ולא שהצלחת תשלוט בי. התחלתי לאמן את עצמי בתרגילים של ריסון עצמי, למשל: כל עוד שאני לא בולעת את הביס - אני לא מושיטה את היד לקחת עוד. זה היה לי קשה כל כך עד שהחזקתי את השולחן! לפעמים הייתי מציגה לעצמי את המפלצת הזו, איך היא נראית כשהיא משחרת לטרף. הייתי נכנסת לחדר לבד, וכמו שהרגשתי אותה ככה הצגתי אותה, להבין מול מי יש לי עסק..."

"בהמשך זכיתי להקים בית בישראל ב"ה, עדיין עבדתי על עניין הריסון העצמי, אבל המפנה הגדול קרה כשהיינו זוג צעיר המצפים לשמחה. הרגשתי חולשה נוראה והלכתי לתזונאית שתיתן לי תפריט שיחזק אותי. באתי עם ציפייה יחידה - להרגיש טוב יותר. אבל על הרוחניות שאזכה מהביקור הזה לא חשבתי... זו הייתה ישועה של ממש לקבל הדרכה ממנה. למעשה אני כבר תשע עשרה שנה הולכת לפי ההנחיות, ומרגישה שזו עבודת השם ממש."

"רבינו מלמד אותנו בליקוטי עצות, אכילה א', כמה טוב יקרה אתנו אם נשכיל להתגבר על תאוות האכילה: **על ידי אכילה בכשרות כראוי, שאוכל במתינות ואינו אוכל בדרך הלעטה, על ידי זה נתתקן השכל, ונכנע הכסילות. אבל כשאוכל כזולל וסובא, על ידי זה מתגבר הכסילות על השכל, ועל ידי זה נחשך אצלו אור הצדיק...**"

"אני מרגישה בחוש איך האכילה משפיעה על המידות שלי ועל כל ההתנהלות שלי. כשאנחנו משתדלות בעבודה הזו אנחנו מכשירות את עצמנו להיות כלי צלול הרבה יותר ונקי לעבודתו יתברך. אנחנו ניצלות ממידות רעות כמו עצלות, כבודות ועצבות. ממש יכולות להרגיש: 'מבשרי אחזה אלוך'."

אצות האוצרותיו של רבינו

לאכילה בקדושה

מיכל חולקת את האוצרות שמצאה:

"**להתחיל מחדש!** רבינו לימד אותנו שביום אחד אפשר לעשות כמה התחלות. זה כלי מדהים ונפלא שנותן כוח. אני עולה על מסלול של בריאות, מרגישה שזה נכון לי, עוזר לי וטוב, ואז היצר הרע מפיל אותי לאיזה מאכל מסוגן ושמנוני, לאכילה מרובה וכו'. אחרי מספר דקות של הנאה - התחושה הטובה מתחלפת במיאוס ובכבודות. למה נפלתי? למה עשיתי את זה לעצמי? מה הרווחתי? והרי רק הפסדתי!"

"אבל רבינו מלמד אותנו - לא! תתחילי מחדש ותחזרי למסלול. לפעמים אני תוהה על עצמי, הרי אני מתרגלת שנים, אוכלת בריא שנים, למה שוב אני נופלת? אבל יודעת שמחשבות כאלו אלו מעשה בעל דבר. במקום זה אני מחזקת את עצמי: מיכל, תתחילי מחדש, כאילו רק עכשיו למדת שיש מושג כזה ושמו לאכול בריא ולהרגיש טוב אחרי האכילה. תחזרי למסלול!"

"**גם קצת זה טוב!** בגלל שאני לא מצליחה בשלמות אשחרר הכול?"

ממתינות לקדושה

מי אוהבת להמתין? יחידות סגולה יגידו שאין להן בעיה עם המושג הזה, "המתנה" שמו. אבל בשביל לזכות לקדושה - המתנה מוכרחת. כשאנחנו מחכות למשהו, רוצות אותו, מתגעגעות אחריו ולא מתייאשות מכך שיום אחד זה יקרה ונזכה לו (דוגמאות: התבודדות / כיבוד הורים / שלום בית אמיתי / סבלנות / רגיעות וכו' וכו'... עדיף הכול גם יחד, כמובן) - אנחנו מושכות אותו אלינו. לכל מעלה יש מכסת געגועים וכשהמכסה תתמלא - הישועה בוא תבוא. אבל מה עושים בדרך? כשנראה שלא נגיע לשלמות הרצויה לעולם...? בימי ספירת העומר השם בודק אותנו אם אנחנו חזקות ברצון. המראיינות המקסימות שלנו היו חזקות ברצון וזכו. כמה זמן הן חיכו? הן יספרו לכן. **ואזכה לקדש עצמי בקדושה של מעלה.**

מה פתאום! גם למעט יש ערך עצום. למשל, רבינו דיבר בחיי מוהר"ן שאדם צריך לאכול כאילו אדם נכבד נמצא לידו. וכשאני חשבתני על זה, הגעתי למסקנה שלא ארצה שאדם מכובד יראה אותי אוכלת בשולחן הפוך. וזאת משימה גדולה בשבילי, במיוחד אם אני מושכת את העשייה בבוקר, וניגשת לאכול כשאני ממש רעבה. ובכל זאת, אני מחזקת את עצמי לפחות להיזיז את הדברים שמנוחים על השולחן, שתהיה לי פינה נקייה לאכול. כל דבר כזה - זה ניצחון.

"לשמוח בנקודות הטובות!" רבינו אמר שמלכים יכולים לשלוח אליו את בניהם שילמדו גינוני מלכות. אצלם זה חיצוני, אצלנו זה פנימי ועמוק. כל גינון של מלכות ואצילות באכילה, הוא מבורך ומחכה שנשמח בו. השבוע למשל, מצאתי את עצמי אוכלת משהו בסכין ובמזלג, משהו שהייתי אוכלת ביד. זה כבר נתן לי תחושה של מלכות. כשאני מחשיבה את הקצת שאני זוכה בו, אני מקבלת כוח לעוד קצת. יש דברים קלים ופשוטים שאפשר לסגל ומשפיעים מיידית על הגוף והנשמה: לאכול לאט, ללעוס היטב (פתאום תגלי שנשאר לך בצלחת! ולא! את לא רוצה לגמור! מצוין! וזה לא כל תשחית, כי אכילה יתרה היא 'מאכל בהמה').

תספרי את הצלחות שלך בלבד!

ולסיום מיכל מחזקת בנושא "וספרתם לכם":

"אכילה בקדושה זה עולם שלם של 'ובחרת בחיים'. כל אחת צריכה לספור אותו לעצמה, ולא להיחלש מחברות, כי באמת כל אחת מונחת בתוכו במקום אחר. העיקר זה לא לעזוב את הרצון! ולהמשיך בשמחה! כמו שלמדנו ממעשה משבעת בעטלרס. המלך אומר לבנו לשמוח גם לאחר נפילה - ומה החידוש בזה? כי זה ההפך מהטבע! הנשמה שלנו קשורה לטוב, לקדושה ולא אוהבת להיות למטה, בבהמיות. היא לא שייכת לשם! ולכן אנחנו נעצבות בנפילה. אבל חסידה של רבינו ממשיכה למרות הירידה להיות בשמחה. למה? כי ככה רבינו אמר! יש לנו רשות לשמוח! שעה אחת לב נשבר ושאר היום תהיה בשמחה. נפלת? תנשמי עמוק, תתחילי מחדש וקחי שוב את השרביט ביד: תלעסי היטב את האוכל, קחי ביס קטן יותר, תבחרי בבריא ולא בערב ועוד ועוד. אכילה בקדושה זה בסיס לבריאות הגוף והנפש. לא לוותר על זה! להתבודד על זה, לצעוק על זה. אכילה בקדושה זה מי את רוצה להיות, איזו איכות חיים את רוצה? שנזכה לבחור בחיים!"

שעה התבודדות - שייך גם אלינו!

כולנו יודעות ש"התבודדות היא מעלה עליונה וגדולה מן הכול", אבל לפעמים מרוב שהיא גדולה, או מרוב ששישים דקות גדולות עלינו, אנחנו מתייאשות מלרדוף אחריה, אפילו בכמה דקות שאנחנו כן מסוגלות. **חיה אפריל חיה בר אדון** מאלעד, הגיעה לכאן לספר לנו את סיפורה האישי ולתת לנו על הדרך כיסופים מחדש לעצת העצות:

חסידי ונתנגף הכית אחך

"אני חוזרת בתשובה עשרים וחמש שנה. המסע שלי לתשובה היה מהיר. תוך שנה בלבד מצאתי את עצמי נשלפת מתל אביב הישר לעיר חרדית, מתלהבת מאוד מחסידות ברסלב שעדיין לא הכרתי לעומק ובסוף דוחפת את בעלי לטוס לאומן לראש השנה וקונה לו בעצמי את הכרטיס. לא שהבנתי מה אני עושה, אבל הבנתי שזה דבר טוב. בעלי, אדם ביישן בטבעו, שבאותה העת גם לא הכיר אף אחד בעיר החדשה אליה הגענו, חשב שחייבים לבוא לרבינו בחליפה. אז הוא הלך וקנה בסופר "ברכת רחל" לידנו חליפה ונסע לשדה התעופה. שהוא יעלה על המטוס בלי לדעת איפה הוא אוכל וישן? זה היה גדול מבינתי. אבל השם נתן לו כוחות מעל הטבע שלו והוא הגיע, וכשהוא חזר הביא הביתה כאלו אורות. בינתיים חוויתי אני תחושות הפוכות של התרחקות. בקרבת מקום מגוריי היו כל מיני נשים ברסלביות והתפתחו בינינו שיחות. לא הצלחתי להבין את השפה הברסלביית שלהן. הן היו "שרופות" לגמרי על העניין של הצדיק, והיו שם גם כל מיני מחלוקות פנימיות שבלבלו אותי. הדיבורים הנלהבים שלהן נשמעו לי כמו סטיקרים ולא התיישבו לי על הלב. וכך הרגשת הריחוק רק גברה

בניגוד לבעלי שרק הלך והתקרב...

