

עלון חודשי לנשים מתורתו של רבי נחמן מברסלב | גליון מס' 24 | טעון גניזה

# חברות מקשיבות

חשוני ה'תשפ"ג |

על סיפורי אעליות

"מעשה מאבידת בת מלך"  
פרק ד'

- איך מוציאים אותך? - עמ' 2  
תפילה לזכות לשתיקה - עמ' 3  
שולחן שבת וחינוך ילדים - עמ' 4  
אמא רחל קוראת לי! - עמ' 6  
עוצמת הרכות - עמ' 7  
מילתא דשתוטה - עמ' 10  
סיפור מהחיים - עמ' 11

## לשמוח גם בגלות

בכל היום צריכין להיות בשמחה לשמח נפשו בכול דרכי העצות כי על ידי שמחה עיקר הבירור מהיכלי התמורות שעל ידי זה דיקא יוצאין מן הגלות כל אחד לפי בחינתו (הלכות ברכת ההודאה ו') כל אחת מחכה לישועה שלה, כל אחת מחכה למפתח שיפתח עבורה את השער הנכסף והנעול זה שנים. רבנו מספר לנו איך. תבכי! בטח תבכי, אבל בזמן מוגדר, וכל היום תעשי מה שאת יכולה, ככל שאת יכולה ואפילו מעל היכולות שלך, לשמח את עצמך. אם תתמידי בכך, פתע תגלי שהקושי חלף, התמתק, שהמציאות השתנתה, או שאת כבר במקום אחר והיא חולפת מעליך ומספרת לך סודות שרק כך, בדיוק כך, בהשגחה מופלאה ונהדרת, זה הטוב שלך באמת.

וגם כשהצער כל כך גדול - כשאת שבורה, 'מחוקה', תוהה ובוהה מאין יבוא עזרי, ולצערנו זה קורה בדור שבו אנו מחכים ל'ושבו בנים לגבולם', כשגבול הקדושה מטשטש ומתעקם, ושובר את ה'שיא' של עצמו - אנחנו חייבות לעצמנו את הדעת הקדושה הזאת!

"לידע ולהודיע שכשהארם בצער גדול ומר מאוד עד שמעקם את ליבו מאוד מאוד ידע ויאמין שגם זה לטובה ובודאי נעלמין רחמים נפלאים במרידת הצער הזה, רק צריכין לצעוק ולהתפלל לה' יתברך ולחכות לרחמי יתברך"

**אנחנו לא עוזבים!**

לחכות, בסבלנות, באמונה. אנחנו לא עוזבים לנפשנו. יש מי שנושב גם עלינו כזו רוח חיים מופלאה, שנצליח לדלות את עצמנו מתהומות הייאוש פעם ועוד פעם. שנצליח לעשות התחלות חדשות אפילו כך, לחבר את עצמנו ליופי ולחן, להודיה ולשבח שנמצאים גם עתה, אם רק נקשר את עצמנו לדעת המתוקה הזאת...

"ועל כן באמת עתה בגלות שנחרב הבית המקדש קשה מאוד

לשמוח כי אם בכוח הצדיקים שיש להם דעת גדול ונפלא

שנחשב כבנין בית המקדש שהם ממשיכים עלינו שמחה בו יתברך כדי שנוכל להתקיים בגלות המר הזה."

הלוואי ונזכה לכך, אמן ואמן!

קריאה מהנה,

חברות מקשיבות.



## יריעת פתיחה

נגיד: "דיכאון של אחרי החגים", נתרץ: "הכול מהצרות שהילד מעולל", נאנח על קשיי הפרנסה המצומקת, ואולי על האפרוריות שצבעה את השמיים, שהתחילו לבכות עלינו בדיוק בבוקר כשצריך להוציא את כל החבריה ללימודים. איך שלא נסתכל על כך, וגם אם אין לנו סיבה מוצהרת להתלונן (הלוואי) מן תחושה פנימית של "אוף" גורמת לנו לעצום את העיניים חזק, להתעלם מצפצופי הציפורים, מכך שעוד יום חדש התחיל במתנת חינם, ומיתר הדברים הנפלאים שפזורים בחיינו, בנדיבות של ממש, ולהיכנס למן דביקות סמיכה של חוסר שביעות רצון עצמי, מלופף בתחושות קשות ומדוכדכות מכל יתר הסובבים אותנו.

ובמקום כל ההגדרות הללו אפשר לקרוא למה שעובר עלינו, כל יום, יותר (והלוואי שפחות וכמה שיותר פחות) במילה אחת, חמש אותיות: עצבות.

### האויבת השקטה

"עצבות היא סטרא אחרא והשם שונא אותה" אומר לנו רבנו נחמן. ואנחנו מאמינות לו. אבל מה לעשות שהיא דביקה כל כך וכבדה? וגורמת לנו לשקוע לתוכה כמו בוץ טובעני מהסוג שמושך אותך לתוכו ונדמה שאתה נבלע וזה הכול? וגם אם נפטרנו ממנה ברגע אחד, היא מחכה לנו ברגע הבא מנסה להנמיך, לגמד ולחסל את מעט החיות שהצלחנו לאגור לתוכנו בדי עמל...

וכך זה בגלות. קושי השעבוד מכריע את הנפש. "בן אוני" קראה רחל לבנה השני, וכוונתה: בני זה הוא בן העצב והצער. בן שמסמל את הגלות הבלתי נגמרת, מלאת המהמורות, בו כל יום רבה קללתו יותר מאשר חברו. גלות צריך לבכות עליה ללא הפוגות. "נהי בכי תמרורים", להתאונן על חורבן בית המקדש, ועל חטאינו שלנו שמעכבים אותו מלהיבנות. אך יעקב אבינו לא הסכים עם שמו של בנו הקטן. ולכן: "ואבי קרא לו בנימין". בן-ימין על שם הסוף האחרון, שעוד נחזור לארץ ישראל וייבנה בית המקדש בחלקו של בנימין ותהיה שמחה גדולה.

### גם בגלות אפשר לשמוח

יעקב אבינו, צדיק האמת, מנחם אותנו יחד עם כל צדיקי האמת, קדושים אשר בארץ המה, ואומר לנו שגם בגלות הזאת יש לנו תקווה, גם עתה יש לנו לשמוח ואסור לנו להיות בעצבות אפילו שמר עד דכדוכה של נפש. רק צריכין לצעוק ולבכות ולפרש שיחתו איזה שעה ביום, אבל

## איך מוציאים אותך? 115

בעולם המעשה העב והמגושם שנקרא "הלא טוב", עולם שבא ולקח את בת המלך, הנשמה הקדושה שהייתה בת תפנוקים אצל אבא בעליונים, כל אחת מאתנו נמצאת ופועלת. ורוצה לזכור. רוצה מאוד לזכור. שהיא בת מלך. ולא לשכוח, אף פעם לעולם, שיש לה אבא גדול שמתגעגע אליה, ורוצה שהיא תהיה איתו גם כאן, תמיד תמיד.

מה עושים? איך זוכרים?

גם המשנה למלך במעשייה שלנו שאל את אותה השאלה:

**איך אני יכול להוציא אותך?**

איך עושים את זה, ריבוננו של עולם. זה אתה שהבאת אותנו לכאן, לגן המבוכה הזה, למשחק מחבואים שמתפרס על 120 שנה. רגע אחד אנחנו איתך, ורגע אחד אנחנו נעלמות לתוך הפעולות המשתנות, ושוכחות... שוכחות שאתה כאן! ואז אנחנו כועסות ומתעצבות, מתנתקות ונפחדות וכל המרעין בישינו עטים לבלענו, אמאלה!

לפי ההיגיון שבביל להוציא את מלך ממבצר עצום כזה, עם מניעות על כל צעד ושעל, עם הסתות ופיתויים מאת הבעל דבר וסייעתו, צריך ללמוד היטב את המפה, להכין תוכנית מדוקדקת.

ואכן, הקדוש ברוך הוא לא הוריד אותנו לעולם בלי מפה. יש תורה קדושה שקדמה לעולם, ומטרתה להאיר לנו את הדרך. מצד שני, "לא זכה נעשה לו סם המוות". תורה בלי תפילה, היא מסוכנת עד מאוד. ולא כל העולים אל הקודש אכן מגיעים ליעדם. אז מה עושים? זה כל כך מבלבל. קודם תפילה ואחר כך תורה? ביחד? מה קודם?

בת המלך מגלה שע"י חוכמת התורה בלבד אין לנו סיכוי להינצל מה"לא טוב", עולם מעלים אלוקות כזה. רק בעזרת תפילה, תפילה ושוב תפילה, כל הזמן, בכל רגע פנוי, ושוב ושוב, נצלח את המשימה:

**ואמרה לו שאי-אפשר לה להוציא אותי כי אם כשתהיה בוחר לה מקום ותהיה יושב שם שנה אחת, וכל השנה תתגעגע אחרי להוציא אותי, ובכל זמן שיהיה לה פנאי, תהיה רק מתגעגע ומבקש ומצפה להוציא אותי"**

גם יעקב אבינו לא ידע במה לבחור קודם, בתורה או בתפילה. הוא חשב שעליו להתחתן ראשית עם רחל שנמשלה לתורה. "שהיא כרחל לפני גוזיזה, שהכול גוזזין ופוסקין ממנה". אך רצון השם היה שיינשא ללאה, שנמשלה לתפילה הנסתרת, שעליה נאמר: "ועיני לאה רכות". "שהייתה בוכה תמיד שלא תיפול בחלקו של עשיו, שזהו בחינת התפילות שמתפללין לה' יתברך להינצל מהיצר הרע וחילותיו שהוא הס"מ, שהוא שרו של עשיו" (ליקוטי הלכות ראש חודש ה', כט) כולנו נמשכות לחכמה שיופיה מכובד וידוע לעיני כל, רוצות ללמוד איך לא לכעוס, כיצד לשמור על הלשון, חינוך ילדים - איך יהיה למעליותא, ולהוסיף כהנה וכהנה דברי טעם וחכמה ככל אשר נזכה. אבל מתקשות, ולעיתים מתקשות מאוד, פשוט לעצור את הכול ולהתפלל. והסיבה פשוטה. יופיה של התפילה נסתר ונעלם. התוצאות גם הן לא תמיד נראות בשטח, והרבה יובש מדברי מחכה לכל דורשת שמיים שמתחילה לפתוח את פיה בתפילה ותחנונים לפני בורא עולם. ובכול זאת, בת המלך מגלה שזאת הדרך. ככל שנרבה בתפילה ותחנונים, כך נזכה לקרבתו באמת.

שתי אימהות קדושות. שתי דרכים חשובות ונצרכות להתקרב לבורא עולמים. את שתיהן אנחנו צריכות. אבל התפילה - היא ההתחלה והיא הסוף. והתורה משובצת בתוכה. תפילה ותורה ושוב תפילה. ולא עוד, אלא שהתורה - היא רחל, בענוותנותה מוסרת את הסימנים לאחותה לאה!

