

חברות מקשיבות

אסיפורי אשיות

”והזהיר אותנו מאד

לקרב נפשות להשם יתברך, להשתדל
לדבר הרבה עם בני אדם כדי לעוררם
ולקשיבם לקרבם להשם יתברך.”
(חיי מוהר"ן תקמ"ג)

חדש!

מדור בנות הנעורים | עמ' 14

שאלות ותשובות, חיזוקים, וסיפורים מהחיים שיתנו לך כוח אמיתי ליום יום. שני עמודים וחצי במיוחד בשבילך!

חדש!

מיומנה של מתקרבת | עמ' 11

בצבע ובהומור משרטטת ב. גלינסקי את פסיעותיה הראשונות של המתקרבת למוהר"ן ותורתו. מדור חשוב ומומלץ!

שיחת חברות | עמ' 17

המפיצה של ראשון לציון משתפת בחיים של הפצה בעיר החוף

עצה למעשה | עמ' 18

אני רבנית, מוסרת שיעורים, ובעצמי-לא מצליחה להתבודד!

עלון מורחב

לכבוד הילולת מוהרנ"ת!

אהל מורנו רבו גדול זיע"א
תלמידו המובהק
של רבינו נחמן מברסלב זיע"א
נבנה על ידי "אהלי צדיקים"
בראשות
הרב ישראל מאיר גבאי ה"ו



.....

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:



תמונות:



עימוד ועיצוב:

ד.ר

הגהה:
ר.ל בהר - 054-846-9963

העלון מוקדש לישועת עם
ישראל
לרפואת החולים, להחזרת
השבויים
ולגאולה שלימה ברחמים

לעלון חברות מקשיבות שלום וברכה! רציתי להודות על העלון המושקע והתכנים האיכותיים ועל במה זו לשתף את הקוראות היקרות של העלון בנסיעה הקדושה שהייתה לנו לאומן:

חברות ברזל, שגרה לא שגרה, אני מנסה לחטוף תפילות, הפצה, זיכוי הרבים וכמובן גם לטפל יפה בילדים המתוקים שחצי יום במסגרת וחצי לא. מריחת הזמן הזו מורטת לי את העצבים. טלפון מבעלי בצהריים - "מה איתך?" פתאום נפלט לי: "האמת כבר התייאשתי, מרגישה שאני מסתובבת סביב עצמי", (בהלם מעצמי שאמרתי "התייאשתי") הוא אומר לי: "תתפללי..." אני עונה: "מתפללת זה מה שאני עושה כל היום..." ואז הוא ממשיך: "תתפללי שנזכה להגיע לרבנו". הפלא קרה, ובלי להבין איך עוד באותו שבוע אנחנו מוצאים את עצמינו, על חמשת ילדינו המתוקים, אצל רבינו הקדוש. זכינו להישאר אצל רבנו 2 שבתות רצופות, הייתה סיעתא דשמיא מופלאה מעל הטבע.

ביום חמישי שלפני השבת השנייה - נסענו לרבי נתן, אהוב ליבנו, היינו לבד בציון, עלה איתנו האדם שמתחזק שם את המקום, פתאום הוא מוריד את הנר תמיד הענק של רבי נתן כי הוא היה כבוי, ומחליף פתיליה, אני קולטת את זה ומתחילה להתרגש. בעזרת דקדושה אני קמה ושואלת: "סליחה, אני יכולה להדליק?" הוא מוציא לי גפרורים ואני מדליקה ברטט. פתאום אני קולטת איך זכיתי? יומיים לפני כן התחזקנו בחיי מוהר"ן על העניין של החשיבות של הנר תמיד בציון של הצדיק.

למרות הקור העז והרצון כבר לרדת כשסיימנו להתפלל, אני נכנסת לקלויז החדש שבנו לכבוד רבי נתן, עוצרת נשימה ומזילה דמעה מהיפוי. איזה מקום בנו לכבודו, היכל מפואר, ספריה ענקית, מקום מושלם. ומגיע לו, ומגיע לו ביותר ואפילו הרבה יותר! שמחתי התרגשתי ונשמתי את האויר שם.

לסיכום, הרגשתי במסע הזה - איך רבנו פשוט משך אותנו אליו. הצדיק המתוק והרחמן שמלווה אותנו על כל צעד ושעל. הרגשתי שאנחנו פשוט שם כדי לפעול המתקות וישועות למען עם ישראל. ממליצה לכולכן להגיע אליו, כן, גם עכשיו.

ש. גונן קרית גת

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 תחי'

072-315-7216

קו ההתחזקות

02-663-3554

הקו שלך להתחזקות אמיתית!

שיעורים של נשות שלומינו בתורתו של רבי נחמן מברסלב

לשיעורה השבועי של הרבנית קירשנבוים - **הקישו 71**
לשיעור יומי מאת צ. פלדמן - **הקישו 11**
למילתא דשתוטא לשיפור מצב הרוח - **הקישו 55**
לזריקת מרץ יומית מ"עלים לתרופה" - **הקישו 74**
לשיעורה השבועי של אביגיל מייזליק - **הקישו 51**
ליקוטי הלכות עם אפרת - **הקישו 22**
לשולח המאזינות הבמה שלך - **הקישו 64**
לשיעורה השבועי של ה. ברודי - **הקישו 73**
לשמיעת כל השלחות - **הקישו 66**

**יישר כוח לכל החברות היקרות
שהוסיפו תרומה על תרומתן
ובזכותן החודש זכינו לעלון מורחב!
זכות רבינו הקדוש תעמוד לכן לכל הישועות!**

לתרומות ניתן להפקיד ל:
בנק מזרחי 180866 סניף 473
ע"ש אור האמונה הריש
(חובה לציין "עבור עלון חברות
מקשיבות" ולעדכן אותנו בפל'
0504116096 על התרומה)



אוטוטו - גאולה!

ואיך אפשר לבאר מה זה אומר יד ועוד יד בשרשרת?
ורק הוא יתברך יכול לאסוף את כל הדמעות שזלגו, לקלוט צעקות שנורו,
לאסוף אנחות, שוועות וגניחות, ואת כולן לצרור בסרט.
והכיסופים? לאלפים! והרצונות - ברכבת דוהרת, לבנים לבניין, הצדיקים
הקדושים בונים מהם משכן...
ועוד מעט יראו הכול - בתפארתנו. וכתר של מלכות ישימו על ראשנו.
כי כל אישה פשוטה, שהאמינה. לא עזבה את התקווה - והפנימה - גם אם
יש עוד עבודה, היא טובה, היא טובה! זכאית לכל הטוב - והוא יגיע, והוא
קרוב.
עם ישראל - עם השם. אוטוטו זה מתגשם - משיח יבוא ונראה, איך הכול
היה כדאי - לרגע הזה. שהחיינו!
כל יום שלישי במירון בשעה עשר וחצי בבוקר מתקיימת בל"נ
תפילת נשים לישועת וגאולת עם ישראל -
בואי אתנו יחד לפעול ישועות!

ראיתי אותן שם. אור בעיניים ואהבת ישראל טהורה. עומדות בתפילה
לפני מלך רחמן, בקודש הקודשים פנימה. אצל התנא קדישא שאמר שהוא
יכול לפטור את כל העולם מהדין.
נשים מדהימות, חזקות, לביאות. מתחננות לפני מלך מתפייס בדמעות. לא
מפספסות שמות. כל פצוע, כל סובל, כל נעדר, לא יחסר. כי השם רועי לא
אחסר. בסל התפילות - יכנס באהבה, בחמלה.
כנגד נשיכת הנחש מקימות חומת נשים אנושית. גזרות גזרות טובות,
ויקם להן אומר. כי תפילת נשים חשובה בשמיים, מתקבלת.
והן, הנשים מצפת וגלילותיה, טבריה, חיפה והקריות, גם מעוד מקומות -
מאמינות - התפילה שלהן בוקעת שערים, פועלת ישועות.
וכך הן באות, כן באות! גם אם קשות השעות. עוזבות את הבית, הכלים
הכביסה. כי בלב מפכה התקווה, בתפילה של ביחד נחולל מהפכה -
לטובה, לטובה!
ואיך אפשר לתאר את המלאכים שנבראו מתפילת נשים יוקדת?

אנחנו מתקרבות להילולת רבי נתן. רבי נתן הקדוש שביקש מאתנו לא להפסיק להפיץ את הדעת הקדושה של רבינו לעולם. ובזכותו העלון שלנו
כאן. ולכבודו הוספנו עמוד שלם - עבור בנות הנעורים, שילמדו גם הן תכסיסי מלחמה. שהתקופה הקדושה של הנעורים - תעבור עליהן עם
כלים של רבינו. תספרו לנו, בנות יקרות, שהיה לנו כדאי.
ועל גבי גיליון בן שלוש שנים, נשגר תודה עצומה, על כל תרומה ותרומה.
לכל כותבת מסורה - שכתבה מלב אוהב מאמר (ומבלי שקיבלה על כך דבר).
לגרפיקאית האלופה - שמעצבת ללא שכר.
למגיהה המסורה שעוברת על החומרים - בהתמדה לשם שמיים.
למנדקת - בחסד, שתבורך בכפל כפליים.
לאמנית הציירת חווה עשהאל - שמפארת את עלונינו בציורי המעשיה.
לכל מפיצה - איכותית אמיצה, שלקחה על עצמה חבילת הפצה.
למדפיס, ר' אליאל עזמה על החסד שגומל עם העלון כבר שנה שלימה,
למפיץ, ר' יובל בירנבוים על אריזת המשלוחים להפצה.
גם לכל מי שרצתה, שאהבה, שהחזיקה יחד. זו המטרה.

והחרוזים שמתחרזים כאן, זה מההתרגשות. כי תקשיבו חברות, זה לא פשוט! תודה השם יתברך, תודה רבינו הקדוש, והתלמיד שדוחף מאחורי
הקלעים, להמשיך להדפיס את הספרים. להפיץ דיבורים. לא להיות עצים יבשים. תודה! שנזכה לגאולה ברחמים מהרה!

באהבה,
חברות מקשיבות

**"כִּמְהָ פְּעָמִים הָיָה מְדַבֵּר הַרְבֵּה עִמָּנוּ וְהִזְהִיר אוֹתָנוּ מְאֹד לְקָרֵב נַפְשוֹת לְהֵשֵׁם יִתְבָּרֵךְ,
לְהִשְׁתַּדֵּל לְדַבֵּר הַרְבֵּה עִם בְּנֵי אָדָם כְּדֵי לְעוֹרְרָם וּלְהַשִּׁיבָם לְקָרְבָם לְהֵשֵׁם יִתְבָּרֵךְ.
וּרְצוֹנוּ הָיָה אֲפֹלוּ לְדַבֵּר עִם בְּנֵי הָעוֹלָם שִׂיחוֹת חֲלִין בְּעֶסְקֵי הָעוֹלָם, אוֹלֵי יִצְמַח וַיִּתְגַּלְגַּל מְזֵה דְבוּרִים
שִׁיעוֹרָרוּ אוֹתָם לְהֵשֵׁם יִתְבָּרֵךְ,
וְאֲפֹלוּ אִם לֹא יִפְעַל כִּי-אִם תְּנוּעָה בְּעֵלְמָא, שִׁיכְנֹס בָּהֶם אֵיזָה הַרְהוּר תְּשׁוּבָה אוּ הַתְּעוֹרְרוֹת לְפִי שְׁעָה, גַּם-
כֵּן טוֹב מְאֹד, מִכָּל-שֶׁפֶן שִׁיכּוֹל לְהִיּוֹת שְׁבַרְבוֹת הַיָּמִים, כְּשִׁידְבַר עִמָּהֶם וַיִּחְזַר וַיִּדְבַר, אוֹלֵי יִזְכֶּה לְעוֹרְרָם
בְּאַמַּת לְהֵשֵׁם יִתְבָּרֵךְ וּלְקָרְבָם לְעַבּוֹדָתוֹ יִתְבָּרֵךְ
אֲשֶׁר אֵין דְּבַר גָּדוֹל מְזֵה..."**
(חיי מוהרן, תקמ"ג)

מעשה מבעל תפילה

חלק ה'

בעל התפילה במדינת העשירות

וְהֵלֶךְ לְשֵׁם הַבַּעַל תְּפִילָּה וּבָא אֶל הַשּׁוֹמְרִים, שְׁעוֹמְדִים סְבִיב הָהָר וְהַשּׁוֹמְרִים מִסְתַּמָּא הָיוּ אֲנָשִׁים קְטַנִּים בְּמַעֲלָה שָׁהִם רְשָׁאִים לַעֲמֹד בְּאֹרֶא דְהָאֵי עֲלָמָא כִּי אֲנָשִׁים, שִׁישׁ לָהֶם מַעֲלוֹת מִחֲמַת הַמָּמוֹן כְּנָ"ל הֵם אֵינָם יְכוּלִים כָּלֵל לְהַתְעַרֵב עִם בְּנֵי הָעוֹלָם וְלַעֲמֹד בְּאֹרֶא דְהָאֵי עֲלָמָא, שְׁלָא יִטְמָאוּ עִצְמוֹן כְּנָ"ל וְלֹא הָיוּ יְכוּלִים לְדַבֵּר כָּלֵל עִם בְּנֵי הָעוֹלָם, שְׁלָא יִטְמָאוּ אוֹתָם בְּהִבֵּל פִּיהֶם [עַל כֵּן בְּוֵדָאֵי הַשּׁוֹמְרִים שְׁעַמְדוּ חוּץ לְעִיר, הָיוּ קְטַנִּים בְּמַעֲלָה כְּנָ"ל] אַךְ גַּם הַשּׁוֹמְרִים הָיָה לָהֶם הַצְּוֹרוֹת הַנִּ"ל וְהָיוּ מִחֻבְקִים וּמְנַשְׁקִים אוֹתָם כְּכָל פַּעַם כִּי גַם אֲצֻלָּם הָיָה עֵקֶר הָאֲמוּנָה הַמָּמוֹן כְּנָ"ל וּבָא הַבַּעַל תְּפִילָּה הַנִּ"ל אֲצֻל שׁוֹמֵר אֶחָד וְהִתְחִיל לְדַבֵּר עִמוֹ מִהַתְּכַלִּית. בְּאֶשֶׁר שְׁעָקֵר הַתְּכַלִּית הוּא רַק עֲבוּדַת ה' תּוֹרָה וְתְפִילָּה וּמַעֲשִׂים טוֹבִים וְכוּ' וְהַמָּמוֹן הוּא שְׁטוֹת וְאֵינּוּ תְּכַלִּית כָּלֵל וְכוּ' וְלֹא שָׁמַע אֵלָיו כָּלֵל הַשּׁוֹמֵר הַנִּ"ל כִּי כָּבֵר נִשְׁקַע אֲצֻלָּם מִיָּמִים רַבִּים, שְׁעָקֵר הוּא רַק הַמָּמוֹן כְּנָ"ל וְכוּ' הֵלֶךְ הַבַּעַל תְּפִילָּה לְשׁוֹמֵר שְׁנֵי וְדַבֵּר עִמוֹ גַּם כֵּן כְּנָ"ל וְלֹא שָׁמַע אֵלָיו גַּם כֵּן וְכוּ' הֵלֶךְ אֶל כָּל הַשּׁוֹמְרִים וְלֹא שָׁמְעוּ אֵלָיו כָּלֵל וַיֵּשֶׁב עִצְמוֹ הַבַּעַל תְּפִילָּה וַנִּכְנַס לְתוֹךְ הָעִיר, שְׁהִיתָה עַל הָהָר כְּנָ"ל כְּשָׂבָא לְשֵׁם, הָיָה אֲצֻלָּם פְּלִיאָה וְשָׂאֵלוּ אוֹתוֹ: אֵיךְ נִכְנַסְתָּ לְכָאֵן כִּי לֹא הָיָה אֲפֹשֶׁר לְשׁוֹם אָדָם לְכַנֵּס אֲצֻלָּם כְּנָ"ל הַשִּׁיב לָהֶם: מֵאַחַר שְׁכָבֵר נִכְנַסְתִּי, יְהִיֶּה אֵיךְ שְׁיִהְיֶה, מָה אַתֶּם שׁוֹאֲלִים עַל זֶה? וְהִתְחִיל הַבַּעַל תְּפִילָּה לְדַבֵּר עִם אֶחָד מִהַתְּכַלִּית וְכוּ' כְּנָ"ל וְלֹא שָׁמַע אֵלָיו כָּלֵל וְכוּ' הַשְּׁנֵי וְכוּ' כְּלָם, כִּי כָּבֵר נִשְׁקַעוּ בְּטַעוּתָם הַנִּ"ל וְהָיָה הַדְּבָר תְּמוּהָ בֵּין אֲנָשֵׁי הָעִיר עַל שְׂבָא אָדָם אֲצֻלָּם וּמִדְּבָר אֲלֵיהֶם כְּדַבְרֵים הָאֵלֶּה הַפָּךְ אֲמוּנָתָם וְהִרְגִּישׁוּ בְּעִצְמוֹן, אוֹלֵי הָאָדָם הַזֶּה הוּא הַבַּעַל תְּפִילָּה כִּי כָּבֵר נִשְׁמַע אֲצֻלָּם, שִׁישׁ

"כי לא היה אפשר לשום אדם לכנס אצלם כנ"ל..."