"זה לא בשבילי החלטתי בסוף, וירדתי מזה לגמרי. לבעלי אמרתי: 'רבי נחמן זה צדיק גדול, אני שולחת אותך לאומן ומאמינה שקורים שם דברים נפלאים, אבל אני לא ברסלב'.

"היינו צוחקים שאנחנו חסיד ומתנגד בבית אחד. אבל כשהגיע הרגע שלי, הוא הגיע בגדול".

חיה אפריל מצפה לשמחה, ומקבלת ספר משכנה במתנה, 'באש ובמים' שכתב הרב חיים קרמר שליט"א, המתאר את חייו של רבי נתן. היא קוראת ועולם חדש נגלה בפניה.

ואנ נתן לאומן רשיון

"קראתי את הספר המלא ידע וחכמה והתחברתי עד עמקי נשמתני לצדיק הזה, רבי נתן. כשסיימתי קראתי שוב, ואחר כך בשלישית. החלטתי שאם יש לי בן, אקרא לו נתן, לא יכול להיות אחרת! כל הקושיות וההתלבטויות מהמחלוקות בברסלב, הכול הונח בצד מול דיבורי האמת שקראתי.

"נתן נולד, ולי נכנס רצון לטוס לאומן, מה שקודם לא היה קשור אליי בשום פנים ואופן. ואכן כשנתן היה רק בן חודשיים וחצי טסנו לאומן. וכשנכנסתי לקודש פנימה פרצו ממני כאלו בכיות שכל הקושיות התנדפו ממני באחת. שכחתי אותן בכלל! אין שאלות, אין מה לשאול. לא צריך להבין בכלל! הגעתי למקום הכי טוב בעולם. משם התחיל המסע שלי עם רבינו. התחלתי ללמוד את הספרים, תוך כדי תהליך עם עצמי. ואז הגיע מסע נוסף ומרתק עם ההתבודדות".

מאותה נסיעה מכוננת אפריל נוסעת לאומן מדי שנה, ובאחת השנים היא טסה עם מדריכה שדיברה על התבודדות.

"ידעתי כבר מהי התבודדות, הייתי מדברת עם השם, אבל לא מסודר. החידוש היה שהמדריכה הזו נתנה תבנית לחמש דקות התבודדות. חמש דקות! זה כל כך מעט. לזה גם אני יכולה! התחלתי מחמש דקות לפני השינה. אחר כך העברתי אותן לבוקר, שלא ארדם... הייתי נוסעת לחורשה סמוך לבית לדבר שם, ופתאום מחמש דקות זה קפץ לי לעשר, והעשר נהיו עשרים. היה לי סלע קבוע עליו ישבתי והתבודדתי. שם יצאו ממני דיבורים של השתוקקות ותפילות לווהטות. בשלב מסוים הייתה שריפה בחורשה, וראו זה פלא - רק האבן שלי והסביבה שלה נותרו לבנות! כל היתר מפוחם ושחור. ראיתי בחוש את הכוח של הבל הפה של הקדושה וההתעוררות שקידשו את המקום".

פִּינֵת הַתְּבוּדוֹת בְּאוֹמָן

אפריל מתבודדת. כל התבודדות והאופי שלה, כל התבודדות והגוון שלה. וכך היא מחזקת: "התבודדות היא מסע. יש רגעים של שתיקות, ויש רגעים של צעקות. עכשיו, חמש עשרה שנה אחרי אותה נסיעה לאומן, אני זוכה לשעה שלמה של התבודדות. זה לא קרה מהר, זה היה תהליך שלקח שנים, אבל הייתה לי סבלנות! אני על עצת העצות לא מוותרת!"

"בהמשך, את הטבע עזבתי לטובת התבודדות בבית פנימה. סידרתי לעצמי במחסן 'פינת התבודדות', חצי מחסן פנינו בשביל זה, תליתי שם תמונות של הציון, סידרתי לי יפה. אני מרגישה שזה חדר ייחוד עם הקדוש ברוך הוא. הטבע מדהים, לראות את השמיים פותח את הלב, אבל החדר האסוף הזה שנועד רק לקדושה - מרים ומחבר אותי עמוק בצורה שאי אפשר להסביר".

אפריל מתבודדת, אבל לא רוצה לזכות רק היא לבדה, היא רוצה לזכות את כולן!

"אני מרגישה בעצמי איזו זכות להתבודד ורוצה לחלוק את זה עם העולם, שייבינו שגם הן שייכות למעלה העצומה הזו - כל אחת בדרכה האישית! הדפסת מגנטים של "חמש דקות גדולות" ואני מחלקת אותם לנשים. נשים ואמרות לי: 'איך אני יכולה להכניס את התבודדות בסדר יום? בבוקר הבית הפוך, ויש לי המון עבודה, לעצור ולדבר עם השם? בלילה אחרי כל העבודה אני בפרפורי גסיסה, איך אכניס שם התבודדות? ארדם תוך דקה'.



"ליד הבית שלנו הייתה גינה קטנה כזו, החלטתי שכל יום אצא לשם להתבודד. יש לי הרבה נושאים לדבר עליהם, אבל לעניין הזה אקדיש עשר דקות תמימות, בלי לעבור לנושא אחר. כל יום אבוא. כל יום אדבר, אתחנן על הבית שלי. מעומק הלב אדבר - עד הישועה. וכך עשיתי. יום אחרי יום, שבוע אחרי שבוע, חודש אחר חודש..."

אבל אז חשבתי שוב... הסתכלתי לשמיים זרועי הכוכבים ואמרת:

'לא! לא ככה לימד אותנו רבינו! אני אבוא לכאן עוד יום ועוד יום ובלי נגן! ואתה תשמע את המילים החצויות שלי, את המילים המיושנות שלי, השבורות והמשעממות. כמה שאתה רוצה אני אבוא, אם אתה רוצה שבעים שנה, אבוא שבעים שנה! אני לא הולכת לוותר... וגם אם לא אראה כלום, אני אמשיך להביא רצון, תקווה ומחאה. אפילו אם הלב שלי יקפא מרוב ייאוש.'

מקפיים שכורות ואלה פתוח

באחד הערבים, היא מבחינה שבעלה מניח את משקפיו על הרצפה ליד המיטה שלו. כל כך לא מתאים לאופי ולסגנון שלו. הוא מאוד שומר על חפצים. ומשקפיים הם דבר יקר ערך. יש לו מספר גבוה מאוד. בלעדיהם הוא כמו 'עיוור' רחמנא ליצלן. אחרי כמה רגעים, היא שומעת 'אוי' כאוב מכיוון החדר. ממש צעקת שבר. היא מזדרזת לראות מה קרה ומגלה שבעלה בעצמו קם ודרך לעצמו על המשקפיים בטעות. עתה הוא עומד לידם וקורא: 'אני דרכתי לעצמי על המשקפיים? אני?' תמיד שמר שהילדים לא יגעו. ועכשיו, כך? 'באותו רגע', ג' מספרת, 'נכנסתי לחדר ויצאה ממני צעקה שתוקה: 'ריבוננו של עולם, אם אתה יכול לעשות כזה דבר שהוא ישבור לעצמו את המשקפיים, אתה יכול לעשות שהוא ישבור לעצמו את המכשיר הזה שמקרר אותו מעבודתך'. חזרתי על זה שוב ושוב. חודש שלם עוד המשכתי עם הטיעון המנצח הזה מלאה בהתפעמות."

זה לא קרה אחרי שבעים שנה, ולא אחרי שבע עשרה שנה. שנה ושבעה חודשים חלפו. שנה ושבעה חודשים של יום אחר יום, והתחזקות ברצונות ובכיסופים. ומי שעשה שהוא ישבור את המשקפיים שלו, נתן לו כוחות לסלק את מה ששובר את הלב והכוחות.

ג' מחזקת אותנו: "מאחלת לכל אחת שהיא בדרך לישועה שלה, להיות עקשנית וחזקה. להפציר עם רצונות וכיסופים. בלי סטופר. בלי להסתכל ימינה ושמאלה ולבדוק אם צמחה כבר איזו קרן ישועה. ובסוף, היא תראה את הפירות המתוקים של התפילה שלה. השם אתנו, ובעזרתנו, והמאבקים שלנו עבור הקדושה יקרים לו מאוד."

אשריך ג' על ההתחזקות שלך, נתת לנו כוחות להמשיך ולבקש בכל המקומות החשוכים והמיואשים קרבת אלוקים.