כי כשאני באה ומתבודדת לפני השם, התורה מדריכה אותי על מה לדבר ומה לבקש, היא מוסרת לי סימנים מה להגיד אליו יתברך. את כל הלימודים של התורה, כל החיזוקים היפים ששמעתי, ההלכות החשובות, מוסר ההשכל מסיפורי הצדיקים אקח איתי לתוך דיבורי התפילה, עליהם אדבר איתו יתברך. אבקש ממנו לזכות לצניעות, וקדושה. אספר לו על מצוות הלשון, שמלשוני לעיתים מחליקה. על שלום הבית וחישיבותו העצומה. גם אני רוצה, ריבוני. תן לי, אנא!

וכשנוצר חיבור אמיתי בין התורה לתפילה, כשאני נמצאת עמוק בתוך הבקשה, הפילול והריצוי אליו יתברך, נולדים שנים עשר שבטי קה. מצוות ומעשים טובים אליהם אני מייחלת. הלוואי ונרבה בתפילה תמיד! אמן.

# מעשה

## מאבידת בת מלך

### חלק ד'

אחר-כך הציצה המלכה וראתה אחד, ששוכב בנזית והפירה אותו.

ועמדה מכסאה והלכה לשם ונגעה בו ושאלה אותו: האתה מפיר אותי? והשיב לה: הן, אני מפיר אותך; את היא הבת

מלך שגאבדה ושאל אותה: האף באת לכאן? והשיבה: באשר שאבי המלך נזרק מפיו דבור הנ"ל, וכאן, המקום הזה,

הוא לא טוב וספר לה, שאביה מצטער מאד ושהוא מבקשה כמה שנים ושאל אותה: איך אני יכול להוציא אותך?

ואמרה לו שאי-אפשר לה להוציא אותי כי אם כשתהיה בוחר לה מקום ותהיה יושב שם שנה אחת, וכל השנה

תתגעגע אחרי להוציא אותי, ובכל זמן שיהיה לה פנאי, תהיה רק מתגעגע ומבקש ומצפה להוציא אותי ותהיה

מתענה, וביום האחרון מהשנה תהיה מתענה ולא תישן כל המעת לעת והלה ועשה כן.

ובסוף השנה ביום האחרון היה מתענה, ולא היה ישן ועמד והלה לשם והיה רואה אילו, ועליו גדלים תפוחים נאים מאד והיה מתאנה לעיניו מאד,

ועמד ואכל משם, ותכף שאכל התפוח, נפל וחספו שנה, והיה ישן זמן מרבה מאד והיה

המשרת מנער אותו, ולא היה נעור כלל אחר-כך הקיץ משנתו ושאל להמשרת: היכן אני בעולם? וספר לו המעשה

(הינו המשרת ספר להשני למלך המעשה ואמר לו) שאתה ישן זמן מרבה מאד זה כמה שנים, ואני הייתי מתפרנס מהפרות והיה מצער עצמו מאד.



מתבוננות  
במעשיות

עם חברות אקליבות



וְעַמְד

וְאַבְל מִשָּׁם,

וְחִתְּךָ שְׂאֵבֵל הַתְּפוּחִים,

נֶפֶל וְחִטָּפוֹ שָׁנָה,



חווה עשוראל 0508907002

## ליקוטי תפילות

### תפילה לזכות לשתיקה

וְזַכְנֵי לְהַכְלִיל בְּתוֹךְ נִשְׁמַת מֹשֶׁה רַבְּנוּ עָלֵינוּ הַשְּׁלוֹם שֶׁהוּא בְּבַחֲנֵינָת שְׂתִיקָה. וְאַזְכָּה לְהַרְגִיל עֲצָמֵי בְּשְׂתִיקָה לְקַיֵּם דְּבָרֵי חֲכָמֵינוּ וְזַכְרוֹנֵם לְבִרְכָה שְׂאֵמְרוּ, סִיג לְחֲכָמָה שְׂתִיקָה. וְאַמְרוּ, וְלֹא מִצְאָתִי לְגוֹף טוֹב מִשְׂתִּיקָה. וְאַזְכָּה לְשִׁתֵּק גַּם בְּמַחְשָׁבָה בְּכָל מְקוֹם שֶׁאֵינִי צָרִיךְ לְשִׁתֵּק, וּבְכָל עֵת שֶׁבָּאִים עָלַי מַחְשָׁבוֹת הַמְּבַלְבְּלִים אֶת הַמֶּח, וּבְפֶרֶט בְּלְבוּלֵי אַמוּנָה, אֲזַכָּה לְחַרֵּשׁ וּלְשִׁתֵּק. "וְאֵהִי כְּאִישׁ אֲשֶׁר לֹא שׁוֹמֵעַ וְאֵין בְּפִיו תּוֹכָחוֹת. כְּחֶרֶשׁ לֹא אֲשָׁמַע וּכְאֵלֶם לֹא יִפְתַּח פִּי". וְלֹא אֶתְחִיל לְהַפְּךְ דַּעְתִּי וְלַהֲטוֹת מַחְשַׁבְתִּי לְהִשִּׁיב שׁוֹם דְּבַר בְּמַחְשָׁבָה עַל כָּל הַטְּעוּתִים וְהַבְּלָבוּלִים וְהַעֲקָמִימִיּוֹת וְהַמְּבוֹכוֹת הָעוֹלָם עַל הַמֶּח וְהַלֵּב, רַק אֲזַכָּה לְחַרֵּשׁ וּלְשִׁתֵּק לְגַמְרֵי גַם בְּמַחְשַׁבְתִּי וּלְעֵלוֹת וּלְהַכְלִיל בְּשְׂתִיקָה הָעֲלִיּוֹנָה שְׁלֹמַעְלָה שֶׁהִיא מְקוֹר הָאֵמוּנָה הַקְּדוּשָׁה. וְעַל־יַדֵּיזָה תַתְּחִיזָה אֵמוּנָתִי וְדַעְתִּי וּלְבָבִי בְּשִׁלְמוֹת, בְּהַתְּחִיזָה וְהַתְּאֲמָצוֹת גְּדוֹל דְּקִדְשָׁה. וְעַל־יַדֵּיזָה יִתְבַטְּלוּ מִמִּילָא כָּל הַמְּבוֹכוֹת וְכָל הַבְּלָבוּלִים וְהַקְּשִׁיּוֹת שְׁבַעְעוֹלָם, וְיִתְרַחֲקוּ מִמֶּנִּי כָּל מִינֵי מַחְשָׁבוֹת זְרוֹת וְהַרְהוּרִים שְׁבַעְעוֹלָם עַל־יַדֵּי הַשְּׂתִיקָה הַקְּדוּשָׁה לְבַד, הֵן הַרְהוּרִים שֶׁל פְּגָם אַמוּנָה חָס וְשְׁלוֹם, וְהֵן הַרְהוּרִים נְאוּף וְשֶׂאֵר תְּאוּת, וְהֵן מַחְשָׁבוֹת זְרוֹת שְׁבַתְּפֵלָה וְעַסְק הַתּוֹרָה הַקְּדוּשָׁה, וְהֵן שֶׂאֵר כָּל הַמַּחְשָׁבוֹת רְעוּת וְזְרוּת וּבְלָבוּלִים וְעַקְמִימִיּוֹת שְׁבַלֵּב הַמוֹנְעִין מִן הַקְּדוּשָׁה בְּאֵמֶת, כְּלָם יִתְרַחֲקוּ וְיִתְבַטְּלוּ מִמֶּנִּי לְגַמְרֵי בְּבִטּוֹל גְּמוּר עַל־יַדֵּי הַשְּׂתִיקָה הָאֵמֶתִיית לְבַד.

### סיפורה חברה:

לא ידעתי מה לעשות ואיך להגיב למציאות הבלתי מושלמת שנפרסת למולי, ומה עושים עם הרגשי הלב הסוערים שרוצים להציף את כל הרגשות החוצה על ראשם של היקרים לי ביותר? הרגשתי שאין לי עצה. אני פשוט לא יודעת מה לעשות. לקחתי ליקוטי תפילות, נשמתי עמוק ופתחתי. תפילה ס"ד נתנה לי אוויר אמיתי לנשימה. משתפת אתכן בחלק ממנה:

## להתגעגע לדברי תורה ולזמירות השבת

לא זמן לפטופטים עם הגיטה, או לעלעול בספר. עכשיו שרים! מה יותר גבוה משירי שבת בשולחן שבת? כתוב שאותו הצדיק, ריה"ל או ראב"ע או כל צדיק אחר, בא לשולחן שבת לשיר עמנו את השירים אותם העניק לנו. באותה העת שאמא מקשיבה היא אינה שמה ליבה מי אוכל ומי לא אוכל, מי יושב יפה ומי משתולל. היא רק מקשיבה. היא רק מתגעגעת. זה הזמן של אמא! "תעמוד על הכיסא ותגידי חזק שכולם ישמעו" היא מבקשת מהילד. גם אם אין לה סבלנות, והיא עייפה אחרי יום עמל מפרך. גם אם הכול

בלגן סביב, ועניינים רבים מתחרים על תשומת ליבה ומנסים להסיח את דעתה. היא מתעלמת, ורק מתגעגעת. מראה את הנקודה הכי גבוהה, של הרוגע, שלווה הנפש, והכוונה אל האמת. דברי תורה וזמירות בשולחן השבת.

### בלי כוחנות

לעיתים מרוב שאנחנו רוצות את הקדושה, אנחנו נוטות לכוחנות. לצעוק ולחייב את הילדים לשבת יפה ולהקשיב. להתעקש איתם שישירו זמירות. אומנם הכוונות שלנו טהורות, אך לעשות כך זה ממש להפסיד את המטרה. העיקר זה הלב, לא המעשים. כשהילדים יראו שאת באמת מקשיבה, שאת מכוונת לשם,

גם המעשים יגיעו למקום הנכון. תקשיבי את, תתרכזי את, היתר יגיע במוקדם או במאוחר.

יהי רצון שנזכה שכול בית יהודי יהיו דברי תורה ותישמע שירה. בכך נרוויח פחות שיחות חינוך והכוונה, פחות שיחות משמעת, והרבה יותר יראת שמיים לצאצאינו. הלוואי שכל אמא תיקח זאת על עצמה בתור פרויקט לחיים. שבתות שמחות והכנות נפלאות לשבת קודש!

ניתן לשמוע שיחות נוספות על חינוך ילדים מאת גב' צ. פלדמן

בקו ההתחזקות 026633554 שלוחה 1.9

אנחנו ממשיכות עם סיפורי מעשיות של בת המלך. בקטע המעשייה שלנו המשנה למלך רוצה להוציא את בת המלך מארמונו של הלא טוב. הוא שואל את בת המלך כיצד לעשות זאת. בואו ונקשיב למילים. הוי! מה היא אומרת לו? "אתה צריך להתקדם כמה שיותר לפעול בגעגועים". אם אנחנו רוצות לחנך את הילדים שלנו, אנחנו צריכות קודם כל לחנך את עצמנו. הילדים יראו אותנו עושות את הדבר הנכון, ויהיה להם קל בהרבה לעשות את גם את העבודה שלהם נכון.

