

הבריות מהשיבות

סיפורי אפסיות

” אחד היה אברהם

שאברהם עבד ה' רק על ידי שהיה אחד, שחשב בדעתו שהוא רק יחידי בעולם, ולא הסתכל כלל על בני העולם, שסרים מאחרי ה' ומונעים אותו, ולא על אביו ושאר המונעים, רק כאלו הוא אחד בעולם, וזהו: 'אחד היה אברהם'.

וכן כל הרוצה לכנס בעבודת ה',

אי אפשר לו לכנוס כי אם על ידי בחינת שיחשב שאין בעולם כי אם

הוא לבדו יחידי בעולם,

ולא יסתכל על שום אדם המונעו, כגון אביו ואמו או חותנו ואשתו ובניו וכיוצא, או המניעות שיש משאר בני העולם, המלעיגים ומסיתים ומונעים מעבודתו יתברך. וצריך שלא יחוש ויסתכל עליהם כלל,

רק יהיה בבחינת: 'אחד היה אברהם' כאלו הוא יחיד בעולם פנ"ל.

(ליקוטי מוהר"ן, השמטה)

יש לך בחירה על מה להסתכל!
זוגיות לאור הצדיק | עמ' 6

מה הבעיה בלרצות כסף?
מתבוננות במעשיות | עמ' 5

היא הייתה חייבת להיות מושלמת, אבל פתאום הכל היה כל כך לא שלם. ואז היא הגיעה: נקודה טובה
תמונות חיים | עמ' 7

הילדים לא אוהבים לאכול דגים?
עם הסיפור הזה, הם יאכלו, ויבקשו גם תוספת!
חינוך בחיור | עמ' 13

היא הרגישה בדידות צורבת, לא היה לה כוח לכלום. אולי קוראים לזה דיכאון?
לב הנחל לבנות הנעורים | עמ' 15

חברות מקשיבות, מתרגשת לשתף אתכן בנקודה של גאולה:

התבודדות. שעת צהרים. כאב נוראי מציף אותי. התמודדות לא פשוטה שאני כל פעם שואלת את ה' מחדש- לקבל? לכתך אחרי במדבר? אמונה? הכנעה? ואני מתקדמת שם קצת, עד שפתאום עולה צעקה גדולה שלא מוכנה. לא מוכנה. רוצה להיגאל. ועכשיו.

בדיוק יום קודם אני בשמעון הצדיק, יושבת ומדמיית אותי בציון. חוזרים יחד.

מה אתה אומר על אומן? דימינתי אותי בציון, זה היה קצת דומה.. ההרגשה, אפילו הפרוכת באותו הצבע.. ואפילו התפללתי שם.. לזכות להגיע.

אני חוזרת הביתה. לילדים שלי. בדרך אני לא מצליחה להירגע. בכי קיצוני. לא אכפת לי. רוצה רק לבכות ותעזבו אותי.

אני הולכת ברחוב ומדמיית אותי בכותל, דופקת על חומות, מתחננת, אם אתה כזה גדול אז.. תן לי ישועה.

כל אחר הצהרים אני מרגישה מתה. זה בחיים לא יגמר. אני צריכה ישועה בענין הזה, אבל כלום לא נראה באופק.

ופתאום, הוא אומר, טוב נו תרימי טלפון להיא, נראה אם היא בכלל יכולה להיות פה עם הילדים.. ו..כן היא יכולה בכזה מן ברור..

אז סוגרים?

כן! איזו ישועה. יש לי לאן ללכת. בעולם הזה. מהרגע הכי שפל ועמוק ובודד ותהום נולדה בי תקוה ענקית שזהו. עכשיו יהיה בסדר. זו הישועה שאני צריכה. לבוא לשים ראש על הציון, לספר, לקבל הכוונה ודרך ועזרה וניסים.

ועכשיו הלב גואה ומתרגש, הכל קורה כמו מאליו. קיבלתי הזמנה מהרב'ה!

שכל אחת שרוצה וצריכה, תצליח להגיע גם! **ת. מ. ירושלים**

למערכת חברות מקשיבות,

רציתי להודות על העלון המשובח של חודש שבט. במיוחד נהניתי מהכתבה על מוריה המדהימה. איזה סיפור חיים מעצים! וגם הטור שלה היה מחזק מאוד!

תמשיכו לעשות חיל, ואולי אפשר 'חברות מקשיבות' כל שבוע?

פעם בחודש זה מעט מדי!! **ממני, א' ד' מבני ברק**

חדש!

"קו חברות מקשיבות" יוצא לדרך!

מעכשיו ניתן לתרום דרך המערכת הטלפונית, האוטומטית,

שמרו את המספר- 0796076720



להעברת תרומות בהעברה בנקאית:

מ. חשבון 6987607

סניף 897

בנק לאומי

ע"ש: עמותת אור העולם (לציון עבור עלון חברות מקשיבות)



בס"ד

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

079-60-767-35

לנשים בלבד!