בימי ספירת העומר, בם אנחנו סופרות וממתנות, כוספות ומיחלות, זה הזמן לחזק את גלגלי ההמתנה לכל הישועות הנדרשות לנו. להחזיק בשני הקצוות. לא לוותר! ולא לדחוק את השעה. באמונה, בסבלנות. כי המתנה זו מתנה:

"אבל אלו הם רק מעשה בעל דבר. אין כזה דבר שאין לך חמש דקות לקפה עם בורא עולם! את לא יכולה לראות בלגן? תעצמי את העיניים. אפילו מתחת לשמיכה כמו דוד המלך זה טוב. לא צריך את כל הקופה, תלכי על חמש דקות, ומתי שזה צריך לגדול ליותר זה יגדל! את עוד תגיעי לשעה ותרגישי שזה לא מספיק לך. במקצועי אני מטפלת רגשית, ואם כולם היו מתבודדים היה לי הרבה פחות עבודה בסופו של דבר כי זה הטיפול הפסיכולוגי העמוק ביותר והמפגש הכי קרוב עם עצמנו. שנזכה לדבר עם השם!"

בית מכוון לתכלית - שייך גם אלינו!

בדור שלנו יש מבול של אפיקורסות, זה נמצא בכל מקום. כמו חיידיקים רוחניים שמסתובבים בעולם, מנסים לקרר ולהדיח נפשות מהקדושה. גם "בהרים הגבוהים" - הם חודרים ומחבלים, מנסים להיכנס לתוככי הבתים יראי השם... מה עושים? איך עוברים את המבול הזה בשלום? איך שומרים על הבית ועל הילדים מכל הניסיונות של הדור?

לג' מהמרכז היה ניסיון גדול. בעלה, אברך חשוב ויקר, קנה מכשיר. הוא היה "חסום" ועדיין... הוא לא ראה בו את גדולי ישראל. לא את רבי שמואל שפירא זצ"ל וגם לא רבי שמואל הורביץ זצ"ל... הוא לא התחזק שם בהתבודדות או בהלכות שבת. רק בפוליטיקה גועשת והבל הבלים אמר קהלת לכל סוגיו... כל רגע פנוי הוא נבלע בתוכו, גולל מסך. ג' רואה ועיניה כלות. בעלה החם לכל דבר קדוש התחיל להתקרר. והיא רוצה, כל כך רוצה, בית יהודי חם! מה היא יכולה לעשות? היא ניסתה להסב את תשומת ליבו לשינוי שקורה לו, אבל הדיבורים שלה נפלו על אוזניים שעסוקות לשמוע את הנייעס האחרון... ונכון שגם בפלאפון פשוט אפשר לשמוע חדשות, אבל אין להשוות את כוח המדמה העצום שמשתולל בתוככי המכשירים האלו...

בתור חסידת ברסלב היא החליטה שאין לה את הפריבילגיה להתייאש. לא אכפת לה כלום! היא תלך בשביל הצדדי, כמו שלימד אותנו רבינו, היא תתבודד על זה. רק זאת התקווה שלה!
וכך היא מתארת:

קבוצה הליונה

"ליד הבית שלנו הייתה גינה קטנה כזו, החלטתי שכל יום אצא לשם להתבודד. יש לי הרבה נושאים לדבר עליהם, אבל לעניין הזה אקדיש עשר דקות תמימות, בלי לעבור לנושא אחר. כל יום אבוא. כל יום אדבר, אתחנן על הבית שלי. מעומק הלב אדבר - עד הישועה. וכך עשיתי. יום אחרי יום, שבוע אחרי שבוע, חודש אחר חודש..."

בשלב מסוים כשהחודשים התחברו לשנה היא שמה לב שאותן המילים יוצאות מפיה כל יום. נהיה לה נוסח קבוע! היא כמעט לא מקשיבה למה שהיא אומרת, המילים יוצאות מעצמן... מבקשות את עצמן...

"זה היה מבייש להיזכר בזה. אני כמעט לא מכוונת, הפה שלי יודע לבד לבקש שהמכשיר המאוס, הלא נאמן להשם, ייצא מהבית. הוא מתחנן, בלי שאני נמצאת שם. מכורח ההרגל. באיזה יום, אחרי דיבור מונוטוני קבוע עצרתי. די! נמאס לי! מה, גם עוד שבעים שנה אני אעמוד באותה הגינה, עם המגלשה הצהובה הדהויה, והנדנדות החורקות ואגיד לך את אותם המשפטים? אני משעממת אותך ואותי ביחד! אבל מה אני יכולה לעשות? אני רוצה לעשות את שלי, להתמיד בתפילה, לעשות את המחאה שלי ולהאמין שכל תפילה פועלת. אבל ללב שלי אין כוח לשאת את השיממון הזה של תפילה כזו. יודע מה, ריבוננו של עולם? אני הולכת להביא נגן, אקליט את עצמי בפאתוס, אצעק ואשווע, אספר את רצונותי האמיתיים, אתחנן על נפשי ונפשו גם יחד... אקליט הקלטה מרגשת של ממש. את כל הלב אתן לה, להקלטה, ואשמיע לך את זה כל יום' עצרתי לרגע.

ניסיון ה"המתן"

לב הנחל לבנות הנעורים



כולנו מתמודדות עם המתנה: אחת מחכה לילדים, השניה מחכה לעבודה טובה, השלישית ממתנה לכסף, הרביעית - לשידוך, והחמישית והחשובה מכולן מצפה וכוספת להתקרב אל ד' ולהתקדמות רוחנית מסוימת (אשרינו!). בכל המקרים הקושי המרכזי הוא חוסר הוודאות, חוסר האמונה שאכן הישועה תבוא בזמן הנכון ובדייק כמו שחשבנו, רצינו וביקשנו ואי האמון בכוח התפילה שלנו שמקדמת את הישועה.

"ימי הספירה הם בבחינת הבא להיטהר... אומרים לו המתן, שצריכים להמתין כל ימי הספירה כדי להקדיש ולטהר עצמו בשלמות עד שיזכה לבחינת קבלת התורה בשבועות"

בספירת העומר אנחנו בעמדה של המתנה, ההמתנה לקראת מתן תורה, הכיסופים והרצון להיטהר מלווים אותנו בתקופה זו. מסביר ר' נתן שבזמן הספירה ד' יתברך בודק אותנו, ועיקר הבדיקה הוא על ידי שמנסים אותנו לראות האם נעזוב את הגעגועים להיות כרצון ה' כאשר אנו רואים שאנחנו לא מתקדמים, או שיש לנו עקשנות חזקה בלבנו להמשיך לספור יום אחר יום עד שנזכה להתקרב יותר להשי"ת.

ד' יתברך בודק האם נצליח לבקש חזק מבלי להתייאש. את בטח מכירה את ההרגשה הזאת שמזדנבת ללב: "די כבר התפללתי מלא זמן ולא קרה כלום, לא רואה שום התקדמות, מה שווה כל התפילה שלי" - אחח, זה עמלק שרוצה להחליש אותנו, להרחיק אותנו מהאמת הגדולה שאכן התפילה, ההמתנה, מניבה פירות גם בלי שרואים, בדיוק כמו גרעין ששותלים עמוק עמוק באדמה, על ידי ההשקיה הגרעין גדל ואח"כ מוציא שורשים ומנביט ואחרי תקופה מסוימת פתאום, ברגע אחד, רואים את האילן מציץ מתוך האדמה יפה ומרהיב. אותו הדבר הוא בתפילה, שעל ידה אפשר לפעול את הישועה שאנו מחכים לה, ברגע אחד נראה כמה התפילה שלנו פעלה ועוד איך פעלה, ממנו נדרש בזמן ההמתנה לדמיין ולהאמין

בזה גם בלי לראות בעיניים.

"ובינתיים אנו ממשיכים לבקש בלי לדחוק את השעה", ר' נתן מזכיר לנו לא לדחוק את השעה, להמתין ולייחל בסבלנות מרובה, כי רק ד' יתברך יודע באמת מתי טוב לנו כל דבר, לנו נשאר רק לסמוך עליו שירעיף עלינו את השפע המיוחל בזמן המתאים.

וכעת נשאלת השאלה: מדוע הספירה היא לאחור? מדוע לא סופרים כמה ימים נשאר? וכאן מבאר ר' נתן יסוד עצום, כי טעם הדבר הוא להודיענו שהתבוננות האדם רק על חסרונותיו, רק על מדת ריחוקו מתכליתו האמיתית, עלולה להפילו לתהומות של ייאוש וחדלון. ועל כן אין אנו סופרים עד כמה אנו רחוקים ממתן תורה, אלא כמה כבר התקדמנו מאז יציאת מצרים.

כאשר את מתפללת על משהו הרבה זמן, שימי לב לא לבדוק כמה את רחוקה מהישועה אלא כמה כבר התקדמת בתוך הנושא שאת מתפללת עליו. לדוגמה, אם את מתפללת כבר שנה על לכבד הורים כמו שצריך, תתחילי לספור כמה כבר התקדמת, "וואו, מאז שהתחלתי להתפלל נהיה לי רצון חזק מאוד להשתנות, הכיסופים שלי לדבר קיבלו עוצמה גדולה יותר".

