

זברות מאשיבות

אסיפות אלטיות

”עקר השמחה של כל המצוות שעושין בכל השנה, הם מתקבצין יחד בשלש רגלים, וזהו השמחה של יום טוב. כי אז מתקבץ ומתעורר השמחה הקדושה הזאת של כל הנקדות טובות של כל המצוות שעושין בכל השנה.”
(ליקוטי מוהר"ן סימן ל')

4 איה היא הבחורה הנורמלית שנעלמה לה, ומי הגיעה תחתיה? מתבוננות במעשיות.

8 שילוח הקן טראומתי וכף זכות עצומה שמתעוררת. תמונות חיים

10 "קשר נשמתי" כתבה מיוחדת לכבוד הילולת רבי נחמן מברסלב זצוק"ל מעל הזמן והמקום

14 איך עושים משפט נכון בהתבודדות בלי ליפול לחלישות הדעת? עצה למעשה

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:
8BLUM

הגהה:
ר.ל בהר - 054-846-9963

מזמור למנצחת	3	חברות מקשיבות
פתאום נמלטו איזה אנשים	4	מתבוננות במעשיות
למשוך על העולם רחמים	6	חינוך בחיך
להתקרב	7	זוגיות לאור הצדיק
נשמות של משיח	8	תמונות חיים
בסוכת השלום של הרב'ה	10	מעל הזמן והמקום
תמיד בשמחה	12	שיחת חברות
להיות אך שמחה	13	טל המורה לשמחה
איך עושים משפט בהתבודדות?	14	עצה למעשה
בנק ההלוואות של רבינו	15	מילתא דשטותא

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

100 עלונים נתרמו לרפואה שלימה לרינה מסעודה בת ג'נט טובה	העלון מוקדש לעילוי נשמת חיים בן נחום ז"ל	100 עלונים נתרמו לזיווג הגון מהרה לעדי מלכה בת מירב מרים.	200 עלונים נתרמו לע"ל לילי בת רחל ז"ל ויצחק (גי'קי) בן לילי ז"ל	100 עלונים נתרמו לע"ל נ' עמרם (ארמונד) בן שמחה ז"ל	50 עלונים נתרמו להצלחה בפרנסה ובכל העניינים	150 עלונים נתרמו לרפואת סימה בת זמילה גאולה ומשה בן בידה	50 עלונים להפצת אור רבינו הקדוש	50 עלונים נתרמו לרפוי"ש לאמי היקרה מנב"ת מרגלית בת אני	100 עלונים נתרמו לרפואת התינוק ישראל נתן חיים בן שירה
--	--	--	--	---	--	---	------------------------------------	---	--

בס"ד

הקו שיכניס לך שמחה אמיתית ללב וגם יצחיק אותך....

079-60-767-35

לנשים בלבד!

בס"ד

נקודת חברה

שיעורים שבועיים מדיבורי רבינו שמעבירה חיה הרצברג תח"י

072-315-7216

בס"ד

קו ההתחזקות

02-663-3554

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



מזמור למנצחת

כנגד רוחנו, ממש "בגובה העיניים" - הבעל תפילה צריך יגיעות גדולות. להוריד את עצמו, להחליף מראה ולהדמות לי, כדי שגם אני אבין ואתקרב למלכו של עולם. "רבי נחמן מדבר איתי במילים שלי!" נשים מרגישות. "איך הוא יודע מה עובר עליי? איך הוא כותב על המצב שלי, כשהוא חי בכלל לפני 200 שנה!"

מגיע עד אלייך

כשהבעל תפילה מגיע אלייך ואת מטה אוזנייך לשמוע, את פתאום לא רוצה דבר. כל המשיכה לענייני החומר - חולפת ונגזזה. את מבקשת רק את בורא עולם. הכול מתגמד באחת. את ממשיכה לפעול בתוך חזיתות חייך, אבל התודעה שלך היא כבר של "מחוץ ליישוב". עד כדי כך את שם, עד שאנשים מסתכלים עלייך ולא מזהים אותך. "הזאת נעמי?" איפה נעלמה זו שעיצוב הבית היה בראש מעייניה, שחלפו עליה ימים ושבעות במרדף להשיג קולקציה מושלמת לילדיה לפי העונה המתחלפת, שהמינוס בבנק הדיר שינה מעיניה, ועיקר מעייניה היה: מה יגידו עליי? איך אני נראית בעיני אחרים? את יודעת - מה שתצטרכי יגיע עד אלייך, גם אם אלו מלבושי זהב. את שמחה. את משוחררת. את שרה ומזמרת לבורא עולם. מדברת איתו יתברך במילותייך את. היש תענוג גדול מזה? את מרגישה בתוך ערוגת פרחים נדירה, אוספת וקוטפת, לא רוצה לנוח לרגע. "רווח העולם הזה אין לשער!" דברי הצדיק פועמים חזק בליבך. רק לחטוף מצוות בזה העולם העובר. מה ישאר מאיתנו חוץ מזה? למה להתעכב על שטויות?

התחזקות

בעל התפילה הוא "המבוקש" מספר אחת מטעם מלכות הסטרא אחרא, שלא רוצה שיתקרבו לזה הצדיק שהוא החן והיופי של כל העולם, ועל ידו נזכה בוודאי להיות אנשים כשרים. לשונות רעות מתהלכות סביבו, בלבוים עוברים על כל מי שמבקשת לקרב את עצמה אליו או לאנשיו. עתה בסוכות, עם נענוע הלולב, גם נשמתנו מתנענעת, קמה וקצה משנת הייאוש ומקבלת כוח להוסיף ולהילחם במלחמה הארוכה של החיים. "כי מנערין ומנענעין כל השוכני עפר שיקוצו משנתם ויקיצו ויעמדו לעבודתו יתברך ואל יתיאשו כלל, כי עדיין ה' עמם, כי מלוא כל הארץ כבודו" (ליקוטי הלכות, סוכה ד, ב)

עתה זה הזמן לבקש ולהתחנן בכל ליבנו שנוכה להתקרב לרבינו, רבי נחמן מברסלב זצוק"ל, שרק בעזרתו נזכה להיות אנשים כשרים.

קריאה מהנה ומחזקת!
שנה טובה ומתוקה!
חברות מקשיבות.

"עכשיו לדרום הנה כך", היא מנחה את בן החמש המנומש שלה, מנענעת עמו את הלולב. "ועכשיו צפון, רק שלוש פעמים, נתוש, בזהירות בבקשה!" הילד לא עומד באור הגדול וכמעט עף על הכיסא של האושפיזין. כשתמו הנענועים, נתי עולה על הספה בקפיצות אינדיאניות מנפנף בלולב כמו בחרב. "נכון אני יודע כמו אבא?" הוא צוהל אליה, מרוצה. היא תופסת את השובב, מורידה אותו חזרה לרצפה, מחלצת את הלולב הקדוש מידי ומשלחת אותו למקפיא להתכבד בארטיק. היא לא תקפוץ על הספה עם חרב, אבל גם היא יוצאת למלחמה. גם היא מניפה את כלי הקרב לארבע רוחות השמיים. לצפון, לדרום, למזרח ולמערב. גם למעלה ולמטה. לכל כיוון נפילה שלא תבוא. היא בסוכה עכשיו. חבוקה ודבוקה אצלו יתברך. מחיצות קדושות מבדילות אותה מכל רוחות העולם המנשבות בעוצמה, מכל ההרגלים הפסולים והמחשבות הזרות. מה לה לדאוג?

מאן הנצח?

הזוהר הקדוש אומר שבמוצאי יום טוב יוצא כרוז ושואל: מי ניצח? היצר הרע או עם ישראל? והתשובה: מי שאוחז את כלי הקרב, הוא המנצח.

התשובה הזו פלאית. היינו חושבות שלהניס את האויב זה הניצחון האמתי. לגרום לו לקפל את הזנב ולברוח כל עוד נפשו בו. להותיר אותנו על פסגת הניצחון. שיכורות מאושר. טהורות, טובות ומוארות. אך הזוהר הקדוש מגלה לנו שכאן בעולם הזה, אל לנו לצפות לניצחון מהסוג החלומי והנחשק הזה. כאן הניצחון לא שייך למכריע את הקרב, אלא לזה שממשיך להילחם. לזה שכלי הקרב אחוזים היטב בידי, והוא מוכן ומזומן, דרוך ומכוון מטרה להכות באויב מכל כיוון שרק יפציע. כל כך הוא נחוש בדעתו, עד שגם כאשר הוא סופג מכות איומות ונופל נפילות עצומות, הוא מתחזק להמשיך וללחום. אך, איזה מנצח הוא זה האיש!

מנצחת בדרכו של הבעל תפילה

מכל אחת מאתנו מבקשים להיות המנצחת הזאת. זו שלא מפסיקה להילחם. מנצחת גם כשהיא בזמני עלייה והתחזקות, מנצחת גם כשהיא בזמני ירידה והתרפות. דרכו של הבעל תפילה, הוא רבינו הקדוש, היא דרך מרפאת שבאה לעזור לנו להילחם באמצעות תפילה לבורא עולמים. דרך שבאה להראות לנו שהשם אתנו, עמנו ואצלנו. בעל התפילה מלמד אותנו כאלו טכסיסי מלחמה שבאמצעותם נצליח גם אנחנו להתחבר לעבודת התפילה ולהרגיש טעם חדש בעבודת השם. אט אט נרגיש איך רפיון הידיים סר מאיתנו. ואנחנו מקבלות כוח אמיתי להמשיך ולהילחם.

בשביל להגיע אלינו, המונחות מטה-מטה, בסוף עקבתא דמשיחא, מבולבלות ומוסחות, נבוכות ומטושטשות, להלך



מעשה מבעל תפילה

חלק ב'
חכמתו של הבעל תפילה

פתאום נמלטו איזה אנשים מן המדינה,
ולא נודע אים.



חנה אלהן - 050.890.7002

וְכֵן לְהִפְךָ - שְׁלֹפְעָמִים נִתְקַרְבּוּ
אֵלָיו אִיזָה עֲשִׂיר, וְהָיָה מוֹצִיאֹו
מִן הַיָּשׁוּב כִּנְ"ל וְהָיָה מִבֵּין שְׁזָה
הַעֲשִׂיר צָרִיף לִילָף בְּכַגְדִּים
קְרוּעִים וְנִבְזִים הָיָה מְנַהִיגוּ כָּךְ
הַכֹּל כִּפִּי שְׁהָיָה יוֹדֵעַ צָרִף הַסְּפִקָת
כָּל אֶחָד וְאֶחָד הָיָה מְסַפֵּיק לוֹ
וְאֶצֶל אֵלּוּ הָאֲנָשִׁים, שְׁקָרְבָם
לְהַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ הָיָה תַעֲנִית אוֹ סְגוּף
גָּדוֹל וְיָקָר יוֹתֵר מִכָּל הַתַּעֲנוּגִים
שֶׁבְּעוֹלָם כִּי הָיָה לָהֶם תַּעֲנוּג מִן
הַסְּגוּף אוֹ מִתַּעֲנִית גָּדוֹל יוֹתֵר מִכָּל
הַתַּעֲנוּגִים שֶׁבְּעוֹלָם

אֶפְשָׁר כִּנְ"ל וְהָיָה הַבַּעַל תַּפִּילָה
הַנְ"ל עִם אֲנָשָׁיו יוֹשְׁבֵים חוּץ
לְיָשׁוּב, כִּנְ"ל וְעוֹסְקִים רַק בְּעֵנִינִים
הַנְ"ל בַּתַּפִּילָה וְשִׁירוֹת, וְתַשְׁבּוּחוֹת
לְהַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ וְיודוּיִים וְתַעֲנִיתִים
וְסוּגוּפִים וְתַשְׁבוּבוֹת כִּנְ"ל
גַּם הָיָה עֵנִין הַבַּעַל תַּפִּילָה הַנְ"ל
שְׁהָיָה יָכוֹל לְהַסְפִּיק לְכָל אֶחָד
וְאֶחָד מֵה שְׁצָרִיף
וְאִם הָיָה מִבֵּין בְּאֶחָד מֵאֲנָשָׁיו
שְׁלֹפִי מַחוּ הוּא צָרִיף לְעַבּוֹדַת ה',
שְׁיֵהָא הוֹלֵךְ מִלְבָּשׁ בְּמַלְבוּשֵׁי זָהָב,
הָיָה מְסַפֵּיק לוֹ

