

עלון חודשי לנשים | שבט תשפ"ב | גליון מס' 14 | טעון גניזה

חברות מקשיבות

ע"ס סיפורי אצליות

"מעשה משבעה בעטלירוס" ד'

יריעת פתיחה

להודות על ה'כלום'

עומד לו אילן עלוב בשלכת. מצוי בתוך שלולית בוץ רחבה. ענפיו ריקניים, והרוח מטלטלת אותו לכל הכיוונים. הציפורים שקיננו בו מעת לעת נטשו אותו לחלוטין. נראה שעוד רגע יגווע ואיננו. פתע מגיעה חברת ילדים עליזה עטויה מעילים ומטריות.

"יש לו היום יום הולדת!" הגדול שבהם מכריז בידענות, מלטף את הגזע שסופות בקעו בו סדקים עמוקים. "בתוכו יש שרף, גם אם לא רואים", מבאר לצעירים ממנו. הם פורצים בשיר וריקוד, מקיפים אותו בחדווה, טובלים מלוא מגף בשלולית הבוץ. מזל טוב עץ! מזל טוב! יש לך היום יום הולדת!

העיתוי שבו קיבלנו את ט"ו בשבט - מדהים. התורה מכריזה על ראש השנה לאילנות בעיצומה של התקופה הכי פחות מתחדשת ורעננה: חורף. תקופה של התכנסות, של קור נושב שחודר, בלי משימ, לתוך הלבבות. ט"ו בשבט מגלה לעצים, וגם לכל אחת מאתנו - שהאמת האמתית הפוכה לחלוטין ממה שנראה לעין. גם אם עכשיו חשוך וקר, ואת מרגישה 'לא שווה' ולא חשובה, מסתכלת במראה והמראה שנגלה לנגד עיניך גורם לך לכיוון פנימי ותחושת אפסות. אל תתבלבל, השרף עלה בך. דווקא עכשיו - מזל טוב! כן! זה רק עניין של זמן עד שהלבוב והצמיחה הפנימית יתחדשו. תאמיני.

בט"ו בשבט נפתח שולחן לכבוד השם יתברך, ניקח מזמרת הארץ - מפירות ארצנו הקדושה, שהתקדשה לה בקדושת שביעית, ונשיר להשם שיר חדש. שיר של התחדשות. שיר מלא אמונה, תקווה ושמחה. שיר של הודיה. נכריז: בכל תקופה - העולם מלא טוב. תמיד יש על מה להודות ולהלל את שמו יתברך - בקדרות החורף כמו בלבוב האביב - ההתחדשות כאן. וכמו שנראה בחלק המעשייה החדש - איך הילד והילדה חגגו את יום חתונתם בתוך בור אפוף קינים, עפר וזבל והיו שמחים מאוד. אפשר לעשות חתונה - לכבוד השם יתברך, לכבוד הצדיקים, לכבוד האמונה הקדושה שלנו, בכל ארבעת העונות השנה, ובכל העתים אותם הנפש עוברת. אפשר תמיד לשמוח בעזרתו יתברך.

ויהי רצון שמתוך התכנסות החורף הזאת, נקיים את "היום אם בקולו תשמעו", כמו שאומר לנו רבנו, "זה כלל גדול בעבודת השם שלא ישים לנגד עיניו כי אם אותו היום... כי יום המחרת הוא עולם אחר לגמרי..." נקבל את המציאות של עצמנו בהכלה, בהבנה, באמונה. "כגמול עלי אמר", כמו תינוק שתמיד עם אמא, אהוב ובטוח, נלך אחריו יתברך בלי תנאי, ונמשוך את עצמנו כל פעם מחדש למעלה על ידי הדעת הקדושה שמתגלה בדברי הצדיקים. אנחנו פותחות את השנה השנייה של עלון "חברות מקשיבות", בסימן התחדשות: הרבנית ח. קלצקי חוברת אלינו במאמר מיוחד לכבוד ט"ו בשבט. גב' מ. ישראל בסיפור אישי מרתק, ועוד ועוד... חורף בריא, ט"ו בשבט שמח וקריאה מהנה ומחזקת! שלכן, 'חברות מקשיבות'

חל"ה:5

מדור "מתבררות בעבודת השם" - אתן שואלות וחברות מקשיבות עונות

חל"ה:8

"ממתיקות הפרי למתיקות בעבודת השם" - הרבנית קלצקי

חל"ה:12

דרושה אישה ל... הפצה!

תפילה להתחדשות

מלא רחמים, אדון הנפלאות, המחדש בטובו בכל יום תמיד מעשה בראשית, אשר בתבונתך אתה משנה עתים ומחליף את הזמנים, עזרני והושיעני בישועתך הגדולה והנפלאה, שאזכה לחדש את עצמי

בכל יום בתוספת קדשה וטהרה באמת, שאזכה בכל יום להתחיל מחדש בעבודתך הקדושה פאלו נולדתי היום ולא אחשב מיום לחברו כלל, ולא יוכלו לבלבל את דעתי כלל מיום לחברו, הן מהעבר, הן מהעתיד, ולא יכבידו עלי את העבודה על ידי הימים הבאים והשעה העתידה, ולא אסתפל ולא אחשב בדעתי כי אם אותו היום ואותה השעה והרגע שאני עומדת בה אז, באופן שאוכל לעסק בעבודתך באמת בתמימות בלי שום בלבולים ופחדים וכבודות ועצלות, רק אזורו בעבודתך בכל יום מחדש, ולא אשים לנגד עיני כי אם אותו היום והשעה והרגע לבד, למען אתחזק על ידי זה בעבודתך באמת ולא יהיה כבד עלי שום דבר עבודה שהוא רצונך באמת, כי על יום אחד יכולין לסבל כל העבודות שבעולם.

ואזכה להתחדש בכל יום לטובה, ולהוסיף בכל יום ובכל עת ובכל שעה תוספות קדשה וטהרה ויראת ה' ועבודתו באמת. ולא אטעה את עצמי ולא אדחה את העבודה מיום לחברו כלל, רק אחשב בכל יום פאלו אין לי בעולמי כי אם אותו היום ואותה השעה לבד, ואשתדל ואתאמץ בכל עז בכל יום לצאת חובת היום, ביום דיקא, כל אשר תמצא ידי לעשות בכחי באותו היום ואותה השעה דיקא, ולא אפטר את עצמי מיום לחברו כלל, למען לא אבוש ולא אפלה לעולם ועד. (לקוטי תפילות ק"ו)



מתבוננות במעשיות

עם חברות מקליבות

מעשה משבעת בעטלרס

חלק ד'

אחר כך חזר וכלה הלחם אצלם והתחילו לילה לשוב
עד שבאו לאיזה דרך והלכו על אותו הדרך עד שבאו
לאיזה כפר ונכנסו אלו הבנים באיזה בית והיו מרחמים
עליהם,

ונתנו להם לחם, וחזרו ונכנסו באיזה בית ונתנו להם
גם כן,

והיו מחזירים על הפתחים וראו שזה טוב לפניהם ועשו
ביניהם שיהיו תמיד ביחד, ועשו להם שקים גדולות
והיו מחזירים על הפתחים והלכו על כל השמחות על
סעודת ברית מילה ועל חתנות והלכו להם למקום אחר
והלכו לעירות והיו מחזירים על הפתחים והלכו על
הירידים וישבו בין הקבצנים בדרך שיושבים שם על
"אצטבאות אבן" עם הצלחת לאסיפת מטבעות,

עד שהיו אלו הבנים מפרסמים אצל כל הקבצנים כי
כלם הפירו אותם וידעו מהם שאלו הם הבנים שנאבדו
ביער כנ"ל.

פעם אחד היה יריד גדול באיזה עיר גדולה והלכו לשם
הקבצנים ואלו הבנים הלכו גם כן לשם,
ובא על דעת הקבצנים שישדכו את אלו שני הבנים,

שישאו זה את זה ותכף שדברו זאת קצת קבצנים הוטב
הדבר מאד בעיני כלם וגמרו השדוף אבל איך עושין
להם חתנה?!

ונתיעצו באשר שביום פלוני יהיה סעודה של יום הלדת
המלך וילכו לשם כל הקבצנים וממה שביקשו לעצמן
שם, בשר ולחם, מזה יעשו חתנה וכן היה והלכו לשם
על הסעודה של יום הלדת המלך כל הקבצנים ובקשו
להם לחם ובשר וגם קבצו מה שנשתיר מן הסעודה
בשר ולחם [חלות גדולות מיוחדות לשמחות]

והלכו וחפרו בור גדול שיהיה מחזיק מאה אנשים וכסו
אותו עם קנים ועפר וזבל ונכנסו לשם כלם ועשו שם
חתנה לאלו הבנים הנ"ל והכניסו אותם לחפה והיו
שמחים שם מאד מאד וגם החתן והפלה היו שמחים
מאד.

115 חתונה /

מפורט של חתונה דלה ברמות שאי אפשר לתאר...
הכיבוד? שאריות מסעודת המלך.
האולם? בור מלא זבל וקנים.
המוזמנים? כמה עניים מזדמנים.

היינו יכולים לחשוב שבמציאות כזאת ודאי לא תהיה שמחה. וכי איך אפשר
לשמוח בכלאל תנאים מחפירים? אבל רבי נחמן מגלה ש"והיו שמחים שם
מאוד מאוד" כולם. ואם תחשבו שרק העניים שהגו את תוכנית החתונה
שמחו, טעות! כתוב בפירושו: "וגם החתן והכלה היו שמחים מאוד". לא

רק שמחים, אלא- מאוד! איזו שמחה הייתה שם!

המסר הוא עצום! שמחה היא דבר פנימי שאינו תלוי באיזורים חיצוניים.
שמחה אינה נמדדת בגודל האולם או בתפארתו. בפטיפורים מיוחדים
הנחים בבר מדוגם או בשאר מנות גורמה. ואפילו לא בכמות האנשים
שיבואו לשמח את החתן והכלה. נכון, אנחנו רגילים לחפש טריגר שיקפיץ
אותנו על גל השמחה אבל - באמת, אם נחכה למניע חיצוני שישמח
אותנו, אנחנו עלולות לגלות את עצמנו חסרות ורעבות - גם כשהוא יגיע.
אז איך זוכים לה, למידה המופלאה הזאת שאחריה נכסף העולם אך נראה
שהיא קשה להשגה יותר מכול? איך מצליחים להעפיל על כל החסרונות
וקטנות הדעת, ולשאוף אותה אל תוכנו ברווח?

מתחברים פנימה! לכל אחת מאתנו מאגרים של שמחה פנימית, זמינה
ונהדרת. שמחת יהדות שתמיד קיימת והיא הסיבה הגדולה והיקרה
ביותר לשמוח. השמחה הזאת אינה תלויה בדבר. תמיד אפשר להתבונן
על החסדים שהשם עושה אתנו בגשמיות וברוחניות, להודות עליהם

סיום מסכת ליוסי, בכור הילדים. ילדי הבית עוטי מחלצות. השולחן
עמוס תקרובת ובמרכזו עוגה מפוארת מנוקדת דובדבנים. מוזיקה עליזה
מתנגנת ברקע. סבא וסבתא, אורחי הכבוד, יושבים בכורסאות ומחלקים
מתנות לכל הנכדים. אבל רגע, השמחה, איפה היא? פרצופים חמוצים
ניבטים מכל עבר וטרוניות נזרקות בחלל. הוא לא מרוצה כי בעוגה שקיבל
ישנו דובדבן בודד, ואחותו עצובה כי בשיפולי שמלתה נמצא כתם קל,
מחדל מאחותה הקטנה שעתה מפורצפת גם היא כי החבל שסבתא קנתה
לה זהה בדיוק לחבל שכבר יש לה. הבנים הקטנים מתקוטטים ביצע על
הזכות להפעיל ראשונה את המכונת על שלט שקיבלו. והאם נאנחת
בתוך, עם חיוך שמסתיר עצבנות מהוסה, עוברת מאחד לשני, יגעה
מהניסיון 'לרצות את כולם', ושיראו מחונכים ליד סבתא'...