אפשרות נוספת היא, וזה דבר עצום וגדול, להזכיר לעצמנו ישועות שכבר קרו לנו בעבר, ניסים פרטיים קטנים וגדולים, רגעים שבהם הרגשת שד' מנהל את העולם בצורה מופלאה שכזאת, בדרכים מעל הטבע, זה יכול להיות קטן מאוד, אבל הדברים הקטנים האלה יחזקו בך את האמונה שאכן יש ד' בעולם, שאכן ד' כבר עשה איתך ניסים והבקשה שלך עכשיו היא לא בקשה חדשה אלא המשך של רצף ניסים שד' עשה, עושה ויעשה איתך! ההתבוננות בניסים שקרו בעבר, בהתקדמות קטנה מאז תחילת ההמתנה ובישועות שכבר נעשו בזה העולם תחזק את האמונה ואת הכוח להמתין בסבלנות, באמונה ובשמחה רבה!

ובעז"ה שנשמע ונתבשר בשורות טובות, ישועות ונחמות!!!

מעוניינת לקבל את העלון באופן קבוע?

הצטרפי למשפחת המנויות של "חברות מקשיבות"

מעבשיו תוכלי לקבל את העלון כל חודש לתיבת הדואר שלך בעלות של 20 ₪ לחודש בלבד!

לפרטים והצטרפות: 03.3134.270 | שלוחה 1 | יעל: 054.8492.887

ישועה כפולה ועוד אחת

חנה מספרת:
אני מסתכלת בלוח השנה ומסרבת להאמין שהחודשים טסים לי מהר כל כך. שלוש וחצי שנים חלפו מאז החתונה והבית עודנו ריק. התקווה שהייתה לי הולכת ומתגמדת מול אכזבות חוזרות ונשנות. דפיקות בדלת מנערות אותי מהבהייה בלוח המאכזב, ומאיצות אותי לפתח.

"אמא ביקשה קילו סוכר בבקשה" אומרת בת השכנים, תינוקת שמנמנה וממיסת לב בזרועותיה. העיניים שלי צורבות מהיצור המתוק הזה, קילו סוכר קטן עליו. אני מזדרזת לנבור במזווה, שולפת סוכר ומביאה לה, "לא צריך להחזיר". אני לא רוצה את הקילו בחזרה, אני רוצה ילד אמיתי, מתוק יותר מכל סוכר. אני סוגרת את הדלת ומתפרקת. מה יהיה ריבונו של עולם? לדרוש שוב ברופאים? אין לי כוח. פשוט אין כוח. אחר נוחתת לתוך הספה האפורה בסלון, שוקעת לתוככי תנומה מקוטעת. וכך בעלי מוצא אותי שעתים אחר כך. לעומת הייאוש שלופת אותי, בעלי מדלג בקלילות לבית, פניו אור. "ל"ג בעומר בפתח, נוסעים לפעול ישועות?" הוא שואל בחיוך רחב. "אתה באמת חושב שיהיו?" אני ממצמצת, מנסה להתיישב. הייאוש מדבר מגרוני, לא אני.

"בוודאי שיהיו!" בעלי בוטח. אני מתחילה לבכות. נכון שאנחנו "רק" שלוש וחצי שנים נשואים. לא עברו עשר שנים, גם לא עשרים. בעזרת השם יהיו לנו ילדים. אבל זה מה שמרגיש לי עכשיו, ייאוש לופת. מה לעשות? שמואל חסר אונים מול הדמעות שלי. אני מנסה להתעשת, בשבילו. שמואל כל כך מאמין. וגם בתוכי יש אמונה. איפשהו. "יהיה נס! את תראי! בלי רופאים ובלי רפואות עוד יזלגו לך דמעות של שמחה, מבטיח לך" הוא מנחם, כל כך בוטח.

"אמן!" אני משתנקת. קמה לחמם משהו לאכול. רוצה כל כך להאמין. רוצה לבכות משמחה. מאז החתונה שלי לא בכיתי דמעות כאלו, ובתקופה האחרונה דמעות מהסוג הכאוב פוקדות אותי יותר מדי.

בל"ג בעומר אנחנו שם. עולים בנהר אנושי את העלייה לציון. כל אחד בנפרד - בדרך המהדרין. מוזיקת מירון העליזה, יחד עם ילדי החלאקה החגיגיים, מקפיצה לי את הלב.

מרחוק אני רואה את שמואל, נדחק לתוך המערה, צעקות ושועות של יום הכיפורים נשמעות מתוכה. אני מסתפקת בתפילה בחצר, מרגישה בתוך שמחת תורה: ריקודים, ממתקים, ילדים, תפילות... ותוך כדי הבטה על ההמון חוגג, יוצאת מפי הבטחה:

"רבי שמעון, אם בשנה הבאה אוכה לבן, אני מבטיחה בלי נדר שאביא אותו אליך לעשות חלאקה בגיל שלוש. גם הוא יסתובב עם תלתלים זהובים או שחורים או ג'ינג'ים על הכתפיים של אבא שלו, ואני אהיה האמא המאושרת בתבל, ואבכה כאן דמעות של שמחה בדיוק כמו ששמואל אמר לי", פתאום אני מרגישה אותן, דמעות שמחה של אם יהודיה. מסתבר שאפשר לבכות אותן עוד לפני הישועה. אני כמעט רואה את הבן היקר והמתוק שלי. אבא... הלואי ותעזור...

כשאנחנו נפגשים שוב שנינו שמחים. אבל שמואל ממש באורות. עוקף אותי בהרבה.

"מה קרה, קיבלת גילוי אליהו? ואולי רבי שמעון התגלה אליך בהקיץ או בחלום?" אני צוחקת, נס בפני עצמו הוא שאפשר להוריד את המשא הכבד אצל הצדיקים ולחזור מאושרים הביתה, אפילו עוד לפני שקיבלנו ישועה.

"נדרתי שני נדרים", הוא משיב בפשטות. כאילו זה עניין של מה בכך. "מה?" אני מסוקרנת לשמוע על מה מדובר. איזה עסק עשה בעלי עם התנא קדישא? "נדרתי שאם ייוולד לנו בן אתן ח"י רוטל, ואם תאומים - שלושה!" "תאומים?" לא חשבתי בכלל לכיוון.

"כן! והנדר השני הוא שנקרא לבן הראשון נחמן על שם רבינו הקדוש ולשני שמעון על שם התנא הקדוש",



"אמן!" אני עפה על כנפי דמיון ח"י הרוטל והתאומים. הוא מתחבר לי להבטחה שלי על חלאקה במירון. הפעם אני רואה שם שניים. מתוקים מדבש. הדמיון כל כך מוחשי ומתוק, שפתאום תמונת החיים משתנה לגמרי. היינו כחולמים!

תוך זמן קצר הנס מתדפק גם על דלתנו. ממש כמו בסיפורים, אלא שהפעם אנחנו הדמויות הראשיות.

ולא נס אחד, נס כפול, מהודר. תאומים בריאים ושלמים שהגיעו לאוויר העולם לאחר ארבע שנים מהחתונה.

"תאומים?" קופצים כולם. והרי במשפחה שלנו אין תאומים. בשני הצדדים אין. הנס היה גדול כל כך, וגלוי לעין. ובפרט שקרה ללא רופאים ורפואות.

"שמעון ונחמן" ליטפתי את התינוקות בני הכמה שעות שנחו בעריסות לידי, מגלה להם את שמם לאוזני הנוכחים בחדר. "שש... לא אומרים שם לפני הברית!" חברתי גוערת בי בחיוך מתפלא. "זה לא מצב רגיל, לאה, השם עשה לנו נס. בדיוק כמו שנדר בעלי אצל התנא, זה משהו אחר לגמרי... ואין אפשר להתאפק מלקרוא להם ככה?" לוקחת את שימי הקטן, מתמוגגת מהרכות שלו. יצורים זעירים בשני שני קילו מאתיים, מושלמים, מלאים ברכת הצדיק.

היה פדיון, הייתה ברית, היה גם קיום ההבטחה. ח"י רוטל אחד הבאנו כבר בל"ג בעומר שלפני השמחה, ועוד שניים בל"ג בעומר לאחריו.

בהמשך זוכים להעלות את שני המתוקים הקטנים למירון לחלאקה כפול. והדמעות של השמחה יורדות ממני בכפולות גם כן. תודה לבורא עולם.

לא בקלות אנחנו זוכים לעוד ילדים. אבל זוכים. ותמיד מקפידים להביא את הבנים לחלאקה במירון. תמיד. גם אם צריך להמתין קצת אחרי גיל שלוש, גם אם צריך להקדים בחודשיים... העיקר לבוא לצדיק עם הילד. והצדיק מלווה... ומכסת הניסים עבורנו עוד לא התמלאה... שלא נדע מצרות, אבל כשהן באות - אנחנו צריכים את הצדיקים יותר מתמיד.

זה היה בחול המועד פסח כשבני דוד, הקטן מבין שבעת ילדינו שיחי', היה בן שנתיים וחצי בלבד. אנחנו מתארחים אצל קרובי משפחה בדרום בביקור חול המועד. הילדים שמחים להיפגש, משתובבים בחצר הבניין. המבוגרים למעלה בדירה. הכול רגוע. עד לאותו רגע נמהר.