הַפְרָשָׁה. עֵנִינִים שֶׁחָשׁוּב לְהַשְׁתַּפֵּר בָּהֶם. אַבֵּל אֲנִי חִפְשֵׁתִי אַהֲבָה,
הַשְׁתוֹקֵקִתִי לְנוֹעַם וּמִתִּיקוֹת. עֵבֶרְתִּי מִסֵּפֶר לְסֵפֶר, עַד שֶׁמִּצְאָתִי.
הַשֶּׁמֶשׁ הָאִירָה עֲלַי בְּאַלְפֵי גוּוֹנִים. הָעוֹלָם נוֹלַד מִחֲדָשׁ. יֵשׁ צְדִיק!
צְדִיק כֹּזֵה! לֹא יִדְעֵתִי אֵת נַפְשִׁי. אִמֵּת כֹּזֵאת, אוֹר כֹּזֵה. הַתְּקַרְבוֹת
מִלֵּאת אַהֲבָה. יֵשׁ כֵּאֵן נַעֲיֵמוֹת נְדִירָה.
הַתְּקוּפָה הַבָּאָה מִצְאָה אוֹתִי מִתְּהַלְכַת בֵּין שָׁמַיִם לָאָרֶץ, לֹא יוֹדַעַת
הֵיכָן אֲנִי יוֹתֵר.
נִסְעֵתִי בְּאוֹטוֹבוֹס, וְרֵאִיתִי שֵׁם אֵת ה'. יִשְׁבֵּתִי בְּהַרְצָאָה בְּסַמִּינֵר,
וְהַשְׁדָּה שֶׁנִּשְׁקָף מֵהַחֲלוֹן קֶרֶף אֵלַי.
כָּל הַקְּשִׁיִּים הַתְּגַמְדוּ לָהֶם פְּתָאוּם, מְנוֹפְפִים לִי לְשִׁלּוּם מִרְחוֹק. בֵּין
קוּשֵׁי נְשִׁימָה אֶחָד לְמִשְׁנָהוּ, יְכוּלֵתִי לְקַחַת אוֹרֵי.
הַתְּחַלֵּתִי לְנִשְׁוֹם אֲמוֹנָה. אִיפֹה הִיא הֵייתָה עַד הַיּוֹם?! הֵייתָ עִיּוּרֵת?
לֹא, זֶה הַצְּדִיק שֶׁמֵּרָאָה לִי אוֹתָהּ. הֵיכָן שֶׁהַלְכָתִי רֵאִיתִי אֵת ה'.
הַמִּילָה 'בְּרַסְלָב' הַפְּכָה לְהִיּוֹת קְסוּמָה וְאַהֲבָה עֲלַי בְּיוֹתֵר. הַרְגַּשְׁתִּי
שֵׁם חַיִּים מִפְּכִים, אַהֲבָה מִלְטַפֵּת.
ה' אֵיתָךְ, הוּא מְקַשֵּׁב לְךָ וְאוֹהֵב אוֹתָךְ. אֵת תְּמִיד יִקְרָה וְחֻשׁוּבָה
בְּעֵינָיו. אֵילּוּ דִּיבּוּרִים נִפְלָאִים!
לֹא חֲלָף זְמַן רַב, עַד שֶׁדַּחֲפַתִּי גַּם לְחַבְרַתִּי הַטּוֹבָה סֵפֶר קֶטָן. גָּדוֹל.
שִׁיתַּפְתִּי אוֹתָהּ בְּאוֹר הָעֵצוּם, הָעֵבֶרְתִּי אֵת הַתְּחוּשׁוֹת, יֵשׁ כֵּאֵן אִמֵּת
לְאִמִּיתָהּ. הִיא נִשְׁבַּתָה בְּקַסָּם.
בִּנְיָתִים מוֹיִשֵׁי הַקֶּטָן הַבְּרִיא לְאִיטוֹ. גּוּפוֹ הַעֲדִין לְקַח אֵת זְמַנּוֹ כְּדִי
לְהַתְּאוּשׁוּשׁ, אֶךְ אַחֲרֵי כֵּמָה חוֹדְשִׁים חֲזָרוּ אֵיתּוֹ אֲבָא וְאִמָּא הַבֵּיתָה.
אֲנִי חֲזָרְתִי שְׁבוּעַת אַחֲרֵיהֶם, וְלֹאֵט חֲזָרוּ הַיְלִדִים לְבֵית בּוּזָה אַחֵר זֶה.
נִכְנַסְנוּ לְמַסְלוֹל רְגוּעַ, אַבֵּל אֲנִי כִּבְר הֵייתִי אַחֲרֵת.
וְכֵן נִזְדַּמְנָן שֶׁנֶּאֱבַד אֶצֶל אֶחָד בְּנוֹ...
הוֹרִי עֵקֶבוֹ, שֶׁשֶּׁפְּשׁוּ עֵינַיִם וְלֹא הֵאֲמִינוּ. בְּאַמְצַע הַלֵּילָה מִצְאוּ אוֹתִי

עַד שֶׁנַּעֲשֶׂה רֶשֶׁם בְּעוֹלָם, וְהַתְּחִיל
הַדְּבָר לְהַתְּפָרֵס
כִּי פְתָאוּם נִמְלָטוּ אִיזָה אֲנָשִׁים מִן
הַמְּדִינָה, וְלֹא נוֹדַע אֵיךְ וְכֵן נִזְדַּמְנָן,
שֶׁפְתָאוּם נֶאֱבַד אֶצֶל אֶחָד בְּנוֹ
וְכִיּוֹצֵא בּוֹ, וְלֹא נוֹדַע אִיפֹה הֵם עַד
שֶׁנּוֹדַע הִיּוֹת שֶׁנִּמְצָא הַבַּעַל תַּפִּילָה
הַנְ"ל שֶׁהוּא הוֹלֵךְ וּמְפַתֵּחַ בְּנֵי אָדָם
לְעַבּוֹדַת הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ כִּנְ"ל
אֶךְ לֹא הָיָה אֶפְשָׁר לְהַפְרִירוֹ וּלְתַפְּסוֹ
כִּי הַבַּעַל תַּפִּילָה הָיָה מִתְּנַהֵג
בְּחֻכְמָה וְהָיָה מְשֻׁנָּה וּמְחַלֵּף עֲצוּמוֹ
אֶצֶל כָּל אֶחָד וְאֶחָד בְּשֻׁנַי אַחֵר
שֶׁאֶצֶל זֶה הָיָה נְדָמָה כְּעֵנִי, וְאֶצֶל
זֶה כְּסוּחָר, וְאֶצֶל זֶה בְּעֵנִין אַחֵר
וְכִיּוֹצֵא בְּזָה
גַּם, כְּשֶׁהָיָה נִכְנָס לְדַבֵּר עִם בְּנֵי
אָדָם

רוקי לספרתי:

"פתאום נמלטו איזה אנשים מן המדינה, ולא נודע אים"

הַהוֹרִים שֶׁלִּי לֹא יִדְעוּ אֵת נַפְשִׁים מִדַּאגָּה. הֵייתָה לָהֶם בַּחוּרָה, עֵדִינָה,
מִיּוֹחַדַת וּפּוֹרְחַת. הִיא נַעֲלָמָה.
בְּמִקוּמָה צְצָה בְּרִיָּה חֲדָשָׁה, בַּחוּרָה מִשְׁנַיִם קְדַמוֹנִיּוֹת. רַק סִפְרִים
וּרְחוּנִיּוֹת מַעֲנִינִים אוֹתָהּ.
כּוֹלָה מִתְּהַלְכַת מוֹקְסַמַת בְּשִׁבְלִים עֲנוּגִים, מְרִיחָה בְּקַסְמָם שֶׁל
סִפְרִים חֲדָשִׁים גַּם יִשְׁנִים.
הַתְּקוּפָה בְּבֵית הֵייתָה קְשָׁה. מוֹיִשֵׁי, אַחֵי הַקֶּטָן וְהַחֲמוּד, חִלָּה. לְאַחַר
אַשְׁפוּזִים חוֹזְרִים וְנִשְׁנִים, נֶאֱלָצוּ הוֹרֵי לְחַלֵּק אוֹתָנוּ בֵּין מִשְׁפַּחוֹת
הַדּוּדִים.
אִישִׁית, קִיבַלְתִּי אֵת זֶה קְשָׁה. בֵּין כֹּה וְכֹה הֵייתִי בַתְּקוּפָה רַגְשִׁית
עֲמוּסָה. גִּיל הַהַתְּבַגְרוֹת, מִיִּשְׁהֵי כֵּאֵן לֹא עֵבֶרָה אֵת זֶה? הַקְּשִׁיִּים
בַּחֲבֵרָה, הַמִּתִּיחוֹת בְּמַעֲרְכוֹת הַיַּחְסִים הַכִּי קְרוּבוֹת, וְהַחִפּוּשׁ הַגָּדוֹל.
צִימָאוּן, חִיּוּבוֹ מִסְלוֹל מִחֲדָשׁ.
הַחַיִּים זָרְקוּ אוֹתִי פְתָאוּם לְמַעֲרַבּוֹלַת נוֹסֶפֶת. גִּלִּים גְּבוּהִים אִיִּמוֹ
לְהַטְבִּיעַ אוֹתִי. הַרִיחוֹק מֵהַבֵּית, הַצּוֹרֵךְ לְהַשְׁתַּלֵּב בֵּין אַחִיוֹת בְּבֵית זֶר.
זֶה הַכְּבִיד עֲלַי. הַגַּעְגּוּעִים לְאִמָּא קִרְעוּ אוֹתִי מִבְּפִנִים. וְהַדַּאגָּה, אוֹי,
הַמִּתַּח הַנּוֹרָא לְבְרִיאָתוֹ שֶׁל מוֹיִשֵׁי הַקֶּטָן. מִצְאָתִי אֵת עֲצַמִּי מְרִימָה
עֵינַיִם לְשִׁמִּים. מַחֲפֶשֶׁת נַחְמָה.
גִּישְׁתִּי, אִיפֹה יֵשׁ דֶּרֶךְ נַעֲיֵמָה? הֵרִי אֲנִי עֲכָשִׁיו בַּת בּוּגֵרַת, חֲכָמָה
וּמְבִינָה, בְּמָה כְּדָאִי לִי לְבַחוּר? הַתְּאוּוֹת שֶׁל הָעוֹלָם לֹא הִיוּ נְרָאוֹת לִי
מִסְפִּיקוֹת. בַּתְּפִיסָה שֶׁל מִתְּבַגְרַת פְּסִלְתִּי אוֹתוֹן, בַּחֲסָדֵי שִׁמִּים.
הַתְּחַלֵּתִי לְקְרוֹא בְּסִפְרִים שֶׁל הַחֲסִידוֹת בַּה גְּדִלְתִּי. מִצְאָתִי, אַבֵּל
לֹא אֵת שֶׁאַהֲבָה נַפְשִׁי. הִיוּ שֵׁם דִּיבּוּרִים קְדוּשִׁים, וְוֹאֲרִטִים נְאִים עַל

פתאום שמתי לב שהחברות מדברות בשפה אחרת ממני, התחילו לעניין אותן דברים שוליים - או שאני זו שהשתנית?!
 הייתי באה הביתה, מורידה תיק ומחליפה נעליים, ורצה למגירה הקטנה. שם חיכו לי ספרים בערימה. מעדנים, ממתקים...
 תלמידה פשוטה, בסמינר פשוט, אבל תפוסה בשק של בעל התפילה. עניין אחר לגמרי.

עד שנעשה רושם ופרסום בעולם.

האש שהתחילה כניצוץ בודד ביער חשוך, החלה להתלקח ללהבה. דיבורים נלחשו, חברה הביאה חברה, והתגבשה לה קבוצה. היינו מתאספות, לומדות איזו שיחה מרבינו הקדוש ומתחזקות בשיחת חברות. שרנו וניגנו שירי דבקות, התלהבנו מכל ניגון ותנועה שהשם 'ברסלב' חתום עליהם. קו טלפוני נפתח, והאהבה שבינינו היתה בוערת.

הימים עברו במרוצה, כל אחת התארסה והלכה לדרך המיועדת לה משמים, אך בלב כל אחת מאיתנו דולקת האבוקה. בעליות ובמורדות החיים הסבוכים, מלווה אותנו קריאתו המדהדת של בעל התפילה:

עיקר כוונתו רק לקרב לה יתברך.

זכיתי והקמתי בית על שם רבינו. איני צריכה עוד להחביא את הספרים מתחת לכרית... העצות של רבינו הקדוש מושמעות על שולחן השבת אצלי בבית, ואנו מתחזקים יחד ללכת בעצות הצדיק הגדול במעלה. כשבעלי קם בחצות הלילה או חוזר בעיניים אדמדמות מהתבודדות, כל ליבי ונפשי זועקים: "אשרינו!"

יושבת על מיטתי, גומעת שיחות, מעשיות ותורות בשקיקה. שקועה בהתבודדות או בתיקון חצות. לפנות בוקר צלצלו הטלפונים, ו'מודה אני' חפזו התמלמל בין הקווים. אני וחברתי קמנו לתפילת ותיקין... בחורות שלא מן הישוב.

הייתי מחביאה את הספרים תחת השמיכה, חוטפת לקרוא כשאף אחד לא נמצא. זה הפך להיות מקור החיות שלי.

הקשיים שהיו לי התכסו בשכבה עבה של דיבורי אמונה. השמחה שרבינו הקדוש הזרים בי שטפה את כל המרירות. חייתי חיים טובים. אבי, איש צדיק וחסיד, הביט בי מהצד, וראה כי טוב. היינו נוסעים מתקופה לתקופה למירון, לשבות בצל התנא. כך היה תמיד בביתנו, בית חסידי חם. כעת התגעגעי לרבי שמעון נואשות בין פעם לפעם. לא יכולתי לחכות.

מבת שאהבה להתלבש בצורה מקובלת ונאה, הפכתי לצנועה ופשוטה. רצייתי רק פשוט, לא אביתי להשקיע בכך מחשבה. הקרבה המתוקה לה' תפסה את כל ישותי. כל ספר בכריכה חומה ושלחבת קטנה וכתומה מרצדת עליו, קרץ אליי מרחוק. ספר התהלים הפך להיות חלק ממני, רק פתחתי והתחילו לזלוג הדמעות. ליקוטי התפילות. כל מילה ומילה שר' נתן כתב... אוי, איך הוא ידע? חום ונעימות עטפו אותי. לא הכרתי דברים כאלה.

הדרך מהבית לסמינר הפכה להיות מנוצלת. תיקון הכללי קטנטן הלך איתי, מאיר במילותיו את הפסיעות.

הלימוד בכיתה בחומש, במשלי ובנביאים, שרצייתי רק לזרוק ממני תמיד, הפך להיות מאיר ומלא רמזים מה' יתברך אליי.