הרבה פעמים נראה שאפילו שעושים בשבילה את כל הפעולות החיצוניות
- השמחה פשוט מבוששת לבוא. מדוע אנחנו כל כך מתקשים להעביר
את הנפש למצב 'שמחה'. מה הבעיה בעצם לשמוח? למה הלב ממשיך
לשקוע פעם אחר פעם ליגון ואנחה ואינו מתפעל מהיש שנמצא לנגד
עיניו, מוחשי וניכר?

"טבע האדם - כותב רבנו - למשוך עצמו למרה שחורה ועצבות, מחמת
פגעי ומקרי הזמן, וכל אדם מלא ייסורים. על כן, צריך להכריח את עצמו
בכוח גדול להיות בשמחה תמיד ולשמח את עצמו בכל מה שיוכל" (ליק"מ)
ח"ב תורה כ"ד).

בחלק המעשייה שלנו רבנו מלמד אותנו כיצד לשמוח דווקא במציאות
שלא נראה שיש בה כל שמחה, אולי היא אפילו עצובה. יש כאן תיאור

לחתן אותם כשהם צעירים

שני הילדים המתוקים שהכרנו ביער גדלים. הם מגיעים למקום יישוב, ונהפכים לבעטלרס בעצמם. כמו ליתר הקבצינים יש להם קופסה מיוחדת לאיסוף כסף, והם עוברים מבית לבית... ומה אנו רואים? בדיוק בתקופה הזאת כל החברה מחליטים: קדימה, חתונה! מה יותר יפה מלחתן אתכם יחד? הגעתם לגיל! אבל רגע, אין להם מקצוע! אולי כדאי לחכות, להתמסד, לא? - אבל באמת יש כאן דעת נפלאה וחשובה: קודם מתחתנים ואחר כך- השם עוזר! יהיה בסדר. כשאנחנו מדברות על חינוך ילדים אנחנו רגילות לדבר נמוך. להשפיל את העיניים לילדים הקטנים שיש לנו בבית. אבל מגיל בר מצווה ועד החופה אין הרבה זמן. אנחנו צריכות להשיב ללב שלנו: לחתן את הילדים מוקדם זאת מטרה בפני עצמה. וכמו שאומרים חז"ל: "בן שמונה עשרה לחופה". כל הצדיקים של עם ישראל התחתנו צעירים. רבנו ורבי נתן התחתנו בגיל 13. הרב קנייבסקי שליט"א אומר לחתן מוקדם את הילדים. במשפחה שלו הנכדים והנינים מתארסים בגיל 17. הרב עובדיה יוסף זצ"ל ביקש: "להחזיר עטרה ליושנה" ולחתן בגיל צעיר. זוהי דרך התורה והמסורה מדורי דורות. כך ראוי ורצוי.

בגילאים הצעירים יש יותר תקווה, יותר גמישות ופחות ביקורתיות. רוב אלו שמתחתנים צעירים מצליחים מאוד בחיים. יש להם מרץ של גיל הנועורים. גיל ההתבגרות עדיין לא תם, ועכשיו עוברים אותו יחד. מי שלומדת אחרי שהיא נשואה היא הרבה יותר רצינית. היא הולכת ללמוד כי היא תצטרך להתפרנס ולא רק בשביל לפגוש חברות. ואפילו ילדים שלא הולכים לגמרי בתלם. היו סיפורים בעולם על כאלו שלא ידעו לאן הם הולכים, והיה להם יצר הרע גדול, ודווקא כשחיתנו אותם נרגע היצר, והם הקימו משפחות יפות (כמובן, כל מקרה לגופו, ואין כאן עצה גורפת). בדור שלנו יהיו כאלו שיחלקו על דבריי. "ככה להשליך את הילדים לחיים? לעזוב אותם כשהם עדיין לא בשלים?", אך כמובן שלחתן ילדים אין הדבר אומר לתת להם להסתדר לגמרי לבד. כדאי להמשיך ולהיות איתם בקשר. לראות שהם יודעים לשלם חשבונות, להסתדר עם העירייה. לדאוג שתהיה להם איזו התחלת פרנסה.

תן כוח, ריבונות של עולם, לכל ההורים לחתן ילדיהם כשהם צעירים, לחתן בלי חובות, בהרווחה, בברכה ובשמחה. אמנ!

חינוך בחייוך
כ"ג. ס' ע"א

המשך מעמ' קודם - חתונה

ולשמוח. תמיד אפשר להתפעל מנקודות יהדות נפלאות אליהן זכינו, ולרקוד איתן בחדווה. אבל כמו שאומר רבנו, אין הדבר פשוט. כי בטבע שלנו, לא מתחשק לנו עכשיו לפצוח במחול הודיה, אלא לשקוע לתוך ביצת חסרונות דביקה. לכן: "צריך להכריח את עצמו". אנחנו צריכות להחדיר לליבנו שהמלחמה על השמחה- זאת מלחמה על החיים, וזה חיוב קדוש של כל אחת שרוצה לזכות לחיים טובים ולעשות נחת להשם- להיות אמא ואישה שמחה.

ואם אני מנסה לשמוח ולא הולך? שום דבר לא מחיה אותי, ואני מרגישה

רק ממכשולים צומחים וגדלים

מרגל ישראל, שבזכות פעולות הריגול הנרחבות שלו נזקפת הצלחה במלחמת ששת הימים, סיפר שבפעם הראשונה שלו בתור מרגל נשלח למשימת ריגול בלבנון. הוא התבקש להגיע לכפר מסוים, להתמקם באחד הבתים ולדווח כמה מכונניות נכנסות ויוצאות אליו ובאלו שעות. לאחר יומיים

שבהם צפה במסירות בכביש המוביל אל הכפר,

נפרצה דלת חדרו ואליו נכנסו ארבעה רעולי

פנים. "אתה מרגל ישראלי!", צרחו עליו

בערבית והחלו מתנפלים עליו במכות

נוראות. "מה פתאום מרגל? אני ערבי

כמותכם!", התכחש המרגל במבטא

ערבי שסיגל לעצמו. אך הם לא הרפו.

"אתה לא תשקר לנו! אנחנו יודעים מי

אתה, ומי הם הממונים שלך", וכך הוסיפו

להתעלל בו נוראות עד שיודה באשמה. אך הוא

דבק במשימה ולא נשבר בשום אופן. סבל את המכות

בדומיה ולא הסגיר את עצמו או את ממוניו. לבסוף, כאשר כולו רועד והוא

בקושי עומד על הרגליים, תמכו בו והובילו אותו לבית הסמוך. להפתעתו הוא

גילה שם את האחראי עליו! "מה, גם אתה שייך למחבלים?", הזדעק המרגל

המבולבל. "על איזה מחבלים אתה מדבר? רעולי הפנים שתקפו אותך אלו

האנשים שלנו. השליחות שלך לא הייתה לספור מכונניות אלא להיבחן אם

תצליח לעמוד בתנאי שבי. אם היית נשבר ומודה באשמה, לא היה קורה לך

כלום. היית חוזר הביתה והכול היה נגמר. אבל אז לא היית יכול להיות חלק

מהמוסד. עתה אנו רואים שמתאים אתה להצטרף לשורותינו".

אומר רבנו נחמן שחייב שיעבור על האדם, וצריך לראות שמה שעובר עליו

לא יפיל אותו. ממש כמו אותו מרגל, על כל אחת מאתנו עוברים מכשולים

וניסיונות רבים בחייה ומשמיים בוחנים אותה אם תחזיק מעמד בעת הניסיון.

אחרי מאה ועשרים, כשתראה אלו דברים נפלאים אירעו בזמן שהתחזקה -

תשמח מאוד בכל ניסיון וניסיון שעמדה בו, וכן תשמח בכל ניסיון שהתחזקה

בו בשמחה והמשיכה הלאה למרות שנפלה.

וכמו שאנחנו רואות בחוש מה שמתרחש בתהליך צמיחת החיטה - החיטה

נזרעת באדמה, נטמנת עמוק, מתפרקת ונרקבת ממש, נראה שאין לה כל

תקווה. אך הנה, דווקא מתוך הריקבון היא נובטת, צומחת ועולה. הדרך

להתעלות היא רק על ידי הנפילות. וכל הצדיקים הגיעו למעלתם רק בזכות

שהמשיכו הלאה למרות הקשיים והנפילות.

אבל איך מתחזקים? איך מצליחים לקום אחרי נפילה? את הכוח להמשיך

הלאה נמצא על ידי שנעשה לעצמנו זמן להתבוננות ולהתבודדות מדי יום.

בזמן זה נשפוך את לבנו לפני השם, נבקש ממנו אמונה וביטחון. נזכור: כל מה

שעובר עלינו זה רק כדי שנזכה בתוקף גלותנו לגלות את השם, שנצליח לבקש

את השם מכל מקום. יהי רצון שנזכה לכך!

להתחברות לקו השמחה והאמונה של הרבנית סיגל, התקשרי: 052-7680969

חדש! קו הבריחות והשמחה. להתחברות: 052-7680969

את עצמי שוקעת למרות ניסיונות השמחה שלי? גם לכך נותן לנו רבנו עצה מיוחדת: "על כן על פי רוב לא יוכל האדם לשמח את עצמו כי אם על ידי מילי דשטותא, לעשות עצמו כשוטה, כדי לבוא לשמחה, שכל החיות בגוף ונפש תלוי בזה. גם למעלה [דהיינו בעולמות העליונים] נעשה מזה יחוד גדול על ידי בדיחה דעתיה [דעה מבודחת] דהיינו שמחה" (שיחות הר"ן כ).

יהי רצון שנאמץ את כל הכוחות למטרה הקדושה מכולן: להיות בשמחה תמיד! אמנ.

מחול הקודש

יעל אצפריים היא צלמית קסומה. חסיפות היסערה יקרה אלמא ארהבה לעם ישראל והעדת תלובה אלע 20 ללנה. היא מתאזרת ביילוב צפריים, יילוב אלעזרי פללרלה באזרי הארכיכ אלעזריה ספאלות ולעזורים לע אלמארי התנצרה היעזרי" לעלה ועזי" נחיה בהאלק) ובהכ רחיה הארע. פוליס ללמיעזות אלעיה מתחברות לעזמן אלמזל פיק התנצרה והייקוצ. רצון לעזום עם בחברות מקליבות" אלהלעלע אלעיה לרילן אלכנה אולת: "ציהורי לעלהים". לעחמהר לעזרה פקפולה לע היקוצ אלעיה אלע: "על רי היקוצים ולחולא כע נלמקן כע רצונים". (עיקרי אורפין י)

יעל, מה את מספרת לנו? איך התחילה האהבה שלך לריקוד?

תנועה זה דבר שאני מחוברת אליו מגיל אפס. ההורים שלי הם אנשים של תנועה-ריקוד-ספורט. זה משהו בלתי נפרד ממני.

ולמי שלא מכירה, מהו בעצם אלתור (אימפרוביזציה) בתנועה?

אלתור מבחינתי זאת התמודדות יצירתית עם מגבלה כלשהי. כשמחברים את האלתור לעבודת גוף-נפש מקבלים את החיים עצמם ועליהם אנחנו מתאמנות בשיעורים. אנחנו מקישות מהחיים למרחב בתנועה, ומהמרחב בתנועה - אל החיים. חיבור שמאוד חסר לעולם היום. לתינוק שנולד יש תנועות טבעיות, אבל כשהוא גדל, אם לא קשובים לכך, זה פשוט נאבד בריצה אחר החיים. ההקשבה לגוף מביאה אותנו לאלתור. עם הזמן גיליתי שכל העולם כולו הוא תנועה. גם אם נעצור ולא נזוז כלל, התנועה ממשיכה בתוכנו ומחוצה לנו. לכן חשוב כל כך להתייחס לגוף-נפש שלנו, להקשיב יותר לתנועותיו שלו. השם נתן לנו גוף - כלי לנשמה. לא להתייחס אליו כראוי, זה לפחות כמו לא להתייחס לבית שלנו כראוי. הגוף מדבר אתנו בתחושות. כשאנחנו יודעים להקשיב לו - אנחנו יודעים לעזור לו. בן אדם יכול ללכת בצורה עקומה והוא לא יחוש בכך. לצלוע ולא לשים לב. האלתור מלמד אותנו להרגיש את עצמנו.