תורה אשכול - 050.890.3002

בעל תפילה כזה בעולם כי כבר נתפרסם הדבר של הבעל תפילה בעולם כנ"ל והיו קורין אותו בעולם בעל תפילה וחסידי ירא אה לא היה אפשר להם להפירו ולתפסו כי היה משנה עצמו אצל כל אחד ואחד אצל זה היה נדמה כסוחר, ואצל זה כעני וכו' כנ"ל ותכף נמלט משם.

עם אחד מהתכלית וכו' כנ"ל וְלֹא שָׁמַע אֵלָיו כָּלֵל וְכוּ' הַשְּׁנֵי וְכוּ' כְּלָם, כִּי כָּבֵר נִשְׁקַעוּ בְּטַעוּתָם הַנִּ"ל וְהָיָה הַדְּבָר תְּמוּהָ בֵּין אֲנָשֵׁי הָעִיר עַל שְׂבָא אָדָם אֲצֻלָּם וּמִדְּבָר אֲלֵיהֶם כְּדַבְרֵים הָאֵלֶּה הַפָּךְ אֲמוּנָתָם וְהִרְגִּישׁוּ בְּעִצְמוֹן, אוֹלֵי הָאָדָם הַזֶּה הוּא הַבַּעַל תְּפִילָּה כִּי כָּבֵר נִשְׁמַע אֲצֻלָּם, שִׁישׁ

בואו נדבר תקשורת

גינוי האמונה הנוכחית יוצר התנגדות

בת העשרה משקיעה שעות בטיפוח מדוקדק וטרחני של המראה שלה. בן הישיבה יושב שעות בשפתיים דולקות (מפיצוחים מלוחים) ולומד בעיון ספרי קומיקס. את רואה בעיניים כלות שגיאות פאטליות שנעשות. רוצה ליישר בדרכי נועם. להסביר בטוב טעם. וקצת לאזן את המצב. בעל התפילה מלמד אותנו מהו הסדר נכון. ראשית "התחיל מדבר עמו מהתכלית" שהוא רק תורה ותפילה. אחר

"ותהיו חזקים" ציווה רבי נתן "בזמן בממון ובטרחה להפצת הדעת הקדוש". איך מפיצים? איך מונעים התנגדויות? מי קהל היעד הפוטנציאלי והמיטיבי? והכי חשוב - איך לא מתייאשים? בעל התפילה מלמד אותנו את כל רזי השיווק וההסברה האמיתיים. כן, אפשר להשפיע רוחנית על אנשים. ומי שפחות בעניין של להפיץ בחוץ, תמיד יש גם מה לעשות עם בני הבית ובעיקר עם עצמנו. איך נוכל אנחנו להתחבר יותר לדיבורים של הרבי, לשמוע את הניגון המעורר שלהם, לשיר את החיים בלחן חדש.



הישארי צעירה לנצח.

איך לא מתייאשים?

הכול נדו לו לאיש המוזר שמביא יום יום לבית הכנסת דיבורי התחזקות ושמחה לא מוכרים. בכל התכנסות יכולת לראות אותו מגיע אומר את דברו בהתלהבות ונעלם, אינו רואה לעולם את הבעות ההסתייגות הברורות. אבל הדברים נשארו תולים באוויר מחלחלים את אט אט ללבבות. "תהיה בשמחה" אמר לפתע האחד לחברו, "הכול יתהפך לטובה" נמלטו מפיו המילים והוא הסתובב מהר אחורה לראות עם מישהו תפס אותו ב"קלקלתו".

על כל מאה לא מגיע כן אחד, גורסות כל שיטות השיווק. גם העולם שמוכר לך הצלחות מובטחות מבין שהדרך אליהן עוברת בסירוב או בכישלון. בעל התפילה פונה לכל השומרים שבפתח ההר, מנסה להשמיע להם דיבורי אמת, אך הם לא שומעים אליו. אבל הוא אינו מתייאש אלא ממשיך בשלו להרעיף דיבורי אמונה ותכלית.

"ואף אם נדמה לו שאינו פועל כלום אצלם בדיבוריו... יעשה את שלו ויתחזק לעסוק בזה." (ר' נחמן מטשערין).

דיבורים הם כמו זרע, לעיתים לוקח זמן רב עד שהם נובטים, ואפילו אם יצמח רק נבט קטן הרי זה שלך לנצח.

הפצה פנימית: ניסית לקרוא, ללמוד, לשמוע, ופחות מדבר אלייך? לא להתיאש, גם לטיפה הראשונה שנטפה על האבן יש חלק בנקב שנוצר בסלע.

(מקור: סיפורי מעשיות עוטה אור)

כך "והממון הוא שטות ואינו תכלית כלל" - חשוב לא לזלזל במקום הנוכחי בו נמצא האדם, כדי לא ליצור התנגדות. אם נזלזל במקום שהאדם נמצא בו כרגע עלולה להיווצר תחושת איום, "מזלזלים בי, לא מבינים אותי...". עלינו לנסות להשפיע את מה שיש לנו לתת, ומעט מן האור דוחה הרבה מן החושך.

הפצה פנימית: טעויות מעשיות? תפיסות לא נכונות? לא לזלזל. יש להאיר דעת חדשה - זו התחלת השינוי.

קהל יעד פוטנציאלי מיטבי - צעירים בגילם או ברוחם

"לא נולדתי אתמול" - פתיח שכיח להתנגדות לשמוע או להסכים למשהו חדש.

נכונות ופניות לשמוע הן תנאים הכרחיים לקבלת מסרים. "זקנים לא היה מקרב כי הזקנים כבר נשרשו בטעויותיהם וקשה להשיבם מדרכם" (חיי מוהר"ן שצ"ה). הזקנה היא מצב שאינו תלוי גיל. זקנה משקפת תפיסה של עייפות ונושנות, שהן הפך ההתחדשות "כבר עברתי כה רבות בחיי וממרום גילי באמת מה תוכלו לחדש לי", או לחילופין "טעייתי כבר אינספור פעמים את אותן טעויות".

"כי כבר נשקע אצלם מימים רבים" מספר בעל התפילה. התחושה שאני כאן כבר ימים רבים מונעת מאיתנו לקלוט ידע או הבנות חדשות. "רק בני הנעורים נמשכו ורצו אחריו" (שם) - בני הנעורים זהו קהל היעד המיטבי, מלמד בעל התפילה. אלו הצעירים בגילם או ברוחם פתוחים יותר להשתנות.

הפצה פנימית: רוצה להתחבר לדיבורים של הרבי? קבלי בונוס מיוחד,



ליקוטי תפילות

תפילה על נקודת זכות

עֲזַרְנִי וְזַכְּנִי הַדֶּרֶךְ הָאֵמֶת, בְּאִפֶּן שְׂאֲזֹכָה גַם עִתָּה לְחַפְּשׁ
וּלְבַקֵּשׁ וּלְמַצֵּא בִּי זְכוֹת וְנִקְדוֹת טוֹבוֹת, וְלָדוֹן אֶת עֲצָמֵי
לִכְף זְכוֹת תָּמִיד, בְּאִפֶּן שְׂאֲזֹכָה לְשִׁמַּח אֶת עֲצָמֵי בְּכָל
עֵת,

וּלְכַנֵּס בְּכֶף זְכוֹת בְּאֵמֶת וּלְזַכּוֹת עַל יְדֵי זֶה לְתִשׁוּבָה
שְׁלֵמָה בְּאֵמֶת, וּלְהַתְפַּלֵּל עַל יְדֵי זֶה בְּכֹוֹנָה גְדוּלָה בְּחִיּוֹת
וְהַתְלַהְבוֹת וּבְשִׁמְחָה רַבָּה וְהַדְוָה גְדוּלָה וְעֲצוּמָה
(מתוך תפילה צ')

סיפורי חברים:

אֲנִי מִצְאֵת לִי צִבְרֵי נֶפְלְאוֹת. אֵין

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי

אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי אֲנִי מִצְאֵת לִי





האח, איזה עם!

אלוקים שלי,
 רצייתי לספר לך שיש לך עם מיוחד!
 עם מתוק ומחובר, גוף אחד
 עם אוהב, עם אחד נגד כולם
 עם שאין עוד כמוהו בעולם!
 עם שרוצחים אותו והוא מתחבק
 עם ששוכים לו בנים, והוא מתחזק
 עם שהוא כמו כבשה בין 70 זאבים
 אבל בשעת צרה מתגלות פניו היפים
 עם ששמח ורוקד ללא מורא
 עם שמתאחד בזמן כה נורא
 עם שמביט לסכנה בעיניים
 מחרף נפשו בלי לחרוק שיניים
 עם שמכבד חיי אדם
 עם שזורם בו אותו הדם
 עם ישראל, עם הנצח
 עם שהובטח לו שישכון לבטח!
 שלך - ביתך.

להיות תלמיד לנצח

לפני מספר שנים ישבתי יחד עם מדריכה שעבדה איתי. היא ניסחה ברכה לבר מצווה של נכדה וביקשה ממני לעבור איתה על הנוסח של הברכה. היא כתבה לו באמת מכל הלב, מברכת אותו על כל הדברים החשובים. הסתכלתי על הכתוב. היו שם ברכות גדולות וחשובות. "שתזכה להיות גדול הדור" כתבה לו הסבתא. עוד הוסיפה: "שתהיה תלמיד חכם עצום!". היא הסתכלה עליי בציפייה: "נו, מה עוד לכתוב לו?" אמרתי לה: ידידתי, אני לא יכולה לעזור לך בהמשך הנוסח, כי לדעתי ברכה כזו לנער בר מצווה עלולה להחליש אותו מאוד. זה נפלא שיהיו גדולי דור. עם ישראל חייב גדולי דור. אבל מתוך 1000 שלומדים בכלל, רק אחד מגיע להוראה. אם נכוון רק על האחד הזה, ולא נתייחס ליתר - כאילו רק להיות "גדול הדור" זה העניין, אנחנו יכולות להחליש את רוב הלומדים. אנחנו צריכים 999 אברכים שישבו ויתייגעו, שיתנו את החיים שלהם בשביל לימוד התורה. יש כאלו שרואים עליהם שהם "מיועדים לגדולות" עוד מקטנותם. המידות הטובות, החכמה יוצאת הדופן, השנינות... וגם הם צריכים תפילות רותחות של אמא ואחר כך של אישה כדי שבאמת יצמחו ויתעלו להיות גדולי הדור. מה שאנחנו צריכות לקוות זה שהילד שלנו ירצה ללמוד תורה. תברכי את הנכד שלך: שיהיה לך חשק לתורה, שתתייגע בתורה, שתהיה לך הבנה בלימוד, שתתחיל משהו ותבין, שיהיה לך פלפול דאורייתא, שתהיה לך מתיקות בלימוד התורה. לימוד התורה זהו הערך העליון. זה לא הנושא העיקרי להיות גדול הדור. אני רוצה שתאהב את התורה ותרגיש שהתורה אוהבת אותך. אני מברכת כל אמא שהבן שלה יהיה גדול הדור, אבל גם לכל אמא שהבן שלה יהיה מה - 999 למדנים האלו. רבי עקיבא היה אחד, אבל צריך 24 אלף תלמידים.

ללמוד להיות תלמיד

רבי נתן מכניס לנו את העניין הזה בדם. אני התלמיד הנצחי! אומר רבי נתן. תלמידי חכמים, הם אלו שמתייגעים בתורה, וקוראים להם תלמידים. הם תמיד תלמידים. תהיו גם אתם תלמידים! הוא כל כך כעס שאמרו עליו שהוא הרב בעצמו. הרב זה רבינו, אף אחד לא יכול לשבת על כיסאו, הכיסא שלו ריק! אבל צריך להיות תלמיד. תלמידים מאירים את האור של הרב. תלמידים עושים דברים כאלו חשובים. אם אתה תמיד תחכה לסוף הדרך, רק להגיע לתוצאה, להגיע להיות "הרב הגדול" ו"גדול הדור", אתה לא תשמח בתהליך.

עצם העשייה והתהליך הם מדהימים.

"אצלנו מעריכים מאמצים ולא תוצאות" אומרות המורות בתחילת שנה, בשטח זה לא תמיד קורה. אנחנו עדיין בגלות. לפי רבינו צריך לתת ציון לילדה לפי כמה שעות שהיא התייגעה למבחן. שש שעות היא התכוננה למבחן. 'המורה, מה יהיה מחר, אילו שאלות?' התקשרה למורה וחקרה. משתיים עד שמונה היא למדה, שש שעות היא הייתה בעניין, שש שעות שכוללות הפסקות רבות באמצע והסחות דעת שונות. ואפילו, רק על כך מגיע לה לקבל ציון גבוה. גם על עצם מילוי הטופס - מגיע לה פרס. על עצם הנכונות להיבחן.

אנחנו שואפות לעלייה, אבל התהליכים והעשייה בעצמה הם נהדרים. "תרמתי - ולא נושעתי". זאת כותרת נהדרת. העולם הפוך, מפרסמים לנו כל הזמן כאלו שנושעו. ועל כל אלו שעדיין בדרך לישועה לא מספרים. קיבלתי קבלה - ולא היה לי נס. זאת הדרך. אני תלמיד לנצח. עושה כי צריך לעשות. עצם הרצון והעשייה - נפלאים. אני נהנה מתהליך. מה יצא מזה? לא יודע. לאן אגיע? לא מגלים לי. אבל זו הדרך הנכונה. בעזרת השם נעשה ונצליח.

קומי אורי כי בא אור

קומיץ נשים
 סוחף ומרגש
 ניגונים, סיפורי נשמה
 ושירה מהלב
 שיחברו אותך
 לאהבה ולעוצמה
 האלוקית שבתוכך.



כָּזוּ הִיא הַתְּפִלָּה



עוֹמְדַת שְׁבוּיָה
בְּמַחְשָׁבָה שְׂאִינָה טוֹבָה
פִּי אֵלֶם
וְנִפְשִׁי-כְּמָהָה לָךְ
צוֹעֵדַת כְּפּוֹפָה
מְחַפֶּשֶׁת עֵטִיפָה
מְעַלִּי נִמְצָאֵת חֶפֶה
וְנִפְשִׁי כְּבָר נִכְסְפָה
מְצָאוֹנֵי הַשְּׂמָרִים
הַסּוֹבְבִים אֶת הָהָר
וְהַצְדִּיק בְּשָׁלוֹ
דוֹבֵר אֶתֶם-הַפֶּה אֲמוֹנֹתָם
אֵךְ מָה שֶׁנִּשְׁקַע, נִשְׁקַע
וְטְעוּתֵם-נִשְׁקָם...
וּלְפִתְעַ הוּא נִצָּב
מִפְּאֵתֵי הָעֵיר בְּקָרֵב
וְהַקּוֹל קְרוֹב אֵלָיו
אֶל תוֹךְ תּוֹכָה קוֹרָא
וְכָלֵל לֹא מְזַדְּדָה
בְּרַגְעַ שֶׁל טִשְׁטוּשׁ וְאַפְלָה
שׁוֹלֶף אוֹתָהּ.....
'וְהִיא אֲצֵלֶם פְּלִיאָה
וְשָׁאֲלוּ אוֹתוֹ- אֵיךְ נִכְנָסְתָּ לְכֹאן?'

כָּזוּ הִיא הַתְּפִלָּה
חֲמַקְמַקָה כְּמַעֲט שְׁקוּפָה

וְהִיא בְּשִׁלָּה
עוֹשֶׂה עֲבוֹדָתָהּ נְאֻמָּה
חֹתְרַת, נִצְבֶּתַת עַל תְּלָה
שְׁלוּפָה, פּוֹעֵלַת
מְנַתְּבַת מִתּוֹךְ עֵין הַסְּעָרָה
נִכְנָסְתָּ, פּוֹרֶצַת
חֲבֻקַת אֶת שְׁלָה
'וְהִיא אֲצֵלֶם פְּלִיאָה'
אֵיךְ זֶה הָעֲלוּמָה,
מִכָּה מֵהַלְּמָה
וְדוֹקָא הִיא פּוֹדָה וּמְגָלָה
אֶת אוֹר הַגְּאֻלָּה.



מלחמת מצווה!

יש מלחמה בעולם. לנו זה לא חדש. כל מי שהתעורר בחייו להתחיל להתקרב באמת לה, לעצמו, לקדושה, לצדיק, יודע את זה היטב על בשרו, איזו מלחמה יש על כל צעד ואפילו כחוט השערה. איזה אויב עקשן, מרושע ואכזרי שלא נח לרגע עומד כנגדנו למנוע, להסית, לבלבל, להחליש, לסכסך ולהרחיק.

