

הברזות מוקשיבות

אסיפורי אלוטות

"יֵדַע וַיֵּאֱמִין כִּי בְּכָל עֵת וָעֵת
עַל יְדֵי כָּל בְּקִשָּׁה וּבְקִשָּׁה וְעַל יְדֵי כָּל דְּרִישָׁה וְדְרִישָׁה
שֶׁדוֹרֵשׁ וּמְבַקֵּשׁ וּמְחַפֵּשׁ לְמִצְאָה כְבוֹד קְדוּשָׁתוֹ יִתְבָּרַךְ.
וְעַל יְדֵי כָּל הַבְּטָה וְגַעְגּוּעַ שְׂמֵמֵיט וְתוֹלָה עֵינָיו לְרַחֲמָיו יִתְבָּרַךְ
וְעַל יְדֵי כָּל תְּנוּעָה וְתַנּוּעָה שְׂפוּנָה לְהַקְדִּישָׁה,
עַל יְדֵי כָּל זֶה זוֹכֶה בְּכָל פַּעַם לְשִׁבְר
חֲזוּמֹת בְּרִזָּל וְדִלְתוֹת נְחֹשֶׁת..."

(ליקו"ה, גביית חוב מיתומים ג', י"ז)

7

הילד מתמודד?
קחי זאת כמחמאה!

מרגישה שאת מתמעטת?
עוד רגע נעלמת?
מזל טוב! זה סימן שאת הולכת
להיוולד מחדש!

9

11

ביזיון עסיסי שכזה בלי שום
הכנה מוקדמת?
מכף רגל ועד ראש,
כולי ביזיון-

למתוח את רגעי הצחוק
למקסימום
טל המורה לשמחה בטיפים
לחודש אייר הכי שמח

12

בתוכן גליון חברות מקשיבות



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

עיצוב גריד:



עריכה לשונית:

הל בהר- 054-846-9963

300 עלונים

נתרמו לעילוי נשמת מרים.

100 עלונים

נתרמו לעילוי נשמת לוי בן שלמה ולרפואת תהילה שמחה בת שחר

100 עלונים

נתרמו לגון מהרה לעדי מירב מרים.

200 עלונים

נתרמו לע"ב עמרם לילי בת רחל ז"ל ויצחק (גיקי) בן לילי ז"ל

100 עלונים

לע"ב עמרם (ארמונד) בן שמחה ז"ל

100 עלונים

נתרמו לזיווג הגון לאר.

150 עלונים

נתרמו לרפואת סימה שמחה בת זמילה גאולה ומשה בן בידיה

100 עלונים

נתרמו לעילוי נשמת ליבה בת משה כ"ז אדר ת.נ.צ.ב.ה.

50 עלונים

נתרמו לרפואת ש לאמי היקרה מנב"ת מרגלית בת אני

50 עלונים

נתרמו לזיווג הגון לחי.פ.

אנא העתירו בתפילה בעד תינוקות של בית רבן שזקוקים לרחמי שמים נהוראי מאיר בן עדי אייטה שפרה בת תמר חנה שושנה בת מרים מירל בתגש"י

בס"ד
הקו שיכניס לך
שמחה אמיתית ללב
אוגם יצחק
אותך....
079-60-767-35
לנשים בלבד

קו ההתחזקות
02-6633554
הקו שלך להתחזקות אמיתית!
שיעורים של נשות שלומינו
בתורתו של רבי נחמן מברסלב

ממתינה להמתנה

3
מקשיבות חברות

ממשיכה להתעקש

4
במעשיות מתבוננות

כי מתאמצת היא

6
במעשיות מתבוננות

קבלת נסיון גדול? זאת מחמאה בשבילך

7
ההתחזקות שמחה

חינוך לברכות הנהנין

8
בחיך חינוך

נסיעה משתלמת במיוחד

10
חיים תמונות

טיפת שמחה כל יום

12
המעל הזמן והמקום

מרגישה שאני דורכת במקום, מה עושים?

13
למעשה עצה

ספירת האומר

14
שיחת חברות

כרתנגול בבני אדם

15
מילתא דשטותא



ממתינה להמתנה

בלי השוואות!

דבר נפלא נוסף שספירת העומר מלמדת אותנו זה שאף אחד לא יכול לספור את היום שלי חוץ ממני. אם משהו ינסה לעשות כן - הרי לא יצאתי ידי חובתי ואף עלולה להיפגם לה הספירה. וכאן טמונה נקודת התחזקות מופלאה. כל אחת קיבלה חבילת חיים שכלולים בה תכונות, מידות, עיסוק, משפחה ועוד. גם אם נדמה לי שאני מדדה אחרי חברתי בנות גילי (והרי למדנו יחד באותו בית הספר, ישבנו בסמיכות שולחן זו לזו, ואני אף הצטיינתי ממנה בלימודים. ואיך היא 'עקפה אותי בסיבוב' ואני עדיין מחפשת את עצמי עם הפרנסה, שידוכים לילדים וכולי?) ההשוואות הורסות את הספירה שלי. מכניסות אותי למתחים ותחרות, מוציאות אותי מארבעת האמות שלי למקומות אחרים וזרים. יש להשם יתברך נחת רוח מהיום שלי בתמונת החיים הזו ממש, הוא מחכה להתחזקות שלי, להתעוררות שלי - ואף אחד לא יכול לגרום לו נחת רוח מופלאה כמו שאני אגרום לו ברגע שאספור את החיים של עצמי. והרי לעשות לו יתברך נחת רוח - זהו רצוני הפנימי הגדול ביותר. אז, למה להתבלבל מאחרים?

הממונה על החיות

במעשייה שלנו השני למלכות ממשיך ומתעקש, והאדם שאינו בגדר אנושי כלל מזמן את כל חיות העולם, ושואלם: האם ראיתם הר ומבצר? כולן אומרות פה אחד שלא ראו. לא קיים הר ומבצר. אין סיכוי שהוא מצוי בעולם כלל.

כשאנו מתבוננות בקורבן העומר שהביאו במוצאי יו"ט והוא הפותח את תקופת העומר, אנו רואות שהיה עשוי ממאכל בהמה. כמה מעליב הדבר לחזות כמה קטנה עבודתנו. משעורים בסך הכול עשוי קורבננו! מאכל פחות שמתאים לבהמות ולא לאדם, הבאנו אליו יתברך.

אך דווקא בקורבן זה, העשוי משעורים, טמון רמז גדול. שעורים מלשון שערות, קצת קדוש. על ידי הפעולה הקדושה של ההמתנה והגעגועים, האמונה שגם השערה הקטנה שיש לי לתת לו יתברך מקובלת ומקדמת אותי - זוכים לאכול בשבועות את קורבן שתי הלחם, מאכל אדם. מהנקודה הקטנה שלי אין לי מושג איך אשיג את התכלית הנצחית. זה נראה בלתי אפשרי למצוא את בת המלך. אבל האמת האמתית היא "ישנו בוודאי". הקדושה בסוף תינתן לנו במתנה. ואף המומנה על החיות כולם, בעולם העשייה הגשמי והעב, שאין בו חוקים אחרים חוץ מטבע, יודה ויראה זאת. אנחנו כובשות מלחמה חזקה עם 'הקצתים' הקדושים שיש לנו לתת לו יתברך. אשרינו מה טוב חלקנו! קריאה נעימה, חברות מקשיבות.

תורים, תורים, תורים. כל העולם בנוי עליהם, והנפש מואסת בהם. מי אוהב לחכות, תגידו? בשביל שני חלב ולחם נשרפו להן עשרים דקות תמימות בסופר. בחנות "הכול בשקל", כמעט ויתרה על תכולת סל הפרסים מאימת הנשים הצובאות אל הקופה להתפקע. אבל הדובדבן שבקצפת היה הבנק. אז הוציאה פתקית: "מקומך בתור 49". מבט לצג המהבהב סיפר לה שהתור אוחז בגברת מספר 32. עוד 17 אנשים לפניך, מי יודע מתי תצא מכאן! אך דווקא שם בתוככי הבנק, ממש מתוך פתקית הנייר, הציץ עליה בעל הבירה. בדיוק המספר הזה, 49. בדיוק עכשיו כשאנו נתונים בזמן ההמתנה הגדול. סופרים את הימים ליום החמישים בו נזכה לקבל את התורה. גם ברוחניות מבקשים מאתנו לחכות, כנראה שיש סוד בהמתנות של החיים האלו...

ספירת העומר מגיעה אחרי האורות הגדולים של ליל הסדר. ברגע אחד כל "גדלות המוחין" מסתלקת, ואת מתחילה את המסלול מחדש. שוב אין לך כלום כי אם את היום הזה בלבד. מה עושים עם יום בודד? מה שווה? ומה בכלל באה להגיד לנו ספירת העומר?

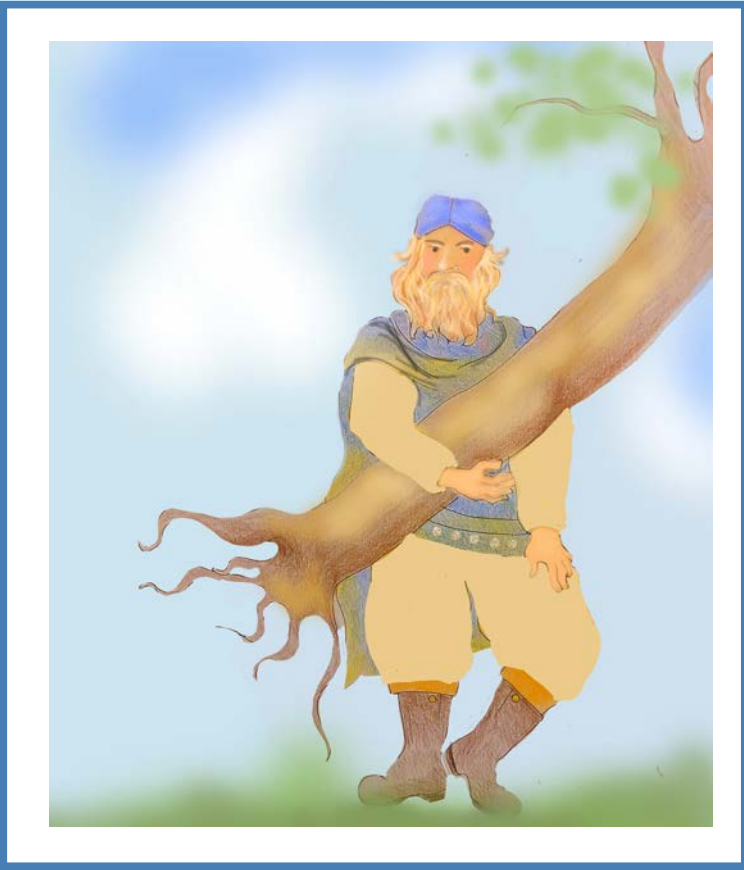
שווה, שווה!

"היום יום... לעומר!" את קוראת מול היום שלך. ובכך מכריזה שהוא יום שיש לו ערך והוא חשוב וחד פעמי. לא היה יום כמוהו ולא יהיה יום כמוהו. אי אפשר לוותר על היום הזה. הוא הכרחי למסע החיים שלך. היו בו סודות ביום הזה, היו בו נפלאות. "על נסיך שבכל יום עמנו" אמרת על הניסים הנסתרים והגלויים שהתחללו בו. נקודות טובות חטפת היום. מצוות ומעשים טובים. וגם אם לא זכית בשלמות, וגם אם עברו עליך היום מעברים וניסיונות מרים - היום יום, וגם היום יש מה לספור!

סופרים את מה שיש

דרך הספירה היא לא לספור את הריחוק ממתן תורה אלא את הימים שכבר קיימים אצלנו. רבי נחמן מגלה לנו את הסוד שבדבר. אם היינו סופרות את הריחוק מהמטרה - הדבר היה יוצר בקרבנו ייאוש וחלישות הדעת. לראות את השלמות מול העיניים ואת האפסיות של עצמנו - זהו דבר משתק. אבל כשאנו סופרות את הקיים, אנחנו מתחיות ומקבלות כוח להמשיך.

השני למלכות אמר "ישנו בוודאי", גם אנחנו נאמין בטוב שלנו שישנו בוודאי, ולא לקולות הלב שמספרים לנו סיפור עגום ששמו "החיים שלך". זה לא נכון! ואם הבעל דבר רוצה לזמר לנו עלבונות - אנחנו נשיר לו: היום יום! היום שלי הוא יום, ויש בו! אני סופרת אותו, אני מונה אותו, הנה כך וכך עשיתי, כך וכך זכיתי!