איך הגעת להנחיה בתנועה?

בתוך התשובה חיפשתי קבוצה מתאימה לרקוד בה. פשוט רציתי לרקוד. בהשגחה מצאתי פלייר שסיפר על שיעור "אימפרוביזציה בתנועה". השיעור הראשון חל באותו שבוע. נכנסתי לשיעור - והתאהבתי. עולם חדש נפתח בפניי. מצאתי את שאהבה נפשי. בהמשך למדתי הנחיה של אלתור בתנועה בעצמי.

איך התחלת להעביר שיעורים?

חיפשתי קבוצה של נשים באזור שלי, ניסיתי להביא את המורה שלימדה אותי ועוד מורות שקיבלתי מהן ולהפיץ את הבשורה הזאת. זה לא הסתדר. היה קשה להן להגיע לאזור וגם מקום מתאים לא היה בנמצא. אך עדיין הרצון לא כבה. פתאום הייתה לי הארה: משהו בי אמר - לכי ותנחי בעצמך! התחלתי להנחות במקומות שונים בארץ, אך בנוסף נכנסה בי אש של רצון למצוא מקום שיהיה נגיש ונוח להגעה ליד מקום מגוריי. מצאתי לול ישן ונטוש אצל מכרים מגבעת ישעיהו, מושב סמוך לצפריים. מקום המכיל רצפת בטון, ברז מים וחשמל. לא צריך יותר מזה. לא חשבתי שהם יסכימו, אבל ניסיתי. לשמחתי, הם אמרו לי: כן! הבאתי מהבית כל מיני שטיחים לכסות את רצפת הבטון והתחלתי להעביר שיעורים בקטנה. "לוליי" קראתי ללול החמוד שנהיה לרחבת ריקודים. אחרי תקופת מה חברה סיפרה לי שהולך להיסגר מרכז גדול של תנועה במצפה רמון. נסעתי לשם ומילאתי את הסקודה הקטנה ב-22 שטיחים שמכר לי האיש שם במחיר יפה. גם בוקסה גדולה ו-10 מזרונים רכשתי ממנו. אבזרתי את הלול בצורה אותנטית ומחברת. וכך אנחנו רוקדות. כמובן המקום מותאם לחלוטין לפי כללי הצניעות.

נשמע מרתק. אבל, איך זה נראה? מה את עושה בשיעורי התנועה

האלו?

קשה להסביר במילים איך הדבר פועל, צריך לחוות.

אל שקר מארחת את אבי יעל אצפריים

שיחת חברות

ריקוד הוא דיבור לאיברים, ממש כמו העצה הגדולה שאמר רבנו לדבר לאיברים בשביל לעורר אותם אל התכלית. ריקוד מזכיר את המילה לקוד. לקוד קידה להשם יתברך.

תני לנו דוגמא איך רבנו נכנס בתוך עולם התנועה הזה

רבנו נמצא בתוך התנועה, הריקוד והשמחה. רבנו מדבר על הריקוד והשמחה רבות בספריו. ואני מודה להשם שאני זוכה לעסוק בתחום שהוא מהותי ומרכזי בתורתו.

למשל העניין ש"מעט זה גם טוב". לפעמים בשביל להגיע לתנועה האמתית והמדויקת עבורנו אנחנו צריכים לעצור. התנועה קוראת אבל אם לא נקטיב לא נשמע אותה. שאנחנו נושמים רגע עמוק, מרפים - אז היא מורגשת. המעט זה טוב, זאת התנועה שמכניסים אותה למעט. מתחילים מקטן. יש אנשים ששומעים את המילה 'ריקוד' ומיד הם חושבים על לקפוץ ולהשתולל, מבחינתם ריקוד זה להיכנס לקצב, ולהתחיל לקפוץ. הם חושבים שהם לא מסוגלים, ושה לא מספיק מכובד לתת לעצמם להתפרץ בצורה כזאת. כשעבדתי עם נשים במרכז 'טורנו', הם הביטו בי ובקושי הסכימו להיזי את הגוף. אבל כשהצליחו לאט לאט להיכנס לתנועה - מתוך הקשבה לגוף (יש נשים שהשתתפו רק במבט עין) החיבור התרחש. את יוצאת מהמקום החיצוני של איך ומה, ונכנסת פנימה. משם - הכול יכול להשתנות. זאת לא הדוגמה היחידה. הגיעה מישהי אחרי לידות צפופות, ואמרה לי: "יעל, אני לא יודעת איך אני אזיז את עצמי!", או אחת כבדת משקל נכנסה והתיישבה על פוף "איך אני אצליח לקום מכאן?" - היא וגם היא בסוף עפו בריקוד סוער! כשמתחילים להפעיל את הגוף זה כיף גדול. כל אחת והאופן שלה. כל אחת והקצב שלה. וכולן ב"ה מתחברות. הסוד זה להתחיל מהמעט. לצמצם אמביציה, להתחיל מהקשבה. ממש כמו שרבנו מלמד אותנו: תתבודדי, תדברי, תקשיבי. ריקוד הוא בעצם סוג של התבודדות עמוקה. לפעמים התנועה עוזרת לנו להרפות את המחשבה ואז אני מצליחה להתחבר פנימה יותר בקלות.

היום בשיעור, התחלנו מסוג של מדיטציה, הרפיה. סרקנו את הגוף והחזרנו אותו לכאן ולעכשיו. עברנו דרך כובד המשקל שירד לאדמה או לקרקע, ואחר כך התחברנו לשמיים. מאוד 'כלום' להגיד את זה במילים, מאוד המון לחוות את זה...

בשיעור אנחנו לוקחות את היגון והאנחה והופכות אותם לשמחה. מהעמקה לקלילות והפוך. מכניסות את מעברי היום-יום לתוך הריקוד. קשת הרגשות עוברת שם - בתוך עולם הריקוד. להצליח לזוז דווקא מהיכן שנמצאים - זאת האומנות. וזה בעצם ללמוד את מקום הנוחות שלנו ולצאת למקום חדש. דבר שמשפיע על כל תחומי החיים.

תוכלי לשתף אותנו בחוויה אישית כזו של אחת מבנות הקבוצה?

חוויה אישית זה משהו שקשה לתאר אותו במילים. בנות מעידות על חוויה אחרת בלידה, חוויה אחרת עם ילדיהם הקטנים, על לב שנפתח, וחוויות של שחרור של הגוף. אחת הנשים חוותה בגיל 24 תאונת דרכים מזעזעת והייתה במצב קיצוני. הרופאים לא נתנו לה צאנס לחיות חיים נורמטיביים. היום ב"ה היא חיה רגיל, ואף עוסקת כמטפלת בכל מיני תחומים. כשהיא התחילה להגיע לשיעורים היא הייתה מספרת לי דברים עוצמתיים: "עד היום כשהייתי מתעוררת בבוקר, הייתי מתעוררת עם כאבים. אחרי השיעור אני קמה ללא



חברות מקליבות מתבררות בעבודת השם

לכבוד מקרכת 'חברות מקליבות'

יש משהו קטן שמדויק אי כעניין עקב ההתבודדות. משהו כדאיבור עמי אכא, המאק, הרביש אי קצת אן מססיק מסכב.

אני מאמינה ויודעת שדריק (דבר עמי ה' ע' הסו, אכב) האם צורת הדיבור יכולה להיות עם פשוטה ולא מכבדת?

מפריק אי אטמוק (ניסח טמספחות ע' ההתבודדות) סאקי. אני הרבישה כמיוסח סאקי, שהצורה כה הן הדברות אן מססיק נכעית. אטמח מאק אכב תאזיר אן עיני כניסא. תודה רבה מראש, אסתי.

אסתי יקרה,

בוודאי וכמובן שצריך לדבר עם השם בכל הכבוד! אך לפעמים מרוב שאני קטנה בעיני עצמי והוא יתברך גדול, מרוב שהוא מלך רם ונישא ואני כלום כלום כלום... הוא נשאר שם למעלה, ואני כאן למטה, בודדה ואומללה, ובטוחה שהוא רק סופר את ה"לא" שלי. ויש הרבה מה לספור... וכך אני 'דופקת כרטיס'. עושה מה שצריך. ובלב נחנקת ומתרחקת... והוי... אני אפילו לא יודעת כמה זה גלות!

רבי נחמן מברסלב צוק"ל, יותר מכל העצות והדרכים שלו, דיבר על הדיבור הפשוט עם השם. הוא אמר שנדבר עם השם "כמו חבר טוב אמיתי". כל אחת חלמה על חברה כזאת, ואולי גם זכתה לחברה טובה שתקשיב לה ממש. שתהיה שם. שלא תבקר. שתכיל. שאפשר יהיה לספר לה את הפנים הנסתור. ולדבר חופשי-חופשי בלי לברור מילים. שלא תיבהל מהרע שלי, שתדע שאני טובה ויקרה גם אם ההתנהגות שלי לילד או לבעל, מחפירה ממש...

וכך ממש אפשר לגשת לשיחה עם השם. לדבר פתוח. על מה שמרגיש. לא לשכוח שהוא מלך, כן לזכור שהוא גם אבא. וחבר. "ידיד נפש אב הרחמך". והוא, יש לו את כל הזמן בשבילי. והוא שומע אותי ומכיל אותי בכל המצבים. בתהילים יש אין ספור התנסחויות של דוד המלך בסגנון: "עד אנה אשית עצות לנפשי יגון בלבבי יומם", עד מתי השם אני אעלה ואוריד עצות, ואין לי עצה, והיגון והעצב שוכן לי בלב? "עד אנה ירום אויבי עליי". וכן שיתופים מהלב: "אקווה לנוד ואין ולמנחמים ולא מצאתי", אין אפילו מישהו אחד שינוד לי בראש לאות השתתפות. אני כל כך בודד! דוד המלך מדבר הכי פתוח שבעולם, הכי לא דיסטנס, ולפעמים הוא נשמע לא מספיק מכבד... "ה' מה רבו צריי!!!!!" הוא מפרט, מתלונן, אבל תלונה כזו של קדושה... שמגיעה כדי להתקרב. אך כמה השם אוהב את תפילותיו של דוד המלך. וככה ממש הוא אוהב גם התפילות שלנו.

אנחנו בגלות קשה מאוד של הנפש. מצד אחד, זוכות לשמור תורה ומצוות בדור תהפוכות כזה, וזה כלל לא מובן מאליו. מצד שני - הכול רחוק כל כך וטכני לפעמים. והלב שלנו... כאלו תחושות ורגשות קשים מטלטלים אותנו. סערה בלב ים. אנחנו חייבות את החיבור. וחיבור זה רק דיבור. אין דרך אחרת. אם התפילה תישאר לי בסידור, אם אמשיך להיות מאופקת ומדוקדקת ולא אתן לעצמי להיות אמתית עד הסוף - אז איך אתרפק על אבא שלי? איך ארגיש נחמה אמתית? ואיך אפשר לחיות את העולם הזה בודדים וגלמודים?