ליקוטי תפילות

תפילה לשמחה

רבונו של עולם מלא רחמים, אדון השמחה והחן, אשר השמחה במעונך, ואין לפניך שום עצבות כלל... זכני ברחמיך הרבים ובחסדיך העצומים, שאזכה להיות בשמחה תמיד, כאשר גלית לנו על ידי צדיקיך האמתיים ששמחה היא סטרא דקדושה, ועצבות ומרה שחורה היא הסטרא אחרא, והקדוש ברוך הוא שונא אותה, וכל קדשת איש הישראלי הוא על ידי שמחה דיקא, וכל ההתרחקות שלנו ממוך והתגברות התאות הכל היא על ידי עצבות ומרה שחורה אבל אתה ידעת כמה אני רחוק משמחה, כי קלקלתי ופגמתי הרבה מאד על כן באתי לפניך מלא רחמים, שתהיה בעזרי ותשמחני בישועתך, ותאיר בי ותגלה לי דרכי עצותיך האמתיות, ותורני ותלמדני שאזכה להפך כל מיני יגון ואנחה לשמחה, שלא יהיה שום כח להסטרא אחרא שהוא היגון ואנחה להכניס בי עצבות חס ושלוש רק אדרבא, אזכה בכל עת להתחזק ולהתגבר בשמחה גדולה כל כה, עד שאזכה להפך היגון ואנחה לשמחה, ולא אניח להעצבות והיגון ואנחה להתאחז בי כלל...

סיפרה חברה:

היינו אקראית שמחה מספחתי, היו הרבה מורכבויות והיה צריך סיעתא דשמיא גדולה שהלך יעקב ב'סאור' וב'סמחה. רציתי מאד להתפלל ולבקש על כך מול נרות שבת אצל הייתי תשוטה מלך ההכנות ולא הצלחתי למצוא את המיושם. ב'סאור' נפרדתי במיושם מהאקוטי תפילות: "אדון השמחה והחן אשר השמחה במעונך, ואין לפניך שום עצבות כלל" המיושם האלו האירו כי ו'סאור' יצא ממני אויף דבור של אמתי אמרתי אה! "רבונו של עולם! אתה אדון השמחה, השמחה היא אצדק וטאק, מה זה כ'סאור' אתה אנו שמחה סאמה? שמחה סאמה אני חוזה, לא חצי ולא רב...". להו, דבור של אמתי קטן אך יקר מאד.

מאחר יותר ניסיתי לחפש את התפילה הזו כ'ליקוטי תפילות' ולא מצאתי. לאחר כמה ימים הייתי לוקה אעצה באזויה ענין והאטתי אפתח את ה'ליקוטי תפילות' ומה מאד נדהמתי שנפתחה לי כדיוק התפילה הזו שחיפסתי, כה מדבר ר' נתן על העצה של 'הפוך את היגון ואנחה ל'שמחה' עצה שחיפיקה אותי מאד באותה תקופה. בנוסף לכך קבאתי תשובה מדויקת אונטן שהתחבטתי בו. הרצפתי הארת פנימית גדולה מה'.

מזרפת לך את התפילה: תפילה כ'א' ח'א' כ' מהמיושם "רבונו של עולם, מלא רחמים, אדון השמחה והחן..."



למשוך על העולם רחמים

זה לא היה הגיוני שהשארתי את הביצים ליד הדלת, אבל נפגעו הרבה מתבניות הביצים. התקשרתי לרב פוסק ושאלתי מה הדין. האם על המשלוחן לשלם על הנוק שארע? הרב פסק שעל המשלוחן לשלם על הנוק. עליו היה להיזהר לא להזיק, גם במקרה לא הגיוני כמו כאן. מכאן למדתי כמה אדם צריך להיזהר לא לפגוע ברכוש או בממונו, לא לצער אחרים. אשרינו שיש לנו דרך מרבינו של פנימיות התורה, והלוואי ונזכה ללכת בה. שנה טובה ומבורכת, תשפ"ד שתבוא עלינו לטובה ולברכה.

היום נלמד על שתי מידות חשובות שאותן אנחנו רוצות למשוך מהשמיים בימים הנוראים ובכל חודש תשרי. הגברים צועקים את שלוש עשרה מידות הרחמים בתפילה בבית הכנסת, הנשים מפעילות אותן בתוך הבית הפנימה, תוך כדי החיים. מידת הרחמנות ומידת החמלה.

מידת הרחמנות

הילד נפל, מעד, שורף לו, שורט לו. זה לא הזמן להגיד: "אמרתי לך לא לטפס על הגדר", או "אמרתי לך לא ללכת יחף", גם לא: "למה אתה עושה שטויות, תראה מה קרה!", כל אלו משפטים שהם הפך הרחמים. עכשיו כשכואב לילד זה הזמן למשוך רחמים מהשמיים על הילד שלנו ועל כל העולם כולו. לרחם עליו. נכון, הוא לא שתה מספיק מים, ולכן הוא מתלונן על כאבי ראש; נכון, בגלל שהיא אכלה שלוש גלידות ברצף כואבת לה הבטן; נכון, אמרת לה את זה, ואפילו שכך היא לא הקשיבה - אבל... עכשיו הוא סובל, עכשיו היא סובלת! בואי אמא, תעזרי, תרחמי. תכסי אותו בשמיכה, תעזרי לו לקום כשנפל, זה לא הזמן לחנך. הדבר נכון גם לגבי אבא. כשההורים מרחמים על הילדים - מהשמיים נמשכים רחמים על הבריאה. בשביל זה יש מצוקות בעולם - כדי שנפעיל למטה את מידת הרחמים שתעורר רחמים בעולם העליון. המחשבה שלנו צריכה להיות: "אל תהיה צודק, היה חכם". לא לשים את הצדק בראש מעיינינו, אלא את הרחמנות.

לחמול את הסובל

המידה השניה החשובה מאוד היא להצדיק את מי שסובל. לחמול על הנפגע. כששני ילדים רבים ואחד פגע בשני, כשילד אחד שבר לאחיו את ההרכבה שהוא בנה - זה לא משנה אם זו פגיעה גופנית, או פגיעה ברכוש, קו המחשבה צריך להיות הבנה שיש לנו הזדמנות לרחם על הסובל ולא להעניש את זה שגרם את הסבל כרגע. גם לא לחנך. עכשיו צריך לתת עידוד, נחמה ורחמים. "הוי, לכלכו לך את המחברת? אוי, באמת המחברת נראית כל כך גרוע, בואי נראה, אולי אם נמחוק את הלכלוכים בטיפקס זה יראה טוב יותר?". כשנשבר לילד מבנה שבנה בלגו, זה כמו שלמבוגר נשבר הרכב... הצער שלו גדול מאוד. גם אם הילד בנה באמצע הסלון, והסבירות גדולה שמישהו יחבל לו בבנייה, עדיין הצער שלו גדול ואמיתי. הוא צריך שירחמו עליו, שיזדהו עם הכאב שלו, ורק אחר כך יטפלו בזה שפגע.

הנטייה הטבעית שלנו היא להסתכל על מי שגרם את הצער לשני, לגנות ולכעוס. אנחנו לא עוצרים להזדהות עם הסובל, להיות עם הנרדף. עצם זה שאני מחזקת את הסובל ומתעלמת ממי שגרם לו את הצער, גורמת לכולנו להבין שיש בורא לעולם והוא ורק הוא גוזר צער על בן אדם. זה שגרם את הצער, כבר יבין לבד את חומרת מעשיו, וגם אם לא - זה לא הזמן עכשיו. אחר כך, בעת אחרת אסביר לו שכשגורמים צער ליהודי, גם השכינה מצטערת. וכשפוגעים בשני - פוגעים בעצמנו. יש הרבה מה להגיד, אבל השלב הראשון הוא הזדהות וחמלה: "אוי, כואבת לך הרגל, בוא נראה מה קרה".

רק השם

החיפוש אחר אשמים הוא מיותר. "בגללך! תראה מה קרה עכשיו! למה השארתי שם את המגב?" אם אני אצעק ואכעס על המזיק, אני אמנע מכולנו את היכולת להפנים שיש כאן השגחה. השם עשה את זה! כשאני כועסת על "המקל" (היינו הילד שפגע, ציער), אני שוכחת שיש מי שמחזיק את המקל, בורא עולם בכבודו ובעצמו.

אנחנו חותרות להביא את ילדינו להבנה שאין את מי להאשים. שיש בורא לעולם שגוזר מי יצטער ומי ישקוט. בורא עולם הוא מלך העולם. הכול לטובה. הכול ממנו. את ההבנה החשובה הזו ננחיל להם דווקא באותם הרגעים, בהם נתעלם מהמזיק ונפנה לנפגע. זה לא אומר כמובן שמי שפגע - פטור מעונש. פעם הנחתי מספר תבניות ביצים ליד דלת הבית, באותו זמן הגיע משלוחן לשכנים והביא להם ספה חדשה. בלי לשים לב, בדרך הילוכו, הוא פגע בתבניות והרבה ביצים התפוצצו.



שיר מעשייה

אַחֲרֵי הָאֶחָד / א. יהל

וְנִמְלֹטוּ אִיזָה אֲנָשִׁים וְנִאֲכַד אֶחָד אֶצֶל בְּנוֹ... וְהָיָה
מִשָּׁנָה וּמִחֲלִיף אֶת עֲצָמוֹ אֶצֶל כָּל אֶחָד וְאֶחָד בְּשֵׁי-
בַי אַחֵר וְלֹא הָיָה כָּלֵל אֶפְשָׁר לְהִכִּין שְׂפֹפְנָתוֹ לָזֶה...



בְּשׁוּלֵי שְׂמֹלְתִי
כְּמוֹ בַעֲגוֹן אוֹחֲזִים
יוֹמִיּוֹם יַעֲמֵס
חֲדָשִׁים לְבָקָרִים
הַיְלָדִים.
מִקְסִימוֹם הַדְרִישׁוֹת
מִיִּנְיָמוֹם הַשְׂכָּר
כִּי נִמְכָּרְנוּ עִמִּי
לְאַרְצוֹת הַנֶּכֶר
עֲבוּדָה.
קוֹרֵס לְנֶהוּל
אוּלֵי הַעֲצָמָה?
יַעֲוֹץ פְּרֻטְנִי?
דֵּי, הַגִּשְׁמָה!
אַבוּדָה.
הַמוֹן מִסְבִּיב
וְאִין אֶף אֶחָד
שִׂידַע וִירְגִישׁ

שְׂאֵנִי כָּאֵן לְבַד
בוּדְדָה.
פְּתֹאֵם זֶה קָרָה
לֹא יָדַעְתִּי כִּיצַד
מוֹצֵאֵת אֶת עֲצָמִי
אַחֲרֵי הָאֶחָד
פּוֹשְׁטֵת צוּרָה
כְּנִנָּה וְרִצּוֹן
הַתְּפִיתִי מִמֶּשׁ
אַחֲרֵי הָאֶדוֹן
נוֹפֶלֶת וְקָמָה
וְשׁוֹב מִתְחִילָה
בְּצֵל הַסֶּכֶה
חֲבוּקָה וְדְבוּקָה
מוּדָה מְשֻׁבָּחַת
בְּשֻׁבַח וְתִהְלָה
עַל הַיּוֹת שְׂנִמְצָא
הַבַּעַל תְּפֹלָה.



להתקרב

זו סתם דוגמא קטנה ושולית...
 תרגיל לבית: קחו זמן במקום שקט. עדיף לצאת מהבית אם יש שם הסחות כמו "המכונה כבר סיימה?" וכאלה... וכל אחד ישאל את השני שלוש שאלות ויקשיב לתשובה מתוך מקום מתעניין שרוצה להכיר. לשואל אין רשות לומר מה דעתו על התשובה רק להקשיב ולשאל עוד... להלן כמה שאלות לדוגמא:
 "מה גורם לך להרגיש אהוב? איזה פעולות, מחוות, דיבורים נותנים לך את ההרגשה הזו?"
 "מה הדבר שהכי מפחיד אותך בעולם?"
 "ספר לי מה החלום הכי גדול שלך..."

אפשר לעזור לשני להתבונן יותר ע"י שאלות כמו "איזה זיכרונות יש לך בנושא הזה?" "ספר לי עוד על זה..."
 יש עוד הרבה מה לדבר בעניין זמן איכות זוגי שהוא לב ליבו של הקשר ואשתדל במאמרים הבאים לפתוח עוד עניינים חשובים בנושא, אבל כבר יש לי בשורה טובה...

בחסד ה' זכינו לפתח משחק שתומך זמן איכות זוגי. משחק שמייצר אווירה כייפית ומשמחת ומחזק היכרות מעמיקה ושיחה, עשוי בעבודת יד מתוקה והרבה מחשבה איך לעזור ולהיטיב לזוגות (וגם לעצמנו כמובן) שרוצים להתקרב ושזמן האיכות לא יתפור למחוזות אחרים.

מוזמנות לפנות אליי להזמנות 0556760186

באהבה, עדיה

שלום וברכה לכל האמיצות שמתחזקות בעזרת ד'קדושה להחזיק בית יהודי אמיתי בדור הפוך ומתהפך שכזה...
 במאמר הקודם עסקנו בלנקות מרכיבי סיכון מהזוגיות שלנו, פירטנו כל מיני "סור מרע": אלימות מכל סוג, ביקורת, התעלמות, לזול וכו' מתוך הבנה שבטווח הארוך התנהגויות כאלה מובילות לפירוק וחורבן רח"ל. ועכשיו בהשראת הזמן שבו אנו נמצאות, אחרי ההתעוררות שמביא איתו אלול הקדוש, מגיע חודש שכולו מועד. מועד זה בעצם מפגש - "התוועדות", זמן להתקרבות גדולה מאוד, זמן ל"עשה טוב" בינינו לבין הבורא, בינינו לבין עצמנו וכמובן בזוגיות.

זמן להתקרבות

ההתחלה של ה"עשה טוב" בזוגיות היא עצם ההבנה שעלינו להשקיע זמן, מחשבה, רצונות ועשייה על מנת להצמיח את היצירה הזו שנקראת "אנחנו". כן, זה לא יקרה מעצמו, המציאות התובענית ואולי אפשר לומר טובענית עם אינסוף הצטרפויות, התמודדויות, חסרונות הצועקים למילוי... דורשת אותנו בתפקוד 101% והזוגיות מה יהיה עליה? מה עושים???