לא ברור איך התחמק לו דוד הקטן והגיע לשפת הכביש. לא ברור מדוע שכח את האזהרות והגערות של אמו יולדתו השכם וערב והוריד רגליו הקטנות לאספלט השחור. למרבה הצער הוא לא עוצר שם, אלא מגיע לאמצע הכביש כשמטרתו לחצות אותו לצד השני ולחפש מה? השם יודע. מכונית שמגיחה מעיקול דרכים מעיפה אותו בתנופה אדירה. כאן קולטים האחים מה קורה. פלצות אווזות ככול. כשמגיעים לספר לי ולאביו, אני עוברת רגעי אימה שאי אפשר להסביר. שאף אמא לא תדע. הלב קופא במקומו, הידיים והרגליים רצות על אוטומט. בלי לנשום. זו הייתה תאונת דרכים מפחידה ממש. אם בן אדם יכול למות כמה פעמים, אני מתתי אז כמה וכמה פעמים.

ובתוך הטרפת של אותם רגעי קצה, בין האמבולנס שהגיע, הנסיעה המלווה סירנה מיבבת, לבין הטיפול הראשוני שניתן לדוד האומלל, נזכרתי במשפחת דהן, חברים יקרים שלנו, שברגעים אלו ממש נמצאים אצל רבי שמעון!

מתקשרת רועדת ומספרת לחברה מה קורה לנו כעת ולאן פנינו מועדות. היא נדרכת.

"יצאנו בדיוק ממירון, אבל הנה אנחנו חוזרים!" מרגיעה אותי.

"יש לי כאן נשק חזק! תיקונים כלליים. עכשיו אנחנו מחלקים לזכותו! אל תדאגי כלל", אני דואגת אבל מחזקת את עצמי בזכות הצדיק, ממלמלת פרקי תהילים.

השעות חולפות, אנחנו בבית החולים. בהתחלה מרדימים אותו, אחר כך מנשימים. עד שרואים שהמצב מתייצב ומתחילים להוריד חומרי הרדמה. בהמשך כשדוד מתעורר, המצב שלו עדיין בחזקת תעלומה. האם המוח נפגע, לא נפגע? ואיך המוטוריקה? הוא יצליח לגדול ולהתפתח ככל הילדים? הכול היה לוט בערפל. תקופה ארוכה לפנינו. ואני יודעת מה הדבר היחיד שיכול לתת לי כוח.

בכל אותו הזמן שהילד היה מאושפז בבית חולים והמצב לא ברור, הייתי בורחת על נפשי לרבי שמעון כשאביו מחליף אותי בינתיים. עושה גיחת תפילה בוערת וחוזרת. מתפללת ומתחננת שהוא ישוב לאיתנו, ונזכה לגדלו כיתר אחיו מתוך בריאות ושמחה. שיהיה לנו נס.

"אנחנו לא מבטיחים כלום" הרופאים אדישים מול השאלות הרבות שלנו. "אי אפשר לדעת מה נפגע. רק הזמן יגיד", מספרים לנו על תקופת שיקום ארוכה, שסופה לא ידוע.

בינתיים אנחנו מגיעים לשלב של שיקום בבית לווינשטיין. דוד עוד לא הולך. ול"ג בעומר מתקרב.

אצלנו בבית כזכור עושים חלאקה רק אצל רבי שמעון! ולמה יגרע חלקו של דוד דווקא כשהוא צריך את זכות הצדיק?

הבטתי עליו. הילד סובל כל כך, כאוב. איך לוקחים ילד כזה למירון? איך עושים לו חלאקה כשהוא עוד לא מצליח ללכת? רגלי שלי מובילות אותי שוב לנסיעה מירונה.

"רבי שמעון", התפרקתי בבכי, "תעשה שהשמחה תהיה שלמה, שנבוא אליך עם ילד שהולך על שתי רגליים בחלאקה שלו..." מהתפילה הזו הכול רץ מהר. הילד הצליח לעמוד ואחר כך ללכת! זה היה נס מהיר! ועדיין המצב רגיש...

ל"ג בעומר בפתח, אנחנו רוצים להוציא אותו מהשיקום למירון. איך מבקשים כזה דבר מהרופאים? מי יערב לנו עליו? איך משחררים ילד במצב רפואי לא ברור?

"סליחה", אני פונה לרופאה המחליפה, זו הקבועה נעדרת כבר שבוע, "אנחנו צריכים להוציא את הילד ליום אחד בשבוע הבא, זה יוצא ב"ח אייר, ל"ג בעומר. ביום הזה עושים לילדי ישראל בני השלוש תספורת אצל רבי שמעון בר יוחאי במירון, שמים לראשם כיפה, מלבישים ציצית ומשאירים פאות, קוראים לזה "חלאקה". לכל הבנים שלי עשיתי חלאקה במירון, גם לדוד אנחנו רוצים לעשות...". צריבה חשודה בעיניים נקלטת בעיניה של הרופאה הלא דתיה, שמרימה מולנו גבה מתפלאת, היא לא שמעה על דבר כזה בכל חמישים שנותיה וניסתה לעכל את המידע החדש ששפכתי לאוזניה. היא חושבת, אחר אומרת:

"תקשיבי, הרופאה הרגילה לא הייתה מאשרת לכם כזה דבר בשום אופן, אבל זה נראה שהדבר בנפשך... אז בסדר, אבל תצטרכו לשמור על ההנחיות בדיוק נמרץ" חותמת לנו על המסמכים שמשחררים את דוד ל"חופשת חלאקה" תוך הנחיות מוקפדות.

למירון מגיעים עם ילד שהולך על שתי רגליים, שמחים איתו, רוקדים איתו, בוכים עליו, וברוך השם, תוך זמן קצר הוא חוזר לעצמו לחלוטין. הרופאים נשארים המומים, והאמת, גם אנחנו.

אני ראיתי בחוש איך זכות התנא הקדוש עומדת לנו ולו, ולכל אחד מישראל שיסמוך על זכותו הקדושה. "כדאי הוא רבי שמעון לסמוך עליו בשעת הדחק", ולמי לא דחוק בימי טרום משיח אלו? שנזכה להגיע אליו גם השנה למרות המניעות!



לא להיכנס לניסיון הכעס

תעשה בשום מקום.

לצערנו, הרבה פעמים הדיבורים האלו נוגעים בדברי תורה. יש לנו מטרות יפות לחינוך ילדים: למשל, שתמיד יברכו ברכות הנהנין או שחצאית תכסה את הברכיים בכל מצב. הרבה פעמים אמא עם עצבים רופפים תעיר בלי גבול על אותם הנושאים. תמשוך בחצאית של הבת פעם אחר פעם, תעיר לילד: תברך! ועוד פעם: תברך! וזה דבר מגונה.

הילדים הם לא העבדים שלנו ולא כל היום תחת השלטון שלנו. לא צריך לרדוף אותם בשם התורה. הרב יעקובזון קורא לזה "דחפים דידיקטיים" שנובעים מהעצבים הרופפים והרצון לשליטה. ומה קורה כשהילד בבית הספר ואת לא יכולה לשלוט עליו? ומה יקרה כשיגיע לגיל שבע עשרה? גם אז תגיד לו מה לעשות? אנחנו יודעים שהדבר שהכי מחנך זו הדוגמא האישית. אמא שמברכת בקול - זה משפיע על הילדים שלה וכו', בית שבו יש עזרה הדדית בין ההורים ועזרה לאחרים - הילדים גדלים בתוך החסד וממשיכים בכך, ועל זו הדרך. ובינתיים, לפחות כמו שאת מעירה לילד - תתפללי עליו. "שיברך מרצונו הטוב גם כשהוא לא לידי, שיאהב לברך", "שתרצה ללכת בצניעות, שיהיה לה אהבה לכך".

התפרצתי - מה עכשיו?

ומה עושים אם מתפרצים על הילד? האם מותר לבקש סליחה לאחר התפרצות מוגזמת או שמא זה מוריד מכבודנו? התשובה היא כן, מותר. וגם זה חינוך בפני עצמו! יש מקום להגיד לילד סליחה שהתפרצתי, הייתי צריכה להגיב מתוך יתר. כמובן שעל המסר עצמו לא להתנצל. הוא נכון וראוי.

אנחנו צריכות להתפלל הרבה על עצמנו שנזכה לחנך מתוך חשיבה ועם חיך. החינוך הוא לא לכאן ועכשיו - הוא לדורות. הלוואי ונזכה להרבות בתפילות להתגבר על מידת הכעס ולחנך את ילדינו בדרכים טובות ונכונות.

בעז"ה באייר מתארגנת נסיעה לאומן עם המדריכה הותיקה ציפורה פלדמן
לפרטים: 0527142147
029921890

גם הפעם, כמו בחודש שעבר,

נמשיך להרחיב בנושא מידת

הכעס הקשה והמקולקלת.

מתי אמא עצבנית? לרוב כשהיא עייפה, רעבה, או במחילה, צריכה להתפנות. צרכים בסיסיים שחסרונם מערער את הנפש. כשאמא נמצאת בשעת לחץ אי אפשר לקרוא לביטויים שיוצאים ממנה "חינוך", זה יותר "פריקת עצבים". נכון, לא תמיד יש לנו את הזמן הדרוש לטובת הגוף שלנו. לפעמים אנחנו אומרות לגוף "תסתדר", אין זמן לאכול/לשתות/לישון/להתקלח עכשיו. יש לחץ, עומס, הרבה ילדים ועניינים סביב. אבל עם כל ההתגברויות והווייתורים של אמא על עצמה, היא נכנסת לניסיון הרבה יותר מר מאשר אם הגוף היה רגוע.