### שולחן שבת - המקום הטוב ביותר

#### לחינוך ילדים

תכוונו את עצמכן לשולחן שבת. כל המשפחה יושבת יחד. רגעים אלו הם הזמן הגבוה ביותר בשבוע. המקום הטוב ביותר לחינוך הילדים. אפשר לראות זאת אחד לאחד. ככל שילד יושב יותר ברוע בשולחן שבת, משתתף בשירים, אוכל ומקשיב לדברי תורה, כך הולך לו טוב יותר בלימודים ובסביבתיות שלו. שבת היא מקור הברכה, משולחן שבת שואבים כוח לכל השבוע, כוח לחיים. הילד מקבל מהשבת את הרוגע והחשק לחיות חיי תורה, גם אם הוא אינו יודע את זה.

הכנת מאכלי השבת, עריכת השולחן, ההגשה והפינוי, גם הם חלק חשוב מאוד במערכת השבת. אי אפשר להוריד מלימטר מחשיבות ההכנות לשבת. השבתות והחגים כולם משולבים במטבח היהודי. רק כשהאוכל מוכן, והשולחן ערוך אנחנו מגיעים לרגעים הקדושים. רגעים שבהם כל אחד מבני הבית מקבל את יראת השמיים שלו, אהבת המצוות, אהבת התורה. ולאמא יש בכך חלק חשוב, כמו שנלמד.

#### ללמוד לעצור

בין עשייה לעשייה, בין הזריזות להגיש את המנות, והדאגה לשולחן שבת מסודר ונאה, את צריכה ללמוד לעצור. לשים לב להטות אוזן כשיש דברי תורה, כששרים זמירות. עיקר 'המקשיבים' זאת האמא. אמא כורה אוזנה להקשיב לדברי תורה ולזמירות השבת. כל מי שאומר כל תורה בשולחן שבת צריך לזכות להקשבה של אמא. למקום מיוחד בליבה. "רגע, רגע אני במטבח, חכו לי! אני גם רוצה לשמוע את מה שאסתי מקריאה". אמא מנגבת ידיים, מתיישבת בזריזות, ומראה שהיא מתגעגעת לשמוע דבר תורה. כשאבא מספר סיפור, דבר תורה ארוך או קצר, אמא העסוקה חדלה מעיסוקיה ומקשיבה. בזאת היא מראה את געגועיה לתורה הקדושה. כל הילדים מקבלים את זה מאמא. עכשיו זה זמן של דברי תורה, לא של שום דבר אחר. עתה הכול מתבטל, שום דבר לא חשוב. זה

חינוך בחייוך  
כ' 3. 2019

## זקן כפוף / 115

העייפות מתגברת עליה. מי ייתן לה כרית ושמיכה שוב להיעלם לתוכם לתקופה בלתי מוגבלת.

"רק מלראות באיזה חוסר אונים מתפקד הבית הזה - כבר רוצים לברוח", מצקצק הכפוף מימינה. הוא מפנה לה את הספה בתנועה אבירית והיא נוחתת לתוכה, מרגישה איך היא צונחת לתוך כהות חושים מסוכנת.

"אמא, הבטחת לי שער למחברת תורה".

"אמא, נצא לגינה?".

"אמא, אני רעבה".

"ואני צמא".

קולות מסביבה דורשים אותה זמינה. אבל היא לא מסוגלת. מבעד לערפל היא רואה את הזקן מהנהן לה בהסכמה ובהשתתפות. אישור שבייאוש.

"תגידי, אתה בעצם תמיד תהיה כאן?", היא מתנערת רגע. חייבת להבין דבר אחד או שניים בטרם תפעל פעולות מסוכנות.

הזקן הכפוף צוחק צחוק מאשר. והצחוק עיף וכבד וכפוף מאוד מאוד. כמו הרגשתה. כמו מחשבותיה.

היא נאנחת. חבל כל כך שהוא כאן. למה הוא בא? למה אי אפשר לחיות בכיף? לקום מהשינה, לנקות ביחד עם החברה את הבלגן, לעשות שיעורים או לצאת לגינה בהרמוניה של חיים. בלי להיעצר ולגנות, לכעוס ולהתבוסס ברחמים עצמיים. למה על כל מעשה ומחשבה היא צריכה להילחם בכבדות וייאוש לופתים?

"אבא, למה?", היא שואלת ממעמקי הכורסה.

"למה למה למה!", המילה מתגלגלת על לשונה, מתריסה וכואבת. היא רוצה אחרת! והיא תקועה. הכול בגללו!

"אמא, למה זאת מילה של גויים", בתה בת התשע מלמדת אותה מוסר. "רק הם אומרים אותה", מוסיפה בידענות. "המורה שושי אמרה".

היא מצמידה נשיקה לילדתה הנבונה. היא צודקת כל כך, המורה שושי שלה! אסור לשאול שאלות על הנהגת השם. ובגלות הזו צריך לתפקד עם זקן כפוף שרוצה להטביע אותנו במחשבות של כבדות ועצלות. אבל מה אכפת לה? היא מהעם שככה לו! מהעם שהשם אלוקיו!  
"בואי נראה את מחברת תורה היפה שלך", היא מסתכלת לתוך העיניים המתקוות שלפניה.

חנה'לה המאושרת מביאה את הילקוט ומוציאה מחברת תורה מסודרת. היא פותחת ומתפעלת, לא חוסכת מחמאות מהמשקיענית הקטנה. בינתיים חגית מאפסת את הבית, עם שני קטנים שהשילו את תחפושת הקופים וחזרו בתשובה שלמה.

והזקן הכפוף? פוי. שילך מכאן. היא עסוקה עכשיו. עסוקה בשמחה של מצווה.

"אמא'לה!" צווחה פורצת מפיה. זקן כפוף יושב על הכיסא ממולה, מפורר סביבה עייפות וטשטוש. היא נאנחת ומזדקפת. מי אמר שמנוחת צהרים נותנת כוח לבני אדם?

"מה את צועקת, גברת?", הזקן נאחז במסעד הכסא. "אני באתי לעזור לך להיות יותר רציונאלית, זה הכול".

במקום רעננות שהייתה אמורה להיות מנת חלקה אחרי "זלילת" שעתיים תמימות מהיממה, היא מרגישה לאות ועצבנות חשודה.

"לך מפה, זקן אחד!", היא מגרשת אותו, נזכרת שבעצם, היא מכירה אותו יותר מדי טוב. "יש לי הרבה משימות לבצע, הילדים מחכים לי, ובכלל... אני שמחה מאוד, שתדע", היא מחייכת מולו חיוך גדול. מלאכותי.

צחוק אווילי יוצא מפיו של הזקן הכפוף. מה מצחיק כל כך? אולי העדות האומללה שלה על השמחה? מה היא תעשה שאין לה מצב רוח?

היא יוצאת מהחדר בטריקת דלת. הוא מזדנב אחריה, עוקף אותה משמאל, בוהה יחד איתה בערמת הבלגן, חלקי המשחקים, ועוד אילו פריטים מקוממים של ילדים שנראה שחוש מלהחריב את מראה הסלון לא עשו מאומה. איפה הבכורה שלה, שהייתה אמורה לתפוס פיקוד כשאמא נחה? "חגית קוראת בחדר", קוראת נעמי בת השבע את מחשבותיה.

היא נכנסת לחדר הבנות ומוציאת אותו שם. איך יכול להיות שהוא מגיע לכל מקום לפנייה?

"הבת שלך נוראה, הא?", הוא אומר לה, הבעת שאט נפש בפניו. "חסרת אחריות, אנוכית. ילדה בגילה הייתה יכולה לשמור על אחיה ועוד להספיק לארגן את כל המטבח".

היא מתגוננת: "תסתלק מכאן מיד. חגית ילדה נהדרת, אני מבטיחה לך. היא בטח רצתה ומשהו השתבש. וחושף מזה, גם אם הכול מבולגן זה לא אומר ש...".

"שאת אמא נוראה, כן? אה... ודאי, ודאי, זה רק אומר שאת אמא שלא יודעת לחנך, שלא מבינה בתפעול ילדים, שחסרות לה מיומנויות בסיסיות, בעצם, כן, זה אומר שאת אמא נוראה...". נראה שהוא נהנה להתעלל ברגשותיה.

"אוף!", היא משליכה דובי סגול שנקרה לרגלה לכיוונו. חגית קופצת ממקומה, הספר נשטט.

"קמת, אמא? ראית שסידרתי את הסלון?", תמימות של תולעת ספרים. "בואי תראי את הסלון", היא מובילה אותה למקום האוהלים והג'ונגל הקופצני.

חגית היסטטית. עבודתה ירדה לטמיון. היא פוצחת בסדרת צעקות על הקופים החצופים שעשו יד אחת נגדה.

היא רוצה לגעור בה, שדי, די לצעוק. היא רוצה לגעור בהם, שדי, די להחריב. היא רוצה לגעור בעצמה, שדי, די, די מה, בעצם? ובמקום זה,



הקו שלך להתחזקות אמיתית!  
שיעורים של נשות שלומינו  
בחורתו של רבי נחמן מברסלב

קו ההתחזקות  
02-6633554



## אמא רחל קוראת לי / 15

אליהם אמרתי:

הפלאפון הבהב בשיחות מתחלפות. חברות לצוות, מנהלת, הורים... איזה יופי, כולם רוצים להשתתף בצערי הגדול, כולם רוצים להזדעזע בצוותא מהביזיון הבית ספרי המביש בחסות כיתת החינוך שלי. סגרתי את המכשיר בלחיצה משתקת, מסתובבת בחדר עם הנייר המפליל הלך וחזור, לא יודעת להשית עצות בנפשי מה לעשות. הוצאת שם רע, זה מה שזה. חוצפה ישגה! זה בטח זה. איך הם העזו? ומה הם חשבו? ומה בדיוק חשב לעצמו הכתב הנלהב עת ציטט ציטטות שלא צוטטו מעולם? אהה! אנה אני באה...

לא ידעתי מה אני מתכוונת לעשות. לבעוס עליהן? למצוא את האשמה הראשית ולשפוך על ראשה שפכטל של מה? מאוחר מדי. זה לא ישיב את התמונה ולא ימחק את המילים המבזות עד עפר את דמות המורה שחשבתי שהייתי, אז הייתי...

ידעתי, זה לא רק העיתון. זאת כל השנה עמוסת הקשיים והניסיונות שלא ידעתי כמותם במהלך שנות ההוראה העמוסות עד הנה. וזאת לא רק השנה הזאת, אלו כל צרות הנפש גם יחד. וזה לא רק הם, זאת הגלות!!! ועתה הקש שמועך את גב היגעה ולא נותן מנוח: כתבה מבישה בעיתון המקומי. טמנתי את העיתון המפליל עמוק בתיק, ופתאום ידעתי בדיוק מה עליי לעשות.

בבוקרו של יום המחרת פיזרתי הוראות אחרונות ואצתי לכיוון התחנה, מחכה לאוטובוס שיסיע אותי לירושלים. אני נוסעת למקום הכי טוב בעולם. אני נוסעת לאמא שלי, למאמע רחל. נוסעת אליה, עם כל מה שעובר. אספר לה, ואספר ואספר. אבכה לה, ואבכה ואבכה וייקל לי. אח! איזה מקום זה, קבר רחל.