לוקחים זמן להתקרבות! זמן איכות, ממש כמו התבודדות, לביחד שלנו. אכן זה ממש לקחת את הזמן הזה, לגזול אותו מאלף דברים אחרים שיכולנו לעשות עכשיו. כן, זה כביכול בא על חשבון הילדים שלרוב צועקים ומוחים... ואז גם משתדלים ללחוץ על כל הכפתורים שיגרמו לנו לוותר על זה (רק הפעם) ולהמשיך להתרכז בהם בלבד. ולפעמים זה להתגבר על מניעות פנימיות של פחד ממפגש, ספקות, חוסר רצון ועוד. מניעות רבות מבית ומחוץ אנחנו נפגוש כשנבוא לקיים את ההנהגה הזו, אבל אם מבורר לנו לגמרי שזמן איכות זוגי הוא לא מותרות, אם ברור לנו שכל הבית בעצם יושב על זה שיש חיבור בינינו, שכשהתקשורת שלנו טובה גם לילדים שלנו טוב ושקט מבפנים, שכולם בעצם מרוויחים מזה - אז יהיה לנו הרבה יותר קל לגרום לזה לקרות.

"טוב, השתכנעתי שממש חשוב לקחת את הזמן הזה, אבל... מה עושים בזמן איכות זוגי?" שאלה אותי פעם חברה.

מפגש היכרות

עד כמה שזה נשמע מוזר, אפשר לחיות 120 שנה עם מישהו ולא להכיר אותו בכלל.

לפגוש זה להבין שיש פה מולי עולם אחר ממני ולרצות להכיר אותו. רבי נתן אמר פעם שאי אפשר להגיד פשט ביהודי, ז"א שיהודי זה דבר כל כך עמוק, בתורה הקדושה אפשר להגיד פשט וביהודי לא. האדם הזה שמולי הוא עולם שלם ועמוק ואל לי לחשוב שאני יודעת בדיוק מה הולך לו בראש. אולי את התגובות אני כבר מכירה אבל מאיפה הן מגיעות? איזו מחשבה, איזה זיכרון מביאים את התגובה הזו?

יש סיפור מצחיק-עצוב על זוג זקנים שבמשך שנים כשהאישה הגישה עוף היו מחלקים ביניהם את הכרע - היא לוקחת את השוק ומגישה לו את הירך. באמת היא אהבה את הירך ולכן תמיד בגבורה נתנה לו את החלק היותר טוב לטעמה. הוא תמיד היה מעדיף את השוק אבל ראה שהיא תמיד לוקחת אותו לעצמה אז ויתר לה בשמחה כי הבין שהוא יותר טעים לה. עד שיום אחד כשכבר היו זקנים, הם דיברו על זה...

במפגש אנחנו רוצים להכיר, כמה שיותר וכמה שיותר לעומק, להפסיק להשאיר דברים לניחוש ולפרשנויות, להפסיק לחשוב שהשני הוא אני, שאם אני אוהבת שוקולד וזה מחמם לי את הלב כשמביאים לי בהפתעה באמצע היום אז וודאי שזה ישמח את בעלי אם אני אעשה את זה בשבילו.

קומיט אורי
כי בא אור

קומיץ נסים
 סוחר ומרגש
 ניגונים, סיפורי נשמה
 ושירה מהלב
 שיחברו אותך
 לאהבה ולעוצמה
 האלוקית שבתוכך.

להזמנות יעלי: 054.849.2887



נשמות של משיח/ ש. זיי

רבקה מספרת

אני אוהבת מאוד את חג הסוכות, וגם נוסטלגיה ממנו בדמות חלקיקי שרשראות מעוכות שהשתכנו מעדנות מתחת למקרר או רימוני פלסטיק שנתלשו ביד שובבה שהורידה להם את כל הכתר, עושה לי טוב על הלב אפילו חודשיים אחר כך. אבל כשסכך ענק נתקע לי בבית, מגולגל ומדיף ניחוחות מעוררי השראה אומנם, אך גם אבק רב, זה קצת מעצבן. מובן, לא?

המחסן שלנו מלא עד אפס מקום. כשקנינו את הסכך החדש לסוכות, אחרי שזה הקודם נהרס לחלוטין, דחינו את המחשבה מה בדיוק נעשה בו לאחר סוכות. ומכיוון ששום פתרון ממשי לא הבזיק עד עכשיו, הוא גולגל והוצמד לדופן הסלון מחכה לישועתו.

שבוע-שבועיים עברתי לידו, מקבלת את הדין באהבה. אבל כשחלף חודש ועדיין אין מקום של ממש לידידנו הקדוש, התחלתי להיאנח בקול.

"די! חייבים למצוא פתרון!" אני נתקעת בו בטעות כשבידי סלסילת כביסה עמוסה. "עד מתי יהיה זה לנו למוקש" אני מוחה נחרצות על האלכסון שהוא תופס בסלון. בעלי שראה שבאו מים עד נפש שלף לי פתרון יצירתי.

"נעביר אותו מול הכניסה". מול הכניסה ישנה מן נישה מקורה כזו, שאפשר לקרוא לה מקום לא מנוצל. בדרך כלל היא מארחת בימבות, אופניים וכמה כדורים. אבל כל אלו יכולים בקצת התחשבות לעבור למרפסת. אני מתלהבת מהרעיון. ואיך לא חשבנו על זה קודם?

ליד ארון הנעליים השבור קמעא גררנו את הסכך עצום הממדים, מעמידים אותו בצורה בטיחותית יחסית ומאבטחים בכיסא ישן. אני נאנחת לרווחה כשהמשימה הוכתרה בהצלחה. נראה שגם הסכך שלנו מרוצה.

כך חולפת לה עונת הגשמים, הסכך מקבל בגבורה טיפות של גשם, והרוח שצולפת גם היא לא מעוררת מדנים גדולים מדי. התינוק שלנו גדל בינתיים ומתחיל להגות בקולו המתקתק קולות של חיות, כשכל חברות אחיו האוהבת מלמדת אותו בדבקות איך עושה כלב (איך נובח כלב, ילדים) ואיך עושה יונה (הומה! הומה!). הקטן נהיה מומחה של ממש, ואפילו הדינוזאור בפיג'מה שלו מקבל הגייה תואמת (החלטנו ללמד אותו שהדינוזאור פועה כמו כבשה), ויום אחד, אחרי שהחורף חלף הלך, והשמש מילאה את השמים, יצאנו עם התינוק החמוד שלנו, והנה ממש מול הפתח הילד הומה!

"מה קרה למרדכי?" מצחקת אחותו ומדביקה לו נשיקה. "אתה רוצה לראות יונה?" מנסה לדובב את ראשו עתיר הרעיונות. אך מרדכי התינוק רציני ביותר. הוא ממשיך להמות ובידיו הקטנות מצביע לעבר נקודה עלומה בסככו האהוב. אנחנו מרימים עיניים ונתקלים ב.. אוי! יונה דוגרת בראש הסכך!

מלחמת היונים שניהלתי זה מכבר במרפסת מסחררת אותי קלות, האם עליי להילחם איתן גם בחזית? אבל היונה שיושבת שם למעלה תמה ומתוקה עד מאוד. כלל לא נראית כזו שתקרא לכל חברותיה לטנף את הכניסה לבית. מרדכי הקטן מנצל את המומנטום בו אני תוהה ובוהה מול היונה וכוונותיה, ומנסה לנער את הסכך, אני נחלצת לעזרתו ואנחנו ממשיכים לגינה.

כך העניין ממשיך. "יונה יונה בואי אליי, יונה יונה שבי על כפיי, גור גור" אנחנו שרים ליונה בכל פעם שיוצאים מהבית, והיא עונה לנו בברכת "יברכך" לבבית. גור גור.

הקיץ חולף לו עם ארטיקים ושלוקים מלוא המקפיא. חרף מחאותיי הנמרצות ש"לא! לא אוכלים במעבר! ובבית! ובכניסה! ובשום מקום! ובטח שלא מביאים למרדכי!", ליקוקים וטפטופים מטפטפים דרך קבע בכל מקום אפשרי, הופכים את הרצפה לדביקה ומעוררת עבודת מידות עד מאוד. אני נושמת עמוק ושוטפת, או נושמת עמוק וגורמת לאחד מבני הבית לעשות כן, אך משום מה, את הכניסה כולנו מקפחים. איך שהוא מדלגים עליה וגורפים את המים למרפסת. ויום אחד כשאני חוזרת עמוסת שקיות מהסופר, אני מבחינה שהמצב שם מביש. ממש פיקוח נפש. "חייבים לשטוף כאן כמו שצריך והרגע!" אני מכריזה באוזני כולם ויוצאת עם תחמושת, היינו דלי מים, אקונומיקה וחומר רצפות. "יברכך" הומה אליי יונה'ה, אני מהנהנת לה בחביבות ומתחילה לשפוך...

כטוב ליבי בניקיון אני רואה קרשים מספר מונחים על הרצפה. ממש מתחת לסכך. שמנו אותם בזמנו, לייצב את הסכך הענק, אני מרימה רק מעט, רק בשביל להעביר גל מים ופתאום אני מבחינה בסכך! גם הוא מתרומם. ואוי... יונה'ה! היא מתעופפת בבהלה לשמי רום, והכי נורא, הקן... זה היה מאוחר מדי. הקן וביציו נפלו ישירות לוואדי שמאחורי הבניין.

"עשיתי שילוח הקן בלי כוונה" אני מתוודה באוזני בעלי, עושה תשובה כי באמת שהתכוונתי לשאול רב מה לעשות עם יונה'ה והקן שלה, ובפרט שסוכות שוב ממשמש ומגיע. ואולי כן עלתה לי מצוות שילוח הקן? הרי היונה אכן שולחה, הוטסה לשמיים, והביצים, מי יודע מה עלה בגורלן, ומי מהן שרדה את העברת הדירה הטרואמתית הזאת, נעבעך.

בערב אני עסוקה בעבודת קלדנות. מקלידה במרץ חידושי תורה. בדרך כלל הרעיונות העמוקים עוברים לי בין האצבעות במהירות מסחררת מבלי שאני מצליחה להפנים או להבין אותם, אבל הפעם אני לא יכולה שלא לשים לב לביטוי שחוזר על עצמו. פעם ועוד פעם ועוד אחת. שילוח הקן! אני עוצרת הכול ומתחילה לקרוא מההתחלה.

במדרש רבה כתוב כי מצוות שילוח הקן סגולתה להחיש פני משיח. משיח עצמו נמצא בהיכל קן ציפור, ממתין לאות להגיע ולגאול. וכשאנחנו כאן בארץ מקיימים מצוות שילוח הקן, משלחים את האם, שחסה על אפרוחיה או ביציה, האם בוכה וממורת, והמלאך המומנה על העופות בא ומקונן עמה. אז בורא עולם שואל: ומי יקונן על בני

הלא נכון, מכל ניסיון שלא יעלה ולא יבוא. נחזיק את עצמנו עם הראש מעל המים, לכבוד מלכו של עולם שבחר ורצה בנו. וילון המרפסת מוסט. דפיקות מהוססות נשמעות, יד עדינה פותחת את דלת המרפסת. ילדה גדולה נכנסת. ילדה עם עיניים טובות, שרק עליהן מסתכלים עכשיו. היתר רחוק וכואב מדי.

"מיכלי!" אני מזנקת לקראתה. היא מאופקת בדיוק כמו אמא שלה, מנסה להינצל מהחיבוק שלי. אני לא נותנת לה לחמוק. "איזה יופי שבאת! כבר דאגתי!", אני מושיבה אותה לידי, מעמיסה לה על הצלחת עוף עם צימוקים. "נחמי כבר שבוע שלם רוצה להראות לך את הקישוט היפה שהכינה בגן לגמרי לבדה, נכון נחמוש?". נחמי כמו חיכתה לאות, מיד נצמדת אליה ומתחילה להרצות לה על... הוי, היא שוב שם! אני מבחינה עתה ביונה ביקשטה של נחמי. נחמי מרצה בשטף על יונת שלום שהדביקה עם יהלומים ואבנים, "ואת רואה מיכלי? העין של היונה זזה, ממש כמו יונה אמיתית... כי היא לוקחת את הענפים האלו שבפה שלה (עכשיו אני מבחינה שנחמי הדביקה ענפים במקום עלה של זית!) והולכת לחפש מקום לבנות קן, היא מסתכלת כל הזמן ימינה ושמאלה, לבדוק היכן המקום הכי טוב לבנות, כי היא חכמה היונה שלי" מסמיקה לפתע. אני מתאפקת לא לאכול אותה בו ברגע, ורק שואלת: "למה, את חושבת שלא כדאי ליונה החמודה שלך לבנות קן על ראש סכך למשל? כי אז תבוא איזו אמא ותעיף אותו לוואדי?". נחמי מהנהנת בחיך גדול, שמחה שאמרתי את רגשי ליבה. כולנו צוחקים. בזווית עין אני רואה ילדה גדולה עם עיניים טובות, שרק עליהן מסתכלים עכשיו, אוכלת עוף עם צימוקים בחיך גדול תחת סכך שנעשה בו שילוח הקן. רואה בכך אות. יהיה בסדר. רחמים עוטפים אותנו עכשיו בחיבוק ענק בתוך סוכת שלום.

הרבה עבודה יש למשיח. שיתגלה ויבוא כבר היום מהיכל קן ציפור. נשמות קדושות של עם שלם מצפות לו. נשמות שהתגלגלו לכל רוח, ומשיח שהוא איש שרוח בו, ידע לאסוף אותם הביתה, להוציא

מהם את הקוצים והדרדרים שדבקו בהם ולקרב אותם ברחמים לאבא שבשמיים, אמן מהרה.