בס"ד

הרבב 'קדן אור חזו' במופע פלייבק חדש, חי ומרגש עם השחקנית קדן הוברט

כאזי אהציר קן אור אסיפור שאתן

לפרטים: 0527682722



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, לשמירה והגנה על החיילים ולגאולה שלימה ברחמים. ולרפוש"ש במהרה ולילד נחמן יצחק בן מיטל בתושח"י ולעילוי נשמת עזריאל בן ציפורה

בס"ד

נקודת חברה

שיעורים שבועיים מדיבורי רבינו שמעבירה חיה הרצברג תח"י

072-315-7216

בס"ד

קו ההתחזקות המחודש

אותו הקו במספר חדש!

עקב קריסה במערכת שהייתה מתפעלת את הקו, קו ההתחזקות עבר לחברה חדשה.

המספר החדש הוא: 073-3454447

הקו בבנייה. מודות לכן על הסבלנות!



נקודת השמחה שבתוכי

שניחמת את עצמך על איזה הבל הבלים שחסר לך וחיזקת את עצמך בהשם אלוקיך - זו נקודה של שמחה. אולי גם עשית פעולות של שמחה? הפעלת מוזיקה ורקדת איזה ריקוד? השתטית עם הילדים? מחאת כף אל כף וכיוונת להמתיק דינים מעל עם ישראל? אולי מנית כמה ממעלותייך בלב, או אפילו אמרת אותן בפה מלא וקיימת מצווה עצומה של אזמרה על עצמך? וכמה פעמים הקו של פיך התעגל כלפי מעלה היום? לא התעגל את אומרת? בטוחה? אהה... רק לשכנה. לא נעים לך להחמיץ פנייך מול השכנה המבוגרת... אבל גם שמחה מעושה - הרי בתוך תוכה מפעמת נקודת שמחה אמיתית, שרוצה לעשות רק טוב... אז מה סיכמנו? יש בך המון נקודות של שמחה.

למתוח ולהגדיל

עתה כשראית שיש לך שייכות נפלאה למצוות השמחה, תיקחי אחת מנקודת השמחה ותמתחי אותה בליבך, תגדילי ותגדילי, עד שתמלא את כולך. תגידי: "אשריי שזכיתי להיות בת של מלך! אשריי שנטעת בקרבי שמחת עולם! יהודי הוא תמיד שמח! תמיד יש טוב קדוש שהוא יכול לחטוף! תמיד יש שמחה חדשה שמחכה לו שישמח אותה!".

ככל שנעשה עסק מנקודות השמחה, הן יתפחו וימלאו את ליבנו. וזה מה שיישאר מאיתנו! וחוף מזה - אין שום חיות בעולם כלל.

"כָּל זְמַן שֶׁמֵּאַמִּין שְׂאִין שׁוּם חַיּוֹת בְּעוֹלָם כִּי אִם תּוֹרָה וּמִצְוֹת, וְחֹתֵר וּמִשְׁתַּקֵּק לְהַתְּכָלִית הַנְּצָחִי, וּמְקַרֵּב עֲצָמוֹ לְצַדִּיקִים וְחַבְרִים אֲמִיתִים, וּמִתְחַזֵּק לְשִׁמְחַת נַפְשׁוֹ בְּכָל עֵת בְּנִקְדַת הַמִּצְוֹת, בְּיָדָאֵי יְזָקָה לְאַחֲרֵי תוֹב" (ליקוטי הלכות, ברכת הודאה ו', סח).

להחיות את היום שלי

כשאני עוצרת ומתבוננת ביום שעבר עליי, מסתכלת על כל המצוות שזכיתי לקיים ונותנת את ליבי לשמוח ולהתחיות - זה עיקר התיקון של היום שלי. שלמה המלך אומר: "אין טוב להאדם כי אם לאכול ולשתות ולשמוח" (ח', טו'), חכמינו פירשו את הפסוק לעניין אכילה ושתיה של תורה ומצוות ושמחה בשבתות וימים טובים. כי זה העיקר! שמחה של מצוה מתקנת את כל ימי האדם. שנזכה לעצור כל יום ולחפש את נקודות השמחה, את המצוות והמעשים הטובים שזכינו לעשות, לחבק אותם חזק חזק ולהגיד עליהם: אתם! אתם החיים האמיתיים שלי! אני כל כך מודה לך השם על כל המצוות והמעשים טובים שעשיתי היום!

ברסלב. התלמידים יושבים בקשב רב ומביטים ברבם הנערץ שמדבר בעוז ובתעצומות על קדושת השבת. "את השבת יש לקבל בשמחה גדולה ללא שום דאגה כלל!" מורה להם רבם, ועוד מוסיף כמה חשוב להרחיק העצבות והמרה שחורה מעל גבולנו ביום השבת. ככל שהמשפטים הופכים לחוצבי להבות יותר, תלמיד אחד ומיוחד מתכווץ במקומו יותר ויותר, קמטי דאגה עמוקים נחרשים במצחו, וכולו אומר מצוקה. הרב'ה שרואה לעומק נפשו, מביט עליו ואומר: "נו רבי נתן, עכשיו יש לך עוד סיבה על מה להיות בעצבות בשבת, עתה כשלמדת כמה חשובה היא השמחה ביום השבת".