ב-11:30 בבוקר כבר צעדתי על המדרכות הירושלמיות, מתחילה לנשום נשימה של ממש. כשהגעתי לתחנה, שמחתי הועמה באחת. האוטובוס הבא לקבר רחל אמור להגיע רק בעוד שעה וחצי. מה אעשה כל כך הרבה זמן בתחנה השוקקת הזאת? אומנם גם לכותל תכננתי להגיע. אבל לא הרגשתי כל רצון לעלות כעת על אחד הקווים. רציתי רק את אמא. העיתון שהציץ אליי מהתיק חידד את הרצון הזה למין יבבה ללא מילים. 'אמא רחל, אני רוצה אותך...! באתי במיוחד... וככה את דוחה אותי לעוד שעה וחצי?' קו 1 נוסף עצר. נוסעים עלו, נוסעים ירדו. ויתרתי, אעלה אליו ודי.

ואז קרה משהו שמימי. בהבזק רגע נשמעו באוזני זוג המילים: 'קבר רחל!'

קפאתי על עומדי, מנסה לאתר את מקור הקול. האוטובוס חלף על פניי. הגבהתי מבט אל מעבר לכביש, שם עמדו והתמקחו שתי נשים עם נהג מונית אחד. המילים 'קבר רחל' חזרו והתהדהדו. חציתי את הכביש והזדרזתי לעברן, הן כבר נכנסו לרכב המתניע.

"סליחה, אולי אפשר להצטרף לנסיעה לאמא רחל?" ביקשתי במהירות בטרם יהיה מאוחר מדי. "תעלי, בטח!" שמחו בי, האחת פינתה לי מקום מאחור בעוד חברתה שבמושב הקדמי חייכה אליי חיוך רחב.

התיישבתי בתודה, לא מאמינה שזה קורה לי. זאת הייתה הזמנה אמיתית. הזמנה ניסית של ממש. בתוך הרעש של התחנה המרכזית, באמצע ההמולה של האוטובוסים, יחד עם ההמון הרוגש מכל עבר – איך למען ה' שמעתי שתי נשים מהצד השני של הכביש? מי הגביר את הווליום של שתי אלו והחליש את רעשי הרקע האינסופיים? הרגשתי שאמא רחל סידרה מהלכים בשמיים במיוחד עבורי, שלחה לי מונית ספיישל, עד אליה ממש.

שתי הנשים דיברו בקולניות ולא שמו לב שאני נמצאת בסערת ניסים ונפלאות סנטימטר לידן. מסתבר שגם להן סיפור משלהן.

"אני בכלל רציתי לקנות ציציית לשמעון", סיפרה אחת. "הוא נוסע לשיבה מחר, כפרה עליו, וצריך ציציית חדשות. פתאום שמעתי אותך קוראת לנהג. אומרת לו שיסיע אותך לרחל אמנו. שמעתי רחל אמנו, אמרתי, רחל אמנו מזמינה גם אותי! לא סתם שמעתי את הקריאה הזאת, לא סתם! שמעון יסתדר. כשאחזור, אקנה לו כבר בגאולה".

"זה ככה, לאמא לא באים בלי הזמנה!" השיבה השנייה. וכבר פרצה בסיפור משלה.

הנהג שבתחילת הנסיעה דרש 40 שקלים, התפרץ פתע לתוך השיחה הנלבבת וטען שלא הבין נכון את הבקשות. "עד המתחם עצמו, זה שמונים שקל, לא פחות", תבע.

"סליחה?! מה פתאום?" הקדמית נדרכה, מוכנה לקרב.

"עליי, עליי", השתיקה את הקטטה המילולית זו שלידי לפני שיוריד את כולנו ולא באם הדרך. "לאמא רחל אין מחיר", פתחה ארנק עצום ממדים בצבע בורדרו ושלפה שטר של 100, משלמת על כולנו ודורשת בתוקף שלא נשתתף במאומה...

השיחה המשיכה לקלוח בקולניות בין שתי ידידותי לנסיעה. הנהג מתעלם משתייהן, מישיר מבט אל עבר הכביש ונוסע בדומייה. "איך קוראים לך?" שאלה בסוף הקדמית.

נראה שמבע פניו האדיש של הנהג הציק לה. כשנוסעים לאמא רחל צריך להתרגש.

"יגאל", ענה עדיין ללא מבע. פניו אל הכביש. "נו, אתן רואות?" קראה בקול רם ומתפלא, פוערת זוג עיניים שחורות ונלהבות לעבר המושב האחורי. "יגאל קוראים לו. לא פחות ולא יותר! גאולה אתה מביא לנו, אדון יגאל. גאולה שלמה! תרד גם אתה מהאוטו, תגיד משהו לאמא", שידלה אותו בטון אימהי.

יגאל לא ענה. שרירי פניו קפואים, אפילו לא נמתחים לכדי רבע חיוך. ואולי רגיל הוא בנוסעות ירושלמיות נלהבות וסבלנותו פוקעת מול פטפוטיהן? ושמה מעדיף לבוא לאמא בזמניו שלו? ואולי הוא מהבנים עליהם מבקשים שישובו לגבולם... מביא נוסעות לאמא, וגבולו שלו עוד רחוק ומנוכר קמעא.

הגענו למתחם הציון. הרכב חנה והלב שלי נותר, כמעט זינק פנימה. נכנסתי פנימה, מצטרפת לנשים צדקניות שכמהות ובוכות, מפצירות ומבקשות יחד עם רחל אמנו, על הבנים, על גבול הקדושה שיתרחב, שיתחמם, על הגאולה השלמה המבוששת, על צרות הגוף והנפש שכבר אין כוח לפרטם... והדמעות... "אמא רחל מבכה", אומרים המפרשים: "גורמת לאחרים שיבכו".

זה מורגש, זה קורה. דמעה מדביקה דמעה, כמו מעיין שאין לו סוף, וכשכבר נרגע – נובע שוב... אחרי שעה של תפילה שותתת, הרגשתי חדשה. הביזיון הזה היה פתח מצוין לשיחה נהדרת עם בורא עולמים. עליתי רגועה על קו חזור שיוריד אותי בדרכו סמוך לכותל.

הפלאפון רטט. פעם ראשונה מהבוקר שהייתי מסוגלת להתייחס אליו. זו הייתה הודיה, מהטובות והחביבות שבתלמידותיי, מהסוג שלא עושות צרות למורות שלהן קבל עם ועדה. כמה טוב שיש עוד מהזן הנדיר הזה, כמה מעודד. ענית.

"המורה? ראתי את העיתון?" שאלה אותי בחשש. מסכנה, ודאי רוצה להביע את צערה, לספר שידה לא הייתה במעל. ילדות טובות כמוה לא עושות שטויות כאלו.

"זאת הייתי אני ששלחתי את התמונה, המורה, ורציתי אה... לבקש סליחה".

חשבתי שאני מדמינת. לא הצלחתי לענות דבר. הודיה המשיכה להתנצל ללא הפוגות, מפרשת את שתיקתי כפגיעה רבת. אם הייתי צריכה לנחש מי היא זו השוובה הראשית בעלילה הזאת, הודיה הייתה האחרונה. כיצד זה יכול להיות? דווקא הודיה הצדיקה שמתנדבת ברצון ויוזמת פרויקטים על ימין ועל שמאל?

"למה, הודיה?" לבסוף שאלה תמחה מאוד נפלטה מפי, משתיקה באחת את הפצרותיה של זו לסליחה וכפרה. מסתבר שהיה זה רעיון תמים עם המון כוונות טובות (המעידות אכן על יוזמה ויצירתיות שקצת הרחיקו נדוד...) ונוסח המילים בליצנות מעוררת פלצות היה נדבת עטו של הכתב הנלהב,



## עוצמת הרכות / ! ע"ו

שלום חברות! אנו מתקרבות ליום פטירת רחל אמנו. הוי מאמא רחל. אנו כל כך אוהבות אותך, כל כך רוצות ללמוד ממך. ספרי לנו אמא, איך יכולת ככה לוותר על הדבר הכי קדוש והכי יקר? מאיפה היה לך הכוח? ויותר מכך, מאיפה היה לך כל כך ברור שזה מה שאת צריכה לעשות? אני בטוחה שישנם הרבה מקורות תורניים שהיו עונים לי על השאלה הזו אבל עכשיו אני רוצה לקחת את זה לחיים שלנו כנשים ולדבר על מידת הווייתו.

היום מדברים הרבה על 'לדעת לעמוד על שלך, להקשיב לעצמך ולהפסיק לרצות את הסביבה'. הכול נכון וחשוב, אז איפה נמצא האיזון? איך אני יכולה לוותר ולהיכנע ממקום אמיתי בלי לוותר על עצמי?

אנו מתמודדות עם כל כך הרבה ניסיונות (בעיקר עם הקרובים אלינו) שמאלצים אותנו לפעמים בעל כרחנו, לוותר ולהיכנע. שולחן השבת שחלמת עליו... המאבקים האינסופיים עם הילד המתבגר והעבודה שאת כל כך סובלת בה... שוב ושוב המציאות טופחת על פניך ואת נאלצת לוותר על הדברים שהכי יקרים לך. וכשזה בא בעניינים קדושים ורוחניים הניסיון גדול פי כמה (ריבוננו של עולם מה כבר רציתי? בית של תורה? ילדים שהולכים בדרך הישר?) איך זוכים להרפות ולהיכנע ממקום של חוזק ולא ממקום של 'אוש וחדלון'.

לאחרונה גיליתי בספר משיבת נפש סעיף מ"ב דיבור מדהים שענה לי על השאלה הגדולה הזו. **"לעולם יהא אדם רך כקנה ואל יהיה קשה כארז, כי קנה אפילו כל הרוחות שבעולם אין יכולין להזיזו ממקומו, דיקא על ידי שהוא רך ונכפף בפני כל ואף על פי כן הוא חזק ואמיץ מאד בשרשו ואין יכולין הרוחות לעקרו ממקומו מה שאין כן אם היה קשה כארז"**

דמייני את עצמך כמו הקנה הרך הזה שמתכופף שוב ושוב ושום רוח לא יכולה להזיזו ממקומו. תביני, זה שאת מתכופפת שוב ושוב זה לא עושה אותך חלשה אלא להיפך! יש לך שורשים חזקים, של אמונה ותפילה, שם את לא מוותרת! את ממשיכה לרצות ולטוות את החלומות הקדושים שלך, עוד יבוא יום שהם יתגשמו. תזכרי, כשאת מרפה ונכנעת את לא מוחקת את עצמך, את מתחזקת מבפנים, את בונה בתוכך את הזכות להיות קיימת בלי תנאי ובלי אישורים חיצוניים. כן, הילד שוב מצפצף עליך ואת מרגישה שאת שוב נמחקת (לפעמים הביזיון הכי גדול יכול להיות מהילד שלך) אבל יש לך שורשים חזקים ואיתנים.