את באה לפרוק את הכאב ולקבל נחמה. את באה לדבר מה שעובר. לא בשביל להתחצף, חלילה, להפך! בשביל להיות יותר עובדת השם ומחוברת. צריך לדעת שאם נדחיק את כל הרגשות הקשים הם לא יעלמו, הם פשוט ייערמו, והלב שלנו לא יוכל לעמוד בעומס כזה. בסוף זה יתפרץ, חלילה, הכי לא טוב והכי לא בריא על הקרובים אלינו ביותר. אז אני באה אליו, איך שאני - קטנה, מעוכה, עצבנית, ומספרת הכול במילים שיוצאות לי, ואומרת גם: השם, אתה יודע שאני לא רוצה את הרע הזה! קח אותו ממני, עשה אותי כפי רצונך הטוב באמת. הלוואי ונזכה לא להתבלבל מהמניעות הרבות שיש על העצה הקדושה של ההתבודדות, ולבוא לדבר עם השם כל יום, ולהרגיש בפועל ממש איך האמונה הקדושה מאירה בנו יותר ויותר, אמן.

איך לא חשבתי על זה קודם!

דמינו לכם נער ונערה, בודדים ועזובים, נניח ניצולי שואה, שבאו מאותה עיירה בפולין ונפגשו אחרי המלחמה, כשכל אחד הוא אוד יחיד שניצל ממשפחתו. אין להם כסף ולא רכוש, והם מחליטים יחד לנסות לקום ולהתחיל חיים מחדש. מה הדבר הראשון שיעלה בכל "אידישע קאפ" מגיל שלוש? קודם כל שיתחנתו! לא?

והנה במעשייה מסתובבים להם הילד והילדה יחד ולבד כ"כ. הם כבר סיכמו ביניהם מאוד ברור שיחד ילכו ויחפשו להם אוכל, וכבר הכינו לעצמם שק משותף כדי לאגור את הרכוש... הם זוג לכל דבר. ואחרי תקופה ארוכה באחד הירידים סוף סוף אחד הבעטלרים, שכנראה דם של שדכנים זורם בעורקיו, מבריק רעיון גאוני כ"כ: אולי נעשה כאן שידוך? וככה כמה בעטלרים מתלחששים ביניהם על ההצעה המפתיעה, והפלא ופלא: הם חושבים שיש כיוון...!!

אגב שמעתי על זוג שהתארסו בסביבות גיל 30 והיו גרים בשכנות. 2 בנינים הפרידו ביניהם. שניהם מאותה קהילה, אותו סגנון משפחות, ולהם עשרות מכרים משותפים. איפה היו כולם?? זה יכול לקרות לשדכנית הכי מדולפמת ששניים מתוך המאגר שלה מתארסים זה עם זה, ועל קצה דעתה שלה זה אפילו לא עלה... קורה לך שאחרי תקופה שאת לא מבינה מה עובר על בן החמש ולמה הוא יוצא כל בוקר עצבני, פתאום נופל לך האסימון מהי הסיבה ובא לך לנער את עצמך: למה לא קלטתי קודם? או שאת מחפשת פתרון פרקטי לאיזה קושי טכני ואז חברה אומרת לך בכזאת פשטות שהיא עושה כך



וכך... ובא לך לבכות רק מהמחשבה: למה לא הגעתי לזה קודם? ואמר: שאלו התחבולות וההמצאות שהמציאו הפילוסופים בחכמתם... אמר שהכול מלמעלה, כי לא היה אפשר להם לבוא על זה רק על ידי שהתנוצץ להם השכל בזאת החכמה, שבא לאותו החכם התנוצצות מלמעלה. כי כשהגיע העת והזמן שיתגלה אותה החכמה או התחבולה בעולם על כן שלחו להם מלמעלה בשכלם זאת התחבולה כדי שיתגלה בעולם. כי בוודאי גם החכמים הקדמונים שהיו מקדם חקרו גם על זאת, ומפני מה לא באו הם על זאת התחבולה וההמצאה? רק באמת הכול מלמעלה, וכשבא העת שיתגלה זאת הדבר, אזי מתנוצץ לו השכל...

וגם להבדיל אלו האומרים פשטים וחיידושים בגמרא פרוש רש"י ותוספות, אלו לא היה נשלח להם מלמעלה מן השמים אי אפשר להם כלל לבוא על החידוש. רק באמת הכול מלמעלה... (שיחות הר"ן ה')

ומזווית נוספת: לפעמים יש לנו איזו בעיה או מצוקה ואנחנו הולכים רחוק כ"כ לחפש פתרונות. אם זה לרופא בסוף העולם ואם ליועץ שכל דקה אצלו עולה הון, אם לחפש אפיקי עבודה הזויים או בכל תחום שהוא... ופעמים רבות הפתרון קרוב, נגיש, פשוט וזמין הרבה יותר משיכולנו לחשוב, כמו שרבונו מספר את הסיפור על האדם שחיפש אוצר מתחת גשר רחוק ובסוף התברר שהוא בעצם בתוך ביתו...

ג. ב. לכל המאוכזבות (כמוני) מהמאמר היבש והלא מצחיק, קבלו את התנצלותי. יחד נקבל באהבה גזירת שמים. בכל אופן לא נשאיר אתכן בשרירים מתוחים אז 2 מילתות קצרצרות:

איך קמצן שותה קולה? שותה סודה בחושך... רב אחד הבטיח: מי שיוותר במריבה לא יפסיד מזה! הקב"ה ישלח לו מריבה אחרת.... ואם את רוצה את כל המאגר של הבדיחות תשלחי מייל לכתובת "MILTA" עם המילה: "דשטותא".

בשורות טובות אמיתיות / כ. יפה

סיפורי אברהם:

וחוזרת לשבת על הספסל. "אני לא חוזרת ככה הביתה! אני נוסעת לכותל ואחר כך לרב שלנו!", אני מבהילה את מנחם בפלאפון. "את לא הולכת לכותל", מנחם מקרקע אותי ומתחיל להתיר את הפקעת, "הילד יתעייף וגם את. אני אנסה לתאם עם הרב שתגיעו אלי". אחרי חמש דקות מנחם מספר שיש אישור הגעה. כמו סהרורית עליתי על קו פנימי. לא רואה בעיניים. אני חייבת לדבר עם הרב ולזרוק עליו את כל התיק הזה. שיברך אותנו. שיציל אותנו. שיקרה כאן כבר איזה נס.

למראה הבניין המוכר משהו נרגע לי בדופק. אני מצליחה לאסוף את עצמי ולטפס את מדרגות הירושלמיות העתיקות. יהודה שכבר התחיל באמת להתעייף מדדה מאחוריי. הדלת ניבטת לנגד עיניי. מרגישה כמו הלך במדבר שהגיע למקור מים חיים. אני דופקת חלושות והדלת נפתחת. ריח טוב עוטף אותי מבפנים.

ספרים, תבשילים וניקיון. הרב היה שם, כמו תמיד. עץ שתול על פלגי מים. דמות שכל כולה אמונה ודבקות, ועם הכול נותנת לב להיות מצרה בצרת ישראל. הבטתי בדמות האבהית ובספרים הישנים שמילאו כל פינה בחדר וחשתי פתאום ילדה קטנה שוב. זה היה טוב.

"הרב, הבן שלי... הבן שלי..." אני שוב בוכה. בושות. הברז לא נסגר לי. "מה יש לילד?" עיניו הטובות של הרב נחות על יהודה שלי.

"הוא... הוא לא מדבר". הרב רוכן ליהודה. "צדיק'ל, תגייד אבא", מעודד אותו. "אבא".

"תגייד אמא". "מא", עונה יהודה מיד בחיך שובה. "תביא לי!", מושיט הרב את ידו לעבר הוופל. יהודה מושיט לעברו את הוופל.

"הוא בסדר". אומר הרב. "הוא יהיה בסדר". "אבל הרופאים משגעים אותי עם אבחונים ואבחנות", אני מעיזה לא להירגע.

"לא צריך לדאוג", מוסיף הרב להרגיע, "תעשי מה שצריך אבל לא לדאוג", שנה. "לזכור", אומר הרב ומילותיו מלאות ונושמות, "הקב"ה ממלא כל עלמין והוא עושה רק טוב.

הוא מביא לנו לחיים רק טוב". פתאום הכול נהיה אחרת. חזרתי למקום. כל הסצנה מהבוקר קיבלה ממד אחר. יכולתי לראות הכול כאילו מרחוק והרגשתי הכי מוגנת בעולם, המילים הטובות חדרו לי אל תוך הלב משקות זרעי אמונה, משיבות בי רוח חיים.

חזרתי הביתה עייפה. מותשת אבל מוארת.

האבחונים של יהודה שלי. פניה מביעות חוסר שביעות רצון גוברת.

"הילד בגן בשפת האידיש". הטון בין מאשים לנדהם. היא מגדילה אליי מבט ירוק מצמית מבעד לעדשות קצרות רואי. "ובבית מדברים עברית". מוסיפה סעיף לכתב האישום. הדממה מחכה לתשובה. אני מזדרזת לענות.

"בקהילה השפה המדוברת היא אידיש", הדופק דוהר בי מעל המהירות המותרת, "אנחנו רוצים שבבילו מקסימום שילוב בעתיד גם אם עכשיו זה יהיה קצת מורכב יותר".

"איך אתם עושים דבר כזה לילד?!" היא כמעט צועקת. כולם מביטים בי בלי אמפטיה. "לוקחים ילד עם קושי התפתחותי שפתי ועם חשד לבעיות קוגניטיביות מורכבות ומקשים עליו!"



"אמר שיהיה כמה מעשיות מאנשי שמפלא אחד ואחד יספרו הרבה מעשיות"

חברות מספרות על עצמן

מ ש ע נ ת הפלסטיק של הכיסא דוקרת בגבי. אני נאחזת בכוח ברצועת התיק המונח על ברכיי. הכעס גואה בי. איך את תובעת אותנו, גברת דוקטור? את באמת חושבת שלך אכפת מהילד שלי יותר ממני? אחרי עוד מספר משפטים, הרופאה נועלת את האבחון בהחתמות קולניות, מפנה אותנו לעוד גורמים מאבחנים. אני חושדת בה שהיא משחררת אגרסיות על הדפים במקום עלינו.

כשדמעות מסמאות את עיניי אני כושלת אל הרחוב. רוח ירושלמית קרירה מנסה לצנן אותי מהלהט הפנימי. הדמעות שחיכו עוד מהבוקר בעיניים יורדות ללא הפוגה. אני קורסת על ספסל ברחוב יפו. קרונות הרכבת הקלה חולפים על פני הלוך וחוזר. אני בוהה בהם מבעד למסך הדמעות. יהודה כמו לא מבחין במאום, ידו הקטנה אווזת בכפי והוא בולע בעיניו את הרחוב הסואן.

"איך אתם עושים דבר כזה לילד", קולה היודע כל, הבטוח בעצמו והמלא ידע של הדוקטור צף בי. מאה אחוז קוגניציה אפס אחוז אנושיות. "איך אתם עושים דבר כזה לילד?", המילים מהדהדות כמו בדיסק שרוט.

הרכבת כורזת את עצמה בשלוש שפות ומזכירה לי שאני עדיין ברחוב. אני קונה לילד וופל שווה במיוחד בקיוסק מזדמן,

עוד לפני שאני פוקחת עיניים הדריכות עמה הלכתי לישון מקיצה אותי. לוח השנה מזריח לי בוירוטואלי: 17.11 תור ליהודה התפתחות הילד בירושלים. יהודה מתקשר בכל הדרכים האפשריות אך מלבד מילים בודדות אינו מדבר מאומה. הרופאים מדברים על יכולת שכלית מוגבלת ושאר הגדרות. הוא לא הילד הראשון שלי. אבל הוא כן. כזה ילד מעולם לא היה לי. מתקשר. אנרגטי. מתוק. ולא מדבר. היום תתקיים הוועדה המסכמת. אני משגרת את הילדים באוטומט. מתקתקת סנדוויצ'ים ושתייה לכל הצאן. משתדלת להדפיס חיוכים קרובים למקור ליום טוב לכולם. אחר אורזת תיק קטן לדרך, מעיפה מבט לעבר התא הפנימי ומוודאת שוב שכל האבחונים הרלוונטיים נמצאים. רוצה למצוא את עצמי בחוץ אבל לא יכולה לוותר על סדרת הסיבובים

הקבועה של טרום היציאה: "אמר שיהיה כמה מעשיות מאנשי שמפלא אחד ואחד יספרו הרבה מעשיות" מיגור פתיתי קורנפלקס בטאטוא חפוז, בעיטה בנעל של רוחמי שחוסמת את המעבר במסדרון. בזווית עין אני מבחינה ביהודה קופץ בחצר על הטרמפולינה, רגוע ושלו.