להיות בשמחה זו מצווה עצומה וענקית. שמחה היא משאלת הלב של העולם כולו. מי לא רוצה לקום מאושר? להרגיש סיפוק וחדווה ממלאים את כולו? להרגיש תחושה מתוקה של חירות מקיפה אותו ומצמיחה לו כנפיים לכבוש כל יעד אשר בו תחשוק נפשו? ודווקא משום כך, השמחה חומקת מבין האצבעות למתלעות היום-יום השוחק. דאגות העולם מבלבלות ומסיחות אותנו מהשמחה הטבעית, וסוסי המחשבות הדוהרים מוציאים אותנו מהפשטות של ה'כאן ועכשיו' למחשבות סרק של עבר ועתיד. חוץ מייסורי מצפון על חשיבות השמחה, נדמה שאין לנו שייכות למצווה החשובה כל כך...

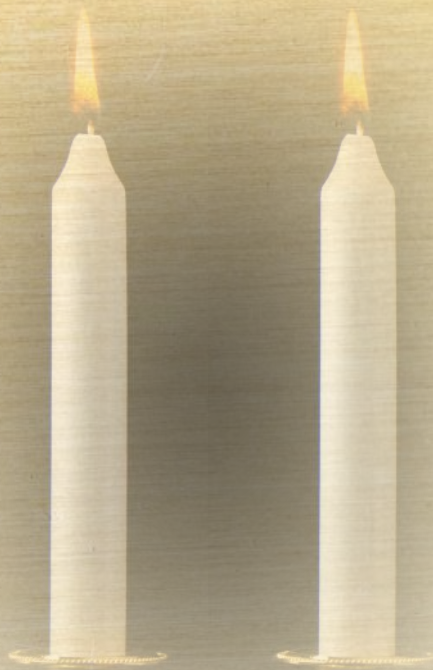
אך לא זו הדרך. רבינו הקדוש ראה כיצד הבעל דבר לוקח לנו כל עובדה ביהדות והופך אותה לבלתי אפשרית. איך הוא מפזר עלינו ענני יאוש כאילו הערכים הנעלים אינם קשורים אלינו כלל. לכן הוא פנה

לתלמידו הנאמן, שהרגיש שהשמחה כה רחוקה ממנו, להוציא מדעתו את הנקודה השקרית שאומרת שאם אנחנו לא שמחים במאה אחוזים, הרי אין לשמחה שלנו קיום.

וזה כלל חשוב וגדול לגבי כל דבר בעבודת השם: גם קצת זה טוב! לכל אחת מאתנו יש קצת קדוש שהיא כבר זוכה לו. גם לעניין השמחה אנחנו שייכות. כן! יש לנו נקודות של שמחה בחיינו, כדאי שניתן עליהן את הדעת.

אם אני שמחה, אז איך לא שמת לי לב?

בטח שאת שמחה! אולי לא בשלמות, עדיין בדרך, ולא תמיד, אבל כן! השמחה שייכת אלייך עד מאוד. כל רגע בו לקחת את עצמך ממרירות העולם לאמונה ולהתחזקות, הרי יש שם בוודאי נקודת שמחה. כל פעם



מעשה מבעל תפילה

חלק ו'

הלא אני רק יחידי בעולם?

אך אף על פי כן הבעל תפילה הרבה עליו דברים עד שבסוף השיב לו השומר: ויתר מזה מה אני יכול לעשות? הלא אני רק יחיד בעלמא [ויש כנגדי בני המדינה, שהם רבים]

וזאת התשובה היתה קצת נחמה להבעל תפילה כי הבין, שהתחילו דבריו קצת לכנס באזני השומר

כי הדברים שדבר הבעל תפילה מקדם, בפעם הראשונה עם אותו השומר והדברים, שדבר עתה נתקבצו יחד, עד שעשו איזה רשם בלבו עד שהתחיל מעט להסתפק ולנטות אליו קצת, כנראה מתוך התשובה הנ"ל.

וכן הלך הבעל תפילה אל השומר השני ודבר עמו גם כן כנ"ל, ולא שמע אליו גם כן, ובסוף השיב לו גם כן כנ"ל.

הלא אני יחיד כנגד בני המדינה וכו' כנ"ל

וכן כל השומרים כלם השיבו לו תשובה זו בסוף.

אחר כך נכנס הבעל תפילה אל העיר והתחיל שוב לדבר עמם כדרכו - באשר שכלם בטעות גדול, ואין זה תכלית כלל, רק עקר התכלית לעסק בתורה ותפילה וכו' ולא שמעו אליו, כי כלם נשקעו מאד בזה מימים רבים. וספרו לו מהגבור ושהם רוצים לשלח אל המדינה, שהם כלם אלקות וכו' כנ"ל

ואמר להם גם כן כנ"ל

באשר שכלם בטעות ושטות גדול, וישחק מהם גם כן, ואמר להם, שהוא שטות, ושכלם רק בני אדם וכו'

והם לא יוכלו לעזור לכם כלל כי אתם בני אדם, והם בני אדם, ואינם אלוך כלל

רק שיש יחיד יתברך שמו וכו' ועל ענין הגבור אמר להם [בלשון תמה, כדרך שמתמיה אדם ואומר]:

האם אינו זה הגבור [הידוע לי]? ולא הבינו דבריו אלו.