המצויים בגלות? "למעני למעני אעשה!" ובא ומקונן עלינו... עוד מסופר שם שהאם דוגרת על הביצים גם כשאין לה מושג מה יצא מהם. ואם לא יהיו מוצלחים? עדיין מרחמת עליהם ולא מוותרת עליהם לעולם. וכשהיא בוכה מרה על גוזליה, מתעוררים רחמי הבורא לחוס על עמו ישראל, גם כשמעשיהם אינם עולים יפה. תוך כדי קריאה, זכרונה של מיכלי שלנו עולה בתודעתי. בת אחותי האהובה. זו שכולנו הועדנו לגדולות. והיא, בת מלך שכמותה, בחרה לה בדרך עקלקלה. עדיין לא שבה. אני מתרגשת. בורא עולם לא מוותר עלינו, כמו אמא יונה שלא מוותרת על גוזליה. גם אנחנו לא נוותר על מיכלי שלנו עד שנראה אותה חוזרת לתפארתה. איך אפשר לוותר על נשמה יפה כמותה?

סוכות מגיע. כולנו מתקבצים תחת הסכך שהובא מהנישה בריא ושלם. משפחתה של אחותי מגיעה אלינו לערב חג. מקומה של מיכלי נפקד. למה לא הגיעה? לא הרגשה בנוח? שוב הם רבו שם בבית? ואולי הלכה לה בלי להודיע, מי יודע היכן ואיפה היא מסתובבת. אני לא שואלת שאלות. אני רק רואה את פניה של אחותי דרוכות וכאובות. איפור יכול לכסות על פגמים בעור, אבל לכאב חשוף הוא אינו יכול. הכול רגיש וכואב שם. גם הילדים נראים מהססים, בוחנים שוב ושוב את אבא ואמא. אפילו שכן, אני לא יכולה לתת לעצבות להיכנס לסוכה שלנו. השם שונא עצבות! להיות בעצבות זה להיות תחת שלטון הסטרא אחרא. ועכשיו כשנכנסים לתוך הסוכה, ברמ"ח אברים וש"ה גידים, צריך להשאיר כל רגש שלילי בחוץ, או לפחות לדאוג שיתנהג יפה ולא יקפוץ מהלב. אני מחליטה לצאת למלחמה שערה. לא לתת לעצבות לנצח. להניס אותה בכל הכוח.

הסעודה מתחילה. אחותי מכונסת בתוך עצמה, אני מדברת ללא הפסק. אפילו שאני עייפה עד כלות מההכנות, אני לא נותנת ללשוני מנוחה. מספרת על השכבות של המוס, על הבורקס שנשרף, על הררי הקישוטים שנותרו מיותמים בשק מחוסר מקום. שואלת את אחותי אלף שאלות וזוכה לחלקיקי תשובות. אחר כך אני חוככת בדעתי. אולי ריבוי הדיבורים רק מכביד עליה? אני משתתקת כמו דג הסלמון שמירי שלי ואסתי שלה הגישו לכולם בצורה מדוגמת להפליא. כך או כך, הקרח עומד חזק וכואב. אני לא יכולה לשאת את זה. זה זמן שמחתנו!

בעלי מצטרף ללוחמה ופורץ בשיר, מקפיץ את מרדכי על רגליו. גיסי מצטרף עם שני הבנים. "אתה בחרתנו מכל העמים אהבת אותנו ורצית בנו", השירה עולה ומתמרת, מתנגשת בסוכות השכנים שמהדהדים אליה קולות זמר משלהם. "אתה בחרתנו, בחרתנו ורצית בנו". רוח טובה מצליחה להיכנס למפרשים השמוטים של כולנו. אני ואחותי מוחאות כפיים, השמחה נכנסה בנו שוב. השם בחר בנו ורצה אותנו, גם אנחנו נבחר בו ולא נאכזב אותו. והעיקר -

לא ניפול בדעתנו! מאחות שכואב

לה, מאחיינית אהובה

שחתכה לצד



בסוכת השלום של הרבי'ה

תקופה קשה בה הייתי מאושפזת בבית חולים לאחר ניתוח מסוכן וכואב. חיפשתי את ההתחזקות שלי. מה יכול לקרב אותי עכשיו לבורא עולמים כשהכול נראה שחור משחור? מצאתי את העצה של "בצר הרחבת לי". לחפש בתוך הצרה את החסדים וההרחבות. התחלתי לספור את החסדים שה' עושה לי בתוך הצרה עצמה. כל פרט קטן נספר. זה הרים אותי בצורה בלתי רגילה. הרגשתי שכמה ק"ג יורדים לי מהלב.

"גדולתנו ותפארתנו יגלה משיח צדקנו" ... רבינו מרים לי את הדעת בתוך מעברי הגוף והנפש

ספר מספרתי:

זה היה כששק הביזיונות של החיים היה מלא עד אפס מקום. הרגשתי כישלון חרוץ. ואז הגיע הקס ששבר את גב הגמל בדבר שיחת טלפון שצלפה בי ללא רחמים. הרגשתי מושפלת ועלובה. לא הצלחתי לנוע ממקומי מרוב ביזיון. ואז בתוככי החושך העב, נזכרתי ברבי נתן שהיה שם ביער. סביבו אין סוף עצים של עיירות אוקריאנה ויללות תנים חגות סביבו. שם הוא הסתתר מפני המתנגדים שהשליכו אבנים על העגלה שאיתה נסע עם משפחתו. מה כבר ביקש? להביא את בנו החתן לעיירת הכלה בה התקיימה החתונה. כששככה הסערה והמשטרה פיזרה את הפורעים, רבי נחמן טולטשינר, תלמידו הנאמן, חיפש היכן רבו מסתתר. הוא נכנס לתוככי היער העבות ומצא אותו שר ומזמר בדבקות את השיר הבא: "גדולתנו ותפארתנו יגלה משיח צדקנו". אפילו לפחות שבישראל לא עורכים "קבלת פנים" יפה כזו בבואו לחתן את בנו, טען רבי נתן לפני בוראו, ואני... אוי אני כל כך מבזוה רק בגלל שאני ברסלב! רק משיח יגלה גדולתם ותפארתם של חסידי רבינו. התחלתי לשיר לעצמי את השיר עם הנעימה המיוחדת. אומרת לעצמי תוך כדי: תחזיקי מעמד. משיח יבוא ויגלה את התפארת האמתית שלך. את ההשתדלות שלך. את הנקודות הטובות שנחבאות עכשיו בחושך שאת מרגישה. את כל הטוב שיש לך, ואף אחד לא מכיר בו, אפילו את... שרתי ושרתי. הדעת אט אט התרוממה לי, שמחה נכנסה בי. שמחה שיש מי שרואה אותי. שמחה של קבלת ביזיון בשתיקה אמיתית של דום להשם. זה היה מתוק ומחזק.

הצדיק נמצא איתנו תמיד, גם בארץ ישראל

ילפי מספרתי:

לפני כשנתיים וחצי, בתקופת הקורונה התעורר בי רצון חזק להפיץ את האור של רבנו. היתה לי מחשבה לארגן שיעורים, ערבים ועוד כל מיני רעיונות. לילה אחד חלמתי חלום בו אני מתכננת נסיעה לאומן. בחלומי אני מתלבטת לגבי התאריך יחד עם עוד חברה ומפה לשם אני מוצאת את עצמי יושבת בריחוק מהציון, כשעדיין אני בתוך המניעות על הנסיעה (כדרכם של חלומות...). לפתע אני מתנערת ואומרת בפאתוס לנשים שהיו לי צידי: "רגע, אנחנו כבר פה אצל רבנו, אז בואו נבקש ונתפלל!" ואז אני רצה לציון ומתחילה להשתפך בדיבורים של אהבה לצדיק. כאן מתחיל להתנגן לו שיר של אהבה לרבנו. שרתי אותו שוב ושוב על הציון בהתעוררות נפלאה שכזו עד כדי כך שכשהתעוררתי השיר עדיין התנגן על שפתותיי ואלו המילים: מחיה את נשמת / מרפא את מכאובי / ר' נחמן מאומן... משמח את ליבי / מאיר לי את חיי / ר' נחמן מאומן...

הקשר עם רבי נחמן הוא קשר רוחני בטהרתו. קשר נשמתי. הקשר הזה נראה ערטיילאי, לא מוחשי למי שמביט בו מהצד. אך כל מי שמקורבת לצדיק יודעת שעוצמת הקשר הנשמתי גדולה מקשרים רבים לבשר ודם. בספר המידות (אות אהבה, ז) כתוב: "כשתחזק את האדם בעבודת השם יתברך, הוא יאהב אותך". אהבה גדולה רוחשים לצדיק המקורבים אליו. אהבה שנובעת ממשנתו, דיבוריו ועצותיו הקדושות. עצות שבאמצעותן אפשר לחיות חיים טובים. וכמו שאמרה חברה: "גיסתי עוברת הרבה פחות ממני, החיים שלה נוחים וטובים הרבה יותר ממני בכל מדד חיצוני. ואני עם כל המעברים בגוף ונפש, שמחה יותר. יש לי כוח להתמודד. יש לי כוח לנחם גם אחרים. במה נעוץ ההבדל? אני לוקחת את התרופות של רבינו!"

לכבוד ההילולא הקדושה הצטופפנו כאן כולנו לסוכת שלומו של רבינו. נשים מכל העדות והמגזרים. צעירות ומבוגרות. מקורבות חדשות, גם ישנות. לקבל זו מזו נקודות טובות של התקשרות לצדיק הזה, שהוא היופי והחן של כל העולם. "הריני מקשרת את עצמי".

אפשר כבר לקרוא לרבי נחמן 'רבינו'?

ילפי מספרתי:

מאז שהתחתנו תמיד הייתי בעניין שבעלי יטוס לאומן. 'שחררתי בכיף, ואפילו באיזה מקום רציתי את זה. אפילו שלא היינו רק ברסלב, אלא מן כלל חסידים עם כיפה סרוגה, שאוהבים את רבי נחמן. אך בעלי היקר לא רצה לצאת מארץ ישראל בשום אופן. ממש לא היה עם מי לדבר. הרגשתי שחסרה לי בחיים המתקוות של הרבי הזה שרציתי ללכת אחריו. רציתי להיות קשורה אליו. אבל הוא היה מרוחק לי. "רבי נחמן" קראתי לו, לא "רבנו"...

לאחר כמה שנים, כשעברנו דירה למקום אחר, נפתח לבעלי הלב קצת יותר לעניין הנסיעה הקדושה. בוקר אחד בשלהי חודש אלול, חברה מתקשרת אליי ומבקשת את מס' תעודת הזהות של בעלי. "בשביל מה?" שאלתי, "אה, בשביל הדרכון..." ענתה לי בתמימות. "מה???" זעקתי... "דרכון?!! אני לא מאמינה, הוא רוצה לטוס לראש השנה!!!!". כמובן ששלחתי אותו בלב שלם מלא התרגשות והודיה להשם. על הנסיעה המכוננת הזו סופר המון, ב"ה, וראינו ממנה ישועות וניסים. התגובות המופתעות של החברים שפגשו אותו באומן, היו כמובן מדהימות, לאחר כל הויכוחים על א"י... כשחזר לארצנו הקדושה שאלתי אותו: "זהו? עכשיו אפשר סוף סוף לקרוא לרבי נחמן 'רבנו'? עכשיו זה כבר שלנו?" כמה חלמתי על זה.

רק אחרי שהושלמה הנסיעה הראשונה זכיתי גם אנוכי לנסוע עם בעלי לצדיק, הבנתי באיזה תזמון מדויק השם שלח לנו את רבנו הקדוש, כמה כלים רבנו נתן לנו בשביל לעבור את העולם הזה בטוב, ביישוב הדעת, עם התבודדות, עם "להתחיל מחדש בכל פעם", עם "היום אם בקולו תשמעו". שנוכח להיות קשורות חזק בשק שלו, להרגיש תמיד את הארת הפנים שלו אלינו, ולא להתבלבל מהעולם הזה. אשרינו!!!

בצר הרחבת לי, העצה שהורידה לי כמה ק"ג מהלב

פייגי מספרתי:

הצדיק מלווה אותי עם עצותיו הקדושות בניסיונות החיים. עברתי

והפזמון:

מבקשת אני ממך, מבקשת אני ממך, שיתקרבו כולם אליך...
מראה לי את דרכי / מלווה את צעדי / ר' נחמן מאומן...

משיב הוא את נפשי / הולך הוא לפני / ר' נחמן מאומן...
ושוב הפזמון:

מבקשת אני ממך, מבקשת אני ממך, שיתקרבו כולם אליך...

היו אלו רגעים כאלו מתוקים. הרגשתי שבמיוחד בזמן כזה, כשהמניעות להגיע לצדיק גברו כל כך, הצדיק ראה את הכסופים שלי, הגיע ממש עד אליי והוציא ממני כזה שיר מתוק של אהבה. כששיתפתי את אחת החברות בחלום ובשיר אמרה לי דיבור מתוק: עכשיו, בתקופה הזו כשקשה להגיע לצדיק, הצדיק בחמתו הגדולה מגיע אלינו ומבקר אותנו. עוד לא זכיתי מאז להיות באומן, אבל אני מחזקת את עצמי בדיבור הזה, שהצדיק איתי, הולך לפניי ופועל בשבילי, והלוואי ואזכה להיות שליחה להפיץ את האור שלו.