אבל עד כמה היינו מודעים לכך שכתוב שהוא עוזב כל עניין אחר ושם עצמו בין איש לאשתו? האם ידענו שה"מסירות נפש" שלו זה להרוג לנו את הזוגיות?

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

יומן מלחמה או איך זה קורה בפועל

כדרכו של היצר הרע, הוא נכנס במרמה (לדוג' בדמות של מי שדואג לך ולשלומך) עם דבר ממש ממש קטנצ'יק - מחשבה של ספק על טובו/נאמנותו/טוהר כוונתו של בן הזוג. ממשך למחשבות של - עד כמה הוא לא בסדר ב... וכמה הוא לא...

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

ומתחיל לתת עצות מתוך "ליקוטי עצות למירור החיים". איך בדיוק עלייך לענות - כדי שלא ידרכו עלייך, מה לעשות או לא לעשות באופן שכן הזוג ילמד איך להתנהג, להילחם על חיך. הוא לא עוצר באדום וממשיך להעצים את הספק "אולי זו הייתה בחירה לא נכונה כל הזוגיות הזו", "יכול היה להיות לי משהו הרבה יותר טוב", "בעלי חולה נפש".

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

תכסיסי מלחמה

האויב הוא ערמומי וגם נורא ואיום, אבל אנחנו לא לבד בעסק. יש צדיק ענק שחזק ממנו פי אינסוף והוא נתן לנו תכסיסי מלחמה!

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

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

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

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

לא להתפחד

קראנו דיבור מדהים ברמב"ם שכשמדובר במלחמת מצווה יש ממש איסור תורה להתפחד. ויש הבטחה שמי שילך באומץ עם כל הכוח ועם ביטחון בה', יזכה בוודאי לחזור ויקים בית. גם במלחמת עמלק הזו על הזוגיות והבית, נשתדל לא להתפחד! נילחם על הטוב באומץ ובהתמדה.

עלינו לדעת שקיום בית יהודי זו שליחות ויש כלל שכוח המשלח נמצא בשליח, זאת אומרת שאם ה' יתברך שלח אותנו למשימה כזו שנראית לפעמים בלתי אפשרית, כוחו האינסופי פועם בנו ובע"ה נראה ניסים מעל הטבע.

שנזכה בחודש טבת הזה שמתחיל באור ניסי חנוכה לראות ניסים וניצחון שלם של הטוב בבית שלנו הפרטי, ובבית שכולנו מחכים לו.



חליל הרועים

אורית לספרת

ההרצאות שאני ממאנת להקשיב לתוכנן? העומק והתוכן שמתחבאים בינות הכריכות המושכות? כל אלו ממשיכים להמתין לי שאבוא ואתחבר אליהם.

יום אחד באחד הארגזים מצאתי דיסק מוזיקלי. מאז שאני קטנה נמשכתי לעולם הצלילים. מוזיקה חדשה - זה אחד התענוגות הגדולים שקיימים מבחינתי. נטלתי אותו בשמחה והדלקתי את המערכת על הווליום הגבוה ביותר. הניגונים שנשפכו בחלל הבית ערבו לאוזני עד מאוד, ושיר אחד מסוים משך אותי במיוחד. בתוך השיר נשמע קול נגינה של כלי נשיפה שלא שמעתי כמותו. הוא השמיע צלילים ערבים במיוחד שמשכו את ליבי. הרגשתי תחושת שייכות בלתי מוסברת לכלי הזה. דחף בלתי נשלט גרם לי לברר מהו. ואכן אחר בירור קצר הבנתי שהצלילים הענוגים מתנגנים מ"חליל רועים", זה חליל העשוי קנה סוף, כולו טבעי וקסום. בלי לחשוב פעמיים קניתי לעצמי את כלי חלומותי החדש והתחלתי לנגן לפי שמיעה. יחד עם הנשיפות והאימונים, התחזקה לה הסרעפת וחזרתי גם לשיר. שירה הייתה גם היא תחביב ישן ויקר מימי הילדות שנטשתי בלי משים, ועתה חזר אליי בכפל כפליים. הרגשתי התחדשות נפלאה. השירה והניגון חיברו אותי לתדר גבוה ומיוחד. משהו נפתח אצלי בלב. את השיר המיוחד שיגילה לי את "חליל רועים" החלטתי להקליט באולפן מקצועי, שיהיה לי למשמרת.

התאמנתי בבית זמן רב, והגעתי מוכנה ומזומנה, יחד עם פלייבק תואם. האולפנית הייתה נדיבה, ובסבלנות התחילה להקליט אותי. תוך כדי שאני מאמצת את גרוני להפיק את הצלילים הנכונים ומקפידה על הניואנסים של השיר, משהו מדהים ולא הגיוני קרה. פתאום לראשונה שמעתי את המילים אותן שרתי עשרות אם לא מאות פעמים.

כן, שרתי אותן קודם, התאמנתי עליהן בבית והדיסק "חרש" בביתנו שעות וימים. אבל למרות כל זאת, אף פעם לא הקשבתי למילים. הן תמיד חלפו ליד האוזן, כאילו נועדו לקשט את הניגון המופלא ותו לא. עכשיו הן עמדו במלוא הדרן במרכז האולפן, מדברות אליי, ומרגשות עד דמעות.

לדבר עם השם כמו שמדברים עם חבר טוב אמיתי, אמר השיר. לספר לו במילים פשוטות כל מה שעובר. ככה? אני שרה שצריך לדבר עם השם כמו אל חבר טוב אמיתי, אבל לדבר איתו ממש, את זה עדיין לא ניסיתי. האם זה ייתכן? שאני הקטנה אדבר עם בורא עולם, כמו שמדברים עם חברה טובה ומכילה שרק רוצה לשמוע אותי?

פתאום, ממקום חבוי בלב פרץ לו געגוע עז. רעד בלתי נשלט תקף אותי, ודמעות שרפו את עיניי. התגעגעתי לדבר עם השם! עדיין לא זכיתי לדבר הזה בימי חלדי. כלומר, תמיד היה לו הסידור. אבל, ממש לדבר איתו יתברך את מה שיושב לי בלב? ובעצם - איך אף פעם לא דיברנו! איך ילדה לא מדברת עם אבא שלה! פתאום לא יכולתי לסבול את תחושת הריחוק הזאת מבורא עולם. כל כך התגעגעתי לקשר הקדוש הזה.

חזרתי הביתה עם שיר מוקלט, ולב הולם. הרצון שלי כמעט הצמיח לי כנפיים. איפה אוכל לשמוע איך מדברים איתו יתברך? היכן מספרים כיצד עושים זאת? אני חייבת למצוא את זה!

לראשונה פניתי לאחד הארגזים שבסלון. בענווה

ראיתן פעם סוחר שמוכר סחורה שאין לו מושג מה טיבה? טבח שמוציא תחת ידיו יצירות קולינריות משובחות מבלי שטעם ולו פעם אחת את המתבשל בקדרתו? ואולי רוקח שמחלק תרופת פלא בלי ידיעה קלושה מה הוא משווק לקונים? לא ראיתן, נכון? אז, אני הייתי הסוחר הזה, הטבחית המדופלמת וגם הרוקחת המהוללה. לא היה לי ולו מושג קלוש מה אני עושה. פעולותיי נעשו בלי טעם ובלי ריח. מעשה תם ממש. עד שהציץ עליי בעל הבירה ופתח גם לי את הלב לאור העצום אותו שיווקתי מבלי יודעים. ובעצם, כדי שתבינו על מה אני מדברת אתאר לכן מה הולך אצלנו בבית.

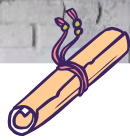
בום! בום! בום! שלושה ארגזים גדולי ממדים נוחתים בסלון, מפזרים ענן אבק סביבם. מתוספים אלו לארגזיק אחד שיושב מיותר בפניה, חציו כבר רוקן על ידי בעל הבית וחציו השני יתרוקן, מן הסתם, עד סוף השבוע. עוד לפני שאני מתחילה להתרעם על הפלישה הבלתי רצויה של האורחים הזרים, עיניי מתנגשות בעיניו הבורקות של אותו בעל הבית, הרי הוא בעלי שליט"א, ואני משתתקת באחת. כי איך אפשר לייבש' בן אדם מאושר כל כך?

"ישתבח שמו לעד!" הוא מכריז בסיפוק ובעזרת סכין הבשר שלי פותח את הארגז האמצעי, הגדול מכולם. ספרונים קטנים משובבי לב נגלים מלוא העין. "השתפכות הנפש" אני מזהה את השם שכתוב באותיות של זהב. הוא מנשק אחד בערגה, מרים אותו למעלה ובוהן מכל הכיוונים. "יפה נכון?" שואל אותי. אני מהנהנת נמרצות. אין מה לומר, יש להם כריכה מהממת בגווני פסטל האהובים עליי. "רוצה לשמוע מה מספר הספר היפה הזה?" הוא שואל בתקווה. אופס. לזאת כבר אין לי כוח. אני יודעת שהוא רוצה שאענה בחיוב, שאבקש לשמוע, שאתעניין. אבל מה אעשה שזה באמת לא מעניין אותי? אני נמלטת למטבח להכין ארוחת צהרים, בעודי בוחשת בסירים וטובעת במחשבות, בעלי מציץ בפתח המטבח כולו חיוניות. שוב הספר הקטן בידו. מה עכשיו? "בקשה אחת אני כן מבקש ממך" הלב שלי דופק. אין לי כוח לדברים האלו. למה הוא לא מבין? "יש כאן לפחות 500 יחידות. בבקשה, תפיצי אותם". אני עוצרת. להפיץ? זה מה שהוא רוצה? זה באמת לא נורא. ידעתי כבר מה הכוונה להפיץ. לחלק לכל דכפין, לתת בלי לקבל תמורה. לתת אני דווקא אוהבת. 'איזוהי אישה כשרה', אני מזכירה לעצמי. את זה אני כן יכולה לעשות, אז אעשה זאת בשבילך, ובשמחה!

"אין בעיה, היום אקח עשרים כאלו לשיעור של הרבנית נחמה". מירכתי הזיכרון צץ לו השיעור אליו אני מתעתדת להגיע. חיוך מתפשט על פניו. גם אני מרגישה הרבה יותר טוב עם עצמי.

וכך אני מוצאת את עצמי מחלקת השתפכות הנפש, משיבת נפש וגם ליקוטי תפילות קטנים. פותחת? בחיים לא. מתעניינת? באמת שלא. מעבירה מיד ליד עם חיוך גדול, ואם שואלים אותי מה זה ומה כתוב שם בעצם, אני מתחמקת. "קחי קחי" אני מזרזת את האישה המתלבטת, "תראי איזה יופי של ספר". מה שנכון נכון. הארגזים מתרוקנים במהירות, אחרים מגיעים תחתם, ואנחנו ממשיכים להתגלגל. בעלי מאושר שאני משתפת פעולה עם ענייני ההפצה שלו. אני מאושרת שיש לי חלק כלשהו בחייו החדשים. והמילים הקדושות?





העיתונים של הגאולה

סיפור של משיח

חברות יקרות, כמה אני מחכה כבר לרגעים המופלאים הללו. כשמשיח יספר לכל אחד מה שעבר עליו בכל יום. אולי נשב כולנו בדשא, ציפורים תצייצנה באושר ורוח נעימה תלטף את לחיינו, תשחרר את הכתפיים המכווצות מהגלות. שיר חדש שיתער לעתיד ימלא שחוק פינו, ומשיח ישמיע לנו את הסיפור האמיתי שלנו. אה, מן הסתם זה יהיה הרבה יותר מופלא מהתיאור הנ"ל, הנכתב במוחין של גלות.

המודעות

בינתיים, בעיתונים של הגלות כתובות חדשות שלא משקפות את מה שמתחולל באמת מתחת לפני השטח. ולפעמים על הנפש עובר כל מיני. עזבו שאני משתדלת לא לקרוא את הנ"ל, אבל איכשהו, בין כותרת אחת לרעותה, מתחשק לי להכניס בעיתונים של הגלות, כמה מודעות של גאולה...

וכה יהיה רשום באחת מהן:

"חרדות? פחדים? דיכאונות? דעי את זכויותייך! יש לך זכות עצומה להיות כאן בדור הזה. דווקא את, מכל הצדיקות של כל הדורות, נבחרת כדי לעבור ימים מופלאים ומתמודדים כאלה. ואת עושה זאת בצורה כל כך נפלאה ומיוחדת! כמה שמחים בשמיים מכל פעם שאת מנסה להתגבר ולשמח את עצמך ואת בעלך וילדייך. איזו רינה עוברת בשמי שמיים כשאת מתעלמת ממחשבות לא טובות. ותדעי לך שיש לך זכות פשוט להתעלם מהמחשבות הנ"ל. כן! ממש זכותך המלאה לא להתייחס למחשבות הללו ואפילו לצחוק עליהן קצת. חה חה חה. קישטא. לכו, חצופות!"

המודעה ארוכה כהוגן. במערכת העיתון ידרשו עליה מן הסתם עוד כמה זלוטים. אבל מילא רבינו הוא המשלם. כולנו זקוקות ממש לכאלה דיבורים עכשיו.

"זכותך להגדיר את המחשבות הכפייתיות כ'איבער טראכטן' (ריבוי מחשבות) ולמצוא בין דפי העלים לתרופה דיבורים של אמת ומרגוע לנפש. לפחדים נקרא 'יראות נפולות' ונגלה בין עצותיו של הרבי הקדוש עצות נפלאות כיצד להעלות את היראה לשורשה - אל השם יתברך. זכותך גם לדעת כי בעל כח עצום הולך לפניך ולוחם את מלחמתך באהבה. הוא רופא הנפשות האמיתית. והוא גם הבטיח לך שהוא ניצח ומנצח וגומר את כל המלחמות!"

עוד מודעה שכוספת אני לשתול במדור האבדות תאמר כדלהלן: "אבדה לך הנפש? יש צדיק שמצא אותה ומעוניין להחזיר לך את כל האבדות! רק תקשרי אליו..."

ובדרושים: "דרושה מילתא דשטותא כדי להבריח יגונות ואנחות אל תוך השמחה. אפשר גם בדיחת קרש או יד 2 משומשת במצב טוב."

לקינוח נגיש מתכון ללב בשר אפוי היטב ברוטב יין הונגרי. (בקלי קלות - רק לוקחים את הפה והלב: רוצים ומבקשים מהשם לזכות לכך ומקבלים בוודאי.)

בעיתונים של הגלות המוסף לנשים יהיה כמובן - עלון חברות מקשיבות. והנה, לאט לאט, קמעא קמעא - הם הופכים לעיתונים של גאולה.

שנזכה לקרוא את החדשות האמיתיות ולהתחבר כבר עכשיו לרוחו של משיח ולאורו שהולך וגובר. אמן!

ובשפלות קרבתי אליו. כענייה שמתדפקת על פתחי נדיבים. הפעם הייתי אני זו שביקשה שיפיצו לה דיבורי לב, שיספרו לה איך בדיוק הכול מתרחש. שיקנו גם לה כרטיס למסיבה הגדולה שמתרחשת בשמיים ובארץ כאשר נשמה מתעוררת לדבר עם בוראה.

נטלתי לי כריכה יפה, והפעם במקום לשקוע בצבעי הפסטל ובאותיות הזהב, בחרתי באותיות השחורות שבתוך. עיניי רותקו למילים הקדושות, מילותיו של ספר "השתפכות הנפש" שמדבר על נושא ההתבודדות לפרטיו. המילים סיפרו לי על השפה החדשה של בעלי, שעכשיו השתוקקתי גם אני לשמוע בצמא אדיר שלא ידעתי כמותו.

קראתי וקראתי, ועם כל מה שלמדתי הלכתי לדבר עם אבא שבשמיים.

לתאר מה התחולל שם בדיוק, באותן דקות קדושות בהן דיברתי איתו לראשונה, אין לי מילים. זה היה פשוט. זה היה מדהים.

מאז אנחנו מדברים. והזמן הזה ביום שהוא רק שלי ושלו - הוא היקר לי מכל. גם חליל הרועים, אותו כלי פלא שהיה "מפתח הגנבים" שחילץ אותי מעצמי וגרם לי להתעוררות אמתית, ממשיך ללוות אותי. חיים חדשים מפכים בתוכי. חיים איתו יתברך. ואי אפשר להשוות את החיים הקודמים שלא הייתה בהם התבודדות לאלו החדשים. אני אורית אחרת.

שנתיים אחרי הגילוי המופלא דיברתי עם שרה, חברה יקרה שלי. ידעתי שהכישרון המוזיקלי שקיבל נוכחות בחיי הוא מתנת שמיים, אבל לא הבנתי מה בדיוק אני אמורה לעשות בו. האם כל הטוב הזה נועד רק בשבילי?