וכן היה הולך מאחד לחברו ומדבר עמם כנ"ל

ועל ענין הגבור אמר לכל אחד כנ"ל אם אינו זה הגבור וכו' כנ"ל ולא הבינו דבריו. ונעשה רעש בעיר, באשר שנמצא אחד, שמדבר כזאת, שעושה שחוק מאומנתם

ואומר, שיש יחיד וכו' ובענין הגבור הוא אומר כנ"ל והבינו, שבנדאי הוא הבעל תפילה, כי כבר היה נתפרסם אצלם כנ"ל וצוו לחפש אחריו ולתפסו, אף על פי שהוא משנה עצמו אצלם בכל פעם כנ"ל [הינו פעם נדמה כסוחר, ופעם כעני וכו' כנ"ל]. אך הם ידעו מזה גם כן, שהבעל תפילה הנ"ל הוא משנה עצמו בכל פעם, וצוו לחקר אחריו ולתפסו. וחפשו אחריו, ותפסוהו והביאוהו אל השרים והתחילו לדבר עמו, ואמר להם גם כן כנ"ל באשר שכלם בטעות ושטות גדול,



תורה אברהם - 050.890.7002

"ואמר להם, שהוא שטות, ושכלם רק בני אדם וכו'"

ואין זה תכלית כלל [הינו שהמזון אינו התכלית כלל]

רק שיש יחיד, שהוא הבורא יתברך שמו וכו'

ובני אותה מדינה שאתם אומרים, שהם כלם אלקות - לא יוכלו לעזור לכם כלל, כי הם רק בני אדם וכו'.

ונחשב אצלם למשגע,

כי כל בני המדינה היו שקועים בטעות של המזון כל כך כנ"ל

עד שזה שדבר כנגד דעתם וטעותם, היה נחשב למשגע, ושאלו אותו:

מה זה שאתה אומר על ענין הגבור [בלשון תמה] אם אינו זה הגבור כנ"ל?

השיב להם: שאני הייתי אצל מלך אחד, ונאבד אצלו גבור, ואם הגבור הנ"ל הוא אותו הגבור, יש לי הכרות עמו ויתר מזה.

מה שאתם בטוחים במדינה הנ"ל, שהם כלם אלקות, זהו שטות, כי הם לא יוכלו לעזור לכם.

ולדעתי, אם תהיו בטוחים עליהם אדרבא, זה יהיה מפלה שלכם.



מדברים תכל'ס

מה רע בכסף?

כולנו עובדים לעבודה כלשהי שלעולם תישאר זרה לנו, תאכזב, תבגוד ותשאיר אותנו ריקנים וכואבים מול הדברים שכל כך רצינו - אהבה, חיבור וביטחון.

תאוות הממון שבתוכה תחובים כל התאוות מייצגת בצורה ברורה מאוד מה מסתתר בעצם מאחורי כל התאוות:

רצון להשיג דברים בצורה של כוחי ועוצם ידי: להסתדר לבד, לא להיות תלויה, (כמה אפשר להתפלל? ועוד על כל דבר? די, שייתן לי להסתדר לבד) אני כמוכן מאמינה רשמית, אבל משהו בלב נרגע כשערמה כחלחלה או עדיף ירוקה באמתחתי. התנועה הפנימית בנפש ברגע האמת, יכולה לדייק אותי להראות לי היכן אני מונחת, כמה חלקים מתוכי עדין ממתקשים להאמין, לשחרר, לעבוד רק אותו לבדו.

מדברים תכל'ס

אין פסול בכסף ובשפע, אולם הכוח שמייחסים אנשים לממון והסגידה העולמית אליו, הם אלו שהופכים אותו לתאוה קלוקלת.

"אם היה לי עוד קצת בבנק הכול היה נראה אחרת" - האתגר הקיומי אכן מעמת אותנו כל העת עם הצורך להשיג כסף ולעבוד בשבילו אפילו קשה ויחד עם זאת לזכור לא לרצות אותו כמקור כוח, רוגע, וביטחון.

מראה נאה או נטייה מובהקת להציל אנשים נושאים בחובם טוב לעולם, אולם ברגע שנשים עליהם את המשקל ככוח בפני עצמו - כוח שנותן לנו ביטחון, חיים, אישור, שליטה, או כל דבר אחר - נפלנו בעבודה זרה. לכל אחד יש נטייה, חסר או אתגר חיים שבהם קיימות שתי אפשרויות.

האחת זמינה ומיידית - תאוות ממון. לנסות להתמלא מתחליף כלשהו שנותן הרגשה טובה מיידית אבל מנתק אותנו מהשם יתברך ובסופו של דבר הופך לעבודה זרה. הדרך השנייה אמנם ארוכה יותר, לא תמיד נראה בה תוצאה מיידית במזומן, אבל זו היא דרכו של בעל התפילה.

וכך הוא אומר לכל אחת ואחת ודבריו חודרים אט אט אל הלב:

רק שיש יחיד בעולם ואותו לבד ראוי לעבוד ולו ראוי להתפלל וזהו עיקר התכלית!