מעשה מאבידת בת מלך

הממונה על החיות

פרק ט'

אמר לו (האדם המשנה להשני למלכות):
 לדעתי היא שטוח, אך מחמת שאתה מתעקש, הנה
 אני ממנה על כל החיות, אעשה למענך ואקרא לכל
 החיות, כי הם רצים את כל העולם, אולי תדע אחת
 מהם מהר ומבצר, כנ"ל,
 וקרא את כלם מקטן ועד גדול כל מיני החיות ושאל
 אותם, וכלם השיבו, שלא ראו ואמר לו: ראה ששטוח
 ספרו לפניך;
 אם תשמע, שוב לאחוריה, כי בודאי לא תמצא, כי
 איננו בעולם והוא הפציר מאד ואמר, שבהכרח הוא
 בנמצא בודאי

ממשיכה להתעקש

"יתן השם לכם ומצאן מנוחה אישה בית אישה" מוסיפה נעמי להפציר. קולה רך, עמוס יגון, כל מה שיכלה אישה לאבד אבד לה. בעלה, בניה, עושרה ושמה הטוב. הן נושאות קולן בבכי מאנות להיפרד, מלוות אותה עוד ככרת דרך. עורפה נושקת לחמותה לפרדה. ורות דבקה בה.

נתאספו אנשי בית לחם לגמילות חסד של אמת עם אשת בועז. פתע בשטח בית החיים מופיעות שתי נשים מן המדבר. האחת צעירה בבגדים שניכר עליהם כי יקרים הם, רעותה מבוגרת נתמכת בזרועותיה לבושת סחבות. חדי העין מהססים ושואלים הזאת נעמי?

"נעמי שבה ממואב עם כלתה הגיורת" לעסו המנייסיים בקבוצות. "מואביה", הדגישו במבט רב משמעות. "תכסיס מלחמה מואבי מן הסתם" פרשנו מביני ענין. מה היא עושה כאן? מדוע נטשה הכול באה? תהו הכול. "היא לא תקבל" שמרו מרחק בנות השכונה מהבתים הטובים.

איש לא לחש באוזנה כי זו שזנחה ארמון מלוכה וחמודות תבל תהיה לאם המלכות הנצחית. רק קולה הפנימי של נשמתה הוליך את צעדיה אל שדות בית לחם אל בועז.

רות שבתוכי רוצה לדבוק בדרך האלוקים, מחפשת ללקוט שיבולי מעשים. גרגרי הצלחות. להחיות את הנפש. שדות השיבולים נראים לא פעם כשדה מוקשים. אני מחפשת גב חזק שיעצים, שירים אותי. אבל מאחוריי אישה שבעת תלאות המבקשת אותי לצאת לקבץ שיבולים בשדה זר.

שדה קמה ממלא את האופק. שיבולים זהובות רוכנות זו אל זו, ממתיקות אוושת סוד חרישית. כמו נמלים עמלניות נראים מרחוק הקוצרים. היא מאהילה על עיניה וממשיכה ללכת. השדה משלח זרועות למולה, מברך אותה לשלום. מבטה אומד את כמות השיבולים שנותרו אחרי הקציר, מחשב במהירות כמה עליה לאסוף. היא רוכנת בצניעות אל הארץ, שומרת מרחק מן הנערים הקוצרים, לוקטת בשתיקה את תבואת השכחה. מכל הפמליה המלכותית שליוותה תמיד את צעדיה, מלווים אותה כעת רק שולי גלימה דהויים.

צריחים מתנשאים ומזרקת מים מרהיבה. ארמון המלוכה המואבי. חלונות הטרקלין הגדול פערו עיני ענק משתאות אל מול המראה. בסוכת הגפנים עמדו נעמי ועורפה, הנסיכות לבית מואב, אל מול חמותן. "לכנה, שובנה אישה לבית אימה" לוחשת נעמי, חריצי סבל בצדי שפתיה, "מר לי מאוד מכם כי יצאה בי יד השם" חורשות מילותיה תלמים בליבן. עוללות הגפן נעו חרש מביטות בהן בתימהון.



שדות השיבולים של חיי עמוסי קמה צופני סוד. כשאלקוט בכפיפה שתי שיבולים רמוסות, אשמע בליבי את קולו של בעל השדה האומר אליי "בתי, אל תלכי ללקוט בשדה אחר". איש לא לחש לי איך יראה הסוף הטוב, אני רק יודעת שהוא ישנו בוודאי. בינתיים אני כאן כדי ללקוט, זוכרת כי צריכין להיות עקשן גדול בעבודת ה'. (שיחות הר"ן ק"כ), מתפללת שתדייק את עקשנותי ולא אדחק את השעה. ואני שלך, רבי, נותנת לך את ליבי, ממשיכה להתעקש.

"מואבית, לעולם לא תבואי בקהל השם!" מקמרים שפה בבוז יודעי ספר, מפזרים את תקוותי כמוץ ברוח. "אין לך סיכוי" מייאשים מביני ענין. "הר של זהב את מחפשת? את באמת חושבת שתצליחי למצוא חיבור אמיתי לנשמה כאן בעולם? הזויה! מצאת לך מה לחפש ואיפה" אבל אני לא שמעתי להם. פסעתי בעקבותייך, רות. לוקטת בעקשנות שתי שיבולים בכל פעם, מאמינה שהקצת שלי יקר ונספר. יודעת שהחיפוש והבקשה בעצמם יוצרים עבורי את כל מה שיביא אותי אל בת המלך, אל תכלית הבריאה כאן בתוך העולם.

סיפרה חברה:

נסעתי לאומן יחד עם חברה בקבוצה
 מאורצנת. כבר בסדה התקופה הכנתי טאני
 וחברתי טונת קד מאוד כנוף הלואי. שתי חרדיות
 מאופקות מול אוטובוס עמוס בעלות תסובה
 מתחילות, מתחזקות, וכאלו שסתם כאן בסביב
 החוויה... טרנסימי, שאצות התאהבות ודיבורים
 טאן נשמרים איוו את הנטיקה כואה.
 ניסיון אטרוד. בעוד הקבוצה חושבת בלקס חניה
 סוקר כאולא האול, פרטנו איסון כדי שנצא
 אקום חצות וזהתפאל בסקט כציון. באוסן
 לואי, חיפשתי רק סקט. טאן יכריעו אחיבור
 הפנימי טאי. אך כשהצעתי ארכי נתן והקולניות היו
 השאלה על כל המרחב, ואן יכולתי יותר. שם את
 רבי נתן הן רוצות אקחת אי?
 תסכול על מילא אותי. הרשטתי רשעית ומקטרבת
 סנוכית ומסרת אזהבת ישראל בסיסית. מה
 את רוצה מהן? הן רק רוצות להתחבר, וזה
 הלוי שיהן! ומתוך ההסתרה היו האטתי אן
 אומר. תחבתי אופניות באופניי, הטיה: "חוסב
 מחסבות אכ" יידח מחך נידח" טא קרדונר
 התנצן בעוצמה וסיתק את רעטי הרקע. קרבת
 אציון ופתחתי איקוטי תפילות. מה מאוד נדהמתי
 אראות את המילוי הקדושות האלו מחס טס
 בתפילה. "חוסב מחסבות אכ" יידח מחך נידח".
 בורא עולא חוסב על כוונו מחסבות! טל אמת
 באטר היא טס, תמצא את הדרך איוו יתברק.
 ברבע ארד נכנסנו כוונו בתוך כלל חצות ענקית טא
 נסמות קדושות טרק מחקטוט רחמיים. ברקט
 אן בסקט, כוונו ביחד כדרך איוו יתברק...



ליקוטי תפילות

תפילה לתשובה

רבונו של עולם רבונו של עולם רבונו של עולם, יודע מחשבות,
 יודע תעלומות, בוחן לבות וכליות, חושב מחשבות לבל ידח
 ממך נדח, חפץ חסד, מרבה להטיב, עושה צדקות עם כל בשר
 ורוח, מלא רחמים בכל עת, צופה ומביט עד סוף כל הדורות
 אתה יודע את כל מצפוני לבבי עד הסוף יותר ממני, ורק אתה
 יודע באיזה דרך באיזה עצה להחיות את נפשי העלובה והאמ-
 ללה מאד מאד כי לפניך נגלו כל תעלומות לב והמון נסתרות
 שמבראשית, וכמה וכמה מחשבות ורעיונות עוברים עלי, וכמה
 וכמה ספקות וחלוקות העצה, מה שאני חושב בכל פעם למצוא
 עצה ותחבולה להתגבר על יצרי ולצאת ממה שאני צריך לצאת
 ולשוב אליך באמת, ועדין לא נושעתי "ואתה ה' עד מתי, עד אנה
 אשית עצות בנפשי, יגון בלבבי יומם, עד אנה ירום איבי עלי,
 הביטה ענני ה' אלוקי האירה עיני פן אישן המות" תן לי תקנה
 ולא אבד, עזרני והושיעני מלא רחמים בכל מיני ישועות הידו-
 עות לך, באפן שאזכה מעתה להוציא את עצמי מהבלי העולם
 הזה, ולשוב אליך באמת. (ליקוטי תפילות תנינא, מט)



כי מתאמצת היא

עמדה הרבה בזה, שכל כננת ה"ראשית חכמה" ושאר ספרי מוסר שמוכיחים ומבזים הרבה את האדם, אין כננתם להתרחק מהשם יתברך כי אם לקרב" (עלים לתרופה, מכתב כ"ח)

אמר, שלך - אשה פשוטה - אין סיכוי. (תרשמי אשה מפלצתית... לא רוצה! לא שומעת יותר בקולך! לך מכאן) את - כבר לא תמצאי את המקום ההוא, בו מתגלה שהכול יקר. שאת עצמך יקרה וגורמת נחת רוח כה רבה. אין כזה מקום, הוא פוסק. שובי לאחורייך! הוא ציטט וידע... ואפילו גם כל החיות הסכימו איתו... אבל אותי - הוא החליש. אז לי - אסור להקשיב לו בכלל!...

לא לשוב לאחור

עדיין לילה. על מסעך הכיסא בבית מבולגן נשענת אשה אחת, טובה באמת. היא רק רצתה לעשות להשם נחת--- נושמת עמוק עוד יותר... הדיבורים הקדושים מחלחלים בה פנימה, מרפאים. עוצמת עיניים ומדמינת את כל השרירים כאובי-המצפון מרפים, מתחיים. מותר לה לשמוע לרבי נתן. מותר לה להתחזק ולהתאמץ בלי שיעור וערך! רבי נתן אמר, הוא יודע.

מתוך השמחה הפשוטה שממלאת אותה היא מחליטה להרצות לעצמה הרצאה קצרה. על חינוך ילדים ושלוש בית ועבודת השם גם יחד:

"נשים יקרות! כשאתן מרגישות את החלישות הממלאת את הלב היקר שלכן, תדענה ותאמנה, שגם אם היא מצטטת לכן מספרים שאפסה תקוותכן - אל תאבנה! ואל תשמענה לה! כי כל כוונת הדיבורים הקדושים הם רק לקרב! כי יכול להיות, שהתעוררות התוכחה ומוסר שצא על הלב הוא מהקדושה... אבל הבעל דבר אורב תמיד על האדם... ע"כ עפ"י הרב מהפך דברי אלקים חיים, ורוצה דיקא ע"ז לרחק ולרשע לב האדם ח"ו" (שם) אם ישנם דיבורים שמחלישים אותנו - תדענה, נשים יקרות, שמי שמביא לך אותם עכשיו בתוך הלב, במנגינה מייאשת ומקטינה - זה רק הבעל דבר שרוצה להשכיח ממך את ההתפארות של השם ולהחליש אותנו מהקצת טוב שאנחנו מנסות לחטוף. זה הכלל שמלמדים אותנו הצדיקים הקדושים - שאין שומעים דברי תוכחה ומוסר - כי אם לקרב ולא לרחק.

עוד מעט יתגלה בלב של כולנו אותו מקום ש"הכל יקר שם", ונדע בוודאות עד כמה השם יתברך מתפאר בנו. אלו שעשועים אנו מעלות לו בערב הפוך. כיצד כבודו מתגלה בעולם בזכות הפעולות הקטנות של היומיום. אשרינו!"