"למה השם נתן לי את הכישרון הזה?" שאלתי את שרה. דיבור עם שרה נותן לי תמיד בהירות בלב. שרה הסתכלה עליי חזק ואמרה: "מה זאת אומרת למה? בשביל שתזכי את הרבות!". בהיתי בה בחוסר אמון, שאני אפיץ את הניגונים שלי כמו שאני מפיצה את הספרים של בעלי? שאני אלך ואופיע? אעמוד על במה ו... כמעט התחלתי לצחוק, אשיר? האם היא לא מכירה את החברה הביישנית שלה? "את תעשי ותצליחי!" הכריזה שרה כשהיא מנערת את כתפיי בטפיחת עידוד, מניסה את היראות הנפולות שאיימו להשתלט על התודעה. "הגיע הזמן לתת מהטוב שלך לעולם, ויפה שעה אחת קודם", ולפני שאספיק להתחמק הורידה את המילים החגיגיות לפסים מעשיים: "א' אלול, תכתבי לעצמך. את עולה לשיר את השיר שלך על התבודדות בכנס נשים שאני מארגנת! אל תדאגי, זה רק שיר אחד, לא יקרה לך כלום!" הרגיעה את ההיסטריה שאיימה לתקוף אותי.

הופעתי והופתעתי מעוצמת החוויה. הקהל החזיר לי אור חוזר של אהבה, ונשים פנו אליי בהתרגשות וסיפרו לי שהשיר דיבר אליהן במיוחד. התרגשתי. הכיוון עכשיו היה לי ברור. כיוון שהלך והתפתח עם השנים לשיעורי תורה, סדנאות וחוגי בית בנושאים מגוונים.

אבל יחד עם העשייה הברוכה באמת, את עיקר המרץ שלי אני נותנת לנושא של החיים האלו, ההתבודדות. את הנס שנעשה לי באמצע האולפן, אני מנסה להפיץ הלאה. בשיר, בניגון, בסיפור. להגיד לנשים היקרות, בכל דרך שרק אפשר - דברו, פשוט דברו עם השם. זה כל כך טוב. זה מרפא. תנסו ותראו.

לתגובות ניתן לפנות לבעלת המעשה, אורית ביננבוים היקרה במס' 0527635015

חברה יקרה, יש לך סיפור חיים מתאים למדור?

נשמח לכתוב גם את הסיפור שלך! ולזכות בו את הרבות.

את מוזמנת ליצור קשר: 0504116096



מה קודם - "אזמרה" עלי או על אחרים?

את הדיבורים האלו אני רוצה לתת במתנה לר' נתן זי"ע, התלמיד האהוב שהזהיר אותנו "אזמרה ורק אזמרה", וביקש בכל הלשונות שנתחדש עם העצה הזו בכל עת, כי בזה תלויה הגאולה שלנו.

פעם ישב ר' נתן לומר תורה 'אזמרה', ור' נחמן טולטשינר ישב ונענע בראשו כאילו הוא כבר מכיר את התורה. אמר לו ר' נתן, אילו היית מכיר את התורה ומקיים אותה, היית כבר מחזיר את כל העולם כולו בתשובה.

יש הסתרה גדולה על העצה הנוראה הזו, עד שקשה לתפוס ולהאמין שיש כאן דרך אמיתית ונוראה שפועלת ומשנה דברים בעולם, ולכן עלינו להתחדש וללכת עם התורה הזה מתוך אמונה אמיתית בכוח שלה. אם באמת אנו מכירים את העצה הזו, למה אם כן כ"כ קשה לקיים זאת? הרי עצה זו אמורה לעשות אותנו שמחות ומאושרות. ואם אנו עדיין מסתובבות עצובות, אולי זה מחמת שלא הבנו את העצה.

כאשה אינני מתימרת לנסות להסביר את התורות של רבנו שהן עמוקות מיני ים, אבל לא מוותרת להציץ פה ושם בספרים ועלונים ולטעום קצת מטעם הרפואות הנפלאות האלו שאני כל כך זקוקה להן. כך גיליתי לאחרונה שהתורה הזמנית הנלמדת בפרויקט "לטייל בתורתו" (תכנית לימוד שרבים מהחסידיים זוכים להשתתף בה) הלוא היא תורת "אזמרה" האהובה עליי. בהשגחה נפלאה מצאתי באחד מהעלונים של "עלה לתרופה" הסבר נפלא מהרב קיוואק שליט"א על תורה רפ"ב, שהאיר את עיניי ופתח לי הבנה נפלאה שאותה אני רוצה להביא לפניכן:

רבנו מתחיל את התורה במילים **"דע כי צריך לדון כל אדם לכף זכות"** (כמה פעמים שמענו את המילים האלו? בואו ננסה לשמוע אותן בפעם הראשונה), בהמשך מדבר רבנו באריכות על לדון גם את עצמנו לכף זכות, ולכאורה מתעוררת כאן שאלה: נראה שכל עיקר התורה עוסקת באדם עצמו, שכדי לבוא לשמחה צריך לדון את עצמו לכף זכות, ועל ידי זה יוכל לזמר ולהתפלל לה', ולכן מביא את הפסוק 'אזמרה לאלוקי בעודי' שכל זה הולך על האדם עצמו. אם כן, למה הקדים לדון אחרים מלדון את עצמנו? הבנתן את השאלה? אם אני מרגישה כל כך גרוע עם עצמי מה יעזור לי לראות את הטוב באחרים?

כאן מצאתי תשובה נפלאה. רבנו מלמד אותנו כאן דרך נפלאה שתעזור לנו להצליח לדון את עצמנו לכף זכות - כאשר אנו דנים את השני לכף זכות, מתבוננים ומוצאים בו איזו נקודה טובה שהיא האמת האמיתית, המהות האמיתית שלו, עי"ז יש עליו השראת שכינה, **וכך כשאנו מסתכלים על עוד אדם ועוד אדם מישראל, כך ממש אנו בונים משכן לשכינה, כי המחשבה הזו פועלת פעולה ממש להוציא אותו ממקום הסטרא אחרא, אל מקום הקדושה ועל ידי זה יש עליו השראת השכינה.**

ולכן אף שבאמת עיקר העסק הוא עם עצמנו, לדון את עצמנו לכף זכות כדי לבוא על ידי זה לשמחה, שרק כך אפשר להתפלל ולעבוד את ה' - עיקר הדרך לבוא לזה, הוא דווקא ע"י שנדון את האחרים לכף זכות. בדרך זו אנו מתרגלים להאמין בכוח המחשבה שבנו, שכל נקודה טובה שנמצא בשני ממשכה עליו השראת שכינה ופועלת עליו. כך נוכל אחר כך לעשות זאת גם כלפי עצמנו, אבל קודם כל עלינו להתרגל להאמין כמה מחשבה קטנה שלנו פועלת ומשפיעה על השני.

ומה מונע מאיתנו להאמין בכוח המחשבה הטובה ובפעולה שלה? העצבות שבאה מהקליפות והסטרא אחרא שמקשה עלינו ומסתירה מאיתנו את הטוב שלנו ולכן קל יותר להתחיל מלדון את האחרים לכף זכות, שאז איננו תחת הקליפות והסטרא אחרא שמקשים עלינו מאד בענין הזה. אחרי שנתרגל בכך ונדע להעריך ולהחשיב את הטוב בלי להתפעל מכל הרע שמכסה ומסתיר אותו, עי"ז נוכל לחפש ולמצוא את הטוב גם בעצמנו ולבוא לשמחה שזה תכלית העבודה שלנו. שנזכה לכך.



אני טובה!

לכבוד הילולת רבי נתן, תלמידו הנאמן של רבי נחמן, נתחזק הפעם בדרכיו הנפלאות של מוהרנ"ת ובפרט בעצת אזמרה.

בספר "עלים לתרופה" שכתב רבי נתן לבנו אנחנו יכולות לראות את ההתנהלות, התגובות, ההתחזקות וגם את מעברי הנפש של רבי נתן. אנחנו רואות שגם לו לא תמיד האירה התפילה, לפעמים גם הוא דאג וגם הוא מחפש התחזקות. ובמילים אחרות - גם הוא בן אדם. ואנחנו הקטנות יכולות להבין מזה שעם כל הגדלות שלו, שאין לנו מושג מהי התורה הקדושה לא ניתנה למלאכים, היא ניתנה לנו! וגם אנחנו יכולות להצליח לקיים אותה בשלמות.

המפתח להצלחה

אם נסתכל היטב ב"עלים לתרופה" נראה שרבי נתן מזהיר עשרות פעמים ללכת עם תורת אזמרה. ועוד הוא אומר לילדיו ולתלמידיו: אצלכם זה ישן (תורת אזמרה), אבל אצלי זה חדש יום יום!

מכל תכסיסי המלחמה שהנחיל לנו רבינו, עצת האזמרה היא תכסיס המלחמה החזק ביותר. על ידי אזמרה אנחנו יכולות להיות מנצחות אמתיות. לכל אדם יש מחשבות מתישות ומבלבלות, מדאיגות ומחלישות, כאלו שנותנות לו את התחושה שאין לו תקווה, ועל ידי עניין האזמרה אפשר לזכות לתשובה מאהבה, לחיבור להשם יתברך בתפילה, בחיות, בשמחה. אפשר לזכות להיות בשמחה כל היום!

ניסוי הבנות

אם כל אחת תבדוק את הרצונות שלה - היא תראה שהרצון שלה הוא טוב. בפנים היא רוצה שמחה, צניעות, קדושה. בלב ליבה היא מבקשה להיות כרצון השם. לכן - היא טובה!

איך את מזהה בננות? הקליפות! אם ניתן לך רק קליפות, זה יעזור לך? לא! מה פתאום? אז מה נעשה אם הבננה עטופה בקליפה? איך נטעם אותה? נחפש אותה מעבר לקליפות! היא נמצאת שם, מעבר לקליפות! רק צריך לחפש. כך אנחנו, כל הרע שלי זה דמיון של היצר הרע. זה רק קליפה! אם אחפש את הטוב שלי - אמצא אותו. והטוב שלי זאת אני האמתית.

יש נשים שחושבות שאם הן יעשו 'אזמרה' הן ירדמו בשמירה. אבל האמת היא - שלהפך! אישה שעושה אזמרה היא אישה ערנית, היא אישה שמחה! ואישה שמחפשת רק את הרע של עצמה, שמלקה עצמה ואחרים, היא ממורמרת וכועסת. היא בעצם "ישנה" את ימיה, רדומה. בוודאי טעות לחשוב שעל ידי גינוי ורדיפה אפשר להתקרב לאיזה ישועה או תיקון.

לקיים עצת אזמרה זו תשובה מאהבה. ועל העושה תשובה מאהבה כתוב שכל עוונותיו מתכפרים לו. יהי רצון שנקשיב לרבינו ולתלמידו הנאמן רבי נתן, נחפש וגם נמצא את הנקודות הטובות שבתוכנו, וכך נעבוד את השם בשמחה ובחיות.



מיומנה של "מתקרבת"

לאה, בעקבות בעלה שהציץ ונפגע, מנסה להכיר את מוהר"ן ותורתו, משתפת אותנו מתוך יומנה האישי, צעד אחר צעד. טור חדש ומרתק.

אני לא יודעת מה עובר על גלתי, אני פשוט לא מכירה אותך לאחורונה. כל מיני רעיונות חדשים יש לך בראש ואין לי מושג איך את אמורה להגיב.

עד לא משאן היינו שנינו ליטאים ישראלים, עושים בדיוק את מה ש"צריך" לעשות ולא עושים בעיות בוקר אחת, כשהוא ממתיך להחזיק את גלתי, את מנא עלון "תמיץ" בשם "היקבצו", זהו עלון שמביא תוכן ברסלבאי בלשון ליטאית, מתוך סקרנות הוא התחיל לקרוא, וכשהחזיק את גלתי הוא היה צריך ממש לערר אותו כדי שיזחין זז...

מאז הכול השתנה, הוא הכניס כל מיני ספרי ברסלב לבית, הלך לשיעורים של רבנים, לא, איך הם קוראים לזה? משפיעים! כמה פעמים הוא הלך לבית הכנסת שלהם, להכיר... להריח... לנשום... לא לדבר שהוא התחיל לקרוא באמצע הלילה, סליחה, בחצות ופעם אחת הוא אפילו הלך לאיזה יער. אני לא מבינה למה את גלתי לאף אחד, מה זה השיגעון הזה? אבל זימן אפשר לכתוב הכאן...

כמובן שהוא גם מתחיל עם שטיפות מוח עליי, כל יום הוא עושה לי שיעורים והרצאות אמרתי לו שבעיקרון אם זה משמח אותך, לבראות את גלתי אני לא מרגישה שזה קשור אליי, וחלף מטה, אני רוצה להבין: מה היה חסר לך?? ומה מצאת ש??

הבעיה היא שקשה לי להסביר, הוא אמר שזה מחיה אותו... ולא שמת'ל שהוא גסס קודם, משנה לו את כל הלימוד... (מה לא היה טוב שדרש שינייגו, שהוא פתאום מתחיל להתפלל... (אז אכן הוא יצא כל בוקר ברבע לשבעה, שהוא מתחיל להתקרב להשם... (כל זה רק ההתחלה??).

תכלס, הן אדם מסתובב עם חיוך על הפנים, מסמס כאילו גלתי את אמריקה, ואני לא יודעת את נפשי.

אתמול בערב שמעתי דפיקות נמרצות על הדלת בפתח עמדה מירי, השכנה מלמעלה, והבנתי מידאג'ת בפניה. "הכל בסדר?" שאלתי אותה. היא נראתה נזוכה אבל היתה החלטית לומר - "תראו, אני באמת לא רוצה להתערב, אבל את חייבת להציל את הבית שלך. לאזת בלוב. על זה נאמר: חכמת נשים בנתה ביתה!"

"משהו לא בסדר?" שאלתי בתמימות.

"לא בסדר זה נורא ואיוון! בעלך אברך נפלא! למה צריך להכניס לו שאויות למשנה? או חבל עלייך? בעצמי ראה אותו יוצא מחנות ספרים עם ערימת ספרי ברסלב! אזלנו לבית היה אסור להכניס את הספרים האלה! מי יציל אותך אם לא אתנו?"

באמת שלא ידעתי מה לומר, אבל למען'י היא בכלל לא חיכתה לתשובה, אמרה את שלה ולתתה חזרה לביתה, תוך כדי שהיא מוסיפה: "אל תגידי שלא החרנו אותך..."

טוב, הנניתי שהיא מצמימה, אבל היא בהחלט הבהילה אותי, לא הצלחתי להגדיר מה אני מרגישה. ביד רועדת חייגתי אל פייזי חברתי מהסניף. פייזי באה מבית ברסלב ונשאה לברסלבר, ואי אפשר לומר עליה שהיא לא נורמלית, היא מיוחדת! ויש לנו קשר טוב עם היום.

פייזי לא היתה בהלם. היא אמרה שהמשיח מתקרב וזה לא פלא שכלם הוציאו להתקרב אל צדיק האמת, היא הסבירה לי שגם אברך חרדי ש"הכל טוב איתנו" יכול להרגיש צימאון בנפשו, "צמאה נפש לאלוהים", ופתאום כשהוא מוצא באלה דיבורים של חיזוק וקרבת ה', דיבורים השווים לכל נפש שנכתבו לפני 2000 שנה אבל בדיוק בשלי הדור שלנו, פתאום הוא מזין מה היה חסר לו.

היא הוסיפה והסבירה שהחיפוש הוא מעלה נפלאה לכשעצמה, כי רוב בני האדם חיים את החיים כמו שהם וכמו שהתרגלו עם היום, ומעולם לא עזרו וחשבו על משמעות החיים, ובאדם "מחפש" את עצמו את הדרכים איך להתקרב לה' באמת, הרי אז הכל נובע ממקום הרבה יותר כן, הרבה יותר אמיתי, ואז כל החיים עולים בכמה רמות, כי הלימוד הוא יותר פנימי ואמיתי, והתפילה יותר פנימית ואמיתית, היחס לאלה והלידים הרבה יותר כן ואמיתי, וכך כל פרט ופרט, וביננו הרי בודאי אני מעדיפים שהבנתי שלנו יהיה "הוא" ולא מה שהחברה מכתובה.

היא גם אמרה שמי שרוצה באמת קשר עם ה' ולא רק להעביר כרטיס כאן בעזה"ש - ובעצם דבור שלנו שהניסיונות מתרבים כל כך, איך אדם יכול להגן על עצמו בכוחותיו - אז הוא מזין שהוא חייב להתחבר לנינוק מבח גדול יותר, וכשהוא פוגש באלו עוצות והתחזקות נפלאות, אין שמחה גדולה יותר מלמצוא בזה אוצר.

האמת שאם אני חושבת בכנות, יש משהו בדבריה, אני צריכה לעכל את זה, אולי זה ירעו אותי.

נצברתי כסיפור שקראתי פעם - ת"ח אחד הגיע אל הסבא מנובברדוק וביקש שיגיד לו מי החזור הכי טוב שיביא אותו ייקח לבתו לחתן, אמר לו הסבא: "פלגתי הכי מתמיד, אלמאני הכי עילוי, החזור ההוא הכי בשונו, אבל החזור הכי טוב זה יעקב ישראל", שאלו האב: "אזמה הוא הכי טוב?", ענה לו הסבא: "הוא הכי מקוש! וזה הכי חשוב!"... הוא אכן לקח לחתן והוא גדל והיה הסנייפאר.