בהצלחה לכולנו!

את מה את עובדת?

לדינה חשוב מראה חיצוני, היא אוהבת להיראות יפה ומוקפד. "כשאני חושבת שמשהו לא טוב הולך לקרות לי," היא אומרת ברגע של גילוי לב, "הדבר הראשון שאני חושבת עליו הוא מי יגהץ חולצות לילדים". הבגדים הם רק סעיף אחד מכל הקונספט שמרכיב את "הניראות המושלמת". מי יבין ומי ידע כמה אנרגיות דורשת המושלמות החיצונית הזו?

דבורה שוחרת ידע וחוכמה, היא מעריצה אנשים עם יכולת קוגניטיבית גבוהה, מסתדרת יותר עם הגאונים שבחבורה. אלו שפחות מהירי מחשבה וחדים מאתגרים את הסבלנות שלה, וכמובן גם את שאר המידות הטובות. כשאחד מבני הבית מגלה קשיי הבנה מובהקים באופן קבוע היא ממש מתקשה להתמודד.

אצל זוהרית העסק מורכב הרבה יותר. רק לאחרונה, במסע עומק שהיא עושה עם עצמה, היא גילתה שהיא חייבת תמיד, אבל ממש באופן קיומי, לצאת הטובה שמצילה את כולם. אחרת היא לא מרגישה שהיא שווה משהו.

תאוות ממון בכסף קטן

מחלקת עסקים, שלוש מכוניות פאר בחניה של וילה רבת מפלסים וקרחת נוצצת של אייל הון - כך מצטיירת לרוב תאוות ממון. אולם רבי נתן מגלה כי את הכסף הגדול של תאוות ממון אפשר לפרוט גם לפרוטות קטנות: "שכל העבודות זרות תחובים בממון" (ליקוטי הלכות תפילה ד, יד).

עבודה זרה - שהיא זרה לעובדיה. כל עבודה, סגידה, התמכרות, תחושה שהאישור שלי תלוי בכך, מחנק פנימי כשלא מסתדר לי בתחום - הם בחינה של עבודה לור - עבודה זרה שהיא זרה לעובדיה (רש"י). בסופו של דבר הבור האינוסופי הפנימי של כל אחת לא באמת מתמלא מאותה עבודה. דינה בעלת המראה המושלם מקבלת אמנם מחמאות, אבל לעולם לא מתמלאת מהן. גם דבורה תהנה מאתגרים אינטלקטואלים אבל משהו בתוכה יישאר ריקני. זוהרית תמשיך להיות טובה אבל לעולם לא תקבל את האישור הנכסף שהיא שווה.



ליקוטי תפילות

תפילה לשמחה

הי רצון מלפניך ה' אלהינו ואלהי אבותינו, אדון השמחה והחדוה, אשר לפניך אין שום עצבות כלל לעולם, כמו שכתוב: "הוד והדר לפניו, עז וחדוה במקומו", שתעזרני ברחמיך העצומים, ותזכני להיות בשמחה תמיד. משמח נפשות עגומים, שמח נפשי האמללה מאד, העלובה מאד, העיפה והצמאה והרעבה אליך מאד.

חסר ממני גון ואנחה, "שמח נפש עבדך, כי אליך יהוה נפשי אשא. תודיעני ארח חיים, שבע שמחות את פניך, נעימות בימיך נצח. השיבה לי ששון ישעך, ורוח נדיבה תסמכני". שבעני מטובך, ושמח נפשי בישועתך, וטהר לבי לעבדך באמת. "עורה כבודי, עורה הנבל וכנור, אעירה שחר".

שיתפה חברה:

"את התפילה שאחר התיקון הכללי, נשיא לא אומרות אזל בתוכה יש חלקים של פשטות ואימון לנפש, אשתי הפסקו את התפילות הללו שמצדדו על מילת השמחה".



מטה כלפי חסד

חודש טוב ומבורך, חברות אהובות! חודש אדר א' הוא מעל הטבע והמזל. שנזכה לראות בו ניסים ונפלאות!

מטה או נחש

עלינו לדעת, ברגע שנשחרר את המטה הוא יהפוך לנחש. אם נירדם בשמירה, נשכח את הבחירה, מיד יופיע הנחש שאומנותו הבטה שלילית ולשון הרע.

דוגמא מעשית:

חגית מסתכלת על בעלה, היא לא מרוצה, והקולות בתוך ראשה נשמעים בערך כך: "שוב קם מאוחר... וכל כך איטי... אני כבר לא יודעת מה הוא יותר, 'לא-יוצ' או 'עצלן', האמת אין לאן לסובב את זה התחתנתי עם בעל עצלן..."

"ואז נדלקת בראשה הנורה! נורת-אזמרה "טוב רבינו הזהיר בכל זאת..." היא תופסת את הנחש בזנבו והוא הופך למטה בידה. "יש לי בחירה על מה להסתכל, אני מטה כלפי חסד" היא מתבוננת בו במבט חדש, מחפשת נקודה טובה. הוא בדיוק מניח תפילין.