היא לא תשוב לאחור, אל ארמונות הייאוש המוכרים. תביט רק קדימה עם דיבורי הצדיקים, תאמין להם. באשר ילכו - תלך. "ותראה, כי-מתאמצת היא ללכת איתה" - מתאמצת ומתחזקת שוב ושוב. מאוד מאוד, בלי שיעור וערך. עוד תמשיך לחפש, להפציר ולומר "שבְּהֶכְרַח הוּא בְּנִמְצָא בְּדָאִי".

"ואמר לו: ראה ששטות ספרו לפניך; אם תשמע, שוב לאחוריה, כי בודאי לא תמצא, כי איננו בעולם והוא הפציר מאד ואמר, שבְּהֶכְרַח הוּא בְּנִמְצָא בְּדָאִי".

ריקוד הביצים

אחר צהריים. מעוך כמו פירה אינסטנט (ובלי גושים! מדייקת תמיד רחל מצליח מידועתנו), דפוק כמו שניצל שרוף, מבולגן כמו רצפת הבית שסביבי ועייף--- אממ... כמוני ממש. מה הפלא שהתוצאה היא טונים שעולים בדציבל או שניים+. פלאפ. פלאפ. ביצה אחר ביצה יורדת בצעדי ריקוד מן התבנית שבשיש לרצפה. פלאפ! מריע בחדווה בן השנה, שולח ידו לנפץ ביצה נוספת. "אני לאאאאאאא מרשה!" צועקת אי-מי ומנחיתה את השודד הקטן לרצפ-אוי לא! האפרוח נוחת הישר אל שלולית הקליפות והחלמונים--- (נראה לי הגזמת עם תיאורי חוסר האונים והתסכול. נשים קוראות את 'חברות מקשיבות' כדי לקבל כוח ולא להתעייף. אה, כן? נראה לך זה מכביד מדי? טוב א... אז נעבור לקטע הבא תיכף ומיד!)

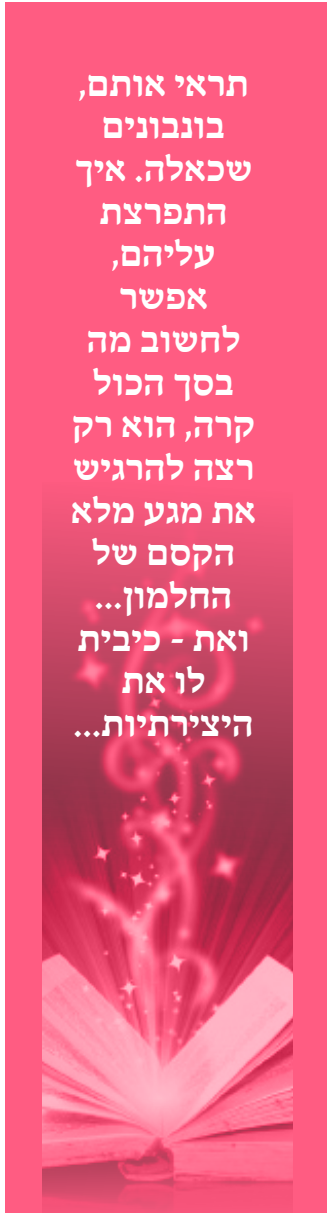
טראומת החביתות

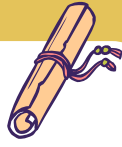
ערב. מנפץ הביצים ויתר אחיו נמים להם בשלווה מלאכית. מתבוננת בפניהם הדבשיות והבלתי מזיקות. אחרי יום כזה - המתיקות הממיסה שלהם היא מתכון בדוק להעיר את הסוגריים המנקפות את מצפוני (-תראי אותם, בונבונים שכאלה. איך התפרצת עליהם, אפשר לחשוב מה בסך הכול קרה, הוא רק רצה להרגיש את המגע מלא הקסם של החלמון... ואת - כיבית לו את היצירתיות... אבל הייתי עייפה... לא. זה איננו תירוץ! את ודאי זוכרת את המאמר ההוא, היודע; היה כתוב שם בחדות עד כמה מזיקה ההתפרצות לנפש הילד הרכה. מן הסתם - הוא יסחוב איזו טראומה או שניים. אולי לעולם לא יאכל חביתו--- דיין! לסגור! לסגור סוגריים מהר!!!... לא לתת לקול המחליש הזה לדבר עוד!!!... (נהה, הנה-)

לקרב ולא ולרחק

לילה. מה זה היה, אבאל'ה? מהו הקול הנורא הזה שגומר אותי מבפנים? איך הוא מייאש ומחליש את נשמת... מצד הקדושה - הוא בודאי לא! אבל... הוא ציטט מספרים... הוא ידע מה שהוא אומר...

"רק חזק ואמץ, מאד מאד בלי שיעור וערך, ואל תשגיח על שום חלישות הדעת שנגנב בלבך, ואל תשמע לדברי מוסר של הבעל דבר והסט"א, האומרים מוסר בלב בשביל להחליש הלב ולרחק ממעט הטוב שרוצים לתפס בו, לא תאבה ולא תשמע להם, כי אין שומעין דברי תוכחה ומוסר כי אם לקרב ולא לרחק ח"ו. כאשר כבר דברתי





קיבלת ניסיון גדול? זאת מחמאה בשבילך!

סבלנות!

לא כל הילדים מגלים את בורא העולם מהר. יש ילדים שלוקח להם זמן רב יותר. איננו מבינים את הנהגת השם. אך כמה שנתפלל יותר ונאהב את הילדים והכי חשוב, נזכור את הטוב שקיים בתוכם - הם ישובו מהר יותר.

רבי נחמן מספר לנו שעל ידי שמוצאים נקודות טובות ודנים לכף זכות יכולים להחזיר בתשובה את השני באמת. כמו שאת מוצאת בעצמך נקודות טובות, ומשמחת את עצמך בזה, כך תמצאי נקודות טובות בילדייך. ובזאת תוציאי אותם מכף חובה לכף זכות.

ניקח מחברת ובתוכה נכתוב נקודות טובות שיש בילד/ה שלנו. נדון אותם לכף זכות, ונראה נסים ונפלאות. בדוק ומנוסה! אין סוף סיפורים קיימים על אנשים שעשו את העבודה הזו בתמימות ובפשיטות וראו ניסים. נאמין לצדיק ונעזור לילדים שלנו. הייתה אישה אחת שבנה ירד מהדרך ברמה שלא רצה עם אמו שום קשר. הוא גידל שערות ארוכות ונסע לחו"ל בלי לתת טלפון או כתובת. האמא הייתה שבורה, בצר לה פנתה לרבנית אחת וזו אמרה לה: תאמיני שאת יכולה לתקן ואת תצליחי. זאת עשי: קחי לך מחברת, כל יום תרשימי תאריך, ואחר כך תכתבי את הדברים הטובים שקיימים בנך שלך. כל יום מה שעולה לך במחשבה. תדוני אותו לכף זכות. ותרשימי ברכות ותפילות על הילד. האישה הזו הלכה הביתה אבל מרוב כעס על בנה לא יכלה לרשום כלום, ובכל זאת, התעקשה וכתבה משהו קטן על הילד, ואחר כך עוד משהו קטן.

למחרת שוב פעם התגברה לכתוב עוד איזה משהו, ועוד אחד. כך במשך שלושה שבועות. פתאום אחרי שלושה שבועות היא מקבלת טלפון מהילד. "אמא היו לי געגועים הביתה, אני רוצה לחזור. אבל אני לא משתנה". באמת הילד הגיע הביתה והיא קיבלה אותו בשמחה גדולה, ותוך כדי שהם מדברים, היא שואלת: "מתי התעוררו לך הגעגועים?", הילד משיב: "בדיוק ביום פלוני". היא הסתכלה במחברת וראתה שבאותו היום שבו החל בנה להתגעגע, היא החלה לכתוב את המילים הטובות.

האורח חיים הקדוש מסביר "כמים הפנים לפנים כן לב האדם לאדם" - כי הלבבות יראו את הנעשה בליבות בני אדם. הלב שלי רואה מה השני חושב עליי. ומה שאני כותבת על לוח ליבי, זה מה שהם רואים. אם הלב שלי מייצר חשיבה חיובית, אני מוצאת נקודות טובות באנשים סביב ודנה אותם לזכות - הם רואים את זה, והלב שלהם לאט לאט יתרכך וייפתח באהבה חזרה.

יהי רצון שנזכה להתחזקות אמיתית ונחת דקדושה מכל יוצאי חלצינו, אכ"ר.

כשהיצר הרע רואה שיש לנו ניסיון בתוך המשפחה, כמו ילד שחלילה ירד מהדרך, הוא מנצל מיד את ההזדמנות ומציף בתוכנו שאלות וקושיות, מבלבל אותנו עם כל מיני רחמנות דסטרא אחרא. הוא כביכול 'מרחם עלינו'. מסכנה שכמותך, מה קרה לך! ומה יהיה הסוף עם הילד הזה? וכך מכניס בתוכנו בלבולים כאלו. בלי לשים לב אנחנו דואגות דאגות ממקום שאינו נכון ונופלות בדעתנו.

למה זה קורה דווקא אצלי?

הילד ירד מהדרך. זה קרה אצלי בבית. לא משנה מה היו הסיבות - חברים רעים, מסגרת לא מתאימה וכו' - עצם העובדה הזו מלמדת אותי שני דברים. א' - השם אוהב אותי וזאת מחמאה, כן! העולם אומרים אם זה קרה אצלך בבית, זה סימן שאת לא בסדר, בעלך לא בסדר, החינוך שנתתם לוקה בחסר וכו'. האמונה אומרת - אם זה קרה אצלך בבית, סימן שיש לך כוחות מיוחדים! למורה רגילה לכיתה א' נותנים ילדים רגילים ללמד, אבל מורה שהתמחתה בחינוך מיוחד, מקבלת ילדים בעייתיים קצת יותר. עלייך סומכים. את מומחית יותר.

ב' - צריך לדעת בפשיטות, כמו שאומר רשב"י הקדוש, שבדור האחרון יהיו נשמות שירדו וירדו וירדו, כי הם יוצאים עתה עם התרמיל והמקל לחפש בעצמם את הקדוש ברוך הוא. כל מה שהדרכנו אותם, שלחנו אותם למוסדות הלימוד, חינכנו וליוונו, זה נפלא, אך נשאר בקופסה לעת אחרת. עתה הם מחפשים את החיבור הפנימי, את הלב. הם רוצים לברר בעצמם שאין שמחה בשום מקום, רק שמחה בו יתברך. שמחה בקשר הקדוש שלשמו ירדנו לעולם. נכון, זה לא נעים לראות את המציאות בה הילדים יורדים ויורדים. אך אם נכביד עליהם עולנו ונרדוף אותם, נציק ונעמיים עליהם, נעשה טעות חמורה. עלינו לנהוג כמו אמא שהיא מה שנקרא בעולם "חילונית", שאוהבת את ילדיה בלי קשר לדת. נאהב ונכבד אותם, נעניק להם. נרד איתם לכל המקומות אליהם הם יורדים. כמו הדיבור שהולך עם האדם לכל מקום, גם למקומות הנמוכים והנפולים, נרד איתם ונהיה איתם שם. נקבל אותם כמו שהם. כמובן, נבקש מבעל הבית של העולם שיעזור, אבל לא ניפול מזה לעצבות. ליפול לעצבות מהמציאות של הילדים זו דחיקת השעה. כשפונים להשם ואחר כך מצויים בלחץ מהקושי, זו התבודדות שאינה כראוי. מה זה כראוי? כאשר אני באה ומספרת לבורא עולם על המצב, אומרת: אבא, אתה בעל הבית! הכול מתנהל כרצונך לטובה. ועכשיו הילדים מתנהגים כך... לו יהי כדברייך! אמשיך להתפלל ולהיות בשמחה. וזה חלקי בתוך הניסיון. במקום הקולות המייראים שהיצר הרע נותן בראשי: "וואי וואי וואי!" "אווו אווה אווה אווה, איי איי איי איי!" איך זכיתי שהבן שלי זכה לכזאת מעלה שהוא רוצה לעבוד את השם עם הלב? שהוא מחפש אחריו בכל מיני מקומות? בסוף הוא יחזור ובגדול, הוא יאמר: בדקתי, הכול סתם שקר, האמת האמתית זה רק בורא עולם!