כשאת בניסיון העצבים

כשאת בניסיון את צריכה להיזהר יותר על הדיבור שלך. הילד לא אשם שהוא צריך כל מיני דברים דווקא כשאת לחוצה. ואין שום הצדקה להתנהגויות שליליות שנובעות מהדחפים של הגוף.

את עייפה? עצמי את העיניים קצת. רבינו קורא לזה: "נייחא דמוחין". השינה היא בשביל המוח לא פחות מאשר רק לגוף. יש נשים חכמות שפתאום "נעלמות". איפה אמא? הלכה לישון! זהו, נגמר. (כמו שיש איפה אמא? מתפללת/מתבודדת/הלכה לקניות והילדים מקבלים את זה בסוף) זה גם חינוכי לילדים - שילמדו: כשהם צריכים משהו בסיסי - שיתנו אותו לעצמם.

בספר "ירושלים של מעלה" יש סיפור על אמא שאכלה את הביצה היחידה מהחלוקה שהייתה בבית. אותה האם חשבה, למי אתן את הביצה היחידה? לאבא התלמיד-חכם? לבחור הישיבה שצריך כוח? או אולי לבחורה שעוזרת? ובסוף פסקה: לאמא שמנהלת את כל הבית הזה מגיעה הביצה. היא הכי צריכה את הכוח שהביצה הזו

תיתן לה. אהבתי את הסיפור הזה. כי כשאמא נותנת לעצמה את הצרכים הבסיסיים שלה - זו מסירות נפש עבור הבית.

לא להתיר חרצובות לשון

כשהייתי צעירה שמעתי מהרבנית נוישטט ז"ל שכן אדם מתנהג עם ילדיו כמו שהוא לא מעז לנהוג עם שום בן אדם בעולם. לא האמנתי לזה. שאני אתנהג בבית בצורה קשה ולא סבירה? היו לי אז רק ילדים קטנטנים. זה נראה לי בלתי אפשרי. אבל ברבות השנים ראיתי שכן! אמא מתירה את חרצובות לשונה בביתה, מה שהיא לא

קפסולת התחזקות-אייד השיתופים שלנו!

לכבוד ספירת העומר בה סופרים כל יום בנפרד, אנחנו רוצות להתחזק בעצה "גם קצת זה טוב" (אביסל איז אויך גוט) ולספור את הקצת לו אנחנו זוכות. למערכת הגיעו הודעות מדהימות, לא הצלחנו להכניס את כולם (מפאת קוצר היריעה), אבל התחזקנו ורחב ליבנו מהחיזוקים המיוחדים אחד אחד! תודה לכן! תמשיכו!

הקפסולה לחודש הבא...

יש לך לימוד קבוע בספרי רבינו? שפתי אותנו מה את לומדת ואיך הלימוד הזה מאיר לך את היום ואת הליל. ואולי תוסיפי גם חיזוק מול האינליזמין של נשות דורנו. איך מתגברים על המניעות? איך אישה קטנה פותחת ספר גדול ומתחיייה? מחכות לקבל מהנקודה המיוחדת שלך? אנו במייל: 033134270@ gmail.com אשיריך!

דבורי אהר' יונה

אני אוהבת לזכור תמיד שקצת הטוב שלנו הוא כמו כוכב שנראה פיצוי מרחוק, אבל הוא באמת ענק ענק. את העצה הקדושה הזו לקחתי לכמה עניינים. למשל, להתבודדות. קיבלתי על עצמי "רק" דקת התבודדות, החשבתי אותה, והיא גדלה עד חצי שעה ויותר. אבל כשאני עייפה, כשאין לי זמן, אני חוזרת לקבלה הבסיסית שלי, ונשארת עם אבא. גם בעניין ההודיה להשם - בהתחלה קיבלתי על עצמי להודות כל יום, מהר מאוד נטשתי את הקבלה הזו, פשוט לא הצלחתי לעמוד בה. לעומת זאת, קיבלתי על עצמי להודות על דבר טוב אחד ביום - ובזה כן עמדתי! גם לעשות אומרה אחת על עצמי, אחת על בעלי, אחת על הילדים ואחת על עם ישראל - קיבלתי. וזה מחזיק מעמד כבר המון זמן. בדקה אני גומרת את כולנו. גם בישיעות, אפשר להכניס את זה. אנחנו רוצות ישועות מושלמות, אבל כשמפנימים את "גם קצת זה טוב", כל נקודה

שרי אירושלים

הדיבור הזה מחזיק אותי בשני הקצוות: כשאני בעלייה, ואני עושה חסד למשל, אני רוצה לעשות את זה הכי גדול, ולפעמים זה בא בסוף על חשבון הבית והילדים - אז אני מזכירה לעצמי שקצת זה גם טוב, ומצמצמת אורות. אי אפשר לעשות הכול מושלם. תעשי מה שאת יכולה ותשמחי בו.

וכשאני בירידה ואין לי כוח לעשות שום דבר - אני מזכירה לעצמי שההבדל בין הלא-לכול לקצת הוא מהפכני. רבי נתן מספר שמקדשים את הלבנה דווקא כשהיא לא במילואה, אלא רק מתחילה, כי ההבדל הזה הכי משמעותי. בנוסף לרבינו יש סיפור על הצדיק שנפל לעצבות, ושם רבינו אומר שכשהוא חזר לעולם הזה, הראו לו בעולמות העליונים איך הוא רץ שם אלפי פרסאות אבל כאן בארץ הוא לא הרגיש שהוא זז כלל.

אוד' אהר' ארז

בל"ג בעומר האחרון היו לי שני כרטיסים למירון ולא היה לי עם מי לנסוע. הרגשתי לבד. לא מצאתי שום חברה. הייתה לי נסיעה ב-12:00, ובעשר הייתי עדיין חסרת אונים. לא היה לי כוח לעשות כלום, אבל החלטתי "קצת זה גם טוב" ארקוד רק קצת לשמח את עצמי. לקחתי את הבוקסה העניקת שלנו, הכנסתי אותה לחדר עם שירי בר יוחאי, ומקצת זה הפך לחצי שעה מחיית נפשות. צפתי ממש מעל המים! והישועה, לא אחרה. לפתע חברה התקשרה לשאול אותי איך להשיג כרטיס למירון, היא חטפה אורות ואין לה כרטיס... וכך נסענו שתינו בכרטיסים שלי, והשמחה גדלה יותר ויותר.

אילנה מצפת חתפת:

תמיד הייתי הטיפוס הזה שמחפש לעשות משהו בצורה מושלמת. לכל דבר היו לי התניות... התבודדות אעשה רק כשיהיה לי שקט וישוב הדעת, לרקוד ארקוד רק כשממח לי ויש איתי חברות, ועוד ועוד. עד שהחלטתי ללכת עם "קצת זה גם טוב": לחטוף באיזו מציאות שאני נמצאת את הטוב שיש בה. לאחרונה קיבלתי על עצמי ארבעים יום של ריקודים לישועה שאני מחכה לה, כל יום חמש דקות. מה שקורה בפועל, שבסוף היום אני קולטת שלא רקדתי, ואז אני מתחילה לרקוד מן ריקוד מדה כזה... אבל לא לדאוג, גם ככה זה כל כך מרים ומחיה אותי! ושווה המונים! שנוכח לעשות קצת ולשמוח המון. אין לנו כוח לעשות דברים מושלמים וגדולים, אבל קצת - כן. והשם שמח בזה מאוד! וגם אל תשכחו: כשנותנים להשם משהו קטן - יש לנו הרבה יותר

ט'יה אביה ענה

אני אוהבת מאוד להתחזק מספרי רבינו, אבל אין לי זמן, ואין לי מוחין... אז מה אני עושה? גם קצת זה טוב. פותחת באקראי בשבעה משיבי טעם מסדרת יהלומים. יש שם קטעים של עלים לתרופה. ותמיד זה בול מתאים למה שאני עוברת! אני פותחת בסקרנות, לשמוע מה יגידו לי היום... וקוראת רק קצת... היה יום שהייתי בעצבות כזו, וגם לא הרגשתי טוב, ורבי נתן אמר לי שכל החולאים באים על ידי עצבות ומרה שחורה... קמתי ושמתתי בכוח, וכמעט נעלמו הכאבים.

תהילה אחרים:

מאז שהתוודעתי לעניין שגם מעט זה טוב אני משתדלת לחשוב על זה בכל תחום, כי המעט הזה שווה המון, אם נחכה להרבה נפסיד הכול... אני מכניסה את זה למטלות הבית שנראות לי כל ערב מחדש כמו הר גדול ומייאש ואני רוצה רק לברוח ולהימלט - רק 10 דקות אני מבטיחה לעצמי, ואיכשהו הבית מסתדר בלי להסתכל על השעון...

עוד עניין זה ההתבודדות (ובפרט בתקופה הזו של חוסר שגרה וישוב הדעת), באמצע היום אני מגלה שיש שקט מסביבי וכמה דקות פנויות - אני פשוט מתיישבת באיזו פינה ומתחילה 'רבינו של עולם...' והמעט הזה ממלא אותי בים של טוב... אשירינו!