נראה לי שאני צריכה להפנים את זה, שהביקוש והחיפוש הם דברים גדולים וחשובים.

המשך יבוא בעז"ה...



על הפצה ומפיצה

יש לך אש, יש לך כוח, את אוהבת את רבי נחמן, את מחוברת לדיבורים, יודעת - לא היית מחזיקה מעמד בלעדיהם אפילו רגע אחד. בפרט במציאות המלחמתית טרום משיח צדקנו, הדיבורים של רבינו הם ממש "פיקוח נפש", חייבים לדעת אותם, לצרוך אותם, להתעדכן מהו הדיבור המתאים לי בעת הזאת. לנשום אותם עמוק עמוק ללב. כל יום, ועדיף כמה פעמים ביום. בעבר השני של הגדה העולם צמא, עייף, יגע. מבקש רחמים. הוא אפילו לא יודע מה הוא מפסיד! (ולא, לא מדובר רק על אחינו הרחוקים, אלא גם על קרובים, כאלו שלא זכו לטעום מטעמו של היין ההונגרי) והשאלה המתבקשת: למה את לא מעבירה את הטוב הזה הלאה? מזכה אחרות?

חברות מקשיבות חוסל למתעניינות, ומאז הכול היסטוריה. חנות הפלאפל (ריב"ל 3 בית שמש) הפכה לנקודת ההפצה הכי פופולרית וזמינה, יום אחד הגעתי בעצמי לתגבר כמויות ובעל החנות אמר לי: "חבל שבאת רק היום. אתמול באה לכאן מישהי שקבוע לוקחת כמות, יש לה מקלט לנשים והן ממש מחכות לעלון!"

פייגי, אחת המפיצות הסיטונאיות ממזערת ציפיות ומכוונת לאמת. כשאנחנו מבקשות ממנה לשתף אותנו בסיפורי הפצה היא מהססת:

"אתן בטח מבקשות סיפור דרמטי, אין לי כאלו". "דווקא ממש לא" אנחנו מרגיעות, "אנחנו פשוט מחפשות סיפורים מהשטח".

"אז ככה, תראו" היא חושפת את המנוע והמניע "אני מפיצה קודם כל בשביל עצמי, גדלנו בבית על מילות השיר שהולכות איתי עד היום:

"רבי נתן כבר נתן לנו עצה / העסק שלכם הוא הפצה / לצאת ולחזק נשמות ישראל / ולהחיש את ביאת הגואל..."

הדבר הראשון שעומד לפניי הוא לאו דווקא מה קורה עם העלונים ומי באמת קורא אותם, אלא הקשר שלי עם רבנו וקיום צוואתו של רבי נתן. כשאני עוסקת בהפצה אני מחזקת את הקשר לרבינו ומשמחת את עצמי. על הדרך יש כמובן עוד רווחים כמו לצאת

מהבועה שלי, לשמח נשים ולהיות עסוקה בעשייה חיובית. כשאני מקבלת את העלון "חברות מקשיבות" משתפת פייגי, "זה משמח ומחזק אותי מאוד. ומיד אני רוצה להעביר את הטוב הזה הלאה כמה שיותר".

ועוד מוסיפה לנו פייגי סודות מהשטח: "בהפצה יש הרבה התעסקות טכנית, לחלק לנשים פרונטלית, לדאוג להעביר לבתי כנסיות. להתקשר למפיצות שמתחיי, כל זה הוא עשייה פשוטה ולפעמים סזיפית אבל אני יודעת שאני ממש בפשטות עושה את רצון רבנו שאמר: "שכל עסקכם יהיה להשקות אילנות". אז רבנו לא דיבר על פירות או על תוצאות אלא להשקות - תעשי מה שאת יכולה. וזה אפשרי לכל אחת. לפעמים התוצאה תראה לעין. ופעמים רבות לא. אבל העניין כאן הוא לא התוצאה אלא העשייה".

מסתבר שלא רק נשים עוסקות בהפצה, ישנן בחורות מיוחדות שעושות כן. **שרהלה** היא אחת הבחורות המתוקות שעסוקה בהפצה באזור המרכז. וכך משתפת אותנו: (ואין בדברים היתר לשובבות זו או אחרת בתוככי כותלי הסמינר, בחורות יקרות!)

כשאני נמצאת בסמינר בו אני לומדת, פעמים רבות אני אוהבת להוציא את העלון ולקרוא בו בשיעורים, באחד הימים שהוצאתי את העלון חברתי שישבה לפני פתאום 'קלטה' שאני קוראת ברתק משהו, וביקשה לקרוא בעלון גם, כמובן שנתתי לה בשמחה והפנית אותה למדורים

"נו באמת", את מתנשפת מול דברי התוכחה שמתפרצים כאן. "הפצה" זה לא באמת מתאים לכל אחת. את בטח יכולה להבין את זה". "ובכלל" את טוענת בשכנוע עצמי עמוק "אני לא תמיד מיישמת, הרבה פעמים אני 'בדאון' כזה, מתבוססת בביצת עצבות ומרה שחורה. אי אפשר להאמין עליי שאני ברסלבית! באיזה זכות אקום ואכריז: 'שלום, אולי משהי רוצה איזה חיזוק, ספר, עלון 'חברות מקשיבות'?" מבינה? אני לא ראויה להיות מפיצה, בשביל זה יש נשים גדולות באמת".

כנגד קולות כאלו ואחרים, כנגד חלישות הדעת ובלבלת שתוקפת אותנו אחת ליום לפחות, אנחנו מבטלות את דעתנו לקולו של רבי נתן. זה שנתן את כל כספו, אוננו והונו למען הגדלת הדעת הקדושה של רבינו בעולם. בסוף ימיו הוא ציווה אותנו: **"תהיו חזקים בממון, רצון וטרחא"**. גם אמר: **אל תהיו עצים יבשים!** תפיצו, תדליקו, תגדילו את הטוב. להוסיף חיילים לקדושה. להפיץ את דעת האמת בעולם. זה שייך לכולם.

"הפצה זה משהו שכל אחת צריכה למצוא את הדרך שבה מתאים לה לעשות זאת" אומרת לנו **אפרת, מפיצה ראשית בבית שמש**. ועוד מוסיפה: "יש נשים בעלות עזות דקדושה ויכולת חברתית-תקשורתית מפותחת אין להן בעיה לעמוד בפתחו של אולם, ציון רבי שמעון או כנס נשים ולהציע בחיך

בוטח את העלון. יש כאלו שפחות מתאים להן. אני מהסוג השני. לכן מצאתי לי כל מיני מפיצות משנה שעושות את העבודה נפלא, כל אחת בדרכה. אחת מהן היא כוכבה. **כוכבה ובעלה הם זוג מופלא שכל כולו עסוק בעבודת קודש של הפצה וזיכוי הרבים**. סיכמתי אפוא עם כוכבה שתבוא לקחת כמות נכבדה של עלונים ותפיץ כרצונה. השיחה הבאה שלי אליה נשמעה כך: -"לקחתם את העלונים?"

"כן בטח. בעלי נוסע בדיוק לדוד המלך במוצ"ש, נחלק שם, אחר כך יש לנו כנס בנתניה. וכנראה נעבור דרך ראש העין. גם שם יש שיעור, גם שם נחלק..." "ופי אז אתם מפיצים אותנו בכל המקומות האלו, כן?", "בטח. ודאי. וגם כאן בבית שמש בעלי שם אצלכם בפלאפל כמות יפה של עלונים". היא היתה כל כך בטוחה בעצמה ואני נאלמתי דום. עלונים בפלאפל?? מה הקשר? איך זה משתלב בדיוק? משהו בא למוכר ומבקש ממנו: 'תשים לי טחינה, פלאפל, הרבה חריף ו... רגע שני חברות מקשיבות לאשתי ולשכנים ממולי?' "את בטוחה שזה מתאים?" שאלתי אותה בספקנות. "כן למה לא?" היא היתה כולה מלאת ביטחון וכוונות טובות. "טוב" בלעתי את התמיהה (ואת כדור הפלאפל) בליט ברירה. אחרי כמה ימים הלכתי לראות מה קורה שם בפלאפל. מסתבר שאכן מלבד כדורים בעל הדוכן הצדיק מניח שם בדרך קבע כמה סוגי עלונים.



מיוחדת! מקצת הלכות ייחוד

ישנם מגוון פוסקים ופסיקות. עניינו 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.

מתחת החופה מכריזים על הכלה: "מקודשת, מקודשת, מקודשת" ברגעים אלו הופכת הבחורה שעד לפני כמה דקות יכלה להיות מיועדת לפלוני או לאלמוני, למיוחדת לחתנה. אנו בנות ישראל נבחרנו בקפידה להיות מיוחדות ומובדלות להשם יתברך. כל הווייתנו היא קדושה. אחד מצדיקי הדור נשאל לאחרונה במה להתחזק ענה ושילש: קדושה! קדושה! קדושה! עתה יותר מתמיד זה הזמן להתחזק בזכות שהיא חובה: התחזקות בקדושה ובצניעות. דרך הלכות ייחוד נחיד לעצמינו כמה מיוחדות אנחנו:

1. אסור לאישה או ילדה בת 12 ומעלה להתייחד עם איש או ילד בן 9 ומעלה.
 2. אסור לבת לשמור על ילד בן 9 ומעלה כשמתייחדת עמו. וכן אסור להשאיר תינוקת בת שלוש ומעלה עם שמרטף בן 13 ומעלה אלא בתנאי שהדלת תהיה פתוחה לרשות הרבים, אפשרות נוספת: אם דרכם של בני אדם להיכנס לחדר זה בשעה זו גם ללא קבלת רשות והדלת פתוחה - מותר. (למשל חדר רופא במרפאה כשהמזכירה נכנסת כל כמה דקות, ללא רשות הרופא). ועוד אפשרות להיתר: בנוכחות שומר (כשבחדר נוכחים בן משפחה מהקרובים הראשונים כמו אבא או אח)
 3. נסיעה ברכב: רכב שיש בו חלונות והנסיעה היא במקום שיש בו עוברים ושבים אין בו איסור ייחוד. דין זה קיים גם בלילה כשהרחובות מוארים.
 4. הדין בנסיעה בין עירונית או במקום שאין בו עוברים ושבים: אם ישנה בכביש תנועת כלי רכב (כל חמש דקות לפחות חולף רכב) מותר לאישה לנסוע עם שני גברים. כגון במונית שחוץ מהנהג ישנם עוד שני נוסעים. ובנות ישראל מחמירות לא לנסוע במונית בשעות הלילה המאוחרת אלא אם כן מלבדה יש עוד שלוש נשים.
 5. אישה הצריכה לנסוע בשעות הערב במונית בדרך שיש בה עוברים ושבים, אם הוא לצורך מצווה אין לאסור נסיעתה.
 6. הנוסעת בלילה באוטובוס ונותרה לבדה עם הנהג, אם אין מכוניות או עוברים ושבים תרד מהאוטובוס, אלא אם כן היא במקום סכנה.
 7. יש אומרים שיש להיזהר מלהתייחד במעלית. ורבים מהפוסקים נוטים להכריע שמותר, היינו, כשאפשר לעצור אותה מבחוץ בכל קומה ולהיכנס. והמחמירה תבוא עליה הברכה.
- (מתוך הספר "הלכות בת ישראל" פרק טו מאת הרב יצחק יעקב פוקס שליט"א)

שאני חושבת שהיא עשויה להתחבר, לפתע עוד חברה שישבה ליד החברה ההיא קלטה את העלון ורצתה לקרוא בו גם, עד שהעלון עבר בחשאי בעיצומו של שיעור היסטוריה משמים למדי, מבת לבת וממש הצליח לעורר רעש והמולה מצד הבנות שקראו בו, הן מאוד התפעלו שיש כזה דבר עלון לנשים והן מצאו בו ענין רב... לראות את זה מהצד היה משעשע ביותר. כמו כדור שמתגלגל מבת לבת בעוד שאני נושאת תפילה חרישית ל-ד' שהמורה לא תקלוט את הנעשה. פחות היה בא לי להתפסס על חם בברסלבויותי בסמינר הליטאי שלי...

"ואם כבר הפצה", ממשיכה שרה'לה לשתף, "אתן לכן כמה דוגמאות לדרכים יצירתיות להפצת העלונים: אפשר לשים כמה עלונים בחדר המתנה במרפאה, להניח כמה עלונים בעזרת הנשים בבית הכנסת, אפשר לשים 3-4 עלונים בקברי צדיקים ובעיקר לחלק למכרות, לשכנות ולחברות... כשאני יוצאת מהבית אני נוהגת לקחת איתי דרך קבע שני עלונים או יותר, למקרה שארצה לחלק. ברוב הפעמים אני חוזרת בלי, פעם אחת באמצע הליכה פגשתי חברת ילדות שלי ששנים לא נפגשנו והיא הבליחה לי בחצי פה שהיא ממש בחיפוש עצמי וכו' איך שהיא פתחה את הפה שלפתי לה את העלון שנשאר לי בתיק והמלצתי לה לנסות... פעם אחרת לקחה אותי נהגת מונית ובדיוק היה לי עלון בתיק והבאתי לה... אני ממש מרגישה שכשאני לוקחת איתי עלונים ד' מזמן לי אנשים שצריכים אותם, ומקסימום היו כמה פעמים שחזרתי עם העלון הביתה. נו אז מה? הורדתי עוד כמה קילוים על זה שסחבתי..."

ועוד משתפת אותנו שרה'לה בסיפור מתוק להפליא שמדגים לנו איך משפט הכוונה אחד מדויק שנובע מלב אוהב יכול להתקבל ולהצמיח פירות מתוקים:

"שמחת תורה, אני צועדת לבית הכנסת בחשש. ספק אם יהיה לי עם מי להיות שם בעזרת הנשים. יש לי רק שתי חברות שיחד אנחנו נפגשות כל שבת בבית הכנסת. האם יגיעו? כשנכנסתי כבר מזווית עיני זיהיתי בחורה מתוקה עם צמה. "ברסלבית על בטוח" עבר לי בראש כשראיתי את החן הזה על הפנים... התקרבותי אליה והתפתחה בינינו שיחה, שנמשכה לה לשיחה ארוכה ושעוד בנות ועוד בנות מצטרפות, זו היתה אחת השיחות המיוחדות בחיי. חנה הבחורה המתוקה היתה ממש זהה אלי בדעותיה והרגשתי שיש בינינו חיבור מיוחד. במשך השיחה הצטרפה אלינו בחורה צעירה מבית ברסלב, נשמה כוספת ומבקשת שנמצאת במוסד שממש מתנגד לברסלב והיא קצת מבולבלת במקום שלה עם רבינו, במשך השיחה זרקתי לה שהתקרבותי לברסלב מהספר "משיבת נפש", והיא כתגובה פערה זוג עניים גדולות מולי, "משיבת נפש?" זה ספר שנמצא אצלנו בספרייה עמוק עמוק. בחיים שלי לא חשבתי לפתוח אותו..." "אז תפתחי עכשיו" המלצתי לה "את עלולה לגלות בו הרבה תשובות לשאלות שלך", וכך נפרדנו...

בבוקרו של יום שמחת תורה נפגשנו שוב, "חבורת המבקשות" כך כינו אותנו הנשים שהיו מסביבנו והאזינו לשיחותנו...

שפרה (הבחורה הצעירה) צעדה פנימה, היא הגיעה עם אור בעיניים וכך אמרה לי: "קראתי את הספר שאמרת לי, ולא ישנתי כל הלילה. קראתי וקראתי. לא יכולתי להפסיק!" ראו את האור על הפנים שלה, את השמחה שבליבה "עוד נשמה שהבעל תפילה לקח" חשבתי בליבי "עוד נשמה שנקשרה בנפשו של רבינו..."

אחרי שבוע פגשתי את אמא של שפרה והיא אמרה לי ששפרה ממש מתחילה להתחבר לדיבורים של רבינו ופתאום היא לא מתנגדת לדיבורים שבבית ואפילו מתחילה להבין אותם לעומק, מאז שפרה מקבלת את העלון כל חודש לתיבת הדואר שלה ומוארת ממנו כל פעם מחדש, אחח, אילו נשמות יש בעולם, איזה צדיקים יש בעולם - אשרינו!

שנזכה להפיץ את האור של רבינו, לעצמנו ולחברותינו בשמחה ובהתחדשות,

אמן!

כסימן צדק ומצד צדק, מדי פעם נפגשים לכן דף אחד או שניים, לתוכן מחייה שמאקדש במיוחד עזרוכנו! ואם ירצה השם כשיתרחב העלון, הדבר יהיה בקביעות. והפעם אנחנו בנשאי אקואליה והפצה.

איך מפיצים את הדעת של רבין הקדוש לחברות ידידותי? לאי מה מתאים? וכיצד? איך קוראים נכון? מודעת רחוב? זמין - איך פועלים למען עמי בשמחה? קריאה מהנה!