"מאוחר מדי, הוא היה אמור לעשות את זה כבר לפני שעתיים" מנסה שוב הנחש לחול על רצפת ביתה. היא אווזת חזק יותר ומטה לימין, מסתכלת בעין טובה ומוצאת נקודה: "בכל זאת הדבר (הכמעט) ראשון שעשה זה להניח תפילין ולהתפלל".

הלב קצת נפתח והיא קולטת כמה זה לא קל לו להתפלל מאוחר ולבד, איזה ביזיון זה עבורו ובכל זאת הוא מקיים את המצווה. פתאום הוא נראה לה כזה בן מלך מתוק ואבוד, רחוק מהארמון של אבא, נלחם על נקודה של קדושה. ליבה יוצא אליו ורצון לעזור לו, להקל מעליו, הופך לארוחת בוקר מפתיעה ומשמחת שמחה לו אחרי התפילה. בשבילו המחווה הטובה אכן משמחת ונותנת כוח, אבל בעיקר העיניים שלה שבבוקרם כאלו ביקורתיות וקרות וכמו שולחות בו חיצים מכאיבים, עכשיו מזרימות אליו כוחות של התחדשות ושמחה כי הוא רואה שם הערכה ואהבה.

משהו מאוד דרמטי קורה כשאנחנו פועלות תנועה בכיוון הזה, בוחרות להטות כלפי חסד, להביט בנקודה טובה. עולמות שלמים זזים, שמשות חוזרות לזרוח, נפשות ניצלות ממיטה, עד כדי כך - אזמרה. לפעמים זה בנסתר ולא רואים ולפעמים זה שינוי מיידי מול העיניים ממש.

לסיום אשתף אתכן שמישהי פעם אמרה לי דיבור שהולך איתי שנים, היא סיפרה ששמעה בשיעור שבכל לילה הנשמה שלנו מגישה תיק צילומים בשמיים. העיניים שלנו הן כמו שתי מצלמות ובסוף כל יום עלינו לחתום על כל תמונה ותמונה שצילמנו עם העיניים. זה זעזע אותי, אילו תמונות אני מביאה לאבא בסוף היום? על מה אני מסתכלת? על הנקודה השחורה? על הכיעור? או על היופי והטוב שבעולמו? שבבריותיו?

אז זו התשובה שמצאתי לי לשאלה ששאלתי בהתחלה: בעל התפילה בוודאי ראה בהם נקודות טובות ויקרות ודן אותם לכף זכות וכך אף פעם הוא לא עזב אותם ולא התייאש מהם, אלא אהב והשתדל עבורם. שנזכה, חברות אהובות, ללכת עם תורה רפ"ב עוד ועוד עד שנזכה לאהוב.

כשאני מתבוננת במעשייה שלנו עולה בי שאלה: מה גרם לבעל התפילה להיות כל כך אכפתי כלפי האנשים של כת הממון? להשתדל עבורם, לא להתייאש מהם, להרגיש נחמה כשהוא מרגיש שפעל משהו אצל אחד מהם? אחרי הכול מדובר פה בחבורה של 'משוגעים על כל הראש' שעושים מעשים שלא ייעשו ולא מוכנים לשמוע שום דבר הפוך מאמונתם הקלוקלת. אז מה המנוע שמביא אותו לא לוותר עליהם ודי? מה הסוד שלו, של בעל התפילה הקדוש, שכשאדע אותו אוכל להישאר מחוברת ואכפתית ורוצה לעזור גם כשהסובבים אותי, במיוחד בעלי, מתנהגים בצורה מחפירה בלתי הגיונית ולפעמים עוינים? אז כמובן שיש לזה הרבה תשובות בעומקים שונים.

אהבת הטוב את הטוב

רבי נתן אמר "אזמרה, אזמרה ורק אזמרה" (אזמרה הוא שמה המקובל של תורה רפ"ב בליקוטי מוהר"ן). אם אתחבר אל הטוב של עצמי, אל הטוב של השני, הכול יאיר, תתעורר האהבה מאליה, האהבה הכי גבוהה שיש, אהבת הטוב את הטוב.

מטה כלפי חסד

בפרשות שלנו מככב לו המטה, איתו פועל משה רבינו את תהליך הגאולה של עם ישראל. המטה עניינו בחירה, הכוח שיש לנו להטות לכאן או לכאן. יש לנו בחירה על מה להביט ועל מה לא. ובמילים אחרות: על מה להתמקד. והדבר שאנו מתמקדים בו מקבל תוקף וכוח.

וְהוּא בְחִינַת נֹצֵר חֶסֶד לְאֱלֹפִים, שְׂבִיחַת הַחֶסֶד, דְּהֵינּוּ מַה שְׁהוּא יְתַבְרַךְ מִטָּה כְּלָפֵי חֶסֶד וְדָן לְכַף זְכוּת וּמוֹצֵא נִקְדָּה טוֹבָה וְכוּ' פֶּנ"ל, זֶה הַחֶסֶד נֹצֵר וּמִמֶּתִיק לְאֱלֹפִים, הֵינּוּ אֶף -על-פִּי שֵׁשׁ כְּנָגֵד זֶה אֱלֹפִים וְרִבְבוֹת פְּגָמִים שְׂפָגָם אוֹתוֹ הָאֲדָם, אֶף-על-פִּי-כֵן מַעֵט הַטוֹב שְׂמוֹצֵא עַל-יְדֵי הַחֶסֶד כְּנ"ל דוֹחָה הַפֶּל (ליקוטי הלכות השכמת הבוקר א')

באנו לעולם לעבד את הבהמיות ולהפוך יותר ויותר דומים לו יתברך: "מה הוא רחום אף אתה רחום..." "מה הוא מטה כלפי חסד ומוצא נקודה טובה ודן לכף זכות", גם אנחנו נעשה כך.