חנה מאלף חתפת:

אני חיה עם המשפט הזה כל הזמן. בעבר לפני שהתקרבותי מחדש לרבינו (אני ברסלית מהבית) הייתי מהאנשים הפרפקציוניסטים האלו שהכול חייב להיות מושלם אצלם. ממש: 'או הכול או לא כלום'. משהו באמצע לא שווה. אבל ברוך השם שהיום אני לוקחת את העצה הזו לרוחניות ולגשמיות גם יחד. לפעמים אני לא מצליחה לנקות את כל הסלון, אני אומרת לעצמי - אנקה רק את הצד שרואים כשבאים. כמה שישמע ליחולות הניקיון נורא, אני מסוגלת לטאטא רק חצי סלון. העיקר שרואים שנקי. או לארגן רק את הכניסה לבית, שייראה שבני אדם גרים פה. וגם בכביסות מול הרים וגבעות אני יכולה להחליט, רק חמש דקות, ומה שאני מספיקה, מספיקה. או אעשה חמש עשרה פריטים ואעזוב השאר. וגם בכלים - אני קוצבת זמן, לפי מה שאני מסוגלת.

וברוחניות הייתי בלחץ מזה שצריך להגיד תהילים וקשה לי. יש כאלו שאומרות אפילו ספר ליום! עד שהגעתי למקום הזה שאני אומרת כל יום פרק אחד, אבל רק אחד ולא יותר. ואני מודה להשם ששנים אני אומרת כל יום פרק תהילים, והעיקר שכל יום אני נוגעת בתהילים ואומרת פרק. באיזה שלב שמת דף ממו בצד האחורי של הכריכה, מתי התחלתי כל ספר. זה מרגש אותי לראות שיש לי שם כבר עשרה ספרי תהילים מאז קבלת פרק אחד ביום. זה מראה לי איך הקצת מצטבר, ולא נאבד. הנה! יש לך בפתק כמה שהצטברו. גם בשמיים הקצת טוב שלנו מצטבר לעד ולנצח נצחים!



התנצלות: בחודש ניסן נשטם בטעות מקור הסימן. זה היה סימן ג' במשיבת נפש, ועכשיו אנחנו בסימן ד' הלימוד במשיבת נפש הוא על פי הסדר. אשרינו!

מילתא דשטותא .ד גריזולט

הזורמים בדמעה

נלי מספרת:

היי חברות מדהימות!

אני במהותי אשה זורמת, אין לי בעיה עם כלום ולא תתפסו אותי נתקעת בשום מצב! בית הפוך, קפה דלוח, בלי סוכר בלי חלב, בלי קפה בשום שלב, בוקר ערב צהריים רכבות לכולם בברכיים? אין לחם ואין עוגות יושבים אוכלים את הלבבות? רוצים לפסוע אין מרצפת קצת אויר ואין מרפסת? לרדת לגינה עם השכנה? היא בדיוק אינה פנויה? אבל אם את יורדת ממילא - שולחת אתך את זאטוטיה? מחפשת חברה לאחל מזל טוב? הו את הולכת לך זה קרוב! יופי אכנס אני למיטה ומסרי מזל טוב בשמי במטותא? אני בכל מצב זורמת וזה ידוע.

רציתי ללמד אתכן חברות מצוה חשובה מאוד שאינה כתובה בתורה וזוהי מצוות הזרימה: נשפך השוקו? תזרמי (לכיוור); נפגעת מהגישה? תזרמי (עם הסומק); הלך הכסף? תזרמי, נו תזרמממ!!!

לפעמים את רוצה להגיד משהו חשוב באמת אבל את נאלצת להבליג בשם הזרימה מה לעשות?

לכן כשגיסתי חוגגת לעצמה יומולדת ומזמינה אותי בלי הילדים אבל עם מתנה! אני זורמת!! וכשבעלי משמרטף בינתיים ומכין להם לחם מטוגן - ביחס של שתי ביצים לפרוסה - שתצוף באמבט שמן - שיטפטף על החולצות מפסח - שיהפכו לסינרים לפעם הבאה - חד גדיא חד גדיא - - - אני זורמת!

ואפילו כשאני מקבלת דשים מכלים שלישיים על קמצנותי בגובה מימון המתנה הנ"ל (חפיסת שוקולד בזרימה) -

זורמת!

בינתיים המצב מתחמם ומגיע לכדי יורה רותחת הנשפכת על חמותי בדבר אי אלו התנהגויות שלי!!! הטעונות שיפור!!

חמותי כמעט שנכווית מהמשא ובלית ברירה וכנגד כל היועצות ליחסי חמות כלה בע"מ היא משליכה אותו קומפלט לבעלי. כמוכן לא לפני ריפוד השטח באלף אזהרות "מילה לא שזה ממני. לא אני אמרתי! לא היה ולא נברא! בלה בלה בלה".

הבן הבעל המסכן כורע תחת המשא וברגע של חולשה מעביר לי הכול, כמוכן בגוף ראשון. יעני את דעתו האישיית בלבד הוא מניח על השולחן להתאבך בינינו, אבל אני מזהה כבר את ההגשה והתיבול שלה מניסיון של שנים במשפחה ואני שואלת אותה בליבי "למה ככה? קיבלתם מתנה - תגידו תודה! יש לך הערות - תפני אליי! למה להעכיר את היחסים בבית בנך מחמדך?

אבל חזקה עליי מצוות הזרימה ואני שותקת! מחמיאה לעצמי בשקט "אין כמוך צדיקה שלי! מה שלא היא ולא הוא הצליחו לשמור בפנים את מצליחה! אלופה!! מלכת הזרימה!!! ואוהביו צצאת השמש בגבורתו!!!!!!"

מילה אני לא אומרת לא לו לא לה ולא לה, להלהלהלה,

שומרת את הגעש בפנים

ורצה לספר הכול למי שתמיד

מבין ומאזין מביט ומקשיב לכל

מילה.

ממליצה לכולן!

באהבה נלי



חביבתי, היי איתי!

צריה לדעת, שהשם יתברך מתפאר אפילו עם הקל שבקלים שבישראל אפילו פושעי ישראל, כל זמן ששם ישראל נקרא עליו יש בו התפארות פרטי שהשם יתברך מתפאר עמו.

הסימן שלנו מתחיל במילים צריך לדעת וזוהי קריאה חזקה להפנות את תשומת ליבנו שיש לנו צורך אמיתי לדעת את מה שכתוב כאן. ומה כתוב? מי שהיא יהודיה ונקראת "ישראל" צריכה לדעת שכל עוד שהיא נכללת בהגדרה הזו, השם יתברך בעצמו מתפאר בה בהתפארות פרטית ופרטי פרטים.

אין שום ייאוש בעולם כלל

על כן אסור לאדם ליאש עצמו מהשם יתברך אפילו אם קלקל ופגם הרבה מאד חס ושלום, התחזקו ועשו!

כשאני ואת יודעות שהשם יתברך מתפאר בנו ובכל אחת מאתנו בפרטי פרטיות על כל פרט ופרט אז

לעולם אין לנו שום היתר להתייאש! השם יתברך כביכול קורא לי: חביבתי, היי איתי!

כי עדין לא פסק חביבות השם יתברך ממנו כנ"ל ועל כן עדין יכול לשוב לשם.

גם אם חס ושלום קלקלתי ופגמתי הרבה מאוד, עדיין אני חביבה בעיניו יתברך. לכן עליי להגיד לעצמי תמיד: 'השם יתברך רואה עדיין את חביבותי וקורא לי: חביבתי, היי איתי. על כן אני יכולה בכל רגע מחדש וגם עכשיו ממש להתקרב אליו'.

רוצה אמת? הקשיבי לצדיקי אמת

והעקר הוא על ידי אנשי אמת שהם יכולים למצא גם הטוב וההתפארות שיש אפילו בהגרוע שבגרועים ולהשיב הכל לשם יתברך:

הצדיקים הם מליצי זכות ומסנגרים על ישראל בכל עת, בכך שהם מעוררים אותנו לדעת ולזכור מההתפארות שיש להשם מכל תנועה, מעשה טוב ורצון טוב שלנו. ועל האמת החותכת הזו נקראים "אנשי אמת".

יהי רצון שזוכה לזכור מההתפארות שיש להשם מאתנו בכל עת!

(מתוך משיבת נפש, סעיף ד')

אפשר להתקשר?

מיומנה של נערה מתקרבת פרק י'

מבוסס על סיפור אמיתי / ב' גלנסקי

תקציר: אילה רוצה מאוד להגיע לאומן. בדרך הטבע אין סיכוי שהוריה יסכימו. היא מתבודדת על זה הרבה ומגיעה להבנה שהעבודה שלה היא מצד אחד לקבל את המצב שבו ה' שם אותה עד היום ולהאמין שזה הכי טוב בשבילה, ומצד שני להמשיך לרצות ולהתפלל ולהאמין שה' יכול להפוך הכול לטובה.

אני מסתובבת כמו בתוך חלום.