אני חושבת על כל מיני מצבים בהם התעקשתי לעמוד על שלי (בשביל החינוך כמובן ולשם שמיים...) ורק דפקתי את הראש שלי בקיר שוב ושוב ונותרתי שבורה ומרוסקת. כי לא המילה האחרונה שלי היא זו שתעשה אותי חזקה וקיימת, גם לא זה שאני אגרום לכולם להתנהג כרצוני. זו דרך שרק תשבור אותי ותשאיר אותי ריקה וחלולה. אז מה יכול לחזק אותי מבפנים? איך אני מחזקת את השורשים שלי? נמשך לקרוא את דבריו של ר' נתן: **"במקומות כאלו שהם בחינת חלל הפנוי והרוח סערה של הסטרא אחרא מתגבר שם מאד שם אסור להיכנס בקושיות ותרוצים כלל בבחינת אל תקשו לבבכם כי שם עיקר ההתחזקות דיקא על ידי שהוא רך כקנה ועל כל השאלות והמניעות והקושיות והבלבולים הן מעצמו והן מאחרים על כולם לא ישיב דבר... כי הקושיות והבלבולים הבאים משם אי אפשר לישבן... ואף על פי כן יהיה חזק באמונה מאד כקנה הרך הנשרש במים שאף על פי שנראה כנכפף מפני הרוחות אף על פי כן הוא חזק בשרשו מאד. כמו כן צריך האדם שיהיה חזק באמונתו אשר קבלנו מאבותינו ורבתינו..."**

כזו עוצמה פנימית היתה לאמהות שלנו. עוצמה שנבעה מהאמונה שלהן והדבקות בה' וגם כשנדרש מהן לעשות מעשה של עזות דקדושה הן עשו זאת מכוח האמונה שלהן ולא מכוח עצמן. כשאת רק מתחזקת באמונה בלי להשתמש שם בשכל ובלי לחפש הסברים (איך הגעתי למצב הזה? איך זה קורה בדיוק לי?) את מחזקת את השורשים שלך ובעזרת ה' עוד יגיע זמן שהכול יתבהר ותראי איך הכול היה לטובה והירידה כולה תתהפך לעליה גדולה.

עוד מגלה לנו הצדיק: **"ועיקר תקון העולם בשלמות שיהיה על ידי משיח בן יוסף ומשיח בן דוד הוא רק על ידי בחינת רך כקנה הנ"ל ועל כן נקרא יוסף אברך ודרשו רבותינו ז"ל: אב בחכמה ורך וכו' אע"פ שהוא אב בחכמה אע"פ כ"ו הוא רך כקנה, וכן ברוד נאמר: ואנוכי היום רך ומשוח מלך"** ומסיים את דבריו: **"זהמשכיל החפץ באמת יבין מדעתו איך צריכים להיות רך כקנה ואף על פי כן יהיה חזק בשרשו מאד ואדרבא על ידי הרכות על ידי זה עקר חזקו ותקפו לנצח"**

כמה נשי ויפה זה להיות רכה וכמה זה יכול להביא אותנו לתיקון האמיתי שלנו, כמו כל עבודה פנימית, גם פה זה קורה לאט לאט, עוד התגברות קטנה ועוד אחת, השורשים מתחזקים ואת מתחזקת, שנזכה לזה באמת.

## המשך -

במטרה, כנראה, ליצור סקופ לעיתון שלו... "זה בסדר, הודיה", השבתי לה. "אני סולחת לך בלב שלם!" אל תביאני לידי ניסיון ולא לידי ביזיון, אבל אם כבר ביזיון, היה זה חומר נפץ נהדר לפתוח לב אטום.

"המורה, את לא כועסת עליי?" שאלה שוב. "מה פתאום, את כל כך מתחרטת ולא תעשי את זה שוב, וחוזר מזה את התכוונת לדברים טובים", ויצאו מזה רק דברים טובים. לב נשבר ונדכא אלוקים לא תבזה. אמא מבכה על בניה. מורה מבכה על ביזיונה, ועל הדרך מתפללת על כל הדברים החשובים באמת. כי מכל תמונות החיים והעלילות, מכל הביזיונות, החרפות והירידות, יקום שיר הלל לאמא שעזרה לנו לבכות, שעשתה לנו מקום כזה לבוא, לפרוק, להתחבר, לקבל כוח, עד יבוא משיח. עד תבוא הגאולה. זכותה תגן עלינו ועל כל ישראל, אמן.

## מִתְעַנֶּנֶת בְּכָל זְמַן וּפְנָאֵי

לְקַרְא עֵתוֹן  
לְהַבִּיט בְּחֵלוֹן  
לְנַשֵּׁשׁ חֲטִיף  
טְבִיעֵי, עֲדִיף

לְיִשָּׁר מִפֶּה  
לְנַעַר סִפֶּה  
לְחַפֵּשׁ חֲבֵרָה  
לְגַוֵּן שְׂגָרָה

לֹא אֵין לִי זְמַן  
וְגַם לֹא פְנָאֵי  
בֵּת הַמֶּלֶךְ שְׁלִי  
נְעֻלְמָה מְעִינִי

לְהָרִים עֵינַיִם  
לְהַסְתַּמֵּל בְּשָׂמַיִם  
עִם כָּל מָה שְׁעוֹבֵר  
אֵלַיָּה לְהִתְחַבֵּר  
לֹא לְהִתְיַאֵשׁ  
לְרֻצוֹת לְבַקֵּשׁ  
בְּכָל זְמַן שִׁישׁ פְּנָאֵי  
לְהִתְעַנֶּנֶת אַחֲרֵי  
הַלְוָאֵי!

שיר -  
מעשייה

## גם אנחנו יכולות

לפעמים נדמה לנו שדורשים מאתנו להיות 'ספורומן', מן אישה מוצלחת כזו, שעושה משימות רבות ומורכבות בצורה מיטבית. בדורות עברו, הנשים היו נשואות בבית, אחראיות על הניקיון, הקניות והטיפול בילדים. אנו מסתכלות עליהן, במבט מהדור המהיר שלנו, וחושבות שוודאי היה להן קל הרבה יותר להיות נחמדות לבעל כאשר הוא שב הביתה.

### קשיים היו תמיד

למעשה אין הדבר כך. מצאנו שגם נשים בדורות עברו היו מתלוננות. "מהיכן יהיה לי הכוח להיות יום שלם עם הילדים, לנקות ולסדר, לבשל ולטרוח, ואילו בערב להעביר הילוך, לסדר מטפחת, לערוך שולחן ולהיות הכי נחמדה לבעלי?"

כנראה שלא עמדנו בניסיון, ועתה הניסיון מכפיל את עצמו. בנוסף לכל עבודות הבית, נשים בדורנו עובדות גם בחוץ ונושאות בעול הפרנסה. וכך יוצא שאישה שוהה בחוץ שמונה שעות, חוזרת לעוד ארבע או חמש שעות בתוך הבית, ואז לקראת תשע, כשהיא כבר סחוסה ועייפה, התפקיד העיקרי מתחיל - להיות אשת חיל. איך אפשר ללהטט בתפקידים רבים כל כך? קודם כל בוואי נטפח לעצמנו על השכם. לאמא יהודייה יש כוחות ואפשרויות גדולות ואדירות. גם לעבוד בחוץ, גם שיהיה אוכל טעים, גם לבדוק שהילדים יכינו שיעורי בית, וגם להיות אישה טובה לבעל שכל כך מצפה לזה. חוץ מזה יש לה הורים, חברות, שיעורי תורה, מפגשי חברות. תגידי לעצמך: אני גדולה! נתנו לי דור עם כל כך הרבה עשייה, ואני עושה את זה הכי טוב שאני יכולה.

### בזכות נשים צדקניות

כאשר היינו בשעבוד מצרים, היה הרבה יותר קשה. אז אמרו עלינו חכמינו: "בזכות נשים צדקניות נגאלו אבותינו במצרים". תחת עול שעבוד המצרים האכזריים לא רק שלא נשברנו והחזקנו מעמד, אלא עשינו הרבה יותר. הלכנו ליאור, דלינו דגים, אותם בישלנו טעים טעים, ועם הסירים היינו מגיעות לבעל למחנה הכפייה. יד אחת אווזת בסיר, יד שנייה מחזיקה במראה. לאחר יום עבודה מפרך, כל אישה הייתה יושבת עם בעלה, מעודדת אותו ונותנת לו כוח לחיים. המראות האלו נקראו: "המראות הצובאות" בעזרתם העמידו הנשים הצדקניות את צבאות השם. כאשר משה רבנו הקים את המשכן הוא צווה מפי השם שאת המראות הצובאות הללו ייקח לאחד הדברים החשובים ביותר במשכן: כיור לנטילת ידיים לכהנים. משה רבנו התפלא. מראה הקשורה להתקשטות ויופי תהיה חלק מכלי המשכן? הדבר לא נשמע מתאים וראוי! אך זה בדיוק היה רצון השם. המראות האלו הן סמל לנשים גיבורות שעול הגלות לא הרס אותן ולא פירק להן את הנפש. צריך לשמור על המשפחה, לשמח את הבעל ולתת לו תקווה. ואם צריך - יהיה כוח לעשות כן!

### כמו אז גם עתה

אנו צאצאיות של אותן נשים גיבורות, וחכמינו מגלים שבזכותנו עוד ניגאל שוב. יש בנו כוח ללכת בדרכן. כל אישה צריכה להגיד לעצמה: "אם הביאו אותי לדור כזה, יש לי את הכלים לעמוד בה". כמובן, לא נגזים בציפייה מעצמנו אבל חשוב לזכור שיש לנו המון יכולות.

העשייה שלנו פועלת. היא בונה דורי דורות, "יש שכר לפעולתך" נאמר על כל אחת מאתנו. העשייה שלך אינה סתם ריצה סביב השעון. בעשייה שלך את בונה משפחה. שומרת על עם ישראל, וגם בונה את עצמך. כי כשאת עושה את שליחותך בעולם, מקימה בית יהודי, את משתמשת בכל הכוחות שטמונים בתוכך, ונדמית ליהלום שריקעו אותו רבות, ועתה הוא מלוטש וזורח.

### חזקו ויאמץ לבבכם, כל נשות החיל!

בחודש הבא א"ה נשמע על כוח ההמתנה.

ניתן לשמוע את השיעורים על תקשורת ושלוש בית במשפחה בקו ההתחזקות 026633554 שלוחה 1.3



## להשתמש בטכסיסי מלחמה

ב"ה זכינו במהלך חודש תשרי להמליך את הקדוש ברוך הוא עלינו, כעת כולנו בנות מלכים. הקדוש ברוך הוא נתן לכל אחת מאתנו את המלוכה בשמחה, ואמר לנו שהוא רואה שבשביל לזכות בניצחון בשלמות אנחנו חייבות טכסיסי מלחמה. רק באמצעותם נעבור על הכול. כי אל לנו לחשוב, שהמלוכה, הזכות הנפלאה להתקרב להשם, להיות בשמחה ולהרגיש את נועם השם, מגיעה כך. רק אם לא נתבלבל משום ניסיון ומצב נזכה לה. אבל איך לא מתבלבלים? לזה זוכים על ידי טכסיסי מלחמה.

### להיזהר מעצבות

רבנו נחמן ביקש מאתנו 23 שעות ביממה להיות בשמחה, ורק שעה אחת בלבד בלב נשבר. פעם אחת ראה רבנו את רבי נתן עזוב. "האתה תהיה במרה שחורה?" אמר לו. "האתה תיתן שיפילו אותך? עוד יתרחשו עניינים גדולים איתך! אחי, אחוז עצמך!" כך נתן לו את הכלל להתחזק בכול מצב, כי מהשמיים רק רוצים לראות אותנו מחזיקות מעמד.