"הכול בסדר? אתם מוכנים?", מנחם בעלי מקפל את טליתו. מתכוון אף הוא לצאת לעבודת יומו. "כדאי שתצאי שלא תרוצו ברגע האחרון", הוא ממדר אותי מאזור מכונת הכביסה, בחשד מבוסס להעמדת מכונה. "ו... כל הכבוד לך שאת עושה את זה שוב", אומר לי. "את האמא הכי טובה שאני מכיר", מחייך. בטוח בכך בכל ליבו.

"כן, אבל עד מתי?", האמונה שלי לא הפכה לי את החיים לסטיק. אני גם יודעת לומר שקשה לי.

"היה טוב, עכשיו טוב", הוא מבזיק אליי פנינת אמונה קבועה. אני סופגת אותה למקום המאמין שבתוכי. יש לי שם אוסף ואני תמיד צריכה ממנו עוד.

אנחנו יוצאים לדרך. אני בצעדים מהירים, יהודה בקפיצות קלות. ירושלים מחבבת אותנו אליה על כבישה, אנשיה ואלף רחובותיה המתפתלים. אחרי כמה הקפות המייגעות את כשרון הניווט האבוד שלי, מהדהדות פסיעותינו במסדרון המבהיק של הבניין הנכון. עתה יהודה יושב די מותש בפינת הג'מברי המעוצבת בחדר. אנחנו ממתנים לרופאה המחוזית שאחרי כמה רגעים טופפת על עקב רם אל החדר המכיל

מספר אנשי צוות דרוכים. היא מתיישבת. הכול משתתקים כשהיא מדפדת בערימת

יהודי נפתח ובתוכו מתחזקת האמונה. אז הוא מרגיש בחוש את השם יתברך איתו ואצלו.

ד"ר אריאל אריאל, חתן פרס ישראל לשנת ה'תשס"ו
מחבר ספר "השם יתברך"

טוב, הוא מביא לנו לחיים רק טוב.
בסיפורי החסידים היה האדמו"ר מחולל מופתים לחסידיו. ממלט אותם מיד הפריץ, פודה אותם מהשבי. גם היום רבים המופתים והנסים. אולם הנס הגדול ביותר מתרחש כאשר ליבו של

יהודה שלי עדיין לא מדבר. אני יודעת שיש לנו כברת דרך לפסוע בה. קיבלתי מסלול מיוחד מבורא עולם ותפקיד גדול להיות אמה ליהודה. אבל יחד איתו גם קבלתי מתנה, ג' פי אס אמיתי שמנחה אותי (רוצה להקשיב רק לו!). הקב"ה ממלא כל עלמין והוא עושה רק

עוף מוזר / א. ישראלי

אריאל אריאל:

אלוקים באמת, ובפשטות שקיימת רק אצל רבנו בלי להיבהל מהדחיות והייאוש שבקולי הייתה מסבירה בפעם המיליון - דברי איתו על זה בעצמו. על זה שאת לא מרגישה. ובלי שכל כלל. תבקשי מה שליבך מבקש. תתחברי ללב שלך. לנקודה ששייכת לך בעת הזאת. אם תשעה באב ופורים התערבבו לך - ספרי לו את זה. הוא ישים לך כל חג במקום.

והייתה לה גם עצה בשבילי. עצה שבלעדיה עד היום הזה הייתי אבודה בעולם - ליקוטי תפילות.

מה"ליקוטי תפילות" הגיעו דמעותיי, הגיעה היכולת לספר להשם סוף סוף מה עובר עליי, הגיעה הנחמה. הגיע הפיוס. הגיע פורים - ואיתו השמחה. הגיע חנוכה - ואיתו האור. הגיע פסח והגיעה גאולה. והגעתי בעצמי. סוף סוף הגעתי להרגשה של קרבת השם אותה ביקשתי כל חיי.

רבי נתן - המתנה הכי מופלאה שיכולת לתת לנו בדור הזה זה ליקוטי התפילות וליקוטי ההלכות שלך. את ה: "איך זה קשור אליי!" חגים, שבת, תפילה, מצוות, קדושה, להיות יהודי, להיות בכלל - הכול קיבל יכולת להיות ולהתקיים בזכות הדיבורים משיבי הנפש שלך ומילוי הוראת רבנו שקיימת באופן מרגש כל כך - לעשות מהתורות תפילות.

רבי נחמן זה השמש של הדור שלנו. אבל רבי נחמן עצמו הוא ענק, הוא שמש. אי אפשר להסתכל בו כמעט - אילולא רבי נתן. התלמיד הענק, העניו, שהרכין ראש בהתבטלות מוחלטת בפני המעיין, שתה בצמא את מימיו ומיהר להשקות את כולנו. הפך את דיבורי רבנו לתפילות, עצות, לגלגל ההצלה שלנו.

כשאני הולכת בלב מלא ועמוס לרבי שמעון אני לא לוקחת "ליקוטי מוהר"ן או "ספר המידות", זה אור גדול מדי לרחוקה כמוני. הוא לא ייגע בי מספיק. אני שולפת מהמדף את "ליקוטי תפילות", "ליקוטי הלכות" או "עלים לתרופה" ורק אז מתיישבת להתפלל. לפעמים מספיק רק תפילה אחת או רק משפט אחד שמרטיט את מיתרי ליבי, והתפילה האישית הפנימית שלי שחיכתה לצאת - פורצת בבכי ומגיעה עד כיסא הכבוד.

תודה לך רבי נתן, בלעדיך לא הייתי.

להסתערות על ספר חדש שחברה הביאה - זה קרה. בלי אורות וברקים, בלי רעש וצלצולים ובלי שום הודעה מוקדמת - פגשתי את רבנו. אחזתי את הספר "הלב והמעייך" של הרב ארז משה דורון וידעתי שהוא מדבר רק אל הלב שלי. הלב המתגעגע שלי. הלב המחפש, ששנים ניסה בדמעות להגיע אל המעיין ולא הצליח. שלא ידע כלל על קיומו. ובכיתי את נשמת. בכיתי את העוף המוזר שהייתי. בכיתי את הביזיונות והשיחות הנוקבות שהיו לחם חוקי, בכיתי את הדחייה בחברה, את התסכול והבדידות. "אחזתיו ולא ארפנו עד שהבאתיו אל בית אימ" - אל המקום ממנו ינקתי את מושגי יהדותי, הבאתי את רבנו.

זה לא היה פשוט להיות פשוט בבית חרדי קלאסי. רצינות וכובד ראש בעבודת השם מול שמחה ומילי דשטותא. תפילה מלאה יראת כבוד לעומת הציווי הפשוט של רבנו - לדבר עם השם כמו שמדברים עם חבר טוב אמיתי. היו רגעים שהרגשתי כופרת או פורקת עול מול הדרך המלאה ביראת שמיים בה גדלתי. הרבה חלישות הדעת הייתה לי מול הענקים האלה שלא התעייפו מלהניא אותי מללכת בדרכו של רבי נחמן. אבל אצלי זה בער בעצמות. אני יודעת שישנו בוודאי! מצאתי את מקומי. אני נולדתי מחדש. וכמו תינוק מתחילה לעשות את צעדי הראשונים.

פורים. כל בני ביתי באמצעו של המשתה. מסכות, רעשנים, שירים וריקודים. ואני - ליבי ריק ועצוב. אני מחייכת רק מבחוץ מייחלת להרגיש משהו משמחת הפורים ו- אפס. תשעה באב בלב. אני מתחמקת באיזשהו תירוץ החוצה והולכת - כמעט רצה, כמה שיותר רחוק משם אל הספסל בסוף הרחוב, זה שפונה אל היער שלי. שקט של עצים מקדם את פניי. אני נושמת בהקלה. לא מסוגלת עוד להעמיד פנים של שמחה. אני לא. אני לא.

היא עונה מיד - כאילו חיכתה לטלפון הזה. למה כאילו, חיכתה לגמרי.
"אל תגידי לי שאת לא שמחה!" אני שומעת אותה מתפוצצת מצחוק. "אני לא, ואת יודעת, את זה. ועכשיו תגידי מהר מה אמורים לעשות, להרגיש, כי הלב שלי נעול". כל חג היא קיבלה את הטלפון הזה, המיוסר, המבקש קרבת

בשבוע שעבר הזמנתי לכנס הילולת רבי נתן מברסלב זיע"א, שם סיפרתי את סיפורי האישי. מי שהזמינה אותי, ביקשה שאעלה את סיפורי על הכתב - העליתי:

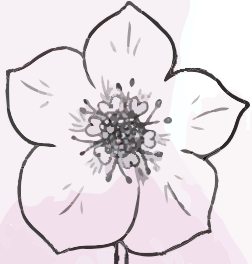
אני באה ממשפחה חרדית. תורה, מצוות ויראת שמיים. חידושי תורה סביב שולחן שבת, שיחות מחזקות ומעצימות לפני כל חג בבית הספר, ובאופן כללי - הרבה חינוך לקדושה. כך שתודו שזה די מפתיע שמצאתי את עצמי תוהה לא פעם, גם לא פעמיים, על איזה קדושה מדברים כאן ומה הקשר שלי אליה.

עכשיו התחילה ההלקאה העצמית. בפירוש כעסתי על עצמי. היה ברור לי שמשוהו בי לא בסדר. שאני לא יודעת לציית לכללים, לא ממושמעת, לא כפופה למרות, לא מספיק צדיקה וטובה ומאמינה ועוד כל מיני מחשבות כאלו ש'תרמו' להעצמה האישית שלי ולשמחה בקיום המצוות. אתן מבינות שבדיוק להיפך.

ניסיתי להתחבר מהמקום של האמת הפנימית שלי שלא עלתה בקנה אחד עם האמת של החברה החרדית, וכך קרה שהפכתי להיות עוף מוזר. כולן מתפללות רגיל - אני מנגנת את התפילה ומאריכה בשמונה עשרה בדבקות (שהייתה לגמרי אמתית, באמת ניסיתי בכל כוחי להתחבר להשם). כולן לובשות חצאית עד אמצע הרגל - אני עם חצאית שנושקת לאדמה. הבנתן, נכון? מקום פנימי בקיצור. וכמו שכבר אמרתי, חשבתי שאני זאת שלא בסדר. שאני חופשיה מדי. שאני לא רוצה להיות כמו כולן.

אבל באמת לא רציתי להיות כמותן. לא הייתי מסוגלת להיכנס למשבצת החרדית שבה גדלתי. לא הסכמתי. ועדיין לא ידעתי למה. ועדיין לא הבנתי מה אני כן מחפשת ואת מה. שיחות המוסר הנוקבות מהמורות היו דבר שבשגרה, ולשאלה הכואבת של אבא "למה את שונה מכולם?" - באמת לא הייתה לי תשובה. כמו הברווזון המכוער היה ברור לכולנו שאכן אני שונה מכולם.

גדלתי. שיניתי מסלול. משורות בית יעקב ערקתי למחנה בעלות התשובה. ובערב ירושלמי קפוא אחד בחדרי שבמדרשה מכורבלת בפיג'מה של דובונים ורודים ומוכנה



מעל הזמן והמקום

חברות אקליבות

אל ה' ולתקן את עולמו דרך הפרי, כאשר נקיים את המצוות הקשורות בו, נברך ברכות הנהנין ונודה עליו.