לשמיעת ההרצאה במלואה התקשרי לקו השמחה
וההתחזקות במספר: 079-60-767-35 ולחצי 7



חינוך לברכות הנהנין

תציגי! זה טוב!

הייתה לי פעם שכנה שכאשר ילדיה נכנסו בליל שבת מבית הכנסת הייתה אומרת: "אח איזה ריח טוב הבאתם מבית הכנסת!" היא לא שאלה אותם איך ואם הם התפללו, רק הייתה מתענגת. אח איזה ריח טוב הבאת איתך מבית הכנסת! זאת היא אמא שמראה הנאה לילדים. הצגות מעבודת השם זה חלק גדול מהחיים שלנו. אנחנו צריכות להציג להם ככל האפשר את רגשי הלב החבויים שלנו. "זה כל כך מענג אותי להקשיב לכם. זה 'עושה לי את היום' לשמוע איך אתם מברכים". "ברכת המזון שברכתם כאן היום נתנה לי כוח לשבוע". לתת מחמאה שנותנת מוח, חום וכוח. להראות על הקצת שהוא הרבה. זה נכון לכל התחומים בהם אנחנו רוצים לכוון את ילדינו. הילדה בירכה ברכה לפני או אחרי האוכל לבד בלי שאמרו לה, בדרך כלל היא שוכחת - אמא מראה שזה משמח אותה עד בלי די. צריך לזכור שמותר לילדים לברך באופן שאינו לפי ההלכה. מותר לקפוץ בחבל, מותר לעמוד, מותר לאכול תוך כדי ברכה. אי אפשר לדרוש שלמות. כדאי להגיד: עדיף לא לאכול עכשיו. או: אולי לא תאכלי עכשיו? אבל זאת רק הקנייה. יש ילדים מיוחדים שזוכרים לברך לבד בלי שאומרים להם, שיושבים יפה במשך כל ברכת המזון, אבל רוב הילדים אינם כאלו. תפקידנו עתה רק לתת להם את הכיוון היפה. בכל הדברים הרגש שמסביב, האוויר והאווירה שמתלווה לנושא, חשובים מהנושא עצמו. החיור שלנו חשוב וקריטי. הלוואי שתמיד נהיה מחויכות ונראה לכולם כמה הדברים הטובים שהם עושים משמחים אותנו.

בוודאי ישנו

המשנה למלך התעקש - בוודאי הוא בנמצא. בוודאי הוא יוכל להחזיר בת המלך. עקשנות בדור שלנו הסתבכה לה עם כעס, עצבים ושתלטנות. התבלבלנו. עקשנות היא מידה טובה. אבל להתעקש עם חיור ולא עם כעס. להתמיד בענווה ולא בקפדנות. אני יודעת שאני רוצה שהילד יברך, אמצא את הדרך הטובה לעשות זאת. לפעמים אשב איתו מילה במילה, לפעמים אקח אותו על הברכיים. לפעמים כאשר הוא מסרב לברך, אתחיל אני והוא יצטרף אליי. (כך בברכות, כך גם בקריאת שמע). זה נקרא להתעקש בטוב, בכיוון החיובי. את לא נכנעת בגלל כל מיני קונצ'ים וכתפיים מורמות, את יודעת מה הטוב, ואת בדרך טובה מגיעה אליו. הקירוב, לקחת אותם בדברים, להביא אותם אלינו, לתת להם את תשומת הלב שהם זקוקים לה - זה מה שמחנך באמת. אין אפשרות להכריח ילדים להוציא מילים דקדושה מהפה בשתלטנות. זה ממש אסור וגם עלול לגרום לשנאה. ואיזה ערך יש במילים שנאמרו בשנאה? רק הפסדנו.

יהי רצון שכל הילדים המתוקים יאהבו לברך ברכות הנהנין, ושנזכה להנחיל להם זאת בהנאה, בנחת ובעקשנות דקדושה.

החודש, הטור נכתב בעקבות שאלה שקיבלתי מאישה יקרה ששאלה: מהי הדרך הנכונה לחנך את הילדים לברך ברכות הנהנין?

לחפש לחנך לא לאלף

העיקרון הראשון שצריך לעמוד נגד עינינו זאת השאיפה להקנות לילדים אהבה לתורה ולמצוות, חשק ורצון לעשות רצון השם, לא רק עכשיו, אלא לחיים. "חנוך נעור על פי דרכו גם כי יזקין לא יסור ממנה". תחנך אותו לפי דרכו ואופיו, כדי שכשיגדל יקיים מצוות מתוך אהבה. הצלחות כאן ועכשיו זה לא חינוך - זה אילוף. ואילוף - לעולם לא יהיה קניין. תסתכלי על הילד הקטן שלך, עכשיו הוא בן חמש, תגביהי מבט איך יראה לאחר בר המצווה, איך יראה בתור מבוגר בן ארבעים, חמישים. ומתוך החשיבה למרחק, תחנכי אותו.

תפילה

העיקרון השני החשוב והנצרך בכל דבר בחיים, וגם בעניין החינוך לברכות, זה תפילה. נבקש: ריבוננו של עולם, תזכה אותי שתהיה לי נחת יהודית, שילדי יברכו לפני ואחרי האוכל, תן לי את הדבר היפה הזה בחיי. אנא עשה שכל מעשי ודיבורי יהיו לשם שמיים, שהרצון לחנך אותם לברך לא ינבע מרצוני לשלוט, רק לכבודך, עבורם. והרי כלל: אם אני פועלת עם כעס, חמה ועצבים - טעיתי בכיוון. זה לא לשם שמיים. הרצון לשלוט נכנס כאן.

דוגמה אישית

מה יותר מחנך ילד, ומה יותר יזכיר לו שיש ברכות הנהנין בעולם מאשר אמא שמחזיקה את הפרי ביד ימין, מתיישבת, ומברכת בכוונה מילה במילה את הברכה? וזה העיקרון השלישי. כמה חשיבות נתינת לנושא הברכות כשילד מתרגל לראות את אמא מברכת בכוונה לפי ההלכה! אנחנו לא יכולות לדרוש משהו מילדנו כשאנחנו בעצמנו לא מקיימות אותו. איך נוכל לדרוש מילדנו לברך בכוונה מילה במילה, כשאנחנו בעצמנו בולעות את הברכה. אנחנו כן יכולות לתת זאת בתור רעיון או שאיפה, כשהמסר: "אני לא מצליחה להתגבר, אבל תתגבר אתה, זה דבר טוב". אבל הדוגמה האישית זה המחנך מספר אחד אחרי התפילה. ילד שרואה שאמא מזכירה שם שמיים ונהנית לברך יימשך לברך כך בעצמו. כשאדם נהנה ממהו רואים עליו שהוא נהנה. רואים על הפנים שלו שעושה בשמחה ובהנאה, ואת זאת יוכל להוריש לדור הבא. אמא שמראה לילדיה שהיא נהנית לברך, אמא שאומרת לילדיה: אתם יודעים איזו הנאה עשיתי עכשיו לבורא עולם? אם אני נהנית, כמה בורא עולם נהנה מהברכה שלי! אמא שמראה לילד שיש לה קורת רוח מהברכה שהוא עצמו בירך, לומד: אם אני עושה נחת רוח לאמא, אז כנראה שאני עושה נחת רוח בשמיים.



הרגע בו את נולדת מחדש...

השכמת הבוקר א'.

על כך מסבירים שאף שלמעלה יודעים אימתי המולד, רצון השם הוא שכאן למטה ישימו לב לנקודת המולד, ואז יתקדש החודש ובוזה תלוי כל קביעת המועדים והשפעתם. כשאני נמצאת במצב של ריחוק, השם רוצה שאשים לב לנקודת המולד - נקודת ההתחדשות, נקודה טובה שיש לי, שעל ידה אני יכולה להתקרב להשם. ואף שה' כבר רואה את הטוב שבי הוא רוצה שאני אשים לב לנקודה הטובה ורק על ידי ההתעוררות שלי מלמטה, הטוב הזה מאיר ומתקדש. וממש כמו בקידוש הלבנה שצריך לבוא לפני בית דין כדי שהם יאמרו "מקודש מקודש" וכך מתקדש החודש, כך אנו צריכים לבוא לפני הצדיקים שהם מקדשים את אותה נקודה טובה על ידי שהם מאירים לנו עד כמה היא שווה ויקרה למעלה.

ומצוה זו היא פלא גדול, מדוע צריך עדי ראייה שיעידו ששמו לב לנקודת המולד? למה אי אפשר להמתין עוד קצת שאז תראה הלבנה בברור ועל פי זה יקבעו את התאריכים?

כאן טמון סוד גדול: נחת הרוח של השי"ת ממני הוא דווקא מנקודת ההתחדשות בה אני מחליטה לשנות את התנועה שלי מתנועה של ירידה לתנועה של עליה, ואף שהיא תנועה קלה ביותר, שעדיין אין ניכר רשומה כלל (מה זה משנה שעכשיו הצלחתי להיות בשמחה, נראה כמה זמן זה יחזיק מעמד?...). עלינו לחפש תמיד את נקודת המולד, לא לחכות שיבוא מצב שזה כבר יהיה גלוי לעין. החידוש שיש בשינוי תנועת הלבנה ממצב של כלום למציאות של הולדה קטנה, הוא הרבה יותר מההבדל שבין ב' לחודש ל"ב לחודש. ההבדל מ"כלום" ל"משהו" הוא הרבה יותר מאשר "קצת" ל"הרבה", כי לפני כן לא היה כלום, ועתה נולד משהו.

ממשיך ואומר ר' נתן: "ועל כן מצוה ראשונה שנצטוו ישראל היה פרשת החודש, כי זה בחינת קדוש החודש על ידי נקודה לבד... שזה עקר גאולת מצרים וגאולה אחרונה, בחינת קבוץ נדחי ישראל..."

כעת אפשר להבין למה מביאים אותנו משמים לתכלית המיעוט. גם במישור האישי וגם כעם. עם ישראל נמשלים ללבנה, גם האשה משולה ללבנה, דווקא דרך התנועתיות הזו והשלב הבלתי נמנע הזה של ההתמעטות (לאן נעלמה לי השמחה, מה קורה לי? לאן נעלמו כל הדיבורים?) הוא ממש הרגע בו אני הולכת להיולד מחדש. עכשיו אפשר לזהות עשרות רגעים כאלו ביום ולחגוג אותם, ואפילו על רגע אחד של תנועה קטנה טובה לומר לעצמי: מזל טוב! עכשיו נולדתי מחדש! עכשיו נולדה תקוה חדשה! שנזכה להתחדש בכל רגע עם עצת האזמרה הנפלאה. שלכן באהבה.

שלום לכן חברותיי היקרות! נכון, נעלמתי להרבה זמן.. האמת שנגמרו לי הדיבורים. משהו בעצה של אזמרה התיישן אצלי. הרגשתי שכבר אין לי מה לחדש לאף אחת. אני עדיין אותה אישה, עם הביקורת והשיפוטיות, מרגישה כמו הציפור שמנסה לייבש את הים במקור שלה... רבנו הקדוש בכל עת ורגע מחדש חדשים ורופא אותנו בכל עת ובכל רגע, רק שאנחנו לפעמים נופלים לזקנה ולא מעריכים את היהלומים המתגלגלים למרגלותינו. ר' נתן במכתבו מזהיר את אחד ממקורביו: "ותחזור להתחיל מחדש לילך עם התורה הקדושה אזמרה, ותהיה בעיניך חדשה לגמרי, ועל ידי זה תוכל לשמוח והתחזק". כך אני הולכת ומבקשת מהשם: "אבא! זכה אותי להתחדש בעצה הזו שכל הגאולה תלויה בה, וכל התקווה שלי תלויה בה. תן בי איזו דעת חדשה שתאיר לי בלב..."

כל הזמן מתגלגלים לידינו דיבורים של הצדיק אשר בחמלתו הגדולה פועל בכל רגע לתקון נשמתנו, ויש רגעים נפלאים שפתאום זוכים ודיבור הכי פשוט נכנס לעומק הלב ומאיר באור נפלא כאילו זו הפעם הראשונה שאני שומעת אותו, רק צריך להמשיך ולבקש... ולבסוף מצאה...