רבינו נמצא איתנו כאן, כשצר לי - אני מקשרת את עצמי אליו, וזה תמיד עוזר

סיפורי מספרתי:

לאחרונה הייתי בבית העלמין יחד עם אחיי, בשבוע לאבא שלי. אני לא נוהגת להיכנס לבתי עלמין לכן עמדתי על שביל הביניים בלי להיכנס לשורת הקברים וצפיתי על המצבה. גם כך הרגשתי קרובה לאבי. אחרי הביקור רצינו להגיע לקבר של סבא שלנו, אביו של אבינו שטמון גם הוא שם. אחיי נכנסו בקדחנות לכל השורות וחפשו ללא הצלחה את שמו על המצבות. אפילו איש החברה קדישא ניסה לסייע אך לא מצא. אמרתי לעצמי שאני לא אתן לס"מ להריץ אותי בתוך בית העלמין. חשבתי על רבינו. אפילו בלי להוציא את זה בקול. אוי רבינו. ו... מרחוק אני רואה את קברו של סבא. בלי לצעוד צעד נוסף. רבינו המתוק, מה לא יעשה בשביל לסייע?

מה יש לכם לדאוג? מאחר שאני הולך לפניכם! רבינו לימד אותי להתפלל, להחזיק באמונה ולחכות לישועה, ולמצוא... אוצר מתחת לגשר!

סיורי מספרתי:

בני היקרים היו מספר שנים בתלמוד תורה של ברסלב בעירנו, והיינו ב"ה מאוד מרוצים. רצה השם והתגלגל הדבר והודיעו לנו שתלמוד התורה יסגר ולא ימשיך לשנה הבאה, מסיבות טכניות. היה לי קצת קשה לקבל את זה בהתחלה, באחת מההתבודדויות פרצתי בכי מול התמונה של הציון בבית ואמרתי לו, לרבנו: "זה הילדים שלך תדאג להם!"

ואז התחיל עוד מסע של התחזקות באמונה של כמה חודשים, להישאר באמונה ולא להיבהל ממה שעובר עלינו. עבר הזמן, מריחים כבר את סוף השנה... כל ההורים כבר רושמים למקומות אחרים, חלקם עוד מתלבטים... אבל בסוף גם מתפשרים ורושמים את הילדים... ואני בכל פעם כשנשאלתי "לאן רשמת", עניתי בחיוך שאני רק מתפללת על זה... הילדים כבר יצאו לחופשה ואנחנו אפילו לא ניגשים לבדוק מקומות, רק ממשיכים להתחזק באמונה ובתפילה שתהיה ישועה! (ישועה שלמה שהיא לא "פשרה").

שלושה ימים לפני א' אלול יצאנו לבדוק מקום כלשהו, ונשארנו עם לב כבד... כביכול "ממתינים לתשובה" אם התקבלנו... בימים האלה העצה שליוותה אותי בכל זמן שרק ניסתה להיכנס לה דאגה הייתה מה לכם לדאוג מאחר ואני הולך לפניכם...? ומאחר שרבנו הולך לפנינו ודאי ידאג לילדים שלו (שגם טסים אליו בעוד פחות מחודש לראש השנה), אז מה לי לדאוג? במוצ"ש קיבלתי חיזוק על רבנו מהספר "עלים לתרופה" מכתב ט' וכך היו המילים: "אשרינו מה טוב חלקנו וכו' שהשם יתברך ברחמיו הסיר מאיתנו מסוה העיוורון המסמא את העיניים ומונע הרבה אנשים מלהסתכל בספרי רבנו ז"ל הנוראים... ואין שום מרה שחורה ועצבות שתוכל לבלבל חס ושלום משמחה זאת לעולם כאשר שמעתי והבנתי מפיו הקדוש ז"ל בפירוש. מגיע יום ראשון. תלמודי התורה כבר נפתחים והילדים מחכים לדעת מה יהיה איתם... ואין תשובות... ביום ראשון בערב בעלי פוגש יהודי שמספר לו כדרך אגב שנפתח תלמוד תורה חדש ומיוחד לא פחות ולא יותר - סמוך ממש (רק גדר קטנה מפרידה) מבית רבנו שלנו. הדבר קרה לנו "מתחת לאף" ולא ידענו מכך.

למחרת הלכנו לבדוק וחזרנו מרוצים. היום יום ג' הילדים כבר התחילו ללמוד שם!

אני הולכת עם העצה הקדושה: העיקר זה הרצון!

סיפורי מספרתי:

הדעת הקדושה של רבינו מלווה אותי בתוך היום יום. זה בדברים קטנים. למשל, רציתי מאוד להתפלל מנחה, אפילו קיבלתי על עצמי. ועדיין, המניעות גוברות עליי כל פעם מחדש. המנחה נופלת ואני ממשיכה הלאה וכמעט שוכחת שרציתי להתפלל... אבל אז נזכרתי ברבינו הקדוש ובעצותיו שעוזרות לנו לא לוותר על הרצון. בזמן שהייתי נזכרת במנחה האבודה שלי הייתי אומרת: ריבוננו של עולם תודה שאני זוכה להתפלל שחרית! המנחה בידיים שלך, הכול בידיים שלך, אם תרצה, אזכה להתפלל גם מנחה! בסוף זה יקרה! עוד דוגמא: רציתי לנסוע לקבר יוסף, עליתי על הרכב, אבל המניעות גברו ולא הגעתי. חיזקתי את עצמי שזכיתי אפילו שלא הגעתי. וגם עצם הנסיעה - זה טוב מאוד. העיקר הוא הרצון! ובאמת, שמחתי! רציתי להגיע לקבר יוסף! אשרי לגמרי!

"משהו חדש נולד" זה הסלוגן שלי, וגם העצה שמלווה אותי: התחדשות!

חנה מספרתי:

אני חיה המון את עניין ההתחדשות של רבינו. רבינו מלמד אותי שכל יום זה יום חדש, רבינו מספר לי "כי יום המחרת הוא עולם אחר לגמרי". כל יום הוא עניין חדש משל עצמו, השם מחדש את העולם בכל יום, גם כל שעה וכל רגע. שום דבר לא חייב להמשיך כמו שהיה. בדמיון שלנו נראה כאילו הכול ממשיך כל הזמן. אבל באמת זה רק תעתוע. יש התחדשות!

ביום יום העצה הזו עוזרת לי המון. באמצע שאני נופלת לכעס גדול על הילדים, למשל, או אפילו כשרק התחלתי לצעוק ולהתעצבן, ובדרך הטבע כשמתחילים - ממשיכים... אני יכולה לעשות בראשי כמו מן קליק, ברק פנימי שאומר: כל רגע זה רגע חדש! לקחת נשימה עמוקה, לתת חיוך, ואופס, אני כבר לא כועסת. אני אומרת את זה גם לילדים. אפשר להתחיל כל רגע מחדש. אתם רבים? לא חייבים להמשיך! עשיתם שטויות? תפסיקו ותתחילו מחדש. במקצועי אני תומכת לידה, הסלוגן שלי הוא: "משהו חדש נולד" זה העניין שלי, שאפשר להיוולד מחדש בכל רגע. מזל טוב לנו, יום הולדת שמח!

אשרינו שזכינו להתקרב לרבינו!



תמיד בשמחה

שיחה מרגשת ומלפזלמה עם שרי ד.

שמחה מצטיירת לרובנו כריקודים סוערים או חיוכים רחבים, או לפחות תחושת התעלות קלילה שמושכת למעלה. אכן גם אלו יכולים להיות ביטויי שמחה.

אבל מה קורה במצבי קצה מאתגרים? פחדים מתישי נפש? האם אלו נמצאים במחלקה נפרדת מהשמחה?

ר' נתן אומר כי עיקר שלמות השמחה היא כשחוטף היגון והאנחה אל תוך השמחה. דווקא כשלוקחים את מצבי האתגר ומכניסים את עצמנו לשם בתוך כל מה שעובר אל השמחה - זו שלמות השמחה!

שרי ד. אישה צעירה מאוד בתחילת שנות העשרים(!), מאלפת אותנו בסיפור אישי על הדרך לצידו של חסיד ברסלב "אפוי היטב" במסע התמודדות מלא אמונה, הומור ושמחה. ומציינת מראש: "כל הנאמר בכתבה, אינו שלי, כי אם של בעלי שיחי', אני רק שליחה להעביר לקוראות את החיזוקים באמונה ושמחה שהוא מלמד אותי בדרכינו המשותפת".

איך מתמודד זוג צעיר "ישר מהניילונים" עם בשורה מאתגרת במיוחד? איך הופכים בית חולים לבית מלון?

ואיך לא להיות מסכן? תמיד בשמחה

זוג צעיר. תחילת הדרך. אישה כשרה שעושה רצון בעלה. הכול נפלא. ואז...

ואז הכול ממשיך להיות נפלא רק נוסף עוד גורם. את המחלה גילינו לפני כמה חודשים (אנחנו נשואים שנה וחצי), אבל כבר תקופה ארוכה שבעלי סבל מכאבי גב. כבר באומן של פ"ג הוא קיבל טיפול כירופרקטי שהקל עליו מאוד אבל הכאבים חזרו מדי פעם.

ערב פסח פ"ג. אנחנו מתרגשים לנו, פסח ראשון שלנו כזוג צעיר. אנחנו מכשירים מטבח. קונים כלים וקומקום עוטפים בטפטים את השיש ומצלמים הכול בהתלהבות. ביום הראשון של חול המועד תקפו אותו כאבים לא נסבלים. החלטנו לצאת לבית הרפואה עם אמא שלו. בסיום התהליך במיון ישבנו לשיחה עם הצוות שהסביר לנו עם המון אמפטיה שהבדיקות לא משהו, או ליתר דיוק כנראה שיש שם משהו והוא נראה בכיוון מסוים, אבל לא לדאוג זה יכול להיות כל מיני דברים. אני וחמותי התחלנו לבכות. מיד הבנו מה זה אומר. זה היה רגע של משבר. אבל בעלי מיד אמר לרופא, "אתה יודע, הכול כאן מציאות מדומה, אנחנו בסך הכול בובות על חוטים, השם עושה כאן הכול ואנחנו בידיים שלו!". זו היתה התגובה המיידית שלו. אחר כך הגיע גם הבכי והמשבר. הוא לא אדם מדומיין אבל הוא בוחר לחיות את האמונה כמציאות! חמותי אישה מאוד חזקה ומאמינה. היא עצמה איבדה תינוק בן שנתיים ויודעת יותר מדבר על מחוזות הכאב והאובדן. וכך אמרה לי אמא של בעלי כשהוא נכנס לעוד בדיקה ואנחנו נותרנו בחוץ: "שרי, בכינו. בטוח נבכה עוד. וגם עכשיו אפשר לבכות, אבל בואי נזכור שמותר גם לרקוד! מותר לנו גם לשמוח! נכון זה קשה זה כואב אבל השם עשה לנו את זה. אסור לשכוח!"

וזה הקו המנחה אותנו כל הזמן - להיות כן מחוברים לרגש לתחושות אבל לא לשכוח את האמונה.

אומן עם ביטוח מעל הטבע

כל הסיפור שהתחיל כאמור בפסח קטע לנו את כל התוכניות. היה לנו כרטיס לאומן ליום ראשון שאחרי החג. הרופאים אמרו בשום פנים ואופן לא לטוס. בעלי שיחיה שכב די בכאבים, ולא אמר נואש. לכל מי ששאל אותו האם הוא נוסע הוא ענה בהתלהבות "כן, בטח מה השאלה? בעזרת השם אנחנו אצל רבנו!"

כשאבא שלו התקשר לבשר לו בשמחה שאין שום ביטוח שמסכים לבטח אותו לכן הנסיעה מבוטלת (אבא שלו ממש לא הבין את השיגעון, מי טס לאומן ככה מצב?), הוא אמר לי: "חכי. הוא עוד לא מכיר את רבנו". בסופו של דבר גיסתי שעובדת בחברת ביטוח הצליחה לסדר לו ביטוח

קצת רקע לפני הכול - שניכם מגיעים מבתיים שאינם ברסלבים, אכן?

כן, בעלי מגיע מבית של חסידות נמייסק (בדוי). שמענו עליו שהוא מקורב וזה התאים לי לכאורה, כי כביכול גם אני מאותה חסידות - נמייסק, שהיא ענף חסידי שורשי, מפואר, בנוי לתלפיות מדורי דורות. ואבי שיחי' מזה שנים טס לאומן לר"ה. בסדר, אמרתי בליבי, עוד אחד שטס לאומן בר"ה. בזאת התבטא מבחינתי ענין ה"מקורבות".

עוד ידעתי עליו שהוא אחד שיודע לדבר. ראיתי הסרטות שלו כילד מעביר דברי תורה לקהל משפחתי בחן מיוחד. שמעתי דשי"ם על זה שהוא "עויבד" וזה היה נפלא ונהדר מבחינתי.

ב'שבע ברכות' הוא הודיע לי חגיגית שאם לפני החתונה הוא שיווק שהוא ב"ן (ברסלב נמייסק) אז שאדע שמעכשיו הוא ברסלב! ואם הוא ברסלב גם אני ברסלב. "פעם הייתי בקופת חולים, עכשיו יש לי כבר רופא!" הודיע לי עם אור בעיניים. בלעתי רוק, מה זה אומר ומאיפה זה יתקוף אותי הברסלב הזה...? ואכן הברסלב שפתאום הכרתי היתה משהו חדש. הנהגה וצורת חשיבה שיוודות לפרטים הקטנים של היום-יום. יכולתי לשאול אותו למשל, מה אתה אומר איפה נעשה שבת?, ולקבל תשובה בסגנון: איפה יעשה להשם יותר נחת שנהיה, מה את אומרת? או למשל כששיתף בהתלבטות שחשב עליה, היה מסיים לאמור: ואם נעשה כך וכך נשכב יותר נוח בקבר הא?