אנחנו חייבות ללמוד לדלג על המעברים של חיינו. אם נתחיל לשקוע בכול מעבר, להתבוסס במחשבות שליליות על ידי דאגות והבנות של השכל, נתברג עמוק לתוך הבור הנוכחי. במקום זה עלינו לדלג על הבור בשמחה. אל תדאגי, זה מה שרוצים לראות מהשמיים. השם הביא לך את הניסיון הזה כי הוא רוצה לראות איך את מחזיקה מעמד. לא נשברת ולא נופלת. אין תענוג ושמחה גדולים יותר לפני השם יתברך כמו יהודייה שמצויה בקושי ובמקום לשקוע בתוכו היא מתגברת בשמחה. כך מלמדנו רבנו בכמה סיפורים בסיפורי מעשיות, כמו מעשה משבעת בעטרס ומעשייה מאבדת בת מלך, שהעניין הוא להמשיך ולבלתי להסתכל על המעברים של החיים כלל.

### הירידה - היא קרש קפיצה לעלייה הבאה

אומר לנו רבנו נחמן דיבור חזק מאוד: "ולא ייפול לעולם בדעתו מכל הנפילות והירידות שבעולם, כי אם יתחזק ויתאמץ לבלתי להסתכל על זה בשום אופן שבעולם, אפילו אם יעבור עליו מה, ואז יזכה לבסוף שיתהפכו הירידות לעליות גדולות".

מן השמיים נתנו לנו את הנפילה והירידה, כדי שנתחזק מחדש בעבודת השם. הירידה היא התכלית של העלייה. המטרה שלה לדחוף אותנו קדימה. למנף אותנו. להיות ה'זבנג' שמקפיץ למעלה.

חשוב שנדע שזה לא חוכמה להיות כל הזמן בהצלחות. בעבודה של 'רצוא' ועליה. פעם רבי נתן אמר לרבי שאול מטאפליק שהיה חידוש נפלא בתבערת לבו, והיה כל הזמן בעלייה בעבודת השם, "שאול, עדיין אין לי הנאה ממך. אם הייתי רואה שאתה נופל וקם למרות הנפילה ונשאר על מקומך הייתה לי הנאה ממך, כי ההכרח שיעבור על האדם מה שיעבור ואף על פי כן יחזק את עצמו לעמוד על עומדו ולהתקדם קדימה למרות הקושי".

נכון, זה לא פשוט לקום מיד. גם אחרי טיפול כואב בבית חולים, החולה עובר לחדר התאוששות. אבל זהו. אחר כך לא חוזרים אחורנית למכה הכואבת, רק חוזרים הביתה וממשיכים בחיים!

אם אנחנו מקשיבות לרבנו, ומבינות שכל החיות שלנו בגשמיות וברוחניות תלויה בשמחה, אנחנו צריכות להשתמש בכול מיני טכסיסי מלחמה לשמור עליה מכול משמר.

### אז מה עושים?

קשה לך? עובר עליך ניסיון מר? משהו מדאיג אותך?

תרקדי! תסיחי את הדעת, דברי עם השם, תשמעי מוזיקה שאת אוהבת או תצאי להתאזורר. העיקר שתעסקי במשהו שייתן לך כוח למלחמה הנוכחית. לא לשקוע לתוך הניסיון. גם אם אתמול ניצחת אותה, היום היא בא שוב. כי כל יום היצר הרע נלחם בנו מחדש, ואת לא יכולה

בלי לשמן את הכלים, אי אפשר להניח את

הכלים במחסן! לעצור 'לנוח'. לא, זה

לא ישתלם. הכלים יעלו חלודה

והוא יחשוב שניצח אותך. בכוח

הצדיק רבי נחמן לא ניתן ליצר

הרע לנצח, אף שמתחדש עלינו

מדי יום, בעצות פשוטות ננצח

אותו. אשרינו!





## מחאי כפיים

### מבטלות הרג ואבדון מהעולם

רבינו מספר לנו שעל ידי מחיאת כפיים הרג ואבדון בטלים מהעולם. כמה אנחנו יכולות לעזור לעולם, להפוך אותו למקום יפה יותר, על ידי המתקת הדינים המופלאה הזו שמתגלמת במחיאת כף אל כף. כמו כפתור סודי שמפעיל את כל הבריאה. כף! כף! כל אחת יכולה לפעול ישועות.

### מתהווה הפה

הרבה פעמים כשאנו באות לתפילה מול השם נעלמות לנו המילים. קודם דיברנו באריכות עם חברה, ועתה הפה נפתח ונסגר בדומה לדג הזהב באקווריום. אנחנו אובדות עצות. "על ידי שמכה כף אל כף מתהווה הפה". אומר לנו רבינו. זה יפתח לנו את הפה. נצליח לדבר עם בורא עולמים על כל מעברי חיינו.

### נמתקים הדינים

כשמשהו חורק. כשיש קושי בנפש, בעיות שלום בית, ילדים מתמרדים, כששומעים על פגעים וצרות, אלו דינים. רבינו מבטיח שעל ידי מחיאת כף נמתקים כל הדינים.

### נתבטל המחלוקת

רבינו מלמד שמחיאת כפיים מבטלת מחלוקות. מחלוקת יכולה להיות בין בעל לאשתו, בין הורים לילדים, מחלוקת יכולה להיות גם מחלה. כשהכוחות בגוף חולקים אחד על השני ומופר האיזון, נוצרות מחלות. מחיאת כפיים מבטלת הכול.

### כל כך קל... אז למה אנחנו לא עושות את זה יותר?

כל כך פשוט. לשבת ולמחוא כפיים. לקבל על עצמינו חמש דקות של פעולה פשוטה ופועלת. אז למה אנחנו לא עושות זאת יותר? התשובה היא פשוטה.

יש עוד מישהו שיודע מהמעלה העצומה של מחיאת כפיים. והוא לוחש: "תגידי, את באמת חושבת שאם תשבי עכשיו ותמחאי כף אל כף משהו ישתנה, זה באמת יעזור...? נו..." וכך הוא סוגר לנו את הידיים ואוטם את הלב.

צריך להיות גיבורות להאמין לצדיק ולא להתרשם מהלחישות השטניות שלו.

תמחאי כפיים! לא צריך להיות רבנית חשובה כדי לעשות זאת, לא צריך לכוון כוונות עילאיות, רק להאמין לדברי הצדיק שפעולה כל כך פשוטה, פועלת בבריאה ישועות וניסים. הלוואי ונזכה למחוא ולמחוא עד הגאולה!

(מקורות: שיעורו של הרב ארז משה דורון, ספרי רבינו)

כמה פשוט, כמה ראשוני. כל תינוק זעיר מתבקש בהתלהבות מאמו המדגימה נמרצות: מחא כפיים! מהר מאוד שתי ידיים שמנמנות נפגשות בחינניות לקול צהלת בני הבית. הוא הצליח! גם רבנו הקדוש מבקש מאתנו- מחאו כפיים! כן! באותה פשיטות שהתינוק עושה כן, גם אנחנו יכולות.

**דיבר הרבה מעניין מחיאת כפיים בתפילה (אבל רבינו מזכיר גם מחיאת כפיים כפשוטו) וסיפרו לי שבתחילת כניסתו לשם עמד פעם אחת בפתח בית המדרש בביתו והוכיח את העולם על אודות התפילה שאינם מתפללים כראוי. ענה ואמר שאין שומעים מכל אחד שום מחיאת כפיים. ומזה הבינו מיד שרוצה להחזיר עטרה ליושנה, שיתפללו בחיות וכוח גדול כמו החסידים הראשונים שהיו לפנינו... (חיי מוהר"ן)**

כמה פשוט, כמה עובד. לא צריך הרבה כוח בשביל למחוא כפיים (תינוקות אמרנו?) מוח? הפעולה הזאת פשוטה ביותר, גם עם מוח מבולבל ועייף אפשר ליישם אותה. רגש לדבר גם הוא לא נדרש, לא נדרש מצב רוח מיוחד בשביל למחוא כף אל כף. מדובר בפעולה פשוטה שכל אחד יכול לעשות. כף מכה בכף ושוב ושוב---

### פעולה פשוטה שמפעילה את כל הבריאה

רבינו מלמד אותנו שכאשר אנחנו מוחאות כפיים מתעורר כוח הקדושה. יד בגימטריה 14, שתי ידיים- 28, ביחד- כוח. איזה כוח מתעורר? "כוח ל"ח אתון דמעשה בראשית", כוחו של הקדוש ברוך הוא לפעול בעולמו כרצונו. לתת טוב ושפע למי שהוא חפץ, וליטול ממי שאינו חפץ בו. להשליך את שונאי ישראל מארצנו הקדושה, ולהנחיל אותה לנו, עמו אהובו.

ארץ ישראל עדיין בגלות. מנהיגים של שקר שולטים עלינו שלטון זר, איך נטהר את העולם? איך נחזיר את שלטון הקדושה? כפיים! כל מחיאת כף מסלקת את מלכות הרשעה ופעולת קדושה לארץ שלנו. מוציאה את ארץ ישראל מתחת מלכות דסטרא אחרא. באומן בתפילה מוחאים כפיים כשאומרים 'המלך הקדוש' אנחנו רוצים להמליך את השם, אנחנו מייחלים לרגע שהשם יתגלה בעולם וכל מלכות הרשעה תתבטל, מתי תהיה כבר ההופעה הגדולה של בורא עולמים שיבוא בהדר גאון עוזו? בואו נמחא כפיים כבר מעכשיו. ניתן למלכות הקדושה כוח.

### מטהרת לנו את התפילה

רבינו אומר שצריך לראות שיתפלל תפילתו באוויר של ארץ ישראל. הרבה פעמים כשאנחנו באות להתפלל, המוח מתחיל להציף אותנו במחשבות זרות. מי עצבן, מה אמר, מה עוד עליי לעשות, וכיצד אעשה כן... יש התקפה של ממש על התפילה, דווקא כי היא כל כך קדושה. על ידי מחיאת כף אל כף אנחנו מטהרות את האוויר, מרחיקות את המחשבות הזרות ואת הקטרוגים וזוכות להתפלל ביתר כוונה בבחינת ארץ ישראל.