והנה הגיעה הישועה. המדהים הוא שישועות מהסוג הזה מגיעות לרוב דווקא מתוך ניסיון וקושי. כאילו משמים אומרים לך: בקשת להתקדם? בואי נעלה אותך כיתה! ואז מגיע לו ניסיון קטן, פשוט לכאורה, לא דרמטי במיוחד, שמביא אותי אל הקצה, למחיקה מוחלטת ולתחושה של כלום אחד גדול. (אני יודעת, זה לא הניסיון אלא עצת היצר שתופס טרמפ על המעידות שלי ומוכיח לי כמה אני אפס אחת גדולה שלא מתמודדת עם הניסיון הכי קטן). כך אני מתבוססת בתוך הנפילה עד שמגיע אליי דיבור של הצדיק ושופך עליי נחמה ותקווה. צדיק כזה רחמן שבא ומספר לי סיפור אחר לגמרי על הנפילה שלי. הוא מספר לי שדווקא עכשיו כשאני מרגישה נעלמת ונאלמת אני עולה עוד מדרגה, ודווקא עכשיו כשאני מרגישה שנשארת בלי כלום אני מקבלת שפע עצום מלמעלה. היה זה בשבת "החודש" בה קוראים את פרשת "החודש" ובעלון "עלה לתרופה" המתגלגל לידי צדה את עיני הכותרת הבאה: "כל חודש הלבנה מתחדשת, ורגע המולד שלה הוא הרגע בו היא נעלמת לחלוטין רק כדי לשוב ולהתגלות מחדש". פה מגלה לנו ר' נתן את סודה של מצוות קידוש לבנה וגם את סוד ההתחדשות של כל אחת מאיתנו שעוברת מצבים של קטנות וירידה. וכך אומר ר' נתן: "כשהלבנה נמצאת בתכלית המיעוט שלה בסוף החודש, אז צריכים כל ישראל לחפשה ולבקשה עד שמוצאים עדי ראייה איזה נקודה קטנה מהלבנה ואז מקדשים את החודש בבית דין כי על ידי בחינת הנקודה לבד, בחינת נקודה טובה שזוכין למצוא בתכלית המיעוט, על ידי זה נתתקנין ונכנסין באמת לכף זכות" (לקוטי הלכות



נסיעה משתלמת במיוחד / ש. זיו

"כל אחד הוא רב!" בעלי התלהט מול הבורות שנגלתה מול עיניו. "גם אתה רב! יש לך נשמה קדושה, והשם יתברך רוצה את המצוות שלך, בדיוק כמו שהוא רוצה את המצוות של הרב שלך! אתה יודע שמותר לך לקיים מצוות? ממש לא רק לרב! זאת טעות לחשוב כך! תגיד, איך קוראים לך?"

"משה" החווה הנהג.

"משה היקר, בשמיים כל יום מחכים - מתי יגיעו אלינו המצוות של משה? איפה השבת של משה? איפה הכשרות? איפה הציצית של משה? איפה התפילין?"

"תגיד, יא רבי, אתה בטוח? אני לא יודע הרבה, לא יודע איך מקיימים, תראה אותי, נהג מונית בתל אביב, אתה בטוח המצוות שלי נחשבות שם בשמיים? מי אמר?"

"הצדיקים!" וכבר פצה בבעלי בתיאור על יקרת מעלת עם ישראל ומאיזה מקום גבוה הם לקוחים ואפילו הפחות שבפחותים אין לשער גודל יקרת מעלתו. הנהג הקשיב בדומיה. נראה שדברי הכיבושין שבעלי שפך על ראשו חדרו פנימה למקום עמוק ומקבל.

"יודע מה, גם אני רוצה להיות רב!" הודיע בהתרגשות בסיומה של ההרצאה, וכבר עצר חגיגית ליד המשרד המבוקש. "אז מה, אתה יכול להסביר לי איך מקיימים מצוות, באפגניסטן הייתי ילד, לא מבין כל כך."

בשמחה החליפו הנהג ובעלי מספרי טלפון. רב בהתוות מתחיל. נקודת צדיק פועמת מתחילה לבעור.

ואני כבר הבנתי למה היינו צריכים לשלם מחיר מפולפל כזה. היש מחיר לגלות ליהודי שיש בו נקודה של צדיק? שהוא יקר וחשוב? שבשמיים מחכים למצוות שלו ממש? נסיעה משתלמת כזו לא הייתה לנו מעולם!

אחינועס לספרת:

השמש הקופחת של תל אביב פערה עלינו קרניים שורפות. שאון הבניינים והמולת כלי התחבורה סחררו אותנו לחלוטין. דרך תחתיתם עברנו, רכבת ושני אוטובוסים, כמעט ארבע שעות נסיעה. ועתה, טעות כזאת! במקום לרדת ב"תל אביב מרכז", ירדנו תחנה אחת קודם, תחנה שבה אין כלל תנועת אוטובוסים לכיוון המבוקש לנו. הפגישה החשובה בשלוש. עכשיו שתיים וחצי. מה עושים? אסור לנו לאחר לפגישה!

"נהג, עצור!" בעלי אותה למונית מזדמנת. אדם רחב ממדים בסביבות גיל העמידה הציץ מהחלון, שובל עשן ניתך היישר לפנינו מהסיגריה התחובה בפיו. "לאן צריך אדון?" שאל בקול עב. בעלי מסר לו את הכתובת, והוא, בלי להתבלבל הודיע: "130 שקלים!". "כמה זמן נסיעה?" הזדעזענו שנינו. והרי המקום אמור להיות קרוב ביותר! "רבע שעה, אבל אם יהיו פקקים עשרים דקות" הודיע בלי להתנצל על המחיר. להפסיד את הפגישה לא היה דבר שאפשר לחשוב עליו אפילו. השתחלנו לרכב באנחה המשברת חצי גופו של אדם, מנסים להתעלם מעשן הסיגריה ומהמוזיקה הפרועה שפמפמה במקצב מטרטר, מתחרה עם המראות הבלתי אפשריים שניבטו מהחלון. הנהג, שכנראה הבחין בפנינו הסובלות, או שמא אנחותינו הן שהגיעו לאוזניו, החליש את המוזיקה ברוב התחשבות ופנה בחביבות לבעלי שישב לצדו.

"אז מה, אתה כבר רב? אתה יודע, אצלנו באפגניסטן היה רב, את כל המצוות עשה בשבילנו. התפלל, קידש, לבש ציצית, עשה ברית מילה, מלאך היה הרב שלנו! אח, איזה רב. ימים יפים אלו היו" גאוות יחידה בקולו.

"ואתם בעצמכם לא קיימתם מצוות? אולי בגלל מסך הברזל?" בעלי לא הבין את דברי הנהג. הקומוניסטים הגיעו גם לאפגניסטן או לא? מה הכוונה שהרב קיים מצוות בשבילם?

"הקומוניזם לא הפריע, ובטח לא לעיירה הקטנה שלנו. אבל מה צריך שפשוטים כמונו יקיימו מצוות? בחייך! מי צריך את המצוות שלנו תגיד, כשיש את הרב הקדוש? רק הרב הוא מקיים מצוות. רק הרב יודע איך עושים את זה. אלוקים אוהב את הרב! אבל אתה, איך אני רואה אותך, עם הכובע והזקן הארוך הזה, אתה נראה רב, נו אז תגיד, אתה כבר רב? מקיים מצוות גם כן?" חזר על שאלתו הבלתי אפשרית.

מטבע אל-חזור / ש.זיז

תנאים מספרתי:

נכנסתי לחצר הציון של רבי שמעון בר יוחאי זיע"א מבקשת פתיחת הלב. הלוואי ותשרה עליי הרוח ואצליח לשפוך את ליבי על צרות הפרט והכלל. התפילה עומדת ברום שמייים, לא תמיד מצליחה לגעת בי הנמצאת כאן בארץ... אנא רבי שמעון, זכותך הקדושה תגן עליי ואצליח לשפוך את ליבי...

סמוך לשער ישבה קבצנית. קופסת פלסטיק לפנייה. "גברת, צדקה" דרשה ממני, תלמי קושי ומצוקה חרושים במצחה. בארנקי אין דבר כעת אבל אולי בכיס המעיל... בדיקה קצרה איתרה מטבע בעל שני שקלים. בשמחה הוצאתי אותו והנחתי היישר בתוך הקופסה שלפנייה. פניה התענגו באחת. "מה זה?" הרימה בזעף את המטבע החף מפשע. "מה אפשר לעשות איתו?" קולה הפך לשאגה של ממש. ברגע הבא, בלי שחשבתי להתגונן אפילו, הוטח עליי המטבע הכסוף, מלווה "בברכות" חמות מפיה של הקבצנית, על חוצפתי הרבה ואכזריותי הגדולה. "מה אפשר כבר לקנות בשני שקל!", סיננה לעברי בזעם כבוש, נראה שעוד רגע עיניה יוצאות מחוריהן. נאלמתי דומיה, נרעדתי. לחיי מאדימות, רגליי רועדות וליבי דופק ללא שליטה. לחוויה כזו לא פיללתי. התרחקתי ממנה וניסיתי להסדיר נשימה. ביזיון עסיסי שכזה בלי שום הכנה מוקדמת! מכף רגל ועד ראש, כולי ביזיון. אף פעם לא השליכו עליי מטבע של צדקה. אף פעם לא צעקו עליי כשניסיתי רק לעשות טוב. זאת לא הייתה אגורה. שני שקלים נתתי לה. ואילו קללות קיללה אותי! השם ירחם ויציל!

אחר מספר רגעים שתי נשים נוספות הגיעו עם תסמינים דומים לשלי. רק שאלו לא חסכו את הזדעזעותן בקול. "חוצפנית כזאת! מה רע בשקל? למה לזרוק?", אמרה אחת. והשנייה סיפרה שהיא הכניסה שלושה שקלים. לחמניה וחצי אפשר לקנות בזה. סביב השתיים הצטרפו עוד כמה נפגעות הדף, וכבר הרגשתי בקבוצת תמיכה של ממש לנפגעות אותה הקבצנית...

מסתבר שהקבצנית פעלה בצורה שיטתית. כל מטבע שפחת מחמישה שקלים, הוטח בזעם במסלול אל-חזור לאותה תורמת נדהמת. בשלב מסוים הקבצנית כנראה חשה בתרעומת של כולנו, קמה ממקומה שבחצר הציון, והחלה לצעוק על הנוכחות קבל עם ועדה.

"תתביישי לך" הסתה אותה זו שתרמה קודם שקל. "דל גאה אין הדעת יכולה לסובלו", הוסיפה ציטוט מחז"ל. "את צריכה להגיד תודה על כל מה שנותנים לך, ואסור לך להתנהג ככה בכפיות טובה נוראה כזו. מי חייב לך משהו תגידי, הא?" צלפה בה. הנהוני הסכמה נראו מימין ומשמאל. דבריה רק הוסיפו שמן למדורה והפכו אותה ללבה בוערת. הקבצנית גידפה את הנוכחות במילים שאין הדעת סובלת. עוד אילו משפטים שנועדו לבלום את המתקפה נורו מכיוון קבוצת התמיכה. כך או כך, המצב רק הלך והדרדר עד שכמה צעקות "שקט! ומה קורה שם? עוד רגע

אנחנו קוראים למשטרה" בקעו מחלל עזרת הגברים, והשקיטו את חילופי המילים. אז יצאה הקבצנית מהציון בצעדים כבדים היישר לפנינתה בחצר ושקט קודרני השתחרר בקהל הנשים. לקחתי תהילים וניסיתי להתרכז בתפילה שלי. כמוני גם יתר הנוכחות. אבל לפתע אישה אחת הגביהה קולה.

"נשים יקרות, נכון שהיה מאוד לא נעים לקבל מטבעות על הראש, ועוד יותר את "הברכות" שלה, אבל תחשבו רגע עליה" הצביעה אל עבר הדמות הכפופה שישבה על שרפרף בחצר הציון ונראתה מסכנה מתמיד. "בואו נשמח אותה. בואו נרחם עליה! היא רוצה שטר, היא רוצה להרגיש שיש לה כסף. קשה לה, מר לה, עצוב לה! נחבר את כל מה שרצינו לתת, את כל מה שקיבלנו חזרה על הראש, ונביא לה את זה בשטר, נשמח בת ישראל לשם שמייים! תביאו אליי את כל הפרוטות, ואני אביא לה שטר!" כך אמרה בעיניים נוצצות. כולה נתינה ואהבת ישראל טהורה.