כי לגדולת ה' אין חקר ואין לנו שום מושג והבנה, איך להתחבר אליו. אך מתוך הנאה גשמית, בה יש לנו 'השגה', ככל ש'ניכנס' אליה ונתרכז בבורא שיצרה, היא תקרב אותנו אליו. כך הברכה על הפרי תהיה בהתלהבות והמצוות הקשורות בה תעשנה בשמחה. טעמו וראו - כי טוב ה'.

בט"ו בשבט נוהגים לערוך את השולחן במיני פירות שונים כדי להתבונן בשפע הטוב שנתן לנו ה', לברכו על "אילנות טובים" שברא להנותנו ולשמחנו, כדי להטעימנו ממתיקות 'טעם החיים' - ה' יתברך !

איך את רוצה את המתוק שלך? חלקלק? נימוח? עסיסי? אולי אגוזי? חמצמץ? או נגיעות מריר? ובאיזה צבע?

אדום, כתום או צהוב? אולי ירקרק או סגול?... ואיך הגוון? עמוק או בהיר? אחיד או משולב? והציפוי - דק, מתוח או בשרני מחוספס?... שילובי צבעים, עושר גוונים, גדלים שונים, מרקמים, מעטפות ומילויים... אלו חלק מאין סוף חסדי ה' ורחמי ענינו - הפירות. הם מתוקים, אך לכל 'מתוק' אופי ויופי הייחודי לו. אינה דומה מתיקות התפוח לזו של הענבים או של השזיף. ריבוי הטעמים וגוונים, מכוונים אותנו להתבונן במי שגדול מהם.

ט"ו בשבט, ראש השנה לאילן, הוא זמן להתבונן בשפע שהרעיף עלינו הקב"ה בטובו, בחן, בחסד וברחמים. אם נעיין בפרי, בצורתו ובמרקמו, נתרכז בו ובטעמו, לא נוכל שלא להתפעל. כל כך הרבה טעמים ותתי טעמים ושילובי טעמים, בעסיסיות משתנה, מלובשים בהרכב צבעוני ומשובב עין. לשם מה?

אם להרוותנו או להשביע נפשנו בלבד, לכאורה, היה מספיק טעם אחד. ואז, כשהיו אומרים לנו 'מתוק!' היינו יודעות בדיוק גמור למה הכוונה. אך הקב"ה ברא את המתוק ונתן לו כל כך הרבה גוונים וגווי גוונים וכולם מתוקים, כדי לאפשר לנו להבין שמתיקות אמיתית אינה מתוק אגס או ענבים, אלא מתיקות גבוהה ונעלית הרבה מעבר לכל מארג פרי זה או אחר. כי כמה שנגיש ואיך שנטעם, עדיין יישאר טעם גדול, טעים ומיוחד מעל הכול, והוא הטעם האלוקי שאליו עלינו לשאוף ואתו לרצות.

בליקוטי מוהר"ן תנינא, סימן ל"ד, מביא רבנו את הפסוק "ויחד יתרו על כל הטובה" ומבאר, כי אצל סתם בני אדם אין השמחה של כל הטובות ביחד, כי יש חילוקים רבים בעניין השמחה. למשל, כשבאין על חתונה, יש מי ששמח מן האכילה שאוכל, דגים ובשר וכיוצא בהם, ויש אחד, ששמח מן הכלי זמר, ויש מי ששמח מדברים אחרים, וכיוצא בהם, ויש ששמח מן החתונה עצמה, וכיוצא שאר חילוקים, אבל אין אדם שיהיה שמח מכל השמחות ביחד. ואפילו מי ששמח מכל הדברים הנ"ל אעפ"כ אין השמחה מכל הדברים ביחד, רק מכל דבר בפני עצמו בזה אחר זה... אבל שלימות וגדלות השמחה הוא, מי שזוכה לשמוח מכל הטובות ביחד. וזה אי אפשר, כי אם כשמסתכל למעלה על כל הטובה, דהיינו על השורש שממם נמשכין כל הטובות, ושם בהשורש הכול אחד, ואזי שמחתו מכל הטובות ביחד, ואז השמחה גדולה מאוד ומאירה באור גדול מאוד.

הקב"ה נתן בכל פרי חן, הרכב וטעם ייחודי, שהם שילוב רב חושי הממלא את לבנו בשמחה ובהנאה. נוכל ליהנות משפעת המיץ הממלא את התפוז בחלוקה לפלחים, מצבעו החי ואפילו מבשומת קליפתו השרנית, לעומת מרקמו העסיסי נימוח, צבעו העז וקליפתו הדקה חלקה של הנקטרינה. אנו יכולות להישאר בהנאה החיצונית הרבגונית הזו, ולהתרכז רק ב"אני 'אוהבת' מלון או אשכולית". או "מחבבת את מיץ הלימון ופחות את ניחוחו ההדר", אך אפשר להתבונן בהרכב המופלא: "ה' חשבת עליי בתוך כל הפרטים, רצית להנות אותי, לשמח - תודה! תודה!" ואז הטעם נהיה טעים הרבה יותר, טעם של מסירות, השגחה פרטית ורצון, ספוג באכפתיות, אהבה ואמון.

כך, דרך ראיית הפירות וטעימתם, ניתן לחוש את טובו ורחמי של הבורא ולהתחבר באופן עמוק יותר אליו על שנתן וסיפק, דאג והביא לנו "הכול, בכל מכל כל".

צורתו, טעמו, עסיסיותו וכל 'חיותו' של הפרי הוא הניצוץ האלוקי, ה'שרף שעולה באילן' בט"ו בשבט. אותה חיות אלוקית, מאפשרת לנו להיקשר

מרקוב לחדש / ק. פארבר

שבט, חורף. הכול קפוא ואפרורי. אין חדש תחת השמש וכמעט שאין שמש. ברוך השם על כל טיפה של גשם, אני מבינה וזוכרת שזה משהו טוב שאני אמורה לברך עליו. נראה לי שזה כתוב בקריאת שמע, נו: **"ונתתי מטר ארצכם בעתו... ואספת יצהרך... ונתתי עשב בשדך ואכלת ושבעת..."** כן. כל הברכה והשמחה, הבריאות וההמתקה נמצאים בגשם הזה, בקור הזה. אז אם זה כל כך טוב, למה שאני אתלונן? אבל קר לי, ולא מתייבשת לי הכביסה ואין לי כוח כל כך לזוז, ומאוד קל וסביר שאתלונן. יש בי קיפאון. זה לא רק בחוץ, אני מרגישה

את זה ממש מבפנים. קיפאון, אולי אפילו ריקבון.

"...כן אי אפשר כי אם על ידי שזורעים הגרעין בארץ והארץ הוא בחינות שפלות, בחינת און, ושם נתבלה הגרעין עד שנעשה כאון וכאפס ולא נשאר ממנו כי אם משהו בעלמא ואז נכלל הדבר הנזרע באין סוף ע"י שנתבלה ונתפשט מגשמיותו ואזי חוזר ושב משם מאין ליש וחוזר ונתחדש ביתר שאת. עד שיוצא וגדל וצומח ממנו אילן גדול וכיוצא..." (ליקוטי הלכות, כלאי הכרם ב')

אני מנסה להבין את מה שרבי נתן מגלה כאן: ככל שהריקבון גרוע ומתקדם יותר כך גם מובטחת שמתחילה ממנו צמיחה חדשה. איזה מהפך - מרקוב לחדש! אם אתרגם זאת לחיי אבין שהמצב הזה, המקומות בהם אני מרגישה כל כך אפסית וכל כך באין, דווקא הם אלו המאפשרים לי להתחבר לאין סוף ברוך הוא ומשם לחזור ולהתחדש ביתר שאת ועוד עד שגם מאותם המקומות, ההתמודדיות והעניינים אוכל לצאת ולצמוח גדולה יותר, חזקה יותר. איזו הבטחה! אפשר לנשום עמוקות, אח!

עכשיו כשאני נושמת אני נזכרת שבחודש שבט יש יום אחד שאהוב עליי במיוחד. נכון, ניחשתן, ט"ו בשבט. יום ססגוני ודביק מעוטר בפירות חדשים ויבשים, אגוזים ושקדים. ים של ברכות ומתיקות, שמחה והתחדשות. ט"ו בשבט הלא הוא ראש השנה לאילנות, יום-הולדת!

"וקבעו חכמים את יום חמישה עשר בשבט כיום גבול בין שנה לחברתה, כיון שביום זה כבר יצאו רוב גשמי השנה ועלה השרף באילנות וכל חנטה של פירות שהאילן שיוצא מכאן ואילך ברכת השנה החדשה תהא. בט"ו בשבט כבר אגורים דשנה ושימנה של האדמה בתוכה ממה שגשמי החורף הפרוה וכל נטיעות שנוטעים

מט"ו בשבט ואילך בחוקת שיקלטו יפה ויוציאו פירות (ספר התודעה, חודש שבט)
 כלומר, אני מבינה מכך שביום הזה הכול מתהפך לטובה. מכאן והלאה דרך הטבע היא שתהא ברכה. איזה יופי! איזו הקלה! הא, וגם יש בו יום-הולדת נוסף. ביום הזה, המיוחד כ"כ, יום של התחלה חדשה וצמיחה, יום שבו זוהרת הלבנה במילואה, ירדה נשמה חדשה לעולם. נשמה גדולה עם תפקיד גדול. ביום זה נולד מי שעתיד להיות התלמיד הנאמן של הצדיק. ביום הזה נולדה "הלבנה" שאין לה מעצמה מאום, רק את אור השמש מביאה היא בנקיותה. ביום זה נולד רבי נתן התלמיד המובהק של רבי נחמן, שבלעדיו לא היה נשאר לנו דבר מרבנו הקדוש, רבי נחמן זיע"א.

הלבנה מצווה להתמעט ולהתמלא וזה אומר שהיא כל הזמן משתנה ובכל חודש היא מתחילה מהתחלה. אני מבינה שהכול קשור זה בזה ויש כאן סוד גדול שאולי קצה מקצהו אני יכולה לתפוס, אולי. אני מבינה שסוד ההתחדשות קשור ביכולת להתמעט ולהתמלאות, להירקב ושוב לצמות. אני מבינה שהברכה קשורה בנקודת ההיפוך שמתרחשת דווקא בזמן הכי חשוך ומועט, ואני מבינה שאיפה שהכי חסרה לי תקווה דווקא שם היא הכי מצויה עבורי. והדבר הכי חשוב שאני מבינה - שבלי הצדיק לא הייתי יכולה להתחיל ולקלוט את זה. הרצון להיות קשורה בצדיק ובתלמיד הזה לעולמי עד ולהיכלל בסוד ההתקשרות הפלאי שלהם מתחדש בתוכי. אני כמהה לשינוי, לצמיחה ואני מאמינה שבכוחם הגדול של הצדיקים האמיתיים גם אני יכולה לצמות.

"עיקר ההתחזקות היא בגודל כוח הצדיק האמת שהוא גדול כל כך עד שיכול להעלות גם נפשו הפגומה ביותר ולא יצאה עדיין מחול אל

הקודש אפילו כחוט השערה. גם אותו יכול הצדיק לעלות ולחדשו לטובה בגודל כוחו וזה עיקר ההתחזקות של כל אחד. כי אפילו הגרוע שבגרועים יהיה מי שיהיה, אפילו אם עכשיו עובר עליו מה שעובר כל זמן שאוחז את עצמו בהצדיק האמת יש לו תקווה טובה ונפלאה לנצח (משיבת נפש, ג' עפ"י ל' מוהר"ן יג)

שיר המעלות / ק. פארבר

שיר המעלות לנשים המתחדשות
 נושאות עיניים מצפות
 שיר המעלות לנשים שבחורות מאין-לעשות תפילות.
 שיר המעלות לנשים העמלות - לחבר שמים וארץ הן רוצות.
 שיר המעלות לנשים שמנסות שמתעלות ומגייסות אלפים של התחלות חדשות.
 שיר המעלות לכל אישה שבפשטות את שלה היא עושה שלוקחת נשימה שמביטה למרומים שרוצה, כל כך רוצה להשתנות מבפנים שיר המעלות ועוד אלפי שירים לכל אישה יהודיה שמאמינה ברחמים שמנסה שמפצה שמכה בשורשים בחזקה ששותלת ועודרת ולפעמים בחשכה פועלת ובאמונתה- וודאי יוצרת גאולה.