להציף להציף - ולהפיץ / פ. שפירא

אם את מרגישה מוצפת וכמעט שרויחה מופצת

עוד רגע מתפוצצת

עצרי רגע וזכרי להציף

קצת להפיץ את הטוב שמציץ

מבצבץ ורוצה להפיץ

אז בכח הצדיק שמיפיץ את נעם אמרי הצוף

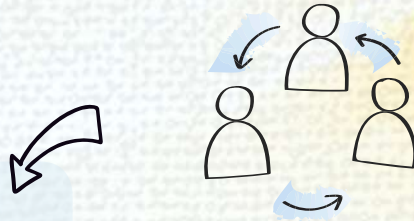
תצפי, תצפי וכן תפיצי את הטוב היקר שלגלוי מצפה

וכאשר הוא יוצף ובלבד יופץ

תוכלי הלאה להמשיך ולהיות מפיצה גדולה

לכל המצפים הפצפונים והגדולים שסביבך

להפיץ את האור לרבות ולאלפים שרוצים לחיות חיים יותר טובים.



סכסך?

הנה לך שלושת כללי הזהב להפצה:

1. להציף את הטוב שבי -

אחפש בעצמי נקודה טובה ועוד אחת.

2. להפיץ לעצמי את אור הצדיק -

אחפש דיבור אחד מרבינו שמדבר אליי בעת הזאת.

3. להפיץ את הטוב שבי -

אחרי שמצאתי את עצמי, אני יכולה להאיר הלאה לאחרות!

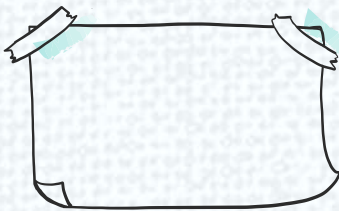
זהלמה לזלמה

מודעה של אמת לאמיתה / ח. וייס

ומקרבות:

"בת ישראל יקרה ואהובה! תדעי לך שיש נחת גדולה בשמיים ממך עכשיו! עצם זה שאת בכלל מתקרבת לקרוא מה כתוב כאן - מראה שיש בך רצון לשמח את השם. אין שום ספק בכלל שאת גורמת נחת רוח עצומה בשמיים. אל תתבלבלי מדיבורים מבפנים או מבחוץ שמפילים אותך בדעתך. כי אפילו אם אמתיים הם ומתכוונים לחזק - אם הם מרחקים אותך מה', אין הם האמת לאמיתה. והאמת היא שאין אנו יודעים כלל כלל לא! רק אנו צריכות לידע ולהאמין באמת שהשם יתברך אמת ותורתו אמת. והוא יתברך גילה לנו ע"י צדיקיו האמתיים שאין שום ייאוש בעולם כי רבים רחמי וחסדיו עד אין חקר ובלבד שלא נתייאש עצמנו מן הצעקה והתפילה והתחינה לעולם ואז הכול יוכל להיתקן.

חלמה -



את יודעת כמה יקר בעיני השם יתברך המראה שלך? כמה זה לא מובן מאליו איך בחורה יהודיה בדור הזה לבושה כמו שאת לבושה! כי כל תנועה ותנועה שאת מנתקת את עצמך מרע לטוב בזה העולם הגשמי - הוא יקר בעיניו יתברך מאד... תדעי לך שיש לימוד זכות עצום גם על המקומות שקצת קשה לך עדיין בצניעות. הרי באמת את רוצה, אבל השי"ת יודע שהוא שלח אותך לדור הזה עם ניסיונות לא פשוטים בכלל. כי "אמת מארץ תצמח" - מארץ דייקא, ששם תוקף הגשמיות והניסיונות, וכשאת מתחזקת אפילו קצת קצת, אפילו רק תנועה אחת לכיוון הטוב - זה יקר מאד מאד בעיני השם יתברך! חזקי ואמצי!"

(עפי' לקו"ה, ריבית, הלכה ה)

ו ו ו ו

רק עברתי בתמימות ליד ארון החשמל הסמוך לתחנה ופתאום היא צעקה עלי. מגילת ענק עמוסת מלל שהודבקה לארון החשמל נזפה בי בקול רם. "בגללך כל הצרות, שתדעי!" זקרה אצבע מאשימה "איך את מעיזה כך להיראות!" דחפה אותי לפינה. אותיות שחורות כיווצו אותי, הקטינו וביישו. בסוף הן קינחו ב'נו נו נו' מרשים. עפתי משם מבוהלת. חיצים רעילים שנעצו בלבד בת המלך שלי, הפילו אותה חלושות.

סירנה משמחת

"א-שרינו! אי, מה טוב! חלקי-נו. שזכינו להתקרב לרבינו" סירנות משמחות התקרבו במנגינה מבטיחה "אי, שזכינו להתקרב לרבי-נו" האמבולנס עצר ליד בת המלך שלי. ורבי נתן, השליח המרחם של הרופא הגדול והנאמן יורד ממנו. רוכן במהירות ובאהבה לעבר בת המלך האבודה שלי, מנשים.

"המודעה צודקת" ממלמלת בת המלך, הנפש העייפה והמבולבלת אל איש חסדה ומצילה.

"לפעמים מקטרג וחולק על עצמו ביותר ע"י האמת - שאינו מזוכך" כך אומר לי רבי נתן, מחבר עירוני, חובש מכה "עד שנופל בדעתו מאד ע"י האמת, שידוע בעצמו שפגם וקלקל מאד, וגם עתה הוא כמו שהוא, וע"י זה מתרחק ונופל ביותר... אבל באמת, אין זה האמת לאמתו.

מודעה של אמת לאמיתה

אם היה אפשר לי - יש לי חלום לשלוח אי-מי לארון החשמל שסמוך לתחנה. שם, ליד המודעה (אולי) אמתיית, ידביק הוא באישון ליל מודעה של אמת לאמיתה. וכה יהיה רשום בה באותיות משמחות



הזמנה לשאלות שאלון

שואלות לעניין

טכטיסי מלחמה

הפעם - איך נצליח לעשות אמון עם ישראל בשמחה?

שאלה:

המלחמה הזו גדולה עליי בכמה מידות. מרגישה כל כך קטנה ולא קשורה. ובמילים אחרות: לא מחוברת. ובכלל, מה אני כבר יכולה לעשות? מעדיפה להסיח את הדעת מכל העסק הזה, ואם אפשר להיעלם מהשטח לגמרי עד יעבור זעם. מצד שני כן הייתי רוצה להיות חלק, להשתתף בצער האחים שלי, להרגיש מועילה ותורמת. למה קשה לי כל כך? יש לכן עצה בשבילי? תודה מראש, רבקי.

תשובה:

רבקי יקרה, עצם זה שאת מעלה שאלה כנה כזו, מראה שאת בתהליך של חיפוש, בירור והתקרבות לבורא עולם. גם אם לא מרגיש לך כך. אשריך! חשוב שתדעי, מה שאת מרגישה, זוהי בדיוק המלחמה. יש מי שדואג שתרגישי מנותקת, לא מועילה. יש מי שרוצה שתירדמי, שתרגישי מרוחקת ומטושטשת. הוא טורח לעייף אותך בעבודות קשות, שתכבד עליך העבודה, ואחר כך כשאת מרגישה שאת מתפרקת ומורידה הילוך, הוא לוחש לך: "דעי לך, הקצת שאת עושה, לא שווה כלום!" זהו בדיוק האויב-עמלק. ואותו צריך למחות.

אז מה עושים? איך כן מתחברים לעשייה עבור עם ישראל?

תנסו להתבונן מאיפה מתחיל הניתוק אצלך בלב. האם זה בגלל שאת חושבת שרק אם תעשי דברים גדולים, מעשי חסד עצומים, קבלות מרחיקות לכת, רק כך- תעזרי לעם ישראל? ואולי היצר הרע מכניס לך מחשבות של אחראיות יתר? אולי מחשבה ש: זה קרה בגללי... אם הייתי עושה ככה וככה, זה בטח לא היה קורה. כך או כך, את צריכה לדעת- שמחשבות כאלו ודומות להן, זה האויב בעצמו. ככה הוא עובד. מכניס בתוכנו מחשבות מפחידות ומחלישות- ומשתק אותנו.

הקול השפוי

כנגד הקולות המחלישים יש קול נקי, עדין, שפוי. קול שמחבר אותך לעצמך, לטוב שלך הנעלם. זהו קולו של הצדיק. כשאת מתחברת לקול של הצדיק- את מנצחת את האויב. הבחירה היא שלך: לבחור איזה קול את מחזקת בתוכך. לאיזה עצות את שומעת.

אל תפחדי מהקולות המחלישים, הם רק מכוונים אותך להגיע לקול הקדוש שנחבא אצלך פנימה. אם עולות בך מחשבות של פחד ובהלה, את יכולה כנגדם להגיד לעצמך דיבורים של אמונה: ה' אוהב אותי, ה' לא יעזוב אותי לעולם, כל מה שקורה זה לטובה, השם משגיח גם עליי בהשגחה פרטית ועוד.

אם את מרגישה שאת צריכה לעשות רק דברים גדולים, למשל, להגיד ספר תהילים שלם, להכין ארוחה לילודת, להעמיד שבת לשכנה וכו' תגידי לעצמך את הדיבור היקר של רבי נחמן: "גם קצת זה טוב". לפעמים קצת יותר יקר מהרבה. כי ה'רבה' זה עוד דרך של היצר הרע לחסל את מאגרי הכוח שלך. נכון, לפעמים אפשר וגם צריך לעשות דברים גדולים, אבל הכלל שמלמד אותנו הצדיק הוא: תקשיבי לעצמך. למה שאת באמת יכולה לעשות, גם אם הוא מועט- ותעשי אותו בשמחה.

עצה נפלאה נוספת שיכולה לעזור לך לדייק את המקום האמיתי שלך היא "דיבור של אמת". לבוא לפני השם ולהגיד לו בדיוק מה את מרגישה, גם במילים פחות פוטוגניות. "ה' אני מרגישה מנותקת, לא שייכת, ממש לא מתחשק לי לקום לעוד יום של מלחמה". דיבור אמיתי יפתח לך צוהר לדיבורים נוספים, ואת תרגישי קרובה שוב.

והכי חשוב שתשנני ותחזקי בתוכך שוב ושוב את היקרות שלך. את כל כך יקרה, וכזו חשובה, וזה לא תלוי בשום דבר. וזאת הסיבה שהאויב נלחם בך. כל מה שתעשי בשביל להזכיר לעצמך כמה את יקרה וחשובה לאבא שבשמיים זאת פעולה קדושה מאין כמוה. תספרי לעצמך את הנקודות הטובות שלך. תתבונני ביום שעבר עליך, ותראי כמה חסדים השם עשה איתך. כמה הוא אוהב אותך. כל התעסקות בטוב- מקרבת אותך לעצמך האמיתי.

רבי נחמן הוא אוצר של יראת שמיים, תמשיכי לחתור ולבקש אחר העצות הקדושות שלו, ובוודאי יועיל לך הרבה בזה ובכא. בהצלחה!

עצה מעשית

הצדיק אומר:

האויב אומר:

חפשי את הנקודה הטובה, הטהורה. נסי להיזכר מתי ואיך התנהגת בצורה של גדלות אמיתית. (גם אם אף אחד לא ראה, השם רואה)	"את חשובה מעצם היותך. ויש בתוכך נקודה טהורה. נקודה של גדלות אמיתית, היא קיימת תמיד, גם כשאת מרגישה קטנה מאוד"	"עזבי אותך, את קטנה ולא חשובה"
אמרי בקול: אני חלק מעם ישראל ואני חשובה כשאני מושכת את עצמי כלפי מעלה אני מושכת את כל עם ישראל איתי.	כל מה שקורה לעם ישראל קשור לכל יהודי. עם ישראל זה כמו ספר תורה ולא יהיה שלם אם אפילו חסרה אות אחת. כל היהודים קשורים זה בזה, כשאחד מתעלה כולם מתעלים.	"מה זה קשור אלייך כל מה שקורה שם?"
חפשי מה את כן יכולה לעשות ועשי. לדוגמא: עכשיו אני יכולה להרים עיניים לשמיים ולחייך. "למה הכל כל כך קשה לך? את לא חושבת שאת מגזימה? יש מקרים הרבה יותר קשים משלך, והם יודעים להתמודד טוב ממך."	בכל מצב יש משהו שאפשר לעשות. גם מחשבה או רצון נקראים עשייה, ויקרים מאוד.	"מה את כבר יכולה לעשות?"
צעקי צעקה פנימית ושקטה, היא כבר תדלה לך עצה מתאימה. קשרי את עצמך לצדיק או הדליקי לו נר. אצל הצדיק נמצאים כל האבדות- והוא ישיב לך את העצה שאבדה לך.	לעולם אינך אבודה. תמיד יש עצה שמתאימה לכל מצב, רק צריך סבלנות בשביל למצוא אותה. המלחמה היא פנימית. קשה לך, כי נלחם בך אויב אכזר, זה לא סתם שקשה לך. הקב"ה נותן כוחות למי שהוא מנסה ואין לנו יכולת להבינן נסיונות של אחרים. נסי להבינן איפה מרכז הקושי ושם לחזק את עצמך. אל תסתכלי על נסיונות של אחרים. היזהרי מהשוואות!	"את אבודה! אין עצות בשבילך!"
תלמדי את עצמך להתפעל מדברים קטנים. ראשית, שימי לב שהם קיימים. שנית עצרי, רשמי או אמרי את מה שזכית ונסי להתפעל ולשמוח מכך. שום דבר אינו מובן מאליו.	הרצינות זה לא דווקא בכמות. הרצינות יכולה להתבטא בהתמדה או בזה שלא מתחשק לך כלום ובכל זאת את עושה משהו קטן. רצינות, זה לא עניין של כוח ועוצם ידי לעשות בגדול ובשלמות, זה לא אפשרי וגם לא רצון השם. לקב"ה יש יותר נחת מדבר קטן שנעשה מתוך הרגשת ריחוק מאשר דבר ענק שנעשה מתוך כוחנות וגאווה.	"תהיי רצינית, אם את כבר עושה משהו, תעשי אותו עד הסוף!"

ציונה השוטרית / ש. גרין

אסתי משתפת,

צעדתי לסמינר ליום הראשון מאז תחילת המלחמה. בכניסה עמדה שוטרת חילונית למראה. בירכתי אותה בבוקר טוב והמשכתי הלאה. כשיצאתי מהסמינר בסוף היום, היא עדיין ישבה שם באותה התנוחה. ריחמתי עליה וניסיתי לפתח איתה שיחה במטרה להפיג לה את השעמום. "יום קשה, אה?" אמרתי לה והיא השיבה: "כן, אבל תאמיני לי יותר קל מלשמור על המפקדה של המשטרה".

כך התגלגלה לה השיחה כשהיא מספרת לי על מבצעים מיוחדים שהיא עשתה ועוד כל מיני תשבחות בענייני העבודה שלה. לאט לאט עוד בנות הצטרפו לשיחה. זה בהחלט היה מחזה מסקרן לראות אישה בגיל 50 פלוס, שוטרת בתפקידה, ומדברת עם מלא מרץ וחיות. אני כבר התחלתי להתעייף מהדיבורים. לא חשבתי שזה ייקח כל כך הרבה זמן. עד לרגע שהשיחה שינתה כיוון של 180 מעלות ולקחה אותי לגבהים שלא דמיינתי לעצמי.

פתע היא מסתכלת עלי ואומרת: "את יודעת? השבת גמרתי ספר תהילים. אני הבנתי שזה הדבר שבאמת שומר עלינו במלחמה". הסתכלתי עליה בהלם לרגע ובהתפעלות עצומה וסיפרתי לה שרבינו כותב שתהילים מסוגלים לתשובה ועוד דיבורי התעוררות. ואז היא ממשיכה ואומרת לי: "כן בטח מסוגל לתשובה אולי

אני נראית ככה כמו שאני, אבל אני דתיה, אני רוצה להיות צנועה אני רוצה לשמור שבת אני כל לילה בוכה ל-ד' שהייתי רוצה להיות אחרת אבל מה לעשות עוד קשה לי", ואז היא ממש נכנסה לפאתוס, היא הסתכלה על כולנו ואמרה "תדעו לכם אני הייתי מורה בכיתה ב' לפני כמה שנים. הגעתי לתלמידים ולימדתי אותם נביא ישעיהו. אמרתי להם תדעו יש נבואות קשות למי



שמתנהג לא טוב... היא דיברה בעוצמה, באש פנימית, הבטתי עליה בתדהמה וכמוני כולן שם היו בהלם גמור. לא היה לנו מילים לומר מול אישה שנראית כל כך רחוקה אבל בדיבורים שלה היא כל כך מאמינה. לאט לאט נפרדו ממנה בנות כשהיא ממשיכה לחזק אותן באמרות של: "תחזיקו חזק" ו- "ד' אתכם..." נשארנו שם אני והיא לבד וזוכרתי שיש לי בתיק ספר "משיבת נפש". אז שאלתי אותה אם היא מכירה את ר' נחמן מברסלב והיא ממשיכה להפתיע אותי: "בטח שאני מכירה! הבן שלי כל היום אצל ר' נחמן. הוא כל כך אוהב את ר' נחמן...", "אז אולי את רוצה לקרוא ספר שהוא כתב? יש שם חלק שמדבר ממש לעכשיו על המלחמה" שאלתי אותה. "בטח בטח שאני רוצה למה לא...". והיא לקחה את הספר טומנת אותו בתיקה. וכך נפרדנו לשלום אני וציונה. מאז היא לא הגיעה אבל המחזה הזה לא מש מזיכרוני לראות איך בכל אדם אפילו רחוק כל כך, אפילו בשאול תחתיות יש "חלק אלוך ממעל" שהוא זך וטהור ורוצה וכוסף. זה היה בשבילי הלימוד הכי חזק שיכול להיות והלוואי שתזכה להתחזק עוד ועוד...