ואם אין ביכולתנו לעשות את זה כרגע, נתפלל על זה. ואם גם זה רחוק מאתנו, נרצה! ונתחזק לזכור ולהאמין שהרצון בעצמו הוא עצום ופועל המון. נרצה לחפש ולמצוא נקודה טובה!!!

העובדה שמכל התורות המופלאות שרבינו הוריד לעולם הוא שם לנו מרקר זוהר על תורת אזמרה ואמר "את זו!!", צריכה להדליק לנו נורת הכוונה בפנים, נורה ששמה "אזמרה". "וזהו רבינו ז"ל מאוד לילך עם התורה הזו כי הוא יסוד גדול לכל מי שרוצה להתקרב לה' יתברך ולבל יאבד עולמו לגמרי חס ושלום".





אזמרה'ה שלי

וי קטן. לאט-לאט אני נשברת, מתקלפת. שכנה רחמניה נכנסת לטאטא שברים וקליפות מרצפתנו המבולגנת.

אזמרה!!!

"אבא!" עולה אנחה קדושה מאישה שלא יודעת מי היא בכלל "היכן אני בעולם, טאטע?? ואיה מקום כבודך?..." אל תדאגי, יקרה. חלמת חלום לא טוב. תרגישי איך את מכווצת כולך. לא נושמת כמעט. בואי, קומי, קומי אהובה, רק חלמת... בחוץ יש שמש ויש שירים. יהודים חיים מסתובבים בעולם. מבטם ער והם הולכים אל רופא גדול אמיתי, מלאים בתקווה. בואי גם את, יש רפואות! יש רופא! ויש לך תקווה להתרפא בשלמות.

וככה מגיע לו ההמשך של הסיפור: קורא הדורות מראש סיבב בצורה מופלאה, שבאותה תקופה התחילו חסידי ברסלב ללכת עפ"י תורה רפ"ב במסגרת 'התורה הזמנית'. וכך, התגלגלו אל שולחן סלוננו עלונים וחברות העוסקים בתורה זו. התחלתי לקרוא ולשמוע דיבורים יקרים וקדושים שגילו לי עד כמה רחוקה היתה ההסתכלות הראשונית שלי על עצה פלאית זו. ניגונים שנוצרים מנקודות טובות קטנות שמבקיעות את החושך. צדיק שמלקט אותן אחת לאחת ובונה מהן משכן. עושה מהן ניגון. אזמרה לאלוקי בעודי - בעוד מעט טוב שבי. הנשמה שלי מתחילה לנגן, לחיות. עוד מעט - ואין רשע, עם מעט טוב שמוצאים בעצמי ובאחרים - כך מחזירים בתשובה. חלום עולה בי, להקים ארגון של קירוב רחוקים באמצעות חיפוש ובקשה של נקודות טובות. המונים ישו בוודאי. הי, אבל גם קצת זה טוב! עוד טיפה של דעת יקרה מגלה לי מהי הצלחה אמיתית בעולם, שונה כל כך מהסתכלות חיצונית, מייקרת קצת טוב אמיתי. גם מהעלון של 'חברות מקשיבות' הייתי ממש מתחיה, מהמאמרים במדור 'רק אזמרה!'. היתה אפילו פעם שדמעות ברחו-עם-רשות מעיניי, סוללות שבילים חדשים בסלעי ליבי המאובן. מצאתי את שאהבה נפשי. אזמרה.

אפרים זלמן מתוקונצ'יק

אם יהיה לי בן - אני חושבת באחד הימים אפופי החולשה והחוסר-אונים (וכמה טוב לי פתאום להיות חסרת אונים. אז שולחים משמים אונים אמיתיים:)) - אם יהיה לי בן, אקרא לו ע"ש אזמרה. הומו. איך בדיוק? איני יודעת. הלא בפעם הבאה בעז"ה נרצה לקרוא ע"ש סבא של בעלי. סב צדיק לו, זכרוננו לברכה, אפרים זלמן שמו. הי, רגע רגע! אפרים זלמן הלוי רבינוביץ! האין זה נוטריקון אזמרה? הידד. בעצם כמעט. יש גם מ' נחמדת שנצטרך למצוא לה משמעות איכשהו. נו שוין, אם יזכני השם יתברך בן זכר נקרא לו-אפרים זלמן מ'תוקונצ'יק הלוי ר'בינוביץ. כך או כך אני נכספת לקרוא ע"ש העצה הקדושה הזו שהחייתה כל כך והקיצה אותי משנתי המעולפת.