כי האדם עץ השדה / ק. פארבר

כי האדם עץ השדה וגם אני כמוהו רק לא להיות ענף יבש נופל, נתלש כלה רוצה להיות אחד כזה מכה שורש עם גזע עבה איתן עמיד רחב מלא עלים ופירות טובים

אך מה אעשה זה בשבילי קשה. ולפעמים אף עשב להיות כי האדם עץ השדה סומכת כוח על בעל השדה בעבורו כל עשב ואילן נאה נאה מלאכתו עושה בי בנאמנות ובנחישות מצמיח בי כוחות מופלאים נוטע בי תקווה לחיים טובים.

קו ההתחזקות

מערכת שיעורים בתורת ברסלב לנשים.

פואי להתחזק איגו כיחיד...
02-6633554

השלוחה של אפרת

- 1 - סיפורי מעשיות (יו"ת)
- 2 - איחוד אמציה (יו"ת)
- 3 - מיצוקים 'אל הדכר'
- 4 - אלוהיה אלוהי
- 5 - איחוד יו"ת אגך "על הפיטחון" ארבינו החי"

1 השלוחה של צפורה

- 1 - שיעור יו"ת מספרי רבי נחמן מברסלב (6-7 דקות)
- 2 - גפילות אגך הספר "איקוטי גפילות"
- 3 - סידרה של 13 שיעורים הנשא אום בית
- 5 - סיפורים ארזים
- 6 - מידע על נשימת אלוהים
- 8 - סיפורים מהנשימה אלוהים
- 9 - מיעך ארזים

4 לקבלת צינטוקים

כשנכנסת הקלטה חדשה הקישי 1.1

3 שלוחת השפות

- 1 - שיעור במסידור באנג'ליה מאת חני מנחם

5 השלוחה של נשות שלומנו

- 1 - שיעוריה השבועי של אפי'א חייזאיק
- 2 - היבטג חיה קאצקי
- 3 - שיעוריה של מוה עשהאל
- 4 - 40 יום צניעות
- 5 - מילגא דשטאק
- 6 - "סיפורי מעשיות" עם פייני זוהר
- 7 - "עליות ארבעה" שג' דקוק עם אולגה
- 8 - מיצוק באחוזה אגך "נשימה נפש" עם קנן חופקט
- 9 - דיבור של אגך - סיפורים ומיצוקים

6 שלוחת המאזינות

- 4 - פאה פגומה אמציעט
- 5 - "מסידור בארבעה" חפי חני מנחם
- 6 - גוכן הענינים והולאק הפולג המערכת

7 השלוחה של הרבנית דבורה קירשבוים תחי'

- 1 - שיעוריה השבועי של היבטג על פרגל השבוע
- 2 - הקלטות השנים קידומת על פרגל השבוע

8 השלוחה של נשות שלומנו

- 1 - "איקוטי האכונ", 800 אמציה מאת שפיה ביקא
- 2 - נעונים מאת נשימה אלוהים
- 3 - שופיה אונגון
- 4 - "אחיות אלוהים האחוזה" מאת רחל נחמה יטכאלי
- 5 - נעונים מאת מוה עשהאל
- 7 - דיבורים חשופים מאת רב' נאוה דגן

9

- 1 - "דפסאק בג החלך" עם הדסה.
- 2 - הדסה מנישה "סיפורי מעשיות" ארזים
- 4 - "האלה צדיקים" עם כוכבה.
- 5 - "מקובל החיים" - שיעורי צולר, (6-7 דק')

הקו בהנהלת צפורה פלדמן 052-7142147

רחל והבור



שמעתן על חברת
ההפקות החדשנית
לאירועים שמחים
במיוחד? לא תאמינו
אבל קוראים לה "חיים
בזבל". את האמת,
הסלוגן הראשוני שהועדה

הרוחנית בחרה היה "מאשפות ירים אביון" אבל הציבור החליט פה אחד: "חיים בזבל" כסיסמא מובילה.

בתחילה כשקראתי את קטע המעשייה החודשי חשבתי שסוף סוף יש לי אישור מהכתוב לכל המציאות שבני הבית מוצאים לי בפח ומנכסים אותם לבית בכישרון הולך ומתעלה. להלן:

הם: יש נעלים ממש טובות בערך המידה של מוישי ליד הפח.

אני: נו, מי הולך להביא?

הם: בושות!

אני: חבל, זה ממש בל תשחית!

בסופו של דבר חנה'לה מגלה יוזמה ויורדת הפחה בפנים חתומות ושקית אטומה. עוברת לתומה על יד "החנות הירוקה" כנ"ל ופתאום באורח פלא נעלם משם הזוג המדהים של "פאפיה" ומשמש אותנו לשני דורות ומעלה. שלא לדבר על הדיסק המופלא שמצאנו שם אשתקד ועוד ועוד. כולנו חברי מועדון ב Green shop המופלאה. עכשיו שעברנו דירה לקומת כניסה אפילו לא צריך שירות משלוחים. הכול מגיע עד לבית... (כמובן שאין קשר בין המצולמים לכתבה. העלילה הינה דמיונית על רקע היסטורי. ר' מצליח)

ועתה, בואי נדבר תכלס על ענייני המעשייה. מה פתאום לעשות חתונה בבור מכוסה קנים וזבל? לא מצאו איזה "הכנסת אורחים" או אולמי "חסידי זונדלוביץ" ליתומים ואלמנות? ככה לעבוד קשה על הסטייל של המסכנות?! מסכנים כאלו. בטח כולם בדיכאון! אבל לא! למרבה ההפתעה החברה עפים שם. "היו שמחים מאוד וגם החתן והכלה היו שמחים מאוד!"

בואי נסתכל בעיניים לכל הבורות של החיים בהם את מרגישה שלא רק שחפרו לך בור אלא מישהו גם כיסה אותו בזבל. חוסר פוטוגניות מושלם מכל הכיוונים. לא מסתפקים בעפר וקנים מוסיפים גם זבל להשלמת הלוקיישן. לדוג': הילד שקיבל כישרון מיוחד ללחוץ לך על כל היבלות. זה שירש כמה גנים מהצד ה"לא נכון" ובנוסף יש לו נטייה מרגיזה לשכוח חפצים שנקנו זה עתה. או הימים בהם את אומרת: היום זה לא היום שלי! את עיפה ועצבנית. הכול מתפשל. קיבלת שיחת "עידוד" מהמנהלת של הסמינר. וכל קשוי חייך מתחילים לצוף מולך, סוגרים עליך מכל הכיוונים. אהה אלוקיי! שמה אשקע בבור הדיכאון אכסה אותו בפסולת של חסכי ילדותי ואתלה עליי שלט "סגור לרגל שיפוצים פנו לסניף השני" (מעניין למה תמיד הוא סגור)

יש כאן סוד נפלא. הבור הזה הוא בור מיוחד לחתונה. דווקא במקומות הנמוכים של חייך יש לך הזדמנות לשמחה, להתחתן מחדש עם המציאות שלך. את יכולה לחגוג כל יום מחדש ולהיות שמחה מאוד אם תזכרי מי שם אותך בבור וגם כיסה אותו בעפר קנים וזבל. הנראות הפחותה היא רק מסך. בפנים יכולה להיות חתונה שמחה מאוד. פתאום תגלי כמה את אוהבת את הילד הזה כי הוא שליח שלך לעבודה נפלאה. והימים בהם מצאת את השם בתוך כל ה'פירה אינסטנט' המעוך, הם יקרים כל כך בעינייך...

אז מהיום איפה שאת מזהה בור מכוסה עפר קנים וזבל, אל תעשי 'עוקף' ותפני גב. תקשיבי! יש שם חתונה שמחה מאוד! מזל טוב!

להיות שייכת לאנשי החורף

אני מביטה הישר לחלון הרחב שבמטבח. סוחבת עוד כמה רגעים של שקט לפני שאצטרך להעיר את הילדים ללימודים ולעורר גם את עצמי למרדף הרגיל של בית-עבודה. עץ כליל החורש עומד שם בשלכת. העלים הנשירים שלו אדומים לגמרי, יבשים. כשהרוח נושבת בו, משתחרר עוד עלה-שתיים וזה נראה כאילו הוא שולח אליי לבבות אדומים. אני נקטפת יחד איתו. מתמלאת בהרהורים חורפיים.

כולנו ביקשנו אותו, את החורף. את הגשם הזה שיבוא וישטוף הכול. מסכימים להיכנס לקור אינסופי בידיעה שטוב לנו החורף, והגשם הוא ברכה. המים-משאת תפילותינו, וכל טיפה חשובה. וב"ה הנה הוא כאן במלוא הדרו. אבל האפור הקפוא הזה. השמיים הבוכיים. הצורך להתעטף שכבות בשביל לשרוד את הבחוף... ברר... הנפש מתעטפת גם היא בדוק בלתי נשלט של עצבות. החורף משול לזמן של עיבור והקיץ לזמן של לידה. בזמן העיבור, אין לנו מושג מה יצא, מה יהיה. הסחיבה לא פשוטה. רוצים להיות אחרי, רוצים לעבור אותו כבר, לראות את הנולד, לחוש, להרגיש ולנשום את הטוב הגלוי. קשה להיות במצב של חוסר ידיעה. תלושים כאלו. מתנדנדים על ענף. אין לנו כוח לתהליכים ארוכים. אבל באמת- זמן העיבור- הוא הזמן האמיתי. שם הכול קורה, מתהווה. אנשים של חורף הם כאלו שמסכימים לחוות את הכאב החשוף הזה, להתבונן בו בלי לברוח. יודעים- דווקא שם בתוך הלא, בתוך הקושי- בזמן שאנחנו לא מבינות את המציאות והקור שנושב ממנה- מקפיא אותנו, נמצא החיבור הפנימי והעמוק לבורא עולם. גדול יום גשמים! גדולים אנשים של חורף. וגם אנחנו גדולות- כשאנחנו לוקחות את החורף של החיים שלנו ומקבלות אותו באהבה. ובאמת, איך מכילים את עתות החורף של החיים האלו? את תקופות הכאב והקור? איך מחממים את עצמינו מבפנים, ואיזו מטריה יכולה להגן עלינו מפני גשם האכזבות שתוקפות אותנו?

יש רק כוח אחד שיכול לחזק את השורשים שלנו מבפנים. לעזור לענפים להישאר קיימים על עומדם ולחזק את הנפש בזמנים של קור ואפור: אמונה. האמונה שיש סיבה לכל מה שקורה איתי בחיים האלו, האמונה שאני לא לבד. האמונה שגם אם אין לי עצה מה בדיוק צריך לעשות במציאות הזאת ואיך-עדיין השם כאן, איתי ואצלי. תמיד אפשר לבקש ממנו כל מה שצריך. והוא תמיד שומע.