שליחות בעיר החוף

בחודש בו אנו מתחזקים ללכת לאורו של התלמיד הגדול, ומנסות לשאוב מלא חפניים מרוחו רוח התבטלות והכנעה לצדיק, רוח של הפצה ופרסום שמו בעולם, קפצנו לביקור מלא השראה בעיר החוף, ראשון לציון.

גב' שלומית קוטיגרו משתפת אותנו בעשייה ברוכה לפרסום שם הצדיק.

שלומית היקרה, תני לנו תמונת מצב, איך נראית הקהילה שלכם כיום?

זכינו ויש לנו בראשון לציון בית הכנסת על שם רבינו הננמ'ח, שנקרא "לב הנחל". בעיר קיימת קהילה מגובשת המכילה כמה וכמה משפחות. הקהילה מתנהלת כבר מספר שנים.

מתקיימים כאן בקביעות שיעורי תורה לגברים ונשים בנפרד. אני מוסרת שיעורי אמונה וביטחון לנשים, וכן שיעורי שלום בית וטהרת המשפחה לנשואות, ובעלי מוסר שיעורים בגמרא, הלכה, אמונה וספרי רבנו לגברים. במשך השנה יש נסיעות לקברי צדיקים, ערבים מגבשים ומחזקים, וכמובן נסיעות של הגברים לאומן. והדובדבן שבקצפת זה תפילות השבת בניגונים שמושכים המון אנשים למקום. בנוסף אני משתדלת לשלוח בכל הזדמנות חיזוקים לנשות הקהילה, על התבודדות, אמונה והתחזקות. אני משתדלת לטפסף להן המון את דעת הצדיק, עד שבעזרת ה' זה יכנס. לא להאמין שכל הטוב של רבינו נמצא כאן, ב"ראשון" כפי שהיא נקראת, עיר שנתפסת כרחוקה ביותר משמירת תורה ומצוות.

אני נזכרת בצעדיה הראשונים של הקהילה, בה בעלי ניסה לאסוף כמה חברים בכל ערב שבת למניין בבית. לאט לאט הם התאספו לקבוצה של ממש, והתחילו לבוא גם לתפילות באמצע שבוע. אך עדיין לא היה להם מקום קבוע, הם נדדו ממקום למקום, פעם בדירה זאת ופעם באחרת. אחר כך היינו מתפללים בכיתה בבית ספר, כשילון מאולתר מפריד בין הנשים לגברים.

כך היינו בגלות למשך חמש עשרה שנה. בכל הזמן הזה השקענו המון כיסופים ותפילות, שנזכה לבנות בית כנסת על שם הצדיק. וברוך ה', לפני שמונה שנים קבלנו שטח של העירייה, וזכינו שיש לנו מבנה מרווח ויפה, עם עזרת נשים. כיום הקהילה כאן מגובשת ומאוחדת. הדרך היתה קשה ומלאת מכשולים, אבל ראינו גם ניסים גלויים בכל צעד. ראינו את המניעות העצומות שהשתטחו נגדנו, ומהצד השני את הכוח הגדל של הצדיק שישיר לנו את כל המהמורות.

לחטוף טוב מרבינו



"קנה אל ה'"

ענה ואמר: ואם אין אִתָּה יָכוֹל לְהַתְּפִלֵּל כָּלָּל, אִם תִּזְכֶּה - תֹּאמַר אִיזָה דְבוּר הַגּוֹן בְּאֵמֶת בְּתַחֲנוּת וּבְקִשּׁוֹת אַחֲרוֹת, וְאִם גַּם זֶה לֹא תִזְכֶּה - מֵה לַעֲשׂוֹת, אַף-עַל-פִּי-כֵן: קנה אל ה'.

(חיי מוהר"ן, עבודת השם, ס"ג)



מדור זה נתרם לכל הישועות ברוחניות ובגשמיות

לעמיתיי בן אברהם ולרפואת הנפש והגוף היהודיה בת שרה ולתורת היקרה החפצה בעילום שלמה לכל הברכות והישועות.



בחיזוק באמונה, או בשלום בית ויש כאלה שמספרות שלראשונה הן נחשפות לענייני הלכות טהרת הבית.

אחד הדברים המקסימים שטוב לי לחשוב מהם, זה הלילה של פורים. אז אנו קמות יחד, כל נשות הקהילה, ביניהן גם חוזרות בתשובה טריות ממש, יחד עם כל הווי החיים שלהן. בלילה הזה - הן אריות. אני מתקשרת לכולן באמצע הלילה, ולא מוותרת. מעירה אותן לזמן שהוא עת רצון כל כך גבוה. הן קמות כשעתיים שלוש אחרי שהלכו לישון, ומתבודדות, מתפללות וזועקות לה'.

זה מרחיב את ליבי. לראות נשים שהן 'חסידות', מתפללות וזועקות. זה שיא העשייה בשבילי.

אני מחזקת אותן גם בכל ימות השנה לעצור לשעה בכל יום. זה עוזר לנו לא להטעות את עצמנו ולא לטבוע בעולם הזה, בו יום רודף יום. במיוחד אימהות לילדים, שעסוקות כל כך ומלאות עשייה. חשוב מאד לעצור ולהתבונן לשעה ביום, ולא רק לחטוף דיבורים. אף שזה גם טוב מאוד, וצריך לדבר כל היום, אבל העצירה וההתבוננות הזאת, מה קורה לי, היכן אני בעולם. לבקש על הכל ולבדוק את עצמי מול ה' יתברך: האם ראיתי אותך בתוך הקושי או את בעלי ואת הילד? אני רוצה לחיות באמונה. אם אנו לא עוצרות ליישוב הדעת, אנו מטעות את עצמנו. אנו לובשות מטפחת וחצאית, אך לא חיות את עבודת ה' באמת. אנו נסחפות ברכבת ההרים של היום היום, וקרוסלת העשייה מסחררת אותנו.

אז איך יצאת מהקרוסלה המסחררת הישר לחיי ישוב הדעת?

אני באה מבית מסורתי. נראה שמבית כזה קשה יותר להתקרב, כי ההרגשה היא שאנחנו בסדר, אנו עושים את מה שצריך. אז למה לרדת מהפסים? אך הנה, אני גם בחרתי לרדת מהפסים ולצעוד אל הטוב. בתחילה שמרתי שבת, אך לא יותר מכך. בעלי גם הוא שמר שבת, וכך נפגשנו. בזכותה של השבת... הוא כבר היה אפוי בלב רבינו, אבל עדיין לא חשב כיפה. לאחר הצבא הוא טס לטיול בארצות הברית, והשתתף באירוע גדול בבנייני התאומים. מיד לאחר מכן הוא חזר לדירה בה התגורר באותו טיול בארה"ב, ושמע את החדשות המרעישות. המגדלים האימתניים נפלו, קרסו אל מותם. זה הסעיר אותו מאד, לפני כמה שעות הייתי שם! זה פתח לו את רגש האמונה, ומאז הוא רק הלך והתקרב, ומשך גם אותי פנימה.

בלי רבי נחמן מברסלב, אני לא יודעת איפה הייתי היום. "אין שום ייאוש בעולם כלל" זה לא סתם סטיקר. רק הוא מרים אותנו, ונותן לנו כח. בלעדיו אני לא יודעת איך הייתי יכולה לעבור את העולם הזה, ובודאי שלא הייתי מצליחה בעבודת ה'.

מהו המסר שאת רוצה להעביר לחסידות ברסלב היקרות?

שתתחזקנה להודות, גם כשקשה, כי זו האמונה האמיתית. כשאני מאמינה שהשם עושה איתי תמיד רק טוב, גם כשקל לי וגם כשקשה גם כשאני רואה את הטוב, וגם כשעדיין לא.. ולא לותר על שעת ההתבודדות. להילחם על זה יותר מהכל. זה ההטענה שלי. אתן ליצר הרע הכל, רק לא את זה.

אני מאחלת לכל אחת, שתזכה להתחבר לאמת הפנימית שלה, ולדעת שכל הכוח שלה זה רק מה'. כל עוד אנו רואות את 'כוחי ועוצם ידי' שעושה לנו את החיל, אנו טובעות ונמשכות אל מערבולת העולם. אבל אם אין 'אני' יש רק את השי"ת, הכל זה אתה, אבא. אני מתבטלת, ואז הוא מוליך אותי בדרך הטובה ביותר. אני, שהייתי נחבאת אל הכלים, ה' עשה איתי מה שעשה רק בזכות ההתבודדות. שם הוא גילה לי את הכוחות שיש בי.

אפשר לכתוב ספר שלם על הדרך הארוכה עד למבנה משלנו, על כל הגלויות והמעברים שעברנו. אך נשתף אתכן בנס אחד גדול ונפלא שראינו. כשכבר הגענו לשלב בו בנו את בית הכנסת בחסדי שמים, התקשר יום אחד מהנדס הבניין, והודיע לבעלי שהתקציב שהוקצה לנו נגמר. לא יהיה לבית הכנסת שלנו עזרת נשים. הוא הוסיף שהוא כבר ישב עם ראש העיר על כך, זה כבר עבר ועדה, ואין לנו מה לנסות לפנות שוב לעירייה. זה היה יום קשה, הרגשנו את השבירה. מבחינתנו לא היתה אפשרות כזאת, אנו רוצים קהילה מגובשת, ועזרת נשים זה דבר חשוב. היינו חסרי אונים.

אך אז חשבנו, אנחנו לומדים ומתחזקים כבר שנים בעניין התודה וההודאה תודות לרב שלום ארוש שליט"א, עכשיו זה בדיוק הזמן להתחזק בנושא הזה. החלטנו לקבל את רצון ה', להתבטל אליו, ורק לשמוח ולהודות. ביום שיש לפנות בוקר, בשעה שבין לילה ליום, מקבל בעלי שיחת טלפון. ומי על הקו? המהנדס. איש רחוק מתורה ומצוות, שכל זיקה בינו לבין דת מקרית בהחלט.

"תקשיב, הרב, לא ישנתי כל הלילה", הוא אומר ובקולו נימה מבושת. "אני לא מאמין את זה על עצמי, מה לי ולבית הכנסת? אבל בכל אופן, המקרה שלכם נגע לליבי, נשארתי ער, וירדתי למשרדי העירייה. עברתי על כל הקלסרים והתיקיות האפשריות, ישבתי שעות על ניירת, עד שמצאתי. יש אצלנו רישום מלפני כמה שנים, על יתרה ממוסד אחר, העברנו את זה כעת אליכם. תהיה לכם עזרת נשים, כבוד הרב!"

מפעים. מהו המנוע שדוחף אתכם לעשייה חזקה ומלאה כל כך?

המנוע החזק ביותר שאני יכולה להגדיר, זה אהבת ה' ואהבת הצדיק. זה מה שדוחף אותי לפרסם ולהשפיע הלאה.

בצעירותי הייתי הטיפוס הכי ביישן ונחבא אל הכלים. הדבר האחרון שיכולתי לדמיין הוא למצוא את עצמי בעמדת משפיעה. אך התחושה היא כאילו ה' לא מניח לי להישאר במקומי. הוא דוחף אותי כל הזמן לעשייה. את צריכה לעשות כאן, ולהשפיע כאן. הוא מגלה לך שזה המקום שלך. פשוט תלכי ותעשי. הוא דוחף אותי צעד ועוד צעד. אני מצדי, רוצה להיות רק בין הסירים שלי ולבשל. אך ה' כמו אומר לי בכל פעם: תתקדמי, בתי, זהו הרצון שלי. שתהיה קהילה על שם רבינו בראשון לציון.

איך את מרגישה אחרי שזכית ופעלת למענו יתברך?

הלב מוצף בזרם של תודה והודאה. אני לא מפסיקה להודות לו, דוקא מפני שבאתי ממקום כל כך מלא ביישנות, ואני מרגישה את ההכוונה שלו על כל צעד ושעל. הוא עושה איתי מה שהוא רוצה. ואני אומרת לו תודה. לא נולדתי כך, זה עמל בכל פעם מחדש, ואני שמחה לראות את הפירות.

בהחלט. הזורעים בדמעה ברינה יקצורו. האם אתם רואים את תוצאות ההשקעה?

אנו פועלים מתוך שליחות, עשייה שהיא לשם שמים. ובעשייה כזאת - לא תמיד קל. לפעמים רואים את התוצאות, ולפעמים לא. לעיתים דוקא אחרי שאני משקיעה את מאתיים האחוזים, אני לא רואה כל תוצאה. יש הרבה רגעים יפים משמחים ומעודדים, ולפעמים גם פחות. אבל אני משתדלת לראות ולהתחזק מהנקודות הטובות, מרגעים שאני ממש רואה בחוש איך הדברים מחלחלים ועובדים. ישנן נשים שעושות התבודדות בזכות השיעורים וההתחזקות הקבועה. יש נשים שבאות להודות, ואומרות שרק בזכות השיעור הן מחזיקות מעמד. אם זה



התבודדות של מפורסמים

בהתאמה מושלמת.

היצר הרע לעולם לא שוקט על שמריו ולא נשאר במדרגה שהיית בה פעם. הוא ישב ולמד אתך יחד את כל החומר שלימדת והכין אתך את השיעורים. הוא הקשיב יפה מאוד והוא התלמיד הכי טוב של רבינו. כששמע אותך זועקת בשיעור "אין שום יאוש בעולם כלל" הוא הראשון שלקח את זה לתשומת הלב ברצינות יתרה. הוא לא מתייאש וכל הזמן מחזק את עצמו בנקודות "טובות". הוא מומחה בלהסביר לך, הרבנית, ולכל מי שבתפקיד של השפעה כמוך, למה את לא צריכה או לא יכולה להתבודד. למה את פטורה מזה. לפחות היום...

אספר לך על שיתוף מ"רבנית" אחת ששמעתי ממקור ראשון. הרבנית יוצאת עכשיו להתבודד. צריך לצלם אותה נכון? לצלם, או לפחות להקליט ולהפיץ בין נשות אנ"ש. לזיכוי הרבים, ללימוד, שכולן תשמענה איך היא מתחננת על ישועת עם ישראל ועל גלות השכינה, איך היא עושה את זה יפה, ברגש, היא בוכה מצער, מרגישה שכולם בנים שלה...

אבל הרבנית נמצאת עמוק בבוץ. היא קמה הבוקר בלי חשק וכעסה על כולם. ואחרי שהכניסה עוד מכונה תוך כדי סינון תלונות וקיטורים מתקרבים (מספיק חזק שישמעו), היא התלבשה. ותוך כדי סגרה את הכפתור האחרון, החונק, לא רק שלא הרגישה התרוממות רוח מהלבוש הצנוע והגרביונים השחורים העבים (שבגללם זרקה את הבגדים הלבנים שכי"כ אהבה), היא מרגישה צרות, קטנות מוחין ודחיייה (השם ישמור) מהמראה הצנוע. עולים בה רצונות מהעבר ויחד איתם בושה ופחד שחלילה יתגלה למישהי בעולם איפה המוח והלב שלה נמצאים באמת...

ואז היא באה להתבודדות ולמרבח הפלא אין לה מילים. היא מתחילה בתחוננים כיאה למעמדה אבל זה יוצא עקום, יבש, מתאמץ וחסר לב. והיא מותשת, אז היא מפסיקה ומחליטה לוותר. עכשיו היא צריכה מנוחה. היא תבוא (בטח שהיא תבוא, היא הראשונה שתבוא) עוד מעט, אחרי המנוחה, אחרי ארוחת ערב, אחרי שהילדים יגדלו...

הרבנית היקרה והחשובה לא רוצה לפגוש את המקום הקטן, הפגיע, הצמא כ"כ לכבוד, לאהבה, למחאות כפיים והערצה. היא לא רוצה לפגוש כמה ריק לה לבד, כמה משעמם, כמה עליבות ואומללות עולים בה. זה כואב מדי. זה סותר מדי את מה שהיא עמלה לבנות. היא לא חולקת על רבינו, פשוט יש מגירות שהיא סגרה מושלם בחייה ולא ממש רוצה לפתוח מחדש. וזה בסדר. זה מובן. לא הולכים בכוח. זה בסדר אבל זה חבל... חבל להפסיד תפילות של לב שבור וכואב, חבל להפסיד תפילות של ריפוי נפשי אמתי עם השי"ת. חבל על תחינות לאהבה וכבוד מהשם יתברך ולא מבשר ודם שלא ייאמרו, חבל על האנרגיה המושקעת בלהיות מושלמת.