היו הייתה רוח  
שפרצה בסערה  
השתוללה במלוא הכוח  
ואספה טוב ורע  
לאן שנשבה  
אפילו לא חשבה  
נשכחו יעדים  
נעלמו צעדים  
מכה ללא רחם  
לא תפספס גם אתכם

המדבר הפך יישוב  
היישוב מזמן אינו חשוב  
המותר אסור  
והאסור מותר  
אומרים מתוק למר  
והמר נמהר

ומתוך הבלגן הזה  
בא צדיק כזה  
שיש לו כוח  
להשיב את הרוח  
להפך לנו הלב  
לחזור לאבא שאוהב  
הוא שאג בקול גדול  
שנמשיך עוד לגדול

אין ייאוש בעולם  
יש תקווה לכולם  
אם האור נעלם  
והחושך גובר  
תפילה אחת למרומים  
הבלבול יתבהר  
ואם דחוק ובהול  
ומרגיש שנגמר  
צעקה וחיפוש  
גם על גשר כה צר

כך מוריד הגשם  
מפזר עננים  
נשימה מיישב  
מאיר הפנים

כן, זה משיב הנפשות  
שמשיב כל הרוחות  
מורה לנו לבקש  
ולא להתייאש  
לדעת שאבא תמיד מקשיב  
רוח משיב

קוראות כותבות

## אפילו פרוטה שבכיס מתברכת

היי חברות יקרות שלי, כאן רחל מאגף ההלבשה לבית היהודי. רציתי לשתף אתכן בחוויית קניה מדהימה, חסכונית ומלהיבה עליה סיפרה לי סתונית חברתי מכלי ראשון, כל הזכויות שמורות לכולן. האטרקציה בהמצאתם ועידודם של נשות חינוך ורבניות חשובות. ובעיקר בהמצאת האגף הפיננסי. וכה היו דבריה של סתונית:

חנה שמחה חברתי הטובה התברכה בחוש אסטטי מפותח, לכל השאלות מנין הבגדים היא משיבה בלי למצמצץ מ"הבוטיק" איזה עזות דקדושה! חנה שמחה יקירתי, קבלי צל"ש מעל במה חשובה זו.

אשת חיל מי ימצא. סדין מצאה ותמכור לכולן שגם אם עלה לה רק חצי דולר זה יכול להראות מיליון דולר! ובכן, מקטלגת סתונית לסוגים, ייתכן ואת שייכת לזן המתגנב לגמ"ח לפנות בוקר בשירות וי איי פי, לבל תשזפך עין זר, או מרגישה אומללה עד מאוד בעודך נוברת בערמות. יש ואולי את מביטה בחשקה במבטים מורעבים אל הופעות של קולקציה חדשנית. שימי לב!

מחקר פרטי שערכתי באגף לחקר התנהגות האוכלוסיה חושף כי המדד לחינניותם האמיתית של ילדנו מעולם לא היה קשור לסכום שעלו בגדיהם. חן וכבוד ייתן השם. בשורות הבאות משתפת סתונית מהשטח בקניה ביום של גשם וממחישה כיצד מתברכות בכיסנו הפרוטות ומניבות לנו פי שניים קניינים שמחה ונחת!

טיפות היורה החלו לרקד מעל הגגות המאובקים, ריח אדמה לחה ביסם את החלל. 'קולקציית חורף' התקבלה הפקודה במערכת עיבוד הנתונים שלי. חייבים לפקוד את ה"בוטיק" ולחדש את המלאי. החילותי להרכיב את רשימה המשאלות בקדחתנות כאילו אני מזמינה עכשיו בנקסט. מעיל לאביגיל, פיג'מה חורפית לנחמן... הרשימה הלכה והתארכה. השאלתי לי לחברה את 'הושבע אלופת הגמח"ם וההופעות, וכך מלאות ציפיה והתרגשות "מה יעלה באמתחתנו הפעם" החילונו מדפדפות ובולשות בין הבגדים. מחפשות את בגד המזל.

"הקטנות שלי רוצות סט כי נמכרנו אני ועמ" קוננה באוזני הושבע תפילה מעומק הלב למציאה מלאה חן. ואף אני ציפיתי להגשים לפחות חצי מרשימת המשאלות שלי. מה שהתגלה לי באותה חווית קניה קסומה שאמנם שלמה המלך החכם באדם ידע את שפת העופות והחיות. אבל 'הושבע חברתי הנחמדת יודעת שפה נוספת, שפת הבגדים והנעליים. לאורך כל מסע השופינג האקסלוסיבי (כן היא מצאה שני סטים!!!) היא לא חדלה לדבר אליהם לדובב אותם לגעור בהם ואפילו להעליב אותם.

"את מהממת!" החמיאה למטפחת בגון חרדל ששלפה מאי שם בתרועת ניצחון. "בדיוק כזו רציתי" ליטפה אותה בחיבה. "אתה לא, מצטערת", פסקה בכובד ראש למראה בבואתה עטוית ג'קט גולמני למראה. "מה את אומרת על זו" התדיינה איתי בכובד ראש על שמלת ערב מנצנצת עד מאוד. "זה לא צחוק חמישה עשר שקלים!" חשפה את שיקוליה השיקליים. כשהגענו לאגף הנעליים היא כרעה אפיים ארצה, התיישבה בגמישות ברגליים שלובות והחלה שולפת נעליים קטנטנות. "גם צעד ראשון לוקחים מהבוטיק". חשבה שהיא מחדשה לי את היבשת. "גם כן צעד ראשון" שלפתי בבוז, "עושים כסף על הלב של האימהות". יהושבע לא שמעה אותי. היא סידרה בתיעדוף אנין טעם חצי תריסר זוגות נעליים קטנטנות והחלה לשוחח איתם אחד על אחד. "כמה ניקח לה לקטנה?" שאלה אותי באמצע רב השיח המרתק.

"נעל לכל בגד!" פסקתי לה מעשה סטייליסטית. "חצי תריסר זוגות! יש לה מזל לתהילולה שלי", שלחה לה נשיקה למרחוק. "אחר כך נעשה סלקציה", יש עליי כולה חמישים שיקלונים שקיבצנו מכל הבית" הוסיפה אגבית.

כך המשכנו אוספות בגדים, חוויות, שיחת נעליים ורמזי עליוניות, חזרתי הביתה עמוסת צרורות עם המון שמחה בלב, כזו ששום קניה ממותגת וחדשנית ככל שתהיה לא הייתה קונה לי בכסף!





אחר הדמות השחורה. זו הייתה הפעם האחרונה שראתה את בעלה הגדול.

באחת הפכה לאלמנה. הקהילה כולה ליוותה את המקובל רבי יוסף אבוטבול לדרכו האחרונה אל בית העלמין היהודי. הספרים מרים ספדוהו: איש גדול, תלמיד חכם, בעל מידות, מי יתן לנו תמורתו? הקהילה עוטפת את זמילה וילדיה בחיבוק עז, מוכנה לעזור ככול הנדרש. לגדל ארבעה יתומים רכים אינו עניין פשוט. וזמילה, הן אינה רגיילה היא בעבודה קשה. אך התלמים החרושים מתכווצים יותר. היא מסרבת בעדינות להצעות הנדיבות.

"הילדים של רבי יוסף אבוטבול לא יהיו מקבצי נדבות", נחושה מתמיד. מלחמת הישרדות החלה לה לזמילה. תכשיטיה נמכרו אחד לאחד בתקופות חגים, עת ההוצאות רבות היו. ושמלותיה הרקומות שימשו למשכון בעד מכונת התפירה שהשכירה לפרנס את ילדיה. מדי יום השכם בבוקר עוזבת את הפלך היהודי אל עבר השוק הסואן, נושאת את המכונה הכבדה על גבה. עבודה מדויקת ורזיזה לה. אך משכרת היא פרוטות מועטות הנאספות אחת לאחת למוצרי מזון בסיסיים בלבד. בסופו של יום, נושאת את צרורה הדל עמה וחוזרת לילדיה המצפים.

"אתם תגדלו כמו שאבא רצה" משננת להם, לבנים ולבנות. מנסה לתווך לילדים את הדרך הראויה. אך הניסיונות רבים וגדולים הם. האליאנס, רשת מוסדות לימוד צרפתית, פשט במרוקו, ונתן עינו הרעה גם בגדולים. הציג עצמו כשוחר תורה והרווחה, כמטיב ודואג, אך למרבה הצער התגלה כמקצץ בנטיעות.

ומה שלא קיצץ האליאנס, קיצצו הציונים. הגדול, רפאל, מדבר על ארץ ישראל. כוסף לעלות ארצה. אך לא לתורת הארץ כמה הוא. רפאל חפץ להיות לוחם, חייל. הציונים שהגיעו למרוקו הסעירו דמיונו הכאוב מדמי אביו, למחוזות רחוקים, אחרים. זמילה מנסה לרכך, להסביר, אך האוזניים ערלות הן. צלילים זרים מתנגנים בתוכן. לבסוף, במרי נעורים הוא נעלם. בספינת מעפילים עלה ארצה, מותר את אמו דאוגה ועצבה. מה יעלה בגורלו?

"נעלה אחריו" מחליטה זמילה לצאת בעקבותיו של בנה. מוכרת את מה שנשאר, צוררת את המועט המוכרח, ומודיעה לכולם שלמען חופשה יוצאים הם מביתם. העלייה לארץ אינה חוקית. אנשי הסוכנות הבטיחו לדאוג לתעודות מעבר. אך מתי ואיך? מסע בין שבעה חודשים בדרכים עקלקלות מחכה להם. מסע מעייף ומתיש באוניות מטות לנפול. ובסופו הארץ המובטחת.

ארץ ישראל נקנית בייסורים. מתייסרת היא זמילה עם ילדיה במעברה. את כל טוב מרוקו עזבה מאחוריה. את משפחתה התומכת, את החברות והמכרות ואת כבודו של בעלה. כאן

גלם ולהפוך אותם לנצח נצחים של שמחה יהודית טהורה?

שרה תלך לשוחט, תדאג גם למריטת העופות. רבקה וסולטנה תבשלנה העופות עם צימוקים ואגוזים, יוכבד אחראית על התופינים והעוגות, היא כבר תגייס עוד שכנות למלאכה. חנה תצא מהפלך לעבר השוק להביא ירקות. בנים גדולים לה לחנה, יעזרו לה לסחוב הכבודה. כל אחת תכין סלט אחד לכבוד השמחה. והבשר? נראה כבר מי תזכה לבשלו עם ערמונים כמובן. כל אחת ותפקידה רוצה כבר לצאת לדרך. אך עתה מגיע השלב החשוב ביותר. שינון ההלכות הנחוצות. כיצד מנפים קמח, ואיך בודקים אורז, עלי גפן כיצד נבדקים, והחסה, עתה יש נגיעות גדולה. צריך לשתוף היטב במי סבון ולבדוק באור השמש דווקא, פעם אחת לא מספיקה, צריך



"אמר שִׁיחָהּ כְּמָה מַעֲשִׂיּוֹת מְאֻנְשֵׁי שְׁמַכְל אֶחָד וְאֶחָד יִסְפְּרוּ הַרְבֵּה מַעֲשִׂיּוֹת"

## תמונות חיים

ש ל ו ש .

"שמחה טהורה, באוכל טהור", מסכמת זמילה והכול מתפזרות. דמותה התמירה והאצילית של אסתר, בת בלי בית אותה גידלו קהל הקדושים מלהיבה לבבות. אסתר תזכה בסעודה כיד המלך כשרה למהדרין.

\*\*\*

חצרה של משפחת יילוז לבשה חג, הדס ותחרה. עת דודים הגיע. זמילה כמחותנת מהלכת עדויית זהב בין הקרואים, דואגת ששום פרט לא יישכח. ניוחות מהבילים נישאים מהמגשים, פרי עמלן של נשות הקהילה. השולחנות ערוכים בפאר והדר. עתה ניגשת זמילה לזמר לאסתר הכלה במיטב הפיוטים באפריון החגיגי אותו הכינו לכבודה, מכה בתוף המיוחד שלה לשם כך. קולה של זמילה ערב וצלול. מתערב קולה בקולן של הנשים המזמרות אחריה, והרגליים כמו מעצמן נישאות בריקוד עליז, לכבודה של אסתר, הכלה הנרגשת.