האמת היא שבפעם הראשונה די שמטתי לסת, מאיפה הבאת לי את זה עכשיו? בהמשך הבנתי שזה מגיע מצורת החשיבה שברסלב הנחילה לו. כמובן שביום יום השיח הוא רגיל ונורמלי, אנחנו אנשים רגילים שמנהלים אורח חיים מסודר, הוא כולל, אני עובדת, אבל מדי פעם אני מקבלת דיבורים כאלו שגורמים לי להבין ולהרגיש שברסלב זה לא רק לנסוע לאומן. זה גם לא לאיזה שיעור הלכת אלא זה מה הדרך שלך? איך אתה חיי? מה מגיע אותך מבפנים?

היה בזה חלק מאתגר. דמייני ילדה שמגיל אפס גאה לומר שהיא "נמייסק", לומדת במוסדות של החסידות עם התלבשות המוכרת, גדלה על המושגים ועל גאוות יחידה של "אנחנו נמייסק". אז נכון לא באמת היה לי חיבור פנימי למהות שם, אבל זה היה סוג של סטייל. פתאום סוויץ' לכיוון הפחות נחשב כביכול - להיקרא ברסלבים...

אבל ידעתי בתוכי כל הזמן שנכון שזה לא הדבר שרציתי וחלמתי עליו אבל יש כאן משהו הרבה יותר נעלה. אם פעם היה את החסידות ואת החיים והיו אלו שני אגפים נפרדים, ברסלב לימדה אותי שהחסידות היא לא תאוריה מעמיקה בעלמא או משהו לנפנף בו בגאווה, בברסלב החסידות עצמה היא החיים!



להיות אך שמחה

על חגי תשרי נאמר: "ושמחת בחגך והיית אך שמח" למה לחזור פעמיים?

בחגים רובנו בחופשה, מנומנמות, אוכלות טוב, מארחות ומתארחות, ישנות, צוחקות. למה צריך לדחוק בנו לשמוח? זה לא תוצאת לוואי של החג?

מסתבר שלא, כי דווקא כשצריך, אז מתחשק משהו אחר... ככה עובד העולם.

עובדה. ביום האחרון של כתיבת הטור שלי, פתאום אין לי מה לומר על שמחה, פחות מזה לכתוב ופחות מזה לתרום למישהי אחרת... למה? דווקא, כי עכשיו צריך.

יכול להיות שנצווה במשהו ולא יהיו לנו התמודדויות סביבו? הס"מ, שעושה לנו אימונים יום-יום שעה-שעה, נדרך בקטע הזה. מחכה שחם ושלוש פתאום כל הארוחה הדשנה תחליק בסוכה, פתאום הילדים יהיו קרביים במיוחד, פתאום אראה את אור הכוכבים דרך הסכך ואזכר שבעלי הבטיח להוריד בשבילי כוכב ועוד לא עשה את זה... ועוד...

ולכן, הפעם השמחה דורשת הכנה. כן. ואנחנו מרגע זה (לפחות) צריכות להתפלל על השמחה של החגים:

איך? במילים שלך. אלו שלי: 'אבא אהוב, אני יודעת שאתה רק רוצה לתת לי שמחה, ואני רוצה מאד להיות שמחה, ובטח בחגים שנתת לנו. תן לי עוד ועוד רצון לשמחה, שכשנגיע לחגים הרצון יהיה עצום כל-כך ויעשה כלי גדול כל-כך לשמחה, שהיא פשוט תרדוף אחריי לכל מקום בכל רגע ותקפוץ פנימה'.

כמה זמן? בערך דקה כל יום. וגם בשומע תפילה בתפילת שמונה עשרה, תוכלי לתת משפט כמו: 'השם, תן לנו לשמוח בחגי תשרי הבאים עלינו לטובה ולברכה'. עשר מילים בלבד בכל תפילה יסייעו לך מאד.

ואז, אחרי כל התפילות, מגיעים החגים. מבטיחה לך, ש... יהיה גם ניסיון. איזה? אין לי מושג. כמה גדול? בגודל שאת צריכה אותו. רבינו מבטיח לנו שניפול. איזה רבי מתוק. כולם מפחדים לדבר על נפילות. והוא מבטיח שתהיינה. הוא רק אומר שתקיימי את העצות וכך תלמדי לקום כמה שיותר מהר, בפעם הבאה, כן.

לא הבנתי, אם התפללתי על שמחה בכל תפילת שמונה עשרה, וגם התבודדתי על זה דקה בכל יום, זה לא מספיק?

נכון שרבי נתן אמר שההשתדלות היא התפילה, אך יחד עם זאת בחג עצמו יש לך הזדמנות נפלאה מאד לעסוק בתיקונים. תיקונים שמותרים בחג.

זוכרת שפתאום הילדים יראו ממש לא מחונכים ודורשים צעקה? ואולי כבר התחלת לצעוק אותה, אבל אז נזכרת - לשמוח! ואת הופכת את הצעקה לצחוקיה. בוכה לבורא עולם שחסר לך זה וגם זה... ואז נזכרת - לשמוח! והופ... רק מודה לו יתברך בדמעות התרגשות על כל הפלא הזה שנקרא העולם הדגול שלנו.

חג שמח! טל המורה לשמחה.

נוסעים ונסענו מלווים בשני בני משפחה שתמכו וליוו כל העת. ועל מה את חושבת שהוא התפלל שם? כך הוא שיתף אותי "אמרתי לרבי, אתה הרב'ה דיברת על מחלה קשה ממארת שרוב העולם חולה בה, מחלת העצבות, בבקשה אתה חזק בזה, תרפא אותי ותציל אותי מהמחלה הזאת!"...

האמת היא שממש כעסתי עליו "זה מה שבקשת?", אבל זו היתה נקודת דיבור האמת שלו. אצל רבנו אי אפשר לעשות משחקים...

בעצם אתם כרגע באמצע התהליך. טיפולים, בדיקות וכו'. הבעל נשמע משכמו ומעלה מחוזק ומאמין ועם כל זה הגיוני. איך בעצם הוא מחזק אותך? מתנהל ככה אז מי אני שאפול. וחוף מזה החולה האומלל שיש שמח מלא אנרגיה והתלהבות, אז שאני אכנס לדיכאון? זה לא מתאים.

ובאמת יש רגעים שקשה, אני לא מכחישה, אבל לא מסכימים להישאר שם. בפסח יצא שהיינו כמעט כל החג בבית הרפואה. את האמת קצת נשברתי. אמרתי לו תראה איך הכנו והתרגשנו ובסוף לא השתמשנו בכלום. אפילו בדיקת חמץ הוא לא עשה. הוא אמר לי "בואי לא נחשוב על העבר - על המטבח החמוד שעטפנו ביחד, וגם לא על העתיד של מה יהיה ואיך זה יראה. רק על הכי טוב שיש ברגע הזה. אפשר לדמיין שאנחנו במלון", הוא אמר לי, "הנה אנחנו בחדר, את כאן איתי ביחד, הכול טוב!" וזו הבנה שכדאי לקחת לכל מצב בחיים - לחשוב רק על הרגע הזה. את הרגע הנוכחי את יכולה לעבור בגירסא הכי אופטימית שלו, אחר כך השם יעזור...

החלאקה וקידוש לבנה

נשירת השיער בעקבות הטיפולים היתה ענין של זמן. הייתי די בלחץ מזה, איך אני אספוג את המראה. אבל גם כאן חזרנו לעיקרון הרגע הזה. "עכשיו יש לי שיער נכון? אז למה את מעמיסה על עצמך סבל על משהו שעדיין לא הגיע ובכלל השיער ינשור אבל העיקר שהשמחה לא תנשור". ובאמת כדי שהשמחה לא תנשור הוא עשה מהקרחת כל כך הרבה בדיחות: "מי שלא קידש את הלבנה מוזמן לקדש על הקרחת שלי"..." או שהוא מודיע למתפלל שלידו לפני הנחת התפילין שימתין רגע הוא צריך לעשות חלאקה כדי להניח את התפילין (שלא יהיה חציצה מהתפילין לראש). בהתחלה החלאקה היה מלווה בשירים של בר יוחאי... הוא מתייחס למחלה כחלק מהחיים. מאתגר, קשה אפילו, אבל למה לא לשמוח? מה קרה מה אנחנו מסכנים?

להיות מסכן שאלה של בחירה

אנשים שואלים אותי אם אני צריכה עזרה. רוצים לפנק אותי. לשלוח אליי דברים שווים. אני אומרת להם "אם אתם רוצים לפנק אותי סתם כי אני נורא נחמדה, בכיף. אבל אם נראה לכם שתקיימו בזה מצוות עזרה לנדכאים ומסכנים זו לא הכתובת כי אני לא מסכנה!"

מסכנות זו בחירה. יש איתנו במחלקה שתי נשים שאחת מהן כבר עשר שנים בסרט הזה. הרופאים בזמנו לא נתנו לה יותר משנה. לכאורה מסכנה, לא? ממש לא! אני מסתכלת עליה ואומרת בליבי "איזה כיף לה, איך היא מדברת על קרבת אלוקים וכמה היא מרגישה עטופה. היא כל כך לא מסכנה!". לעומתה יש שם עוד אישה שהרופאים אמרו לה חצי שנה של טיפולים ואת יוצאת מזה והיא כל כך מסכנה. ואבודה. לא שופטת חלילה אף אחת. אבל שתיהן חרדיות, צדיקות ומאמינות וכל אחת מהן עשתה את הבחירות שלה. וגם אנחנו בחרנו בזכות רבנו הקדוש לא להיות מסכנים.

הפעם האחרונה והבריאות האיתנה

בכל פעם שאחות מגיעה לשים לנו את העירוי, היא שואלת - עוד כמה טיפולים יש לכם לעשות? "זה האחרון" עונה לה בעלי בביטחון. "הו, איזה יופי" היא מתרגשת. "אז אני זוכה לשים לך את התרופה האחרונה ואח"כ זהו?" היא לא יודעת שגם הקודמת לה קיבלה את אותה תשובה (בתהליך שלנו מקבלים הערכה אחרי כל טיפול). וזו בעצם ההשקפה שלו, זה הטיפול האחרון, אני בעזרת השם יתברך בריא! לחיות את הרגע הזה בגרסה הכי אופטימית שלו. לזכור שכל העולם חולה במחלה של עצבות ורבנו הקדוש מרפא אותנו ממנה. ובעזרת השם שכולם תזכינה להיות בריאות מאושרות ושמחות עם אמונה אמיתית. כי אמונה היא לפני הכול אחרי הכול ובאמצע.

נא הרבו בשמחה במעשים טובים ובתפילה עבור רפואתו של האברך

היקר חיים יצחק בן חנה רבקה בתושח"



איך עושים 'משפט' בהתבודדות?

דשמיא אפילו אם עשתה תשובה רק על דבר אחד ביום, ניקתה פינה. עצם זה שעסקת בתשובה מכניס אותך למועדון של "מארי דחושבנא" (בעלי חשבון), עצם זה שניקית בלי לחץ וטיהרת נקודה בחיך בשמחה ובלי אשמה וכעס זכית בתואר המופלא של בעלת תשובה.

ובואי נדבר על אורית המשפט. להבדיל ממשפט פה בארץ, בהתבודדות את עם השם. אתם באותו צד. והוא לא איזה שופט קשוח שאת לא יודעת מה עובר עליו בראש ואם יש לו נגיעות כאלה ואחרות ועד כמה האמת והצדק באמת נר לרגליו, אלא הוא אב הרחמן, אבא שלך והוא מלך העולם ואין דבר נסתר ממנו כך שממילא אין טעם להסתיר או לשקר. הוא אתך והוא מחכה שתספרי לו, שתוריד את הכובד הזה כבר, שתודי שאת לא יכולה לבד ותבקשי עזרה. הוא לא מצפה ממך לעשות מהלכים משני חיים וקבלות אדירות אלא רק שתספרי ותצטערי ותבקשי עזרה ותודי על הטוב ותזכרי שאת סך הכל בן אדם תלוי ונזקק ושיש לך (עדיין, ברוך השם) יצר הרע. שתחזרי להכיר את מקומך כי אולי בטעות קצת שכחת והתעופפת לך. לא יקרה לך כלום. את לא תישברי מזה באמת. אם משהו יישבר זה רק האגו וטוב שיישבר, כך תזכי לעוד קצת ענווה, לעוד מעט שפלות. ומאיך גם לעזות דקדושה. זה הכול.

ובעיקר שתהיי בשמחה. כמו שאמר המלך לבנו במעשה בשבעת קבצנים "היות שאני חוזה בכוכבים אני רואה שאתה עתיד לירד מן המלוכה בכך תראה שלא תהיה לך עצבות כשתרד מן המלוכה רק תהיה בשמחה". המלך אומר לכל אחת מאיתנו "דעי לך אני יודע שיהי לך ניסיונות וקשיים ואני גם יודע שאת הולכת ליפול ולרדת ואני מבקש ממך תהיי בשמחה!" כי ענווה אמתית מביאה שמחה. וזה קורה רק כשאת מבינה שהלכוך הזה שנדבק בך לא קשור אלייך ולעצם מהותך ונקודתך הטובה. ואז גם קל להסיר אותו ולשחרר אותו כי זה משהו "חיצוני", לא מהותי. התבודדות היא המקום לעבוד על הדבר הזה בקביעות ובהתמדה.

וזה פשוט מאוד. את לא באה עם רשימת מכולת של כל "הממצאים החשודים" אלא את מספרת לו, משתפת אותו במה שעבר עלייך. כמו עם חברה טובה. על הדברים הטובים את מודה ועל הפגמים את מצטערת ומבקשת סליחה ועזרה. זה הכול.

תשובה זה דבר פשוט מאוד כשאת מפסיקה לחשוב שזה "את" שנשכלת ו"את" שנפלת ו"את" היית יכולה לנהוג אחרת. זה לא את. זה היצר הרע. את חלק אלוך ממעל, טוב מוחלט. אבסולוטי. אבל קצת התלכלכת והטוב שבך לא יכול לסבול את הלכוך הזה. את פשוט סובלת כי עדיין לא התנקית ממנו. אז תוריד את הבגדים הצואים, תתנקי וטיהרי ותשובי נקייה לאבא שבשמים.