לא היה מגיע לה בשום אופן, לקבצנית, יחס אוהד. אבל דברים היוצאים מהלב נכנסים אל הלב. כל הכעס נהפך לרחמנות. בת ישראל עלובה מבקשת צדקה. מגיעה לשפל תחתית כזו. בואו נשמח אותה. נראה לה שאנחנו איתה, שאנחנו אוהבות אותה, וביחד הבאנו לה שטר שווה באמת...

מטבעות (גם כאלו שגובהם מעל חמש, ראיתי) התאספו לכוס חד פעמית שהאישה הטובה שלפה מאי שם, ממלאים אותה עד גדות. "תבורכו", חייכה לכל אחת שמחלה על כבודה ושלפה עוד מטבע.

לבסוף התיישבה על כיסא וספרה את המטבעות. "שבעים ושבעה שקלים!" צהלה לזו שלידה, והזדרזה להוציא שטר, מעגלת את הכבודה למאה.

מזווית עין ראיתי את שליחת הציבור הצדיקה יוצאת מהציון פניה לחצר, ניגשת היישר לקבצנית ושולפת את המתת המכובד, אחר מברכת אותה ברכות חמות. פניה של קבצנית התיישרו מיד בחיוך חוזר. שום דבר מהאישה הכעוסה של מקודם לא נותר בה. ואפילו שזה נראה הזוי, הרגשתי חלק ממשהו גדול באמת. שותפה באחד הסיפורים של רבי לוי יצחק מברדיצ'וב, כזה שמעורר נחת רוח בשמייים בעוצמות גדולות. וכבר נפתח לו הלב ויכולתי לשפוך את ליבי במקום גניזתו הקדוש של רבי שמעון שאמר: "אנן בחביבותא תליא", אנחנו תלויים בחביבות, באהבת ישראל, בקשר הטוב אחד עם השני. שנזכה תמיד להתחבר לתדר הקדוש הזה שזורם אצלו בציון, ובזכות אהבת ישראל תבוא הגאולה ברחמים, אמן.



טיפת שמחה כל יום

רבינו מלמד שבדברים שבקדושה ושמחה בתוכם, מוסיפים כל יום קצת. ממש כמו בספירת העומר.

כל רגע יש לנו בחירה לשמוח. נכון, הרבה רגעים עייפים, עצבניים, טרוטים ואוטומטיים עוברים עלינו, ובכל זאת, מתי שהוא במהלך היום תמצאי את עצמך רואה את העולם או את העולם הקטן של המשפחה שלך כשמהו משמח או מצחיק.

בואי נדבר קצת על צחוק. כשהוא בא, תוצר של סיטואציה מגוחכת או מפתיעה הוא מפתיע גם אותך ואחרי כמה שניות משאיר אותך קצת יותר משוחררת ואופטימית.

הגיע הזמן לזמן את הצחוק לחייך על בסיס יומיומי. הכיצד?

כשהוא יגיע ויפתיע פשוט נמתח אותו עוד קצת. אנחנו רגילים להגיב בפרץ צחוק של כמה שניות בלבד. זה הזמן למתוח אותו לעוד חצי דקה נוספת. הארכת הזמן משפרת מאוד את ההרגשה הכללית. הילדים, בעיקר הקטנים ממש יתלהבו ויסייעו לך. בכל יום נבחר לצחוק עם משהו לא בהכרח ממשוהו, ונחוגג רגעי שחרור בתוך החיים הלחוצים שלנו. זה יקרה ברגעים קטנים. חוויות שהצחוק יצבע אותן בצבע חזק ובלתי נשכח.

דוגמאות:

בשעת ההתלבשות הרגליים לא נכנסות למכנסיים הקטנות...הופ השתטחות על השטיח. גם הקטנטן יצחק מכל הלב יחד אתך כשהוא מתרומם... לרוב, הם בודקים אם אנחנו צוחקות או נבהלות ומגיבים בהתאם.

הכאוס שגילית בחדר הילדים. חיפשת את הנייד לצלצל למטרה לדווח שפרצו לכם הביתה והשאירו בלגן. רגע ההבנה שאלו 2-4 ילדים שפרצו לחדרם יכול להיות מבעית וגם ממש מצחיק. את לבד, אז תפתחי את הפה ותחייכי חיוך ענק על המוכשרים הקטנים שכל דבר עושים בגדול, תתני לשיניים לבצבץ, לגומות לפעול. כבר ההרגשה אחרת, כי גם להגיב בחיוך במקום בעצבים עושה לנו רפואה בלב.

(בשלנית מופלאה כמוך צריכה לדמיין תקלות מביכות/מצחיקות שקורות לכאלו כמוני) עוגת השוקולד משבת יכלה להיות מפתיעה עם מלח במקום סוכר... הפרצוף אחרי הביס כבר ממש מצחיק. תתבונני במראה ותעשי פרצוף של גועל ואחריו חיוך ענק, והתחלה של בת - צחוק. שימי יד על הפה וצחקי את צחוק הביישנית. האימא הזו מצחיקה עם הפרצופים שלה, התיאטרון החרדי משווע לך!!

החודש את צוחקת לפחות פעם ביום עם הילדים קצת יותר זמן מהרגיל. ועוד חיוך ובת-צחוק פעם אחת עם עצמך לפני או אחרי שאת 'מתבאסת' ממשוהו. הראיה של המצחיק בסיטואציה היא תחנת דלק אנרגטית חשובה

במשימות הלא נגמרות של היום שלך...

רגע כזה שהפכת ממעצבן, מתסכל או מכעים לרגע של חיוך או בת-צחוק - הוא ניצחון!! רבינו מבטיח שכל מאמץ שלך להיות שמחה לא נעלם. הוא נשמר לך בכספת הרגעים הטובים ויגיע לעזרתך כשתזדקקי לו.

כשניפגש בסיון כבר תהיה לך מחרוזת של רגעים בהם בחרת לצחוק... להתראות!



שיר מעשייה

למה נגרע / ק. הזברט



עם יצר חייתי וכמעט שכבר אזל הזמן
עם שדר מפלצתי של "מה יהיה איתך כבר?"
עם חיפוש שנראה אינסופי
ומציאה שטרם התגלתה
עם פרק ועוד פרק בסיפור
שאינו בגדר אנושי כלל
עם גלות כזאתי ארוכה
ושכחה שבעצם יש תקווה
עם רצונות כל כך גדולים
ומעשים כל כך קטנים
עם קלקולים ותיקונים,
עם מניעות ועיכובים
עם אהבה שנשכחה,
איפה את בת מלך אהובה?
עוד דקה ונמצאך ורק בינתיים
שלא נשכח שאת קיימת מחכה
ומתמיד הרבה יותר להתגלות קרובה
שלא נשכח שאת שייכת וקיימת בוודאי
ואין פה שטות ואינך מציאות מדומה,
שלא נשכח להמשיך להפציר ולצעוק צעקתך
לקבול ולזעוק בתחינה ובקשה
למה, למה נגרע?





מרגישה שאני דורכת במקום, מה עושים?

יקרה,

של צדיקים גדולים, של פרישות וצומות וגלגולי שלג, אז אולי אפשר יהיה להאמין, אבל ככה? בכזאת קלות אפשר לצאת? לא יכול להיות... והם נשארו במצרים לצערנו הרב ומתו במכת חושך...
כן. אומר לנו הצדיק. תאמיני לי. בואי איתי. תעשי מה שאני אומר בתמימות. תספרי עוד יום ועוד יום ובסוף תצאי בוודאי. רק תמשיכי לספור. רק תמשיכי לרצות.

וְזֶה בְּחִינַת סְפִירַת הָעֵמֶר... כִּי קִדְמָה קִבְּלַת הַתּוֹרָה צְרִיכִין לְסַפֵּר סְפִירַת הָעֵמֶר אַרְבָּעִים וְתִשְׁעָה יוֹם כְּדֵי לְצַאת מִטְּמֵאָה לְטָהָרָה... וְעַקְר הַתְּשׁוּבָה לְצַאת מִטְּמֵאָה לְטָהָרָה הוּא עַל יְדֵי הַבְּקָשָׁה וְהַפְּשׁוּת שֶׁמִּחְפְּשִׁין וּמְבַקְּשִׁין אֵינָה מְקוּם כְּבוֹדוֹ, שְׁעַל יְדֵי זֶה זוֹכִין לְתַקְלִית הָעֲלִיָּה, ... כִּי בְעַת שֶׁהָאָדָם רָחוֹק מִקְדָּשׁוֹ יִתְבַּרַךְ וְהוּא נֶעַד וְנִגְד וּמְטַלְטֵל וְדוֹחִין אוֹתוֹ מִקְדָּשׁוֹ מְדַחֵי אֵל דְּחֵי, רַחֲמָנָא לְצַלֵּן. אִף עַל פִּי כֵן אִם הוּא חָזָק וְאִמִּץ לְבַקֵּשׁ וּלְדַרֵּשׁ וּלְחַפֵּשׂ וּלְחַתֵּר בְּכָל עֵת וּלְהַתְנַעֵנֵעַ וּלְכַסֵּף וּלְבַקֵּשׁ אֶת שְׂאֵהָבָה נִפְשׁוֹ לְמִצָּא אוֹתוֹ יִתְבַּרַךְ. אִזִּי אִף עַל פִּי שְׁעָדִין עוֹבְרִים יָמִים וְשָׁנִים הַרְבֵּה וְאֵינּוּ זוֹכֵה לְמִצָּא יִתְבַּרַךְ וּלְהִתְקַרֵּב אֵלָיו אִף עַל פִּי כֵן יִדַע וְיֵאֱמִין כִּי בְּכָל עֵת וְעַת עַל יְדֵי כָל בְּקָשָׁה וּבְקָשָׁה וְעַל יְדֵי כָל דְּרִישָׁה וְדְרִישָׁה שְׂדוֹרֵשׁ וּמְבַקֵּשׁ וּמְחַפֵּשׂ לְמִצָּא כְּבוֹד קְדָשׁוֹ יִתְבַּרַךְ. וְעַל יְדֵי כָל הַבְּטָה וְגִעְגּוּעַ שְׂמִיבִיט וְתוֹלָה עֵינָיו לְרַחֲמָיו יִתְבַּרַךְ וְעַל יְדֵי כָל תְּנוּעָה וְתַנּוּעָה שְׂפוּנָה לְהַקְדִּישָׁה, עַל יְדֵי כָל זֶה זוֹכֵה בְּכָל פַּעַם לְשִׁבְרַת חוֹמוֹת בְּרָזֶל וְדִלְתוֹת נַחֲשֵׁת אִף עַל פִּי שְׂאֵחַר כֶּךָ מִתְגַּבְּרִין עֲלָיו בְּכָל פַּעַם, רַחֲמָנָא לְצַלֵּן, אִף עַל פִּי כֵן אִין יִגִּיעוּ לְרִיק, חֶסֶד וְשָׁלוֹם, וְאִין שׁוֹם תְּנוּעָה שְׂפוּנָה לְהַקְדִּישָׁה נֶאֱבָדַת חֶסֶד וְשָׁלוֹם. וְאִם הוּא חָזָק וְאִמִּץ לְבַקֵּשׁ וּלְחַפֵּשׂ יוֹתֵר אִף אִם יַעֲבֹר עָלָיו מָה, בְּוֹדָאֵי סוּף כָּל סוּף יִזְכֶּה לְמִצָּא אוֹתוֹ יִתְבַּרַךְ וְכִנְיָ לְ(לִיקוּטֵי הַלְכוֹת גְּבִיית חוֹב מִיתוּמִים ג, ז)

קראת מה אומר רבי נתן? תקראי שוב.
אין תנועה שנאבדת, אין יגיעתך לריק. תאמיני לצדיק שאומר לך שעל ידי כל הבטת ותליית עינייך לרחמי יתברך (מה יותר קל ופשוט מהבטת?) על ידי זה את זוכה בכל פעם לשבר חומות ברזל ודלתות נחושת. את שומעת מה אומר לנו הצדיק? זאת האמת.
את משתנה, יקרה, את פשוט לא מרגישה את זה. וכך זה בכוונה תחילה, כדי שתמשיכי לספור ולרצות עם פחות ופחות אגו כדי שתוכלי לקבל את התורה כשאת מטהרת לגמרי. ואת תזכי לזה. רק אל תפסיקי לספור. לא מבקשים ממך דברים קשים. רק תספרי. תציני את היום שבו התחלת, תראי כמה דרך עשית מאותה נקודה ותבטאי בפה את ההתקדמות שלך, את השינוי שאת עוברת. תגידי את זה בקול. גם בלי להרגיש. עם אמונה תמימה שמתחזקת יום אחרי יום, אמונה בצדיק שמספר לך כמה באמת את משתנה וגדלה. כמה ה' שמח בך.
הדר