ואם תסכים לבוא ולהביא דיבור אמת, אולי היא כבר לא תהיה רבנית, אלא עוד אישה שעובר עליה מה שעובר והיא רחוקה משלמות, היא פשוט נאחזת בכל הכוח כקרב הצלה בעצות של הצדיק בידיעה שאם תעזוב אותן ובפרט את ההתבודדות - היא אבודה. היא תוותר על להיות גדולה וחזקה אלא תסכים להיות קטנה ונאחזת.

יקרה, תתחילי בקצת מאוד, תסכימי לבנות מחדש, אבל תתחייבי בלי לוותר. ותסכימי לחבק באהבה את מה שאת פוגשת גם אם זה מביך ומבייש. ושם בנקודת האמת, תרימי עיניים להשם, תספרי לו מה קורה אתך ותבקשי עזרה. והוא עוזר.

וכשתעשי את זה תגלי בע"ה שאולי כבר לא יעריצו אותך כמו פעם אבל האמת שבך תאיר ותקרב עוד נשמות חדשות רבות.

הדר

שלום, הדס יקרה,

אשריך שאת זוכה לחזק את נשות ישראל היקרות בדיבורים הקדושים של ה"נחל נובע" ולהרוות נפשות צמאות ממימיו הזכים. עם ישראל היקר צמא והזכויות שלך אדירות. ואשריך על המוכנות להתחיל מחדש. את חסידה של רבינו!

רבינו דיבר אתנו על תלמידים שעושים תלמידות ומנסות להבין יחד בשיחת חברות משותפת מה הרצון והדיוק בדברי רבינו כלפינו, נשות עם ישראל, בעת הזאת.

"וּבְסֵפֶר חַיִּי מוֹהֲרֵיךְ"
דָּף י"ז כְּתָב, פֶּעַם אַחַת
אַחַר שֶׁנִּעְשֶׂה מְפָרָסָם נִסְעוּ
רַבֵּי שְׂמַעוֹן עִם רַבֵּנוּ זְכוֹרֵנוּ
לְבָרְכָהּ, דָּרָךְ כְּפָר אוֹסִיָּאטִין
שֶׁשֶׁם יָגַע רַבֵּנוּ זְכוֹרֵנוּ לְבָרְכָהּ,
בְּעִבּוּדָתוֹ הַגְּדוּלָה בְּבֵית חוֹתָנוּ
שֶׁהָיָה דָר שָׁם, וְנִסְעוּ עִמּוֹ דָרָךְ
הַשְּׂדוֹת וְכִיּוּצָא וְהָיָה רַבֵּנוּ
זְכוֹרֵנוּ לְבָרְכָהּ, מִתְגַּעְגַּע מְאֹד
וְאָמַר, כְּמָה הָיָה טוֹב לְפָנַי
בְּכָאן, כִּי בְּכָל פְּסִיעָה וּפְסִיעָה
הִרְגַּשְׁתִּי טַעַם גֵּן עֵדֵן כִּי שָׁם
בְּאֵלוֹ הַדְּרָכִים הָיָה רָגִיל לֵילֵךְ
וּלְהִתְבַּדֵּד וְהָיָה מִצַּר וּמִתְגַּעְגַּע
מְאֹד וְאָמַר הֲלֹא כָאן הָיָה טוֹב
לְפָנַי מְאֹד וְלָמָּה לִי הַפְּרָסוֹם
שֶׁל עַכְשָׁיו" (השתכחות הנפש, הקדמה)

כי כשיש למישהי כבר תלמידות ההתבודדות צריכה להיות מושלמת. לפחות שיצא ממנה איזה סיפור טוב, איזו תבונה, משהו שאפשר לספר עליו. ואין לה זמן ורצון להעביר שעה של שתיקה ריקה מתוכן. בנוסף היא כבר הבינה מזמן מה רבינו דיבר ולכן לא כל כך קריטי אם לא תעשה את זה ממש בפועל. העיקר זה הרצון.

חלילה אין הכוונה להוריד מערך השקיית האילנות ועבודת הקודש, אלא אנחנו רוצות להכיר את היצר הרע המיוחד של מי שהיא "דמות מוכרת" ולהבין שיחד עם הדמות שנולדה, נולד גם יצר רע חדש. יצר רע של אנשים "ידועים". כמו שאת התפתחת וגדלת, גם הוא התפתח וגדל

שאלה:

שלום,

אני לא מתבודדת זרמתי זכית חווי דיבורים על התבודדות אני יודעת את הרצאות שלמות שנשא (וזכרתי) ואני חזרה מאז לקיים את העצה הזאת בפשיטות אבל למעשה אזר אזר יום וזר יום וזר שנה ואני לא מתבודדת זה כואב שאני צריכה לכתוב זמלום שם כי אני דמות מוכרת שלמדת דיבורים של רבני ושיי רבות קוראות לי "הרבנית" אבל אין לי התבודדות בכלל. אני שואלת את עצמי ואומר מה לא הפנתה מה פספסתי לדבר?

הדס

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



על ההר

חודש טבת חורפי ואפרורי. טיפות הגשם נוקשות על חלוני. השמש מסתתרת בין העננים, רמת הסרוטונין הנמוכה משפיעה קלות על מצב הרוח. כמה טוב שכך באמצע החורף (לו יהי חורף) יש סיבה נפלאה לחגוג הילולא קדושה ומרגשת. הילולא לתלמיד הגדול - רבי נתן הקדוש.

אז מה על הפרק? הפעם נדבר על הנפשה - ועל דיאלוגים סמויים: עטרה היא חברה עתיקה שלי, אי פעם היינו שכנות לכמה שנים טובות ואז עבר מה שעבר והיא הפליגה לקצה השני של העולם. זיכרונות רבים ממנה נצורים בכספת שבליבי. אחד הדומיננטים שבהם הוא יכולת התקשור שלה עם כל מה שזז ובעיקר עם מה שלא. "אם תהיי ילדה טובה נשים אותך בשקשוקה" היא מדובבת ברצינות עגבניה אדומת פנים. "ואתה" היא אוחזת בזהירות תבנית עם עיסת קוגל בשלב טרום אפיה, "אל תתרגש כל כך" היא מיישרת את התבנית ששפעה רוטב לכל הכיוונים. למי שנזכרת מיידית בקולגה לבוטיק ששוחחה עם חליפות ונעליים באחד הפרקים הקודמים, נבהיר היטב, לא, לא מדובר בה אלא בגרסה נוספת של עוד אחת מכוכבות הנחל, וכידוע אין מספר לכוכבים וכל שכן לכוכבות. ובכן, היכולת לשוחח עם חפצים תבשילים ושאר דוממים קיימת ומובנת בתוכנו.

תשעת הקבין המדוברים לא פוסחים על כל אחד מאלפי חלקיקי הפאזל המרכיבים את חיינו. הכביסה, הכלים, רצפת הבית הם משוחחים ראשיים בעלילה, אבל מצבי הנפש הם הדוברים העיקריים המושיבים אותנו על הרים כאלו ואחרים. שם יושבות אנו ומחכות עד בוש לישועה. הסברים מיד.

כששושנה למשל מסתכלת בערמת הכביסה, הדיאלוג-מונולוג נשמע בערך כך:

כביסה: אני כאן!! כבר שלושה ארבעה ימים. ואני לא הולכת ללכת מכאן לבד. הם מעבירים את הערמות מהשולחן לספה וחוזר חלילה לפי סוג המשטח הפנוי הדרוש, ואת יודעת מה קורה בינתיים? אההם, כל חלקיקי הבגדים הקטנים נעלמים נכנסים מתחת לספה מתלכלכים עוד לפני שמישהו השתמש בהם. שלא לדבר על הנבירה המבוהלת בשעת בוקר חסרת זמן, "איפה המכנס של זלמן? עוד רגע ההסעה!"

שושנה לא עונה, היא בכלל לא שמעה את כל זה. היא רק לא מבינה מדוע כשהיא רק רואה את הערימה מציף אותה גל עכור חסר מוטיבציה שגורם לה שוב להדוף את הערימה ולשקוע חסרת כוח על אותה ספה דגן.

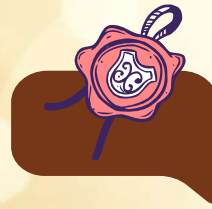
גם דינה מנהלת ויכוחים עקרים עם הכיור המונפש שלעולם יש לו מה לומר, הוא תמיד סובל מעומס יתר, מצב כפית קטן עליו.

הכלים שולחים אליה עיניים מאשימות מרובבות בבשרי או בחלבי, מזכירים לה כמה היא בעלת בית גרועה שבגרועות, ואיך אפילו שכל היום משתמשים כאן בחד פעמי, עדיין מלא וגדוש וניחוחי כאן יום יום.

כאן ההרים מהמעשייה הם כפשוטו ממש. הרים אמיתיים כאלו שמתישים אותנו מבפנים, גורמים לנו לחוש קטנות אפסיות ולא דוקא מהצד של הענווה הראויה.

ב"רגשי" ההרים הרבה יותר גבוהים. סוניה ועמרם כמשל, הזוג המיתולוגי שאי הבנה קשה עברה ביניהם: הוא אמר/לא אמר, התייחס/לא התייחס, קנה/לא קנה, מחקי את המיותר או לא משנה הסדר. העיקר שיש טרוניה קשה. סוניה נעלבה קשות ועלתה להר גבוה מלא פרחי זכריני המזכירים לה את כל העוולות שנעשו לה מיום שהפכה לזוגתו של עמרם. היא לא מקבלת על ההר את התורה, להיפך. מר לה שם והיא בודדה, אבל הר הברוגז שלה כה גבוה ומי יעלה לה השמימה להוריד אותה ואת גאוותה הפצועה? (לא בקטע רע, אבל בינינו).

ואז פתאום באחת זה קורה. את שומעת איזה דיבור קדוש, צוחקת מאיזה מילתא (קוראת רחל), וזה נוגע ונוגה סוויטש קטן בלב. טוויסט גדול בעלילה. אור בלב ושמש בעיניים. זה בעל התפילה שנכנס לתוך העיר שהיתה על ההר. פגשת אותה? אשריך!



לברר ולהודות גם בשאלות הקשות

רבי נתן, שהסתלק בחודש זה, מלמד אותנו איך להביא את הגאולה האישית לכאן ועכשיו.

כי באמת אם היו הכל שומעים לקול הצדיקי אמת לילה בדרך זה להאמין תמיד בה' יתברך שהכל לטובה ולתן שבח והודיה תמיד לה' יתברך בין בטובו בין בעקו כמו שכתוב, בה' אהלל דבר באלקים אהלל דבר, בודאי היו מתבטלים כל הצרות וכל הנגליות לגמרי וכבר היתה גאולה שלמה ליקוטי הלכות, פריקה וטעינה, ד' (ד').

ההודיה מרפאת מאין כמוה, אבל להודות על הרעה זה אתגר גדול אליו נדרשנו לאחרונה מול עוצמת הרוע אליו נחשפנו, והוא מחייב אותנו בעבודה עמוקה מאד. כוחות עצומים רוצים למנוע מאתנו להרגיש אמונה בעצמנו, בהשם ובצדיק. דווקא כעת שאלות צצות במוחנו.

למה? כי ברגע שנלמד להודות על הרעה, מיד יתהפכו השמיים ונרגיש גן עדן ממש בתוכנו, אפילו לכמה רגעים.

העלון מגיע גם אליך שנפרדת מבינתך עד שיהיה אפשר לשוב אליו בחזרה, וגם למי שעברה חוויות מצמררות. גם לרצות למרחבים (היותר) מוגנים וגם לך שיושבת והתפללת על כל עם ישראל.

הרגישות גבוהה, ומולה הגאולה אפשרית כבר בעולם הזה כשנלמד להודות גם על הרעה.

והנה כבר אנחנו מתחילות להודות ולמצוא הרחבות:

מצאתי! ללמוד מהילדים

ילדינו חווים דברים לא פשוטים. אך יחד עם ביטויים, אפילו של חרדה, הם חוזרים לכאן ועכשיו, שמחים וחיים. נוכל לראות אותם עורכים תחרויות מי מגיע ראשון למרחב המוגן, חוקרים את החברים החדשים שטמונים במלונית שמעבר לכביש, מחייכים אל אשת כוחות הביטחון שבאה לעזור עם הפעוטות ועוד. באו נלמד מהם! בכל שניה השם יתברך טומן טובות. האתגר הוא להבחין בהן כשהמתנות עטופות בכאב ובקשיים משמעותיים. חפשי טובות עצומות לפחות כגודל האתגר. את יכולה להתבונן ולהרגיש הודיה על מתנת החיוך מהילד בתוך הקושי, מתנת ההתגברות שחווית ועוד.

מצאתי! האחדות המהממת הזו

בכל מקום פוגשים את עם ישראל הנותן, השולח, התורם, המבשל, ללא גבולות או קבוצות, חקירות או שאלות. על כך עבדנו בכסלו - אהבת ישראל לכל יהודי/ה באשר הוא, ודווקא מול המקרים המאתגרים.

מצאתי! רק השם!

כמו הרבנית קוק מרובת ההשראה שתמיד מדברת על זה, היום נתרגל להישען על בורא עולם ורק עליו. דווקא כשצצות שאלות קשות ומכאיבות על כל מה שרואים, שומעים וחווים, הופך הצורך אקוטי יותר ויותר - להחזיר הכול אליו. בתקופה כזו של בירורי אמונה להגיד לו: 'אתה טוב ומיטיב לכל. שמעתי סיפורים והלב שלי יוצא אל הנערים, אל המשפחות, אל האירועים. מחפשת את האמונה והביטחון. חייבת לשאול אותך. חייבת תשובות כדי שאוכל להודות'. כך אגש אליו ברגע של קושי כשכואב מדי או מבהיל לסחוב את הסתירות הללו במציאות.

השם עונה: אולי עלתה לך תמונה ישנה או חדשה שהיא התשובה, אולי הבנת משהו עמוק בתוכך, אולי נזכרת מה שנאמר בפינת הרחוב או בסיפורי מעשיות. פתאום הנשימה נרגעת והופכת להיות עמוקה ורגועה יותר. מרגישה בטחון והגנה, קיבלת זריקת אמונה בטובות העצומות שהשם שולח. בחשבונות שהם רק שלו, באהבת העולם האינסופית שלו אותי, אותך ואת כל עם הנצח. הקלה שמביאה שמחה פנימית עצומה. ואז את מודה בהתרגשות עדינה, בדמעות או בהתפעמות גדולה, בסגנון המיוחד שלך.

התפוצה של עלון חברות מקשיבות
הולכת וגדלה
החודש זכינו להגיע גם
לנתיבות, תל אביב ומושב רוויה

**ומה איתך?
גם את יכולה להיות
שליחה להפצת האור!**



בשביל
להגיע לעוד
חברות מקשיבות

בשביל
לחזק ולרומם
עוד ועוד נשמות

**בשביל לקיים את צוואת
מורינו רבי נתן שאמר:**

"תהיו חזקים בממון, ברצון ובטרח"

**לפתיחת
נקודת הפצה באזורך
התקשרי: 0548492887/
0504116096**



**לכבוד יום הילולת ר' נתן המפיץ הגדול
נעלה על נס את פעלן של החברות המחזיקות את העלון
בתרומתן החדשית. ה' ישלם שכרכן!**

ל. ח. ב. מודיעין
א. כ. מבוא חורון
ר. ר. רחובות
א. מ. ר. רחובות
ש. ז. צפת
י. ג. צפת
ר. ד. צפת
ק. ה. צפת
א. ח. צפת

ש. ק. ראשון לציון
ל. מ. צפת
ה. כ. מרון
מ. ב. אור הגנוז
ט. ד. יד בנימין
ו. ל. יד בנימין
ט. י. חיפה
ה. ב. בית שמש
א. ש. בית שמש

א. י. צפת
ע. ח. נ. אריאל
ה. פ. רחובות
ש. י. נתניה
מ. ר. ירושלים
ש. ג. קרית ספר
פ. ש. בית שמש
נ. צ. הוד השרון
א. א. בית שמש

נ. ע. רכסים
א. ל. צפת
י. ר. בית שמש
ע. פ. צפת
ש. ד. יד בנימין
ש. ע. מודיעין עילית
ב. ג. צפת
מ. ב. מושב רוויה
ג. מ. הוד השרון

ב. ד. צפת
ד. ל. בית שמש
ח. ע. גני תקוה
א. ב. פתח תקוה
ל. מ. רמת השרון
ר. י. א. כפר סבא
א. א. צפת
צ. פ. בית שמש
ש. ג. קרית גת