ותתחילי מחדש כמו תינוקת טהורה וברה. ולוואי ונזכה לחיות עם משפט יומיומי.

שנה טובה ומבורכת
הדר

נכון, משפט זה דין. זה דבר ברור וחותר אבל דין זה גם גבול. וגבול זה מה שנותן ביטחון ומרגוע לנפש. זה מה שמגדיר איפה אני מתחילה ולאן אני צועדת, מה הדרך, הכיוון, איפה הלכתי לאיבוד בדרך, איפה שכחתי...

רבי אליעזר אומר: שוב יום אחד לפני מיתתך. שאלו תלמידיו את רבי אליעזר: וכי אדם יודע איזהו יום ימות? אמר להן: וכל שכן, ישוב היום שמא ימות למחר, ונמצא כל ימיו בתשובה (שבת קנג). התבודדות זה זמן יומי לחשבון נפש ותשובה. זה הזמן לעשות סדר ולנקות את השולחן, לסגור תיקים פתוחים ולהרגיע את הנפש שסוחבת עליה את כל הכובד הזה, את כל האשמה, את כל ההתלבטויות האינסופיות, את כל הפגיעות רבות השנים...

כשאת עושה תשובה כל יום הוא כל הזמן נקי. את יכולה לדמיין יום בלי מקלחת? ושבו? וחלילה שנה??? קשה לדמיין... אבל אם נכנסים לדמיון הזה אפשר להבין ולהתחיל להרגיש איך אדם עם שכבות של לכלוך וריח של שנה שלמה ללא מקלחת כבר מפסיק להרגיש את הכובד, מפסיק להריח את הסירחון, מאבד את הרגישות והצורך הבסיסי למקלחת דחופה.

וכמו שאת חייבת מקלחת לגוף, כך את גם "חייבת" לנקות את הלב מכל הלכוך המיותר והמכביד. מי שעושה חשבון נפש כל יום אין לה כובד על הלב וזה משפיע מיידית על כל חייה. היא מרגישה קלה ויש לה כוחות עצומים לפעול ולעשות. כל יום הוא באמת התחלה חדשה. ממש כמו שאנחנו לא "זוכרים" לחולצה המכובסת את הכתמים מאתמול אחרי הסיבוב במכונת כביסה ונותנים לה הזדמנות מחודשת, כך הנשמה, כשהיא מתנקה לא נשאר שום רושם ויש לה ריח טוב בלי שום חומרים כימיים. ריח של תשובה.

תשחררי יקרה. מה שהיה היה. תוקן. הושלם. את יכולה לישון בנחת וברוגע. ואם עשית את התשובה מאהבה - כל נקודת טעות ופגם הופכת להיות נקודת זכות, כך שאת לא חוזרת לנקודת האפס אלא מקדמים אותך לנקודת פלוס ענקית. גם כשית את המינוס וגם קיבלת מענק ענק. כגודל החטא והפגם כך גודל הבונוס. עסקה טובה, לא?

נכון, זה לא תמיד "נעים" לראות את הלכוך ובאופן טבעי תמיד אנחנו מעדיפות וגם זקוקות בדחיפות לכמויות של ליטופים ושיגידו לנו שאנחנו מלאכיות טהורות שלא טעמו טעם חטא, אבל גם אם יגידו לנו את זה כשאנחנו סוחבות על עצמנו ערמות של לכלוך אנחנו לא נאמין. נדחה את זה.

זה כמו שאת יודעת שמישהי צריכה להגיע אלייך ואת דוחפת במהירות את כל הלכלוכים מתחת הספות ולתוך הארונות, והיא נכנסת ואומר לך פשיייי איזה בית נקי ומסודר ואת הרי יודעת את האמת... יהיה לך קשה לקבל את המחמאה הזאת...

כשאת חושבת על תשובה נהיה לך כל כך כבד כי מאיפה מתחילים בכלל? הרי אפילו אם אדם היה יודע מה יום מיתתו איך היה מצליח לעשות תשובה על כל חייו? אפילו על יום אחד זה מאמץ. אבל מי שרוצה באמת בניקיון הזה יש לה סייעתא

נעה יקרה,

השאלה שלך יפה ומראה על רצון אמתי וכן להתקרב להשם ולעשות את רצונו. קודם כל אשריך ואשרי חלקך! עצם זה שאת רוצה זה דבר גדול ויקר. ולעניינו, תדעי לך שהמשפט הוא עיקר ההתבודדות, הוא היסוד והדרך. רק שאנחנו לא בדיוק מבינות מה זה "משפט דקדושה".

לצערנו, היצר הרע לקח לנו את המושג היקר הזה. מערכת ה"משפט" העולמית לא בדיוק עזרה לו להיות מושג מנחם וקרוב ללב. לצערנו הרב, המילה "משפט" מעוררת בנו פחד, התנגדות והרגשה שלילית. אף אחד לא יבחר לגשת לבית המשפט מרצונו החופשי ליום כיף...

אבל באמת "חשבון נפש" ו"משפט" אמורים להיות הדברים הכי נעימים, מתוקים ומנחמים.

סאלה

הימים הנוראים בעיצומם ואיתם מפלס החרדה שלי עולה. קשה לי לעשות תשובה. זו חידה בעיניי - איך אפשר לעשות תשובה בצורה לא כבדה ומעיקה? בלי להרגיש אשמה נוראית? רציתי לשאול איך עושים זאת בהתבודדות ומתמידים בכך, שהרי רבינו אמר שכל יום צריך לעשות חשבון נפש ומשפט ואני שמה לב שאני קצת "בורחת" מלעשות זאת?

תודה מראש, נעה.

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



והפעם... הלכות כיבוס בימי חול המועד

ראשית אני מרגישה צורך גדול לסייג את הטור שלנו משום הרגישות שבעניין ההלכות. ישנם מגוון פוסקים ופסיקות. ענייני של הטור אינו לפסוק הלכה, אלא לעורר את לב הקוראות לשים לב להלכות השונות, גם כאלו שמוכרות פחות. על כל שאלה שמתעוררת במהלך קריאת הטור יש לשאול רב פוסק כיצד לנהוג.

נכנסנו לחודש חשוב גדוש ימים טובים ושמחים לישראל. בימי ראש השנה וסוכות אנו עוברים מסע תשובה והתנקות מהחטאים. בתורה התנקות נמשלת ללקיחת בגד וכיבוסו. "הרב כבסני מעוונתי" כבסני ומשלג אלבין", ביקש דוד המלך. היום נדבר על כיבוס בחול המועד. * חכמינו אסרו לכבס בימי המועד (ימי המועד כוללים גם את חול המועד) אך התירו כיבוס בגדי תינוקות וקטנים בחול המועד מפני שדרכם להתלכלך תדיר.

* אם יש מעט בגדי ילדים מלוכלכים בערב החג עדיף לכבסם אז, מאשר להשאירם לכיבוס לימי המועד.

* מותר לכבס בגד ילדים מלוכלך שהינו יפה יותר או חדש, אפילו שישנו בגד נקי יפה פחות.

* את הבגד המותר בכיבוס, מותר לכבס בצורה רגילה ע"י מכונת כביסה וחומרי ניקוי. ומותר לכבס את הצריך לו ברווח, גם אם ישארו בגדים נקיים בסוף המועד.

* מכונת כביסה שהתקלקלה בימי המועד אסור לתקנה על ידי טכנאי. * אסור להכניס יחד עם בגדי הקטנים גם בגדי גדולים שאסורים בכיבוס במועד (מלבד לבנים, גרביים, מגבות מטבח ומצעים לאירוח במקרה הצורך).

* אם הוסיפו בגדים שאסור לכבסם, יש אומרים שאסור ללבשם במועד.

* את הבגדים המותרים בכיבוס מותר לייבש בחבל ואין צריך לייבשם בצנעה.

* בגדים שיש לגהצם לצורך המועד, מותר לגהצם גיהוץ קל בלבד.

* הערה חשובה לאימהות היקרות: ילדים קטנים מתחת לגיל שמונה מותרים בכתיבה וציור כרצונם שהוא עונג לצורך המועד עבורם.

(מתוך הספר 'הליכות תינוקות וקטנים' של הרב יצחק יעקב פוקס)



בנק ההלוואות של רבינו

סוכות זה החג שלי! חג יפה, מקושט. עיקר ההשקעה שלפניו מוטלת על כתפי הגבר ואני באה לעצב את הקישוטים, בזה אני לא סומכת על אף אחד! לפרוס מפת חג ולהתרווח... מזג האוויר נוח בד"כ, הא! שמחת חג! ככה זה לפחות בדמיונות... אז זו הנקודה - עם העניין הזה שבעצם חג סוכות הוא "זמן שמחתנו" ואני לא תמיד מצליחה להגיע... אהממ... לשלמות של השמחה. כי בשטח, לפחות בשטח הסוכה שלנו, בזמן אמת, תמיד יש סיבה להתעצבן, לכעוס, או סתם להתעייף כ"כ, שלא שמה לב לעניין הזה של השמחה, אם היא כאן או רחוקה מכאן... אבל תודה לה' שהאיר את עיניי בעצה נפלאה של רבינו ששמעתי מהרבנית שמחונוביץ: רבינו אומר שכשאדם נמצא בעצבות צריך ללוות שמחה מן העתיד, בטח שמעתן על זה, אני הלכתי עם זה עד הסוף! למזלי אני טובה בדמיון, וזה מאוד מקל עליי לראות במוחש את העתיד וללוות ממנו שמחה. איך למשל? בקבוק יין (מלא! כן? ברור!) התנפץ על השולחן הערוך לסעודה ראשונה של יו"ט. מתזי יין ושברי זכוכית מילאו את כככל הסוכה! קורה! לרגע צנח לי הלב אבל מיד נזכרתי בבנק השמחה ומיהרתי ללוות ממנו. ראיתי בעיני רוחי את הרצפה המבריקה שתהיה כאן במוצאי החג וחיוך התפשט על פניי... אח! איזו סוכה יפה ונקייה! כשבעלי רימז לי שכדאי אולי לנקות ולאסוף את השברים לקח לי רגע להבין על מה הוא מדבר...

ולא רק בחג, מעשים שבכל יום ויום! התינוק צרחן גדול בעיקר בלילות, נו, שיניים, אבל אני לווח מהחתונה שלו! זה מדהים! אני מנענעת את העריסה בקצב מנגינת "עוד ישמע", רואה אותם עם הקיטל והשטריימל! דומה למלך!!! פתאום נכנסת לאולם בתי בת החמש, אני ממהרת אליה: "מזל טוב! אחות של החתן! מה את רוצה? שוקו? אבל את בשרית! הרגע אכלנו שניצל בחתונה של נותי!..."

לאט לאט שיכללתי את העיקרון בעוד תחומים חוץ משמחה: מה עם שינה? צורך בסיסי! אבל לפעמים אני לא מספיקה! פשוט לא מגיעה לזה בזמן, אני מרגיעה את עצמי: תלווי שינה משבת! היום יום רביעי, אני בעומס מכל הכיוונים, חמישי ושישי בכלל עמוסים לי... מתי אגיע למיטה? הריני מלווה שעתיים שינה משבת בצהריים ויהי רצון כאילו ישנתי עכשיו! וכך הלאה והלאה... כיד הדמיון הטובה כבר אמרנו? זה פשוט שינה לי את החיים!

ואיפה זה נתקע? הייתי בסופר, ערכתי קניה ובסוף החשבון גיליתי שאין לי כסף. לא נעים בכלל. לרגע אזל מפניי הצבע אך מיד התעשתי: "אדוני! אין שום בעיה! אני לווח משבוע הבא!" "ממ???" "משבוע הבא! תיכנס לי המשכורת אני אחזיר את ההלוואה שלווייתי משבוע הבא!" לא הבנתי למה הוא לא הבין אותי ולא הוציא לי קבלה... אבל בעצם מה אני רוצה ממנו? הוא בטח לא ברסלבר... לא מכיר את העצות הנפלאות של רבינו...



החלק שלך בזכות הנצחית של הפצת אור רבנו הקדוש
מיזם "חברות מחזיקות"
ממשיך!

ועכשיו לרגל החגים
גם את יכולה לזכות במתנות שוות ללא הגרלה!

מה צושים?

חומרים הוראת קבץ בסך 40 ש"ח לפחות
ובחורים מתנה ממגוון המתנות.
כל הקודמת זוכה!

שובר הנחה של 150 ש"ח על תבניות התבודדות של הדר ברודי או פגישת לוווי והדרכה בשווי 250 ש"ח



פגישת לוווי חינם בשווי 1500 ש"ח עם היועצת עסקית אורעד צייטלין



סדנת בישול ואפיה עם אביגיל מייזליק בשווי 1000 ש"ח



טפול הידרותרפיה עם ר. דגן "גלים בגליל"



חבילת צלומי ילדים אצל ב. בלום



עיסוי מפנק מבית "אחלמה" אהובה עדי אדל



שובר בסך 150 ש"ח לאבחון גרפולוגי אצל רחל גריזולט



הדפסה על מגוון מוצרים דפוס קופי צפת



שובר בסך 150 ש"ח לקשירת מטפחת או איפור לארוע – מתנת "פינה יהודית"



דיסקים עם מבחר שירי הר' יוסף קרדונר



ספר "רק תהיי מתגעגעת" של ש. זיו "לב העולם אתה" של הר' ארז דרון



תמונה מבית "תמונות מדברות" פייגי שפירא



ניתן להזמין חבילת עלונים להפצה באזור מגוריך. שרות משלוחים לכל חלקי הארץ.

להצטרפות התקשרי עכשיו לטל:
054-8492887