שמת לב מה הדבר הראשון שכתבת? "אני רוצה"... ואז תיארת את "מצבך העגום" - את הכישלונות שלך, בצורת מפלצות שמככבות בנפש, ואת הייאוש שמלווה ולוחש לך שאת דורכת במקום, שכנראה גם לא תשתני לעולם, שחבל על הזמן שלך ואולי כדאי להרפות קצת מה "עבודה על המידות" ולוותר... אולי גם כדאי "להשלים עם המצב" ולקבל את עצמך כמו שאת עם הנפילות ולהבין שזה המצב ולהיות מציאותית, לא? יכול להיות יותר גרוע... יש גרועות ממני... רק שהיצר הרע מבלבל לנו בתחכומו את האמת והשקר. ואת זה לומדים מספירת העומר.
אני חושבת שאני צריכה "לעבוד על המידות" ושאלם לא אעבוד עליהן מאוד ברצינות, בעבודות קשות עם הרבה מאמץ וההתגברויות ולחץ נפשי וכו'... אז לא באמת אשתנה, וכנראה שהסיבה שלא השתנתי עד היום היא כי לא הייתי מספיק "רצינית" או "מקצועית". זה מה שהוא אומר. אבל האמת היא שבשביל לצאת מטומאה לטהרה צריך עבודה קלה מאוד. רק לספור. זה הכול. אם עם ישראל במצרים היו משוקעים במ"ט שערי טומאה (כנראה שהיו במצב קשה משלך ומשלי) יצאו משם בכוח האמונה בצדיק, גם את ואני יכולות לצאת ולהיפרד מה"מפלצות" שלנו. ואם הם יכלו לקבל את התורה תוך זמן כל כך קצר - תוך חמישים יום בלבד יצאו מהפך להפך, גם את וגם אני יכולות. ומה צריך לעשות בשביל זה? רק להאמין לצדיק ולספור. עוד יום. עוד ניצחון. עוד גבורה. עוד חסד. עוד מלכות...

אני חושבת שאני לא משתנה ו"דורכת במקום" והצדיק מלמד אותי שאני משתנה גם משתנה. אני לא רואה את זה כי השינויים כל כך קלושים שהם לא ניכרים כמעט. אני גם לא רואה את זה כי אני לא מתעכבת כמעט להתבונן וציינ לעצמי שהנה עשיתי עוד צעד, הנה התקדמתי, הנה אני בדרך, אני משתנה... אני לא "סופרת" את השינויים הקטנים בדרך. ובאמת השינויים האלה לא מורגשים אבל הם קורים ואת הבנוס הגדול תקבלי ביום החמישים אם רק תתמידי ותמשיכי לרצות ולספור. ותספרי בעיקר את הרצון שלך.
גם את וגם אני יודעות שאם היינו "מרגישות" את השינוי וההתקדמות, סביר להניח שמי שהייתה שולטת בנו בלי משים היתה מפלצת הגאוה, שהיא הגרועה מכל המפלצות. היא מברחה את הקדושה. ולכן נותנים לנו לספור עוד יום ועוד יום בלי "להרגיש" את השינוי שיגרום לנו להתעופף ולשכוח את ה'. נותנים לנו עבודה קלה מאוד אבל כזאת שדורשת המתנה ועקביות ובעיקר אמונה.
מי שיצא ממצרים לא היו דווקא הצדיקים אלא אלו שהאמינו למשה. כולם עבדו עבודה זרה והרוב הגדול פשוט כבר לא האמין שיש להם תקווה לשינוי. שהם יצאו ממצרים? במצבם? לא יכול להיות... אם משה היה דורש מהם כל מיני עבודות

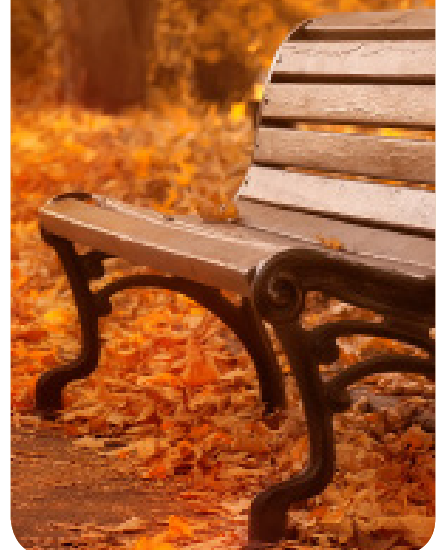
שאלה:

אנו מצויים בימי הספירה, ואני רוצה להתחזק במידות טובות, להכין כלי ראוי לקבלת התורה,

אבל... כבר שנים שאני "עובדת על המידות" מנסה מכאן ומשם, ועדיין אני רואה את אותן המפלצות מככבות לי בתוך הנפש (דוגמא? מפלצת הכעס, מפלצת הקנאה, השנאה והתחרות. ועוד מהזנים הבלתי נכחדים הללו)

וזה מייאש אותי מאוד. אני מרגישה שאני דורכת במקום. אולי יש לך עצה בשבילי?

ה. ברודי, מנחת סדנאות התבודדות ומלוות תהליכים פנימיים, משיבה:





ספירת האומר שיחת חברות על התבודדות

הן לא רצו להתהדר בשום תואר מלבד היותן נשים פשוטות שמנסות להתבודד. לא תמצאו כאן אמירות מתוחכמות או טיפים מנצחים. כל אחת מהנקודה השייכת לליבה, מספרת על המקום שלה בהתבודדות.

כל אחד צריך להיות לפי מדרגתו, ורבנו מזהיר אותנו ללכת לפי מעלתנו היקרה, למעשה מי שיכולה להתבודד שעה כל יום אשריה, אבל גם מי שחוטפת כל היום דיבורים או מצליחה לשבת פעם בתקופה - גם אשריה. זה לא פחות יקר! המתנה הגדולה בברסלב היא שתמיד איך שאת ובכל מצב, יש לך את המקום והעבודה שלך נספרת! כבחורה, אני זוכרת את עצמי יוצאת מהרצאה ומרגישה חלישות הדעת גדולה 'אוף! כמה אני רחוקה ממה ש"צריך" ו"רצוי". עם השנים התחלתי להכיר את הדיבור של הרבי "ללכת לפי מדרגתו", זה הרגיע אותי כל כך. השם לא רוצה שנהיה לחוצים ועצובים אלא כל אחד לפי מדרגתו. וצריך להיזהר לא להתבלבל מאחרים. לכל אחת יש את המקום הקדוש האישי שלה. איפה את נמצאת? למה את מסוגלת? מהי המדרגה שלך כרגע?

רבקה מעלה שאלה נוקבת: "משהו כאן לא מסתדר לי, יש דיבור שאומר שעה ביום לב נשבר ובשאר היום יהיה בשמחה. אז מה עושות כל הבנות שמתבודדות כל היום עם כל הדברים המעיקים שמעציבים את הלב? אם מתבודדים עליהם כל היום איך אפשר להיות בשמחה?"

אסתר קופצת על ההזדמנות: "בשאלה מונחת התשובה! בדיוק לכן צריך דווקא את ההתבודדות המיושבת והקבועה, כי איפה בדיוק נפתח את הדברים האלו שאנחנו דוחפים אותם בהדחקה לאיזה מחסן שכוח? ואיפה נפרק את כל המטענים והמנגנונים המוטמנים שמפעילים אותנו מבפנים בכל מיני וריאציות? מול ה' יתברך! רבנו דיבר על לקבוע מקום וזמן, ואי אפשר לומר שזה לא קשור לנשים! אם אישה עובדת ומפרנסת ולומדת ועושה דברים שפעם לא היו קשורים לנשים, דווקא כשזה מגיע להתבודדות פתאום זה לא קשור לנשים?"

גיטי: "עוד נקודה חשובה שצריכים לתת עליה את הדעת. לא לדבר מאחרים! לפעמים אישה משתפת ממה שעובר עליה בהתבודדות וזה מבלבל אחרות. את פתאום אומרת לעצמך 'ואו, לי אין כאלו דיבורים או הבנות'. וגם להיפך 'הן מספרות על ייבוש, אין להן מה לדבר? אני בכיף מדברת לפחות שעה'. צריכים לזכור שהתבודדות היא אחד הדברים הכי אישיים שלך. לא משנה בכלל מה קורה אצל חברה שלך, כמו בכל עבודה רוחנית (ובעצם גם גשמית). לזכור את התם הקדוש, "זה מעשה שלי וזה מעשה שלו!". לדעת להגיף את הווילון ולא לראות אף אחד! אני עכשיו בקליניקה הפרטית של ריבנו של עולם וזה שנינו בלבד".

יהודית: "בהקשר הזה של שיתופים, פעמים רבות יש לי את ההתלבטות - מצד אחד יש דברים שיכולים לחזק אחרות, מצד שני השיתוף מוריד מהאיכות הפנימית והחוויה של הדבר. עבורי זהו בירור כל פעם מחדש מאיזה מקום אני משתפת. האם כדי להרבות בכבוד המקום או קצת להרבות בכבודי..."

ובקברי צדיקים? וכשהולכים ברחוב? האם שם זה בסדר?
צריך להיזהר ממוזריות. לא למשוך תשומת לב. ללכת בחוץ

מה עושים כשהכללים קצת מאיימים ומצמצמים? ואיך חוטפים חתיכת שמיים באמצע היום?

"כשהייתי שומעת את אלו שמתבודדות הייתי מסתכלת עליהם קצת באלכסון", מודה גיטי מתבודדת "מתחילה". "הדיבורים שלהן נשמעו לי קצת מדומיינים, תלושים. אחרי שלמדתי על הנושא בסדנת התבודדות, הבנתי פתאום שהשם תמיד היה בחיים שלי אבל חווייתי אותו כישות רחוקה ונשגבת. השיחה האישית במילים פשוטות, השיתוף שלי אותו בפרטים הקטנים של היומיום, שינו לי לחלוטין את התפיסה הישנה. בתחילה הרגיש לי כמעט מטופש לבוא עם הדיבורים הקטנים של היומיום כמו מה שקרה אתמול בצהריים או הפחד שלי מעומס צפוי, אבל הבנתי שהעבודה שלי היא להיות מולו גם אם אני לא כזו 'מדהימה' ואין לי דיבורים מאוד מתוחכמים, אלא לבוא פשוט איך שאני ולהסכים להיות, ומתוך זה הבנתי סוף סוף שיש לי קשר איתו אבל באמת! עובדה, עכשיו דיברנו! והוא איתי כל הזמן לא רק בזמן שדיברנו. אני מרגישה", מסכמת גיטי, "שכדי להצליח להתמיד אני חייבת להמשיך ללמוד כדי לקבל תזכורות על עצם העניין".

"כבר לפני החתונה הייתי מאלו ש'אפיוות חזק'", מתארת פייגי, "יכולתי להתבודד שעה כל יום. אני זוכרת שיחות מדהימות שלי עם השם בקבר רחל. כעת המציאות כמעט לא מאפשרת לי ליידד לכן זמן. ערב אחד שמעתי הרצאה על התבודדות והלכתי יומיים מבלבלת. המסר היה חסר פשרות: תקבעי לך זמן בו את רק מדברת עם השם! וכמובן כל יום! בסוף ההרצאה כדי ליישם את הנלמד היינו צריכות להתחייב (!) על זמן מסוים של התבודדות בכל יום. בלב כבד התחייבתי לעשר דקות יומיות. מה שקרה בשטח היה די עצוב: באופן רגיל אני מדברת עם השם בכל שלב של היום, מתלבטת איתו מה להכין צהרים, מודה לו שהצליח לי את האוכל. מבקשת תוך כדי הטיפול בילדים עליו ועליהם. פתאום שקט, הערוץ שלי דמם. כל היום רק חיכיתי לעשר דקות המיוחלות לסגור עליו את הדלת ורק (!) לדבר עם השם. "לפי הכללים". בפועל כמה ימים בכלל לא דיברתי עם השם מרוב בלבול ותסכול".