אני רוצה להיות שייכת לאנשי החורף. לא לבעוט בייסורים. להאמין שהחורף שלי זאת גדילה מהממת, נצרכת ומרגשת כל כך... אני מבקשת את זה הישר ללבבות שמתעופפים שם בחלון, מרוקנים את העץ שלי מתפארתו והדרו אך מבשרים באותה נשימה- על גדילה נהדרת שבו תבוא מהרה, בעלווה חדשה ירוקה ומצוינת:

"אבא, תן לי את הכוח לקבל את החיים האלו כמו שאתה שולח. תן לי את הדעת להאמין שאיך שעובר עליי- זה הטוב שלי. ובמקומות הצרים והקרים, מצויה גדילה חשובה. עזור לי לדעת שאם לא אתנגד, אם אתן לעצמי לנשור במקומות הקשים, אם אכנע למציאות שאתה הכתבת, פתאום אגלה שהשורשים שלי התחזקו. שאני טובה יותר, מחוברת יותר, וקשורה יותר אלייך. אנא, זכה אותי לעשות רצונך, להרגיש את הכניעה הזאת של העלה הנושר, להסכים לקור הזה שמקפיא את העצמות אבל מחסן אותם מבפנים ולדעת שזה רק נראה אפור, באמת יש כאן גדילה נהדרת ולא שקיעה וכדוך, חלילה. ודווקא אלו המקומות הקשים, המקומות בהם אני עומדת חסרת אונים ואובדת עצות, ואין לי מילים, רק אמונה קטנה לתת לך, יכינו לי את הקרקע לבלוב שעוד יבוא בקרוב, אמן". אני תולה את התפילה הקטנה שלי על אחד הענפים שתרוקנו מעליהם, ומזדרזת מאוד. צריך להעיר כאן את כולנו לעוד בוקר מקסים ומרגש של גדילה מוצאת גדילת חורף נהדרת.

חורף בריא לכולן!



להתחבר לאהבה ולעוצמה של הנשמה האלוקית שבי

מדברים איתנו כל הזמן שהערך שלנו אינו מותנה במעשים והצלחות, הישגים ותוצאות. כולנו טובים ושווים מעצם הנשמה האלוקית שבנו. מדוע אם כן מבקש מאיתנו רבנו לחפש, לבקש ולמצוא בעצמנו ובזולתנו מעט טוב? אם אני טובה מעצם היותי לשם מה נדרשת עבודת החיפוש הזו? קראתי בעלון "השגחה פרטית" סיפור אמיתי, מטלטל ממש, שרק העצים עוד יותר את השאלה הזו בתוכי. וכך מספר אותו יהודי:

"זכיתי ברוך ה' לעמוד בראש כולל. פעם בשנה אני נוהג לנסוע לחו"ל להתרים נדיבים. אני עומד בקשר עם דרייבר קבוע - נהג שמכיר היטב את כל הכתובות ולוקח אותי ממקום למקום במסירות ובנאמנות. עד לפני כשנה, מפרט אותו יהודי, "היה נהג זה רחוק מתורה ומצוות, כך שלא היה לו מושג מה אומרת עובדת היותו יהודי. אך בפעם האחרונה שירדתי מהמטוס בשדה התעופה, פגשתי פנים חדשות. את פני מקדם יהודי עם כיפה וציצית. הוא שינה לגמרי את לבושו, ונראה כיהודי חרדי לכל דבר. התרגשתי מאד ושאלתי אותו איך הגעת לזה? הסיפור שלו טלטל אותי לגמרי. הוא סיפר כך:

"יום אחד קבלתי הזמנה מגוי לקחת אותו לנקודה נידחת כלשהי ליד יישוב קטן בו שוכן יער עבות, שם התבקשתי להמתין לו במשך שעה וחצי, ואחר כך לקחתו בחזרה הביתה. הגענו ליעדנו. הגוי יצא מהמכונית ונכנס ליער. אחרי חצי שעה הוא יצא אליי, ודרש ממני להתרחק מהאזור עשרה קילומטר, ולשוב בעוד שעה לקחת אותו, ונא לא לשאול שאלות. עשיתי כבקשתו, חזרתי אחרי שעה, ולקחתי אותו הביתה. בדרך שאלתי: "מותר לי לשאול מה היה כאן?" והוא ספר:

אני חולה מסוכן. הרופאים נואשו מחיי ולא רואים כל סיכוי לרפואתי. כאן ביער גר מכשף גדול שעושה מופתים מדהימים. הוא הצליח לרפא הרבה אנשים אלא שהוא אינו מוכן לצאת מהיער. מי שרוצה לבוא אליו חייב לעשות את הדרך עד לסוף העולם. מכיון שראיתי שאין לי שום סיכוי להתרפא החלטתי לנסוע אליו. כשבאתי אליו הוא התחיל להתעסק עם הכלים שלו ולעשות כל מיני פעולות שמפעילות כוחות מיוחדים אלא שפתאום הוא התרגז נוראות, הוא טען שזה לא הולך לו והוא לא מבין למה. מרוב כעס הוא העיף את השולחן והכיסאות והשתולל כמו שיכור או משוגע או שניהם יחד. ופתאום עצר ושאל אותי: "מי הביא אותך לכאן?" אמרתי לו: "נהג יהודי". "אה! הצטרח המכשף, "הכול בגללו! היהודי הזה מפריע לי ולא נותן לי לעבוד. תרחיק אותו מכאן, מרחק עשרה קילומטרים ואז תחזור אליי!", כך סיפר הגוי. הייתי המום. אני, יהודי שמעולם לא קיים מצוה כלשהי, לא הנחתי תפילין, לא שמרתי כשרות, כלום! וכזה כוח יש לי. כזו סגולה של יהודי יש לי. עד כדי שכוחות הטומאה לא יכולים לפעול כשאני באזור? המחשבה שיש לי כוח עצום כל כך שנובע רק מהעובדה שאני יהודי לא נתנה לי מנוח, הרגשתי שאני מוכרח לדעת יותר. יצרתי קשר עם רב שעוסק בקרוב רחוקים והוא הדרך אותי איך להתחיל לקיים מצוות. מה שאתה רואה היום זה בזכות המכשף ההוא. אין לי מושג מה היה בסוף עם הגוי שלקחתי, רק זאת אני יודע: הנסיעה הזאת הצילה אותי והחזירה אותי למקומי האמיתי כבן לעם ישראל.

נחזור לשאלה שפתחנו איתה. ר' נחמן, בעצת האזמרה שגילה לנו, מבקש מאיתנו להתייחס כל הזמן למעשים שלנו, לכך שאין ספק שעשינו משהו טוב, אפילו משהו קטן - מדוע אינו מתייחס לאותה נשמה אינסופית שבקרבו? ודאי קטונתי מלהבין את עומק עצותיו של רבנו ובכל זאת אביא כאן רעיון שקראתי בספר "סוד הנקודה הטובה" של ר' רן ובר, ודיבר אל ליבי: נראה שרבנו רוצה לחבר את הכול, את כל החלקים שלנו: את העשייה עם המחשבה, את הלב עם השכל ועם הגוף. רבנו רוצה שהטוב העליון יתפשט ויהיה ממשי ומוחשי בכל ההווה שלנו.

וזהו בעצם סודה הגדול של הנקודה הטובה: לי נדמה שאני מוסיפה רק טיפה של טוב, שזה רק קצת, ומה כבר עשיתי... אבל בעצם בנקודה הקטנה הזאת אני מתחברת למערכת עמוקה של טוב, מערכת של השפעת טוב בכל המישורים, של תיקון עצמי ושל תיקון העולם.

אני נוגעת בטיפה מתוך הים האינסופי של הנשמה שלי- ובכך מקשרת את עצמי לאהבה והרחמים האינסופיים של בורא עולם. הלוואי ונזכה!



אזמרה
ורק אזמרה
! אלו

שְׁלֶכֶת / א. ס. א. א. א.

הַעֵץ בְּחַלּוֹנִי
נִבֵּט אֵלַי הַיּוֹם
עָטוּף עֲלִים
בְּצִבְע שְׁמֶשׁ

הַעֵץ בְּחַלּוֹנִי
לִמַּד אוֹתֵי הַיּוֹם
שְׁאִין לוֹ הַתְּנַגְדוֹת
אֶל הַשְּׁלֶכֶת
וְגַם אֲנִי רוֹצֶה הַיּוֹם
כֶּל כֶּף רוֹצֶה הַיּוֹם
אֶל הַכְּנִיעָה הַזֹּאת
לְהִיּוֹת שְׂיֶכֶת.



שיר -
מעשייה

מחול הקודש - המשך מעמ' 4

כאבים". היא העידה על חוויה פיזית מעבר לחוויה הרגשית - של ריפוי אחרי שיעור התנועה.

צידה לדרך לסיום?

כמו שלא צריך להיות זמרת בשביל לשיר, פסנתרנית בשביל לנגן, אימהית בשביל להיות אמא - כך לא צריך להיות רקדנית בשביל לרקוד. אני רוצה לרקוד אתכן! בואנה לרקוד! ליצירת קשר עם יעל ובירור על חוג אימפרוביזציה ניתן לפנות: 050-7249984

המאמר נכתב לעילוי נשמת אריה משה בן קורט יצחק ת.נ.צ.ב.ה.

יוצרי ערכים את האור להיתק?
חדש!
ניתן להזמין ערבי בית עם צוות
'חברות מקשיבות',
התקשרי:
054-8478058

- א' מרחובות
תרם
300 עלונים
לרפואת סימה
שמחה בת זמלה
ומשה בן בידה.
- מ' מרכסים
תרומה 50 עלונים
להצלחת משפחתה.
- משפחת ש' ס'
מבית שמש
תרומה 300
עלונים
ליווי הגונים
לילדיהם.
- י' מצפת
תרומה 400 עלונים
להצלחת כל
המשפחה
- ואת? רוצה להקדיש
עלונים לישועה או
רפואה? התקשרי:
0504-116096 וזכות
זיכוי הרבות תעמוד
לך לכל הישועות!

מתק החושך יוצאת לה

קרת אור

קתנה ואמיתית
הואריה לנצח נצחית...

קרת הוברט במופע מלא לנשים
המשלב ריקוד ומשחק.
מופע אישי, מצחיק ומרגש
על החיים... ועל הכיסופים...
(מומלץ ע"י נשות חינור)

להזמנות: קרת - 054-8478058
כתובת: AMITHUBERT148@gmail.com

דרושה אשה ל... הפצה!

"ובזה תשתדלו להשקות אילנות" (סיפורי מעשיות)

החודש אנחנו מכפילות הפצה:
כל אישה קוראת את העלון-
ומעבירה לחברתה.



- שירותי מחשב בשירות מלא (בין השעות 10:00 - 17:00)
- שירותי מחשב בשירות עצמי (כל שעות היזום)
- הדפסות צבע והוברות

קישורית | 04-833-85-30
הרצל 20 - מרכז רסקו צפת
לשליחת מסמכים: a7679631@gmail.com

חבילות כלולות

נופש באומן מתי שנוח לך

מגוון חבילות סופ"ש לאומן במחירים חסרי תקדים

הכל כלול \$410

- טיסות > נסיעות פנים
- לינה במלונות מפורטת
- ארוחות וסעודות שבת
- ביטוח רפואי אוקראיני

סופ"שים קרובים:

- נרשת בא | הלך יום חמישי | 6.12.22
- פרשת בשלח | הלך יום ראשון | 9.12.22
- נרשת בא | הלך יום חמישי | 13.1.22
- פרשת בשלח | הלך יום ראשון | 16.1.22

לא כולל כבודה | ט.ל.ח. | מגוון אפשרויות לשרדוגים
ניתן להזמין כרטיס טיסה בלבד

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

נתיבים טורס
משרד נתיבים טורס

שירותים: שירות, לנה, נסיעות, קבוצות, קניי דיוקים, סיסט, לכל העולם

סניף ראשי - ירושלים: עבודת ישראל 1 | בני ברק: רבי עקיבא 62 | ביתר עילית: המגיד ממעוריתש 71

תודה לחברת קישורית על תרומתה להדפסת 400 עלונים

תודה לחברת נתיבים טורס על תרומתה להדפסת 400 עלונים

יוצא לאור על ידי נשות ברסלב צפת

לתרומות, הנצחות, הערות והארות, לקבלת העלון במייל, וכן אם את מעוניינת לחלק את העלון באיזור מגוריך
צרי קשר ב: 050-411-6096 או במייל: NEKUDATEMET148@GMAIL.COM