פעל מעשה שטן ובעוד הסעודה בעיצומה דמות ישמעאלית מופיעה בפתח עזרת הנשים.

"את גברת אבוטבול בבקשה" דורשת. עבד אל סלים! העיניים נפערות, מזהות את הרוקח הגוי. פניו הרציניות אינן מבשרות טוב.

"עליך לחזור לביתך" פוקד על זמילה המובהלת לפתח. מסעודי הגדולה, התינוקת שמחה על ידיה, מרימה לאימה עיניים דאוגות, שואלות. "מיד אשוב ואספר לכן שהכול בסדר" נוסכת זמילה ביטחון. אחר נעלמת בחסות החשכה

בחצרה של משפחת יילוז התאספו נשות הפלך המקנסי במרוקו והמתינו. רבני העיר ובראשם רבי רפאל ברוך טולדאנו הורו לא להתחיל לבשל לשמחה בלי ההנחיות של הרבנית זמילה, אשת רבי יוסף אבוטבול. אך עתה התאספו כולן, הפשילו שרוולים, אך הוראות אין. "מדוע מתעכבת היא זמילה?" שואלת סוליקה, השמש המרוקאית קופחת בעוז, ולה עוד עבודה רבה בבית. עיני החבורה נשואות אל עבר שביל האבנים המוביל לביתה של זמילה. מחכות לראות את המטפחת הקשורה והאצילית, החיוך הנעים, את הצעדים הנחושים שכה מאפיינים אותה. ואכן דמותה של זמילה נראתה לבסוף. גומעת מרחקים בפסיעות מהירות, אך תלמים חדשים ובלתי רצויים נחרשו בלי משים במצחה הגבוה, והחיוך הנצחי עומעם לכדי קו צר המעיד על נפש שמר לה.

בעלה הגדול של זמילה נפל למשכב. כבר חודשים ארוכים שהוא נייע ולא נייע. חומו קודח, גופו חלוש.

הרופאים לא יודעים להשית עצות לרפואתו, אך הקהילה במרוקו ידיה נשואות אל-על למי שהרפואה שלו, והשמחה שלו, והשמחות. מצוות שמחת חתן וכלה עומדת בראש מעייניו של רבי יוסף. את אשתו מנחה כיצד לשמור על

כשרות המאכלים ולפקח על הכנת הסעודה כהלכתה. גם מזרז אותה לבוא בעצמה ולשמח בגפה את הכלה. "אין דבר גדול מלשמח כלה יתומה" אומר. בעצמו יתום עגול הוא. יודע כאבי לב וטעם מצוקה. תלך אשתו ותשמח, ותעמוד לו מצווה זאת לזכות. עתה זמילה מתנשפת. מוחה פלגי זיעה. "סלחנה לי על האיחור, עבד אל סלים הרוקח הגיע לביתנו, נתן תרופות חדשות, פקד פקודות, הזהיר הזהרות", נאנחת אנחה ששוברת חצי גופו של אדם.

"מי ייתן וישלח הבורא רפואה שלמה, מידי הרחומות", מברכת יוכבד, המבוגרת שבכולן, ומניחה יד משתתפת על כתפיה השפופות של זמילה. הכול מחוות אחריה ברכות ואמנים. אמן! שתמצא רפואה וארוכה, שיצא הרבי המקובל רבי יוסף מאפלה לאורה.

אך אין העת לעצבות רוח. עבודה רבה מחכה להן. וכבר רוח אחרת ננסכת בה בזמילה. מסיטה מהלב המכווץ את צרתה, ומזדרזת אל עבר אדון השמחה, אשר השמחה במעונו והכול ברא לכבודו. וכמו מעצמם תפקידים ניתכים על ראשים, רעננים ומשמחים ומלאי חדות עשייה. זמילה אישה פיקחת וחרפה היא. בלי דעת קרוא וכתוב יודעת לאמוד על התאמת התפקיד לבעלתו ועל הכמות אותה תידרש להכין. שום פרט לא נשמט מזיכרונה הצלול. מחלקת היא תפקידים לנשות הקהילה המקנסית הנרתמות ברצון טוב. מי לא תרצה להכין ערמת מופלטות או קוסקוס ריחני לכלה יתומה? לקחת חומרי

## המשך מעמ' קודם -

שגרת חייה? מנסים להכניס בחייה הבודדים של סבתא קידמה וחידוש. סבתא מניפה יד בביטול. אין לה צורך בחידושים. הם לא בשבילה. טוב לה כך. היא לא לבד! היא עם בורא עולם. והם מדברים תמיד.

השנים עוברות וסבתא מתבגרת. מכל נכדיה, שתי נכדות מיוחדות לה. רוני מהבת מסעודי, ורויטל מהבת שמחה. רוני ורויטל בחורות גדולות ועסוקות הן. חייהן מלאי עניין, אך מאחורי העיסוקים ישנו ריק כאוב של חיי חולין. נמשכות הן כמו מגנט לבית הקטן בגבול בני ברק רמת גן.

כל אחת בתורה. כל אחת בזמנה. שוטפת לסבתא את הבית, מאבקת את האבק. אוכלת מהסירים הקטנים, ומקשיבה לסבתא. כשסבתא מסתלקת לגנזי מרומים, החלל הריק שנותר בליבן מבקש מענה. הבית הקטן כבר סגור. פרחי הקאלות נעלמו מגינתו. אך כל אחת בדרכה, בלי לתאם עם בת דודתה, מוצאת את השביל אל היהדות. מתחברת לשרשרת המקורית, שרשרת אבות, השרשרת של סבתא זמילה וסבא יוסף, בקשר בל ינתק שמבקש נצח. וחוזרת לגבול הקדושה.

יהי זכרה ברוך.

לעילוי נשמת זמילה גאולה בת לאה

הסירים הקטנים, והכירה היחידה. "סבתא לא חם לך?" שואלות הנכדות שגדלות, ומבחינות בסבתא השונה כל כך מאמא ומדודה. לבושה ארוך, מטפחת חומה קשורה לראשה, גרביים ארוכות לרגליה. מדוע הולכת היא כך בחמסין של רמת גן? למה היא תמיד לבד? יושבת לה על כיסא פלסטיק בגינת הבניין, פרחי קאלה לבנים מימינה ומשמאלה ופיה ממלמל. אל מי סבתא מדברת?

"מאלוקים מתביישים, מתלבשים צנוע" היא עונה. הבנות מרימות כתף. מקבלות את סבתא כך. אוהבות הן את סבתא. כולם אוהבים. הסירים של סבתא מבורכים הם. קטנים קטנים, נראה שלא מכילים הם מאום, אך כולם סועדים והסיר עודנו מלא. באורח פלא לא נגמר תוכנו. הסלט של סבתא חתוך דק-דק. יש בו בצל כבוש, וטעם שאי אפשר לחקות. הפה של סבתא מספר בערבית מרוקאית את סיפורי התורה. על יוסף הצדיק, ומריבת האחים, על עם ישראל במצרים, ועל ארבע האימהות. בדיוק את אותם הסיפורים שסיפר לה סבא יוסף אז במרוקו. הנכדות לא מבינות את הכול, אבל קצת כן, והרוח הטובה שנושבת מבין שפתותיה של סבתא נכנסת היא פנימה ומרגיעה את הנפש.

הילדים מציעים לסבתא טכנולוגיה ומדע, אולי מסך גדול שישדר חדשות ותוכניות יגוון את

בארץ אין לה גואל ומשיב נפש. אך שמחה היא בארץ המובטחת, ארץ ישראל. ובבנה רפאל שנמצא בריא ושלם. והשנים חולפות. ארבעה ילדים גדלה, ארבעה ילדים חיתנה. כולם מסורתיים, כולם מאמינים, אך הקפדה על מצוות, דקדוק הלכות, שמירה על קלה כבחמורה, כמו שרבני מרוקו הורו, כמו דרך אבא מאז ומעולם - כל זה התרחק מהם כמטווחי קשת.

וזמילה רואה ושותקת. ממשיכה להחזיק במסורת אבות, לשמור הלכה בדקדוק כמו שהייתה באומנה עם בעלה. שנתיים תמימות לא טעמה טעמו של בשר, עד שמצאה שוחט ירא שמיים שיכלה לסמוך על שחיטתו. רוחות החולין שנושבות בעוצמה על בני עדות המזרח, נושבות גם מעליה, אך בה לא נוגעות. כצור החלמיש ממשיכה בתמימות ובפשיטות להחזיק בדרך בעלה הגדול.

"מה יעשה היחיד?" מרימה עיניה לשמיים, כנועה לרצונו של מקום. לא מאשימה ולא נאשמת. התקווה שייכת אליה. והפה מדבר. מספר. משיח צרתו, תפילתו, הודאתו ותחינתו לאבא שבשמיים, אבי האלמנות והיתומים. והוא נותן לה כוח.

הילדים, הנכדים, כולם נמשכים לבית הקטן של הסוכנות, שם מתגוררת סבתא בגפה, עם

### משפחת המנויות של 'חברות מקשיבות' יוצאת לדרך!

רוצה לקבל את עלון 'חברות מקשיבות' צבעוני ומאיר עיניים עד הבית?

בתרומה של 30 ש"ח לחודש בלבד את זוכה ומזכה!



התקשרי עכשיו: 050-4116096

אנא העתירו בתפילה בעד תינוקות של בית רבן שזקוקים לרחמי שמיים מרובים בתושח"י

## נהוראי מאיר בן עדי ואיילה שפרה בת תמר

עימוד העלון מוקדש לעילוי נשמת אסתר בת אברהם ע"ה

ב. נ. תרמה 320 עלונים לישועת עם ישראל

100 עלונים נתרמו לרפואת שמחה סימה בת זמילה גאולה ומשה בן בידה

החפצה בעילום שמה תרמה 200 עלונים להצלחת משפחתה ולגאולה ברחמיים

העלון מוקדש לרפואת תינוקות של בית רבן אילה שפרה בת תמר ונהוראי מאיר בן עדי בתושחע"י

צילום מסמכים | הדפסה | שחור לבן/צבעוני | A4 A3 | נייר צבע | נייר כרומו | מדבקה | מגנטים | למנציה | ספירלה ועוד

הדפסות על בלוק על במיזון גדלים של ארבעה וזוד ועוד

0.22 א"ג' לצילום ש"ח A4 הקניית כרטיסיה של 250 צילומים למשך 3 חודשים

5000 פליירים 300 צבעוני דו צדדי

מגנטים צבעוני (ש"ח 0.4)

1000 יו"ל - 350 ש"ח / 5000 יו"ל - 1250 ש"ח

כרטיסי ביקור צבעוני דו"צ (עם לכה סלקטיבית)

1000 יו"ל - 300 ש"ח / 5000 יו"ל - 1000 ש"ח

חברת העיתונות הצפון-המערבית

לפרטים 053-31-92-135 דוא"ל copy3192135@gmail.com

עריכה לשונית:

ר.ל. בהר 054-846-9963

גריקה ועימוד: ד.ר.

## 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