מרים סבתא לנינים מזדהה עם פייגי לחלוטין: "אצלי התבודדות "אמיתית" עם השראה קורית רק בטבע, מצד שני אני מרגישה שהמקום שלנו האמיתי הוא לפני ולפנים בתוך הבית. אנחנו תמיד מחוברות להשם, באהבה, בקשר, בהודיה ובתפילה. נכון, זה לא תמיד מסודר, לפעמים מוקדם בבוקר לפעמים מאוחר בלילה. רבנו אמר לקבוע שעה אבל הזמן הוא דבר מרחבי, גם חמש דקות יכולות להיות 'זמן', ואם אני יושבת תחת העץ או מסתכלת על השמיים והלב נפתח וזכיתי לשלוח כמה דיבורים להשם - זו גם התבודדות!"

ללכת לפי מדרגתו - ולשמוח במה שאת יכולה לעשות. והיכן ומתי מפרקים את כל המטענים?

"רבנו מלמד אותנו להסתכל על הטוב שלנו, ללכת כפי מדרגתנו". מסבירה חני. גם כשרוצים את הטוב ואת הקדושה,



וְאָקְרָא לְכָל הַחַיּוֹת, כִּי הֵם רְצִים אֶת פֶּל הָעוֹלָם, כִּי בָנֵי אָדָם כְּשִׂמְחֵי לִישִׁים. אֵת דַּעְתוֹ הֵם מִתְנַהֲגִים כַּחַיּוֹת (נְחִלֵי אֶפְרַסְמוֹן).

כתרנגול בבני אדם

החדר היה בגווני סגול לילך בשילוב נגיעות טורקיז ים עמוק. דנדון ענוג הצטלצל בחן כשנגע קודקודי בפעמונים התלויים במשקוף הדלת. כורסת מבקרים בעלת מסעד עגול ניצבה הכן לבלוע את טרפה מול אחותה התאומה. ביניהן עמד מוכן שולחן מנתחים עגלגל, ועליו חבילת טישו סטרילית. נשמתי בשאיפות קצרות חנוקות את ניחוח הלבנדר שהיה בחלל, מנסה לעודד את רוחי: "גם זו לטובה, רחל, גם זה יעבור. את יכולה לעשות את זה. אף אחד עוד לא מת מפגישת יעוץ!". היה זה כשאחת מבנות הבית אתגרה במקצת את הצוות החינוכי. לאחר שיחה בלתי יעילה עם אמה, הוחלט בדרגים הגבוהים שכדאי שהאם תיגש ליעוץ הורי. וכך כצאן לטבח, כעובדת כפיה, כאם רחמנייה, מצאתי את עצמי יושבת מול יועצת בעלת פני אמפטיה עם מנגנון הנהונים מובנה.

- "מה עניינים?" שאלה בקול חברי.

- "ב"ה טוב, תודה." לא נפלתי בפח.

- "חם היום, הא?" ניסתה להיכנס עמי בדברים.

- "אהה" ייבשתי אותה כהוגן.

- "טוב", הטון החברי הצטמק והאינטונציה הפכה מטפלת עד מאוד. הנה זה בא, נפל ליבי בחבטה תחתיו.

- "תראי רחל", היא עלעלה בדפים ושיחקה להפליא את נרטיב היועצת, "אני רואה שלענתותיה (שם בדוי לחנה) שלנו היו קצת אתגרי משמעת בזמן האחרון. ספרי לי קצת על עצמך רחל. מה את זוכרת על עצמך כילדה. איך הייתה האוירה בבית?"

- "היינו חמישה ילדים." פתחתי בציזבט מכוונת לחמשת הראשונים מבין החמש עשרה. "לכל אחד מאיתנו היה חדר פרטי. מריבות וויכוחים שמענו רק מהשכנים. הטרואומה הכי גדולה שלי הייתה שבחופשה השנתית שכחתי לקחת את מסילת הישרים שלי לצימר והיה עליי ללמוד עם ספרו של אחי יחד עם אבא שליט"א". "כמובן", הוספתי למראה עיניה הנפערות בתדהמה, "שכחתי לציין שתורה וגדולה התאחדו על שולחנו, אבא למד יומם וליל ובבית לא חסר דבר" חתמתי, מתרפקת בגעגועים וכמעט מאמינה לעצמי.

"את לא אמיתית!" היא שכחה לרגע את מעמדה, מפגינה רגש אנושי סטנדרטי. "דווקא ראיתי בך את המקום הזה של ילדה קצת מוזנחת רגשית, שגדלה בבית עמוס" נשכה את שפתייה באיחור.

"יש בזה משהו" הרסתי לעצמי את התדמית. מה לא עושים למען הילדים. סיפרתי לה מעט על ביתנו הברוך בילדים ובאתגרים.

"תראי רחל", קראתי בהפוכה את כתב ידה החורף נחושות 'חוסר שיתוף פעולה. חשד לננוסקיזופרניה', "כשאת תהיי במקום אחר הכול ישתנה".

אין ספק, הסכמתי איתה בכל ליבי, עליי לעזוב תכף ומיד את השטח. "אז איך את מרגישה היום עם כל המקום הזה?" מבטה המאבחן רינטגן אותי בי מבעד למסך אמפטיה.

הבטתי סביבי. נגיעות הטורקיז קרצו אליי בעידוד על הקיר התכול. "המקום דווקא מעוצב לא רע." ענית בתום לב.

'הדחקה, הכחשה, תקשורת בינאישית נמוכה, יכולתי לקרוא את מצחה, הוא היה כמעט שקוף מבעד לקמטים שמילאו אותו. זכות השתיקה, החלטתי נחושות אל מול מסכת האבחנות. נשמתי בשטחיות חששתי מחדש לקלאוסטרופוביה.

'אני חשה ניכור, דמיינתי אותה מתמללת את רגשותיה בדיאלוג שלום בית דמגוגי. צפיתי בה בעיני רוחי מתמודדת עם ילדיה: 'קחי דף ועט וציירי לי את התסכול שלך'. "ולחילופין? קמת רטוב? אוץ, גרסיה". המחזה ההזוי שעשע אותי אנושות. כבשתי באיפוק רב את חיוכי הענק. וכך המשכנו לשבת בדממה מביטות זו בזו כתרנגול בבני אדם. מי התרנגול? מי הבנאדם? לשיקולכן.

ולהתבודד בעדינות זה בסדר. נראה שבדורנו מי שלא מדבר לעצמו ברחוב - הוא הלא נורמלי. ובאיזה טריק של אוזניה או פלאפון אפשר ללכת ולהתבודד ואת לא נראית חריגה... גם בקברי צדיקים צריך להקפיד שלא לבלוט, שיהיה בצניעות. אך להיזהר מאוד ממקומות בודדים, חשוכים ומהתבודדות בלילה. וגם ביום - מקומות מבודדים לא מתאימים להתבודדות לנשים!

התבודדות היא מעלה גדולה גם עבורנו - לכל אישה חשוב למצוא מספר רגעים של שקט, של לבד, לדבר ולהשיח עם השם יתברך. לדבר עם השם תוך כדי מלאכות הבית במהלך היום זה נפלא, אבל כשאת לבד ובשקט, המילים נשפכות יותר, מרגישים יותר קרבה, המפריעים מתבטלים. גם בדורות עברו הן היו מוצאות את הזמן השקט ומתבודדות. ובדורנו צריך הרבה תפילה. אני אומרת לבעלי: אם הייתי צריכה לגדל היום ילדים, זה היה גדול עליי. פעם היו פחות ניסיונות, החינוך היה קל יותר... אבל צריך לקחת בחשבון שצריך פניות בשביל להתבודד. כאשר הילדים קטנים זה באמת קשה יותר לפנות זמן להתבודדות, נשים לא מספיקות ומתקשות לעצור את הכול. לעיתים זה גם עלול לבוא על חשבון בני הבית וזה לא רצון השם. כשהילדים גדלים אפשר כבר לסגור את הדלת ולהגיד להם: "עכשיו לא מפריעים. אמא עושה התבודדות!"

לא טיפים אבל ככולופן למעשה: גם לקבוע גם להתגעגע, בבית ובחוץ!

קרו: שמעתי מהרב טייכנר על עניין חצות, שאמר שמי שלא זוכה לקום חצות יכול להחליט שאחת לתקופה הוא עושה את זה כמו שצריך. אצל רבנו יש המון מדרגות. מי שאין לה שעה, יכולה להחליט על פעם בשבוע פרק זמן. מי שטוב לה דווקא בחיק הטבע (אחרי שכמובן מצאה מקום לפי גדרי ההלכה), מאפשרת לעצמה מדי פעם בחוץ.

אסתר: "חמישים אחוז מהתבודדות טובה זה המקום. לכן אם מצאת לך מקום שפותח לך את הלב אז כדאי לפחות בהתחלה להתמיד איתו. אחרי שכבר יש לך את החיבור וחוויית קשר בהתבודדות, תוכלי לקחת איתך את המקום הזה או את חוויית החיבור שחשת שם לכל מקום".

קרו: "אני אישית מרגישה שזה חלק מהחיפוש ויש בזה תקופות. מלכתחילה לאישה זו קדושה מדהימה להתבודד בתוך הבית. אבל לפעמים צריך לצאת בשביל להיכנס".

"יש מעלה גדולה לקביעות ולפניות המיוחדת בהתבודדות", מסכמת **חיה מתבודדת** "ותיקה". "במעשה מאבדת בת מלך אומרת בת המלך לשני למלכות "שתהיה בוחר לך מקום ותהיה יושב שם", ובנוסף היא אומרת לו "ובכל זמן שיהיה לך פנאי תהיה מתגעגע אחריי להוציא אותי". דיבור זה משקף עבורנו את שני העניינים, מצד אחד את הקביעות ומצד שני את הגעגועים בכל פנאי. יש תקופות בחיים שעם כל הרצון הטוב את לא מצליחה להגיע לקביעות מיושבת. זה בדיוק הזמן להתגעגע. פעמים רבות מצאתי את עצמי מבקשת על ההתבודדות, "מוסיפה חיה. "השם, תראה באיזה מרוץ אני. מתי נדבר?". גם אחרי שכבר זכיתי ונפגשנו, זה עדיין לא מונח לי בכיס ואני ממשיכה לבקש 'תעזור לי שאבוא גם מחר וגם מחרתיים, שאני ארגיש כמה זה חשוב ולא אוותר'. בימים שלא הצליח, אני מדברת איתו גם על זה: 'תראה איך לא באתי אליך, תרחם עליי! תן לי דיבור איתך'. העיקר", מסכמת חיה, "שתהיה לנו קביעות בלב. אני שייכת לעניין הזה. גם אם נדיר אצלי שאני מתבודדת, אני קבועה שם בליבי. כשאני ברצון ובהתכוונות לשם תהיה בעזרת ה' גם סייעתא דשמיא".

אסתר: "כמה ש'נחפור' נדבר על העצה הזאת, תמיד יש עוד מה לחזק. התבודדות היא שביל מן הצד, היא דרך אינסופית. לפעמים זו שיחה טעונה או מייבשת. לפעמים יש דיבורים והבנות מאירות. אבל מתוך ומרגש לדעת שבאמת בכל מצב ובכל מקום אבא תמיד מחכה לך".

תיקון הכללי גדול ענק ומדול כים !!!

בתוצאה מהודרת עם אחריות גדולת ומאירות עיניים
מנריך לויקן הכללי 36 קיצור ליקטי הפילות ק"פ נשאים
מתאים במיוחד לאוהבים ושומרי פתאם לכל כים עיניים נשאים ומשומרים
מודד מיוחד למפצים ובי שלוקח במסגרת גדולה
חלק מהנשאי הפילות מתקנת מתיקן הכללי לזכות לראת שמים, לזכות לאמנות המסמס במלכות,
לזכות לתנועת שלפת, לזכות לשמחה בקפדות הו ומפנות, חסילה על הפנסה, לקיים מנחת נישות
פראת, לזכות לשמחה חסרת וכו'.



לבישת, להקדשות ולחוסמת חרשות:
058-660-9-660

הזדמנות נדירה

להשתתף בהדפסת 36,000
תיקונים כללים, מהודרים,
גדולים ומאירי עיניים.

ניתן להקדיש את התרומה לעילוי נשמת,
רפואה, שלום בית, וכל הישועות.

לפרטים: 058-6609660