זה אמיתי! אני הולכת לטוס לאומן!! אבא ואמא שלי מסכימים! עכשיו זה נראה לי כ"כ טבעי והגינני, היום רותי הזכירה לי את הייאוש שהייתי בו עד לא מזמן, לא האמנתי שיש לי סיכוי. לי עם ההורים שלי. עם ההשקפה שלהם. זה באמת היה נראה חלום שלעולם לא יתגשם. אבל עכשיו, כשכבר יש לי כרטיס ביד, אני פתאום שוכחת את התקופה שלפני הישועה, אני שוכחת איך הרגשתי שאין לי סיכוי. אני שוכחת כמה כאבתי מזה, התפללתי על זה, כמה רציתי, הישועה הייתה נראית לי רחוקה כ"כ, ועכשיו אני צריכה ממש להזכיר לעצמי מה היה קודם. איך זה קורה? ולמה אני מרגישה לא נעים במקום הזה?? ועכשיו אני חושבת על חני, בת דודה שהתחנתה שנה שעברה בגיל 30, ואמרה לי שבכלל לא היה נורא השנים שהיא חיכתה, ושהם עברו מהר ושהיא לא באמת דאגה, וזה היה נשמע לי הזוי כי אני בדיוק זוכרת איך היה לה קשה, כמה היא בכתה, איך היא דמיינה את עצמה רווקה מתבגרת שלעולם לא זוכה להקים בית, איך היא היתה לחוצה! האם היא באמת שכחה הכל?? איך אפשר ככה להיכנס למציאות של הישועה ולמחוק את מה שהיה קודם? והאם זה טוב או לא??

מה אתה אומר, אבא? למה זה ככה? ומה המטרה בכל זה?

אני חושבת שאם אני שוכחת הכל כ"כ מהר, מסתבר שלא היה כזה גרוע. בנ"א שעובר טראומה אמיתית זוכר אותה כל החיים. אז מה? לא באמת היה נורא? אני מנסה להיזכר... הרגשתי שאני בסוף העולם. תקועה. בדרך ללא מוצא. מולי חומה גבוהה ואין איך לשבור אותה. אבוד עלי. אוי. זה היה נורא. הרגשתי שפשוט... הי! אבא! הבנתי! עכשיו נופל לי האסימון. כל הקושי היה רק בדמיון! במחשבה. ברגשות. בפחד. בצער. ביאוש. במילים אחרות: הכל היה רק היצה"ר!!

וואו! לא היה שום דבר נורא באמת. רק המחשבות של הייאוש והיפך האמונה. וואו! זה פשוט מפחיד כמה כוח יש ליצר הרע עלינו! והכל בדמיון! איך הוא עובד עלינו! ואיך אנחנו נופלים בשק שלו כל פעם מחדש!

אבא'ה!

אני רוצה לצאת עם 2 לקחים: דבר ראשון לעתיד, לא לתת לו להפיל אותי אל מחשבות של ייאוש ושל כאב שהוא מוסיף הרבה מעבר למציאות עצמה, ולכל הרגשות השליליים שהוא טורח לטפח בנו שנרגיש הכי הכי רע במצב שלנו.

דבר שני על העבר, חייב להיות שהיה בזה גם משהו טוב, ה', לא עשית את זה סתם ללא תועלת. אני בטוחה.

אני צריכה "נקודת חבר". היא תעזור לי להתברר.

"מה את אומרת, רותי? מה הועילה לי כל התקופה הזו? לא יכול להיות שהיא היתה רק שקר של היצה"ר, חייב להיות שזה גם תרם לי משהו".

"נכון, בואי תנסי לחשוב איפה היית ברגע הראשון שבכלל התעורר בכ הרצון לנסוע, ואיפה היית ברגע שקיבלת את האישיור מההורים. האם באותו מקום?"

"רגע, אני צריכה להיכנס לזה... כשאני חושבת על זה, אני מבינה שאין בכלל מה להשוות בין מה שהיה אז, כשסתם רציתי להיות באומן, חצי בשביל הסקרנות חצי בשביל הריגוש. אבל אחרי שתקופה ארוכה החומות התגבהו ביני לבין החלום שלי, ובזמן הזה התפללתי על זה כ"כ הרבה, השתוקקתי, חיזקתי את הרצון, נלחמתי בייאוש בציפורניים ממש, עכשיו אני מרגישה שנוצרו בי כלים לדבר הגדול הזה. שאני מגיעה לזה אחרי דרך, אחרי יגיעה, זה יותר פנימי. זה יותר שלי".

"ומה עם הסקרנות והריגוש?"

"הו, הם בכלל פינו את מקומם. אני עדיין סקרנית לדעת מה ואיך יהיה, ומתרגשת מאוד מאוד, אבל עכשיו מה שמעניין אותי זה המפגש ביני לבין הצדיק. אני לא יודעת מה יהיה. הזיהו אותי שלפעמים הלב נחסם פתאום איך שנכנסים לגבול אוקראינה ועד שנוחתים בבית חזרה. לא תמיד יש אורות וים של דמעות. אבל אני יודעת שלא זה מה שחשוב. לא זה העניין. אני באה כדי לרשום את עצמי סופית ברשימת אנשי הצדיק. אני באה כדי שהוא יתקן את הנשמה שלי בכוח המיוחד שיש לו".

"ולא תתאכזבי אם לא תרגישי כלום? תדמיני שהלב שלך יהיה אטום, והמחשבות יהיו סביב נוחות המיטה במלון ושעת הארוחה הבאה?"

"אוי. לא נעים. בכנות, אני מאחלת לעצמי חוויה רוחנית משכרת. אבל אם לא, אני אצטרך לחזק את עצמי שלא זה העיקר. שמעתי בשם רצ"מ זילברברג שליט"א סיפור על מלמד אחד שאמר שאם הוא היה רוטשילד הוא היה יותר עשיר ממנו. כי רוטשילד היה רק רוטשילד. הוא גם מלמד. ברור שזה מגוחך. כך לגבי כל מצווה שאנחנו מקיימים. ההרגשה האישית שלנו, האורות שהיו או לא, זה כ"כ קטן ביחס למצווה עצמה, שזה מצחיק להתפס באחוז הפצפון הזה כאילו הוא העניין כאן".

"וואו! אילה, זה חזק! איפה היית עד היום? טוב, אני באמת לא יכולה לדעת מה ואיך יעבור עליך שם, מקוה שבבילך שכן יהיה מתוק ומרגש. אבל כמו שאמרת, העיקר שיהיה. פחות משנה איך".

לפרטים על הנסיעה

הבאה שלנו לאומן בעז"ה

ט' - י"ב באייר

התקשרי: 0583260647 ברוריה.

המסע לקברות צדיקים

ל"ג בעומר עם הרבנית צילה אריה

שלישי 5.5
י"ח אייר

חמישי 30.4
י"ג אייר



בעל התניא
מו"צ"ט



מסלול מיוחד

4,800 ש"ח



בעל שם טוב
שי"ט-ש"ק



רי נחמן
ראשון-שלישי



רי נתן

לפרטים - צילה

KIBUZILLA@GMAIL.COM 054-8595586

היכוננו לטיול 9 ימים בראש חודש אלול!!!

המלך בשדה!

כל יום כל השנה

ערכת התבודדות חדשה וייחודית

שתעצים אותך ותתן לך כוח להתמיד



גם את יכולה!

הערכה כוללת:

פרוספקט

מרהיב עם תוכן חזק והדרכה מעשית

מדבקות

עם מחמאה אישית לבחירה

להזמנות, תרומות והפצה: שלחו מייל לקבלת הערכה

mb5638984@gmail.com 052-7117725

בסיעתא דשמיא

דב'ה, הדיני מקושרת!



קו מקושרת

השלוחות שמקשרות אותך -

- 1 קשר חדש: שתיים חודשים מדי יום בתנאים מתאימים ומדויקים.
- 2 הקול שלך במקושרת: שיתופים מהמאזינת.
- 3 קשר ביוזמת: סיפורי התקרבות תמורת כמעט השנה מתכונם ועוד.
- 4 קשר לשמחה: שלוחות המילתת וקטעי המגור.
- 5 מתקשרות לענומה: שיתופים לפי שאלות סדרות בחיפוש קיום וקרבת המעשר ועוד.
- 6 מקושרת להיכל הגיעה: שירים לפי מועדים שירים משנת איש.
- 7 בקשר איך: שתיים כרטיסית.
- 8 הקלטת הרעות: תשובות משובים למערכת.
- 9 חזרה ללימודים: חזרות והאזנה אליו האזנה.

0 שלוחה: תרומות ושיתופים בהזמנת הקו, הוראות שימוש במערכת.

02.50.111.60

להעביר לנו!

הקשרות

מאירים את הבית באור של רבינו

- 1 קשר חדש
- 2 הקול שלך
- 3 קשר ביוזמת
- 4 קשר לשמחה
- 5 מתקשרות לענומה
- 6 מקושרת להיכל הגיעה
- 7 בקשר איך
- 8 הקלטת הרעות
- 9 חזרה ללימודים
- 0 שלוחה

מחפשת תכנית ייחודית, ערכית ופותחת את הלב?

זה בדיוק מה שאת מחפשת!

קומי אורי כי בא אור

קומיץ סוחר ומרגש עם יעל גורודצקי

שירי רגש ושמחה,
ודיבורים מהלב
שיחברו כל אחת
לאהבה ולעוצמה
האלוקית שבתוכה.

להזמנות:

054.849.2887

Yaelgo148@gmail.com

- עירבי נשים
- בת מצוה
- גבוש לצוות
- תכנים מתחדשים
- הפרשיות חלה
- הרכב נגינות