נקודה טובה וחמודה

והשם שלח לי בת. מתנה ורודה, מתוקה ורכה. מזל טוב! אני מלטפת את ראשה הפלומתי. מרגישה איך היא כולה השתקפות מרגשת של הנקודה הטובה שבי. קטנה קטנה וחמודה כל כך. לא כי היא מוצלחת או מרשימה במיוחד. להיפך, אפילו לשטוף את הבית כמו בעלבוסטע היא לא יודעת בכלל. אבל דווקא כי היא כזו פיצית ופשוטה... היא משמחת כל כך. פשוט טובה. קיימת.

...ואנחנו כמובן רוצים לקרוא לה ע"ש סבתו של בעלי. צדקת גדולה היתה ויראת שמיים אמיתית. סבתא ברכה פראדל עליה השלום. "אבל מה יהיה עם אזמרה?" עולה בי קול מתגעגע, "כל כך רציתי לקרוא על שמה..." לא נורא, אני מכניעה את רצוני, מנשקת מצח פצפון מקטיפה. העיקר שתלך בדרכיה ותעשה נחת רוח להשם יתברך. את מתוקה ויקרה ונקודה טובה בעצמך. תודה השם. **וככה מגיע לו הסוף של הסיפור (בינתיים, כן?):** "את יודעת מה שמת לי לב?" חוזר בעלי בשבת בבוקר אחרי הקידוש. ידע את הרצון והחלום, וכעת - סוד בעיניו. "לברכי שלנו קוראים ע"ש אזמרה!" הא?? אני תמהה, מריצה נוטריקונים, גימטריות ואף סופי-תיבות. "כן כן!" הוא מואר "תראי איזה יופי-ב'רכה פ'ראדל ר'בינוביץ, ראשי תיבות רפ"ב!!!"

"וכל מה שכתבת, שהחיית את עצמך בהתורה הקדושה 'אזמרה לאלוקי בעודי'..."

מה נאמר ומה נדבר, מה נשיב להשם כל תגמולוהי עלינו, שהחיה אותנו בדורות הללו במטעמים קדושים כאלו, בשבעה משיבי טעם שיכולים להחיות ולהשיב בהם, כל הנפשות שבעולם, כל החולים והחלושים בחלי הנפש מאד. בני, החייתני בדבריך במה שכתבת שהחיית עצמך בהתורה הזאת.
(עלים לתרופה, מכתב צ')

"מבקשים אתם שאספר מופת של הרבי?" שאל ר' נחמן מטולטשין את החסידים עמם ישב, "מופת של הרבי - הרי זה אני!..."

י י י י

ככה מגיע לו האמצע של הסיפור: רגעים מפעימים של פה ושם שהשם מפזר קצת את העננים ואני אומרת פתאום "וואו". כי תוך כדי טיול חיי המופלא - השם יתברך מסובב אותי להביט אחורה ולגלות שגם אני - הנני מופת חי של הרבי שלי.

ככה מגיע לו האמצע של הסיפור: איך לוקח רבי נחמן מברסלב את הנשמה שלי, ממקום שהיא שם ובאהבה שאין לה סוף מתעסק לתקן אותה. "מה לך לחשוב מחשבות" מנחה אותי הצדיק הרחמן, רועה הצאן, "אין את צריכה לתת כי אם אבנים וסיד", לקיים בפשטות את העצות, להאמין בו ולעשות טוב ככל יכולתך "ואני - בונה מהם בניינים נפלאים..."

ככה מגיע לו האמצע של הסיפור: שמש זורחת ושחר חדש. אור של מתקן אמיתי. בין אבנים וסיד באתר הבניה של הנשמה שלי - מתגלים פתאום בניינים מופלאים.

וככה מגיעה לה ההתחלה של הסיפור: הדפים הראשונים שייכים לגלגולים הקודמים שלי, ככל הנראה. בהם - אין לי השגה כלל. בגלגול הנוכחי - אני זוכרת את עצמי כדלהלן: מושלמת כזאת". מהסוג שחייב תמיד להיות 'בסדר'. השם נתן לי בחסד חנינם מתנות רבות שאיתן השתמשתי כדי להתאמץ לסמן תמיד וי על הכול. שלעולם לא 'יתפסו אותי' או 'אשימו חלילה. וי בתפילה. וי בלימודים. וי ביחס לחברות. אח"כ וי בשלום בית, בכיור נוצץ לעת ערב, ווי - אפילו - בעבודת השם ובקיום העצות של רבינו. וי וי. מקבלת תפקידים ומבצעת כהלכה. וי וי וי.

צלופנים וסרט מתנות

מתחת מתחת - הסתתרתי אני. נושמת קצת. מבוהלת הרבה. הצילו. אני חייבת להיות מושלמת. עוד וי. אין לי כוח. אבל אני חייבת. קדימה - עוד קצת מאמץ. את יכולה יותר. וי!

כשזכיתי להתחיל להכיר את הרבי. פגשתי את התורה הקדושה של אזמרה. תורה רפ"ב הידועה, שבה מקבל כל חסיד את ההנחיה, לחפש ולמצוא בעצמו ובאחרים נקודה טובה. במתח הפנימי וה-מו-של-ם-ו-א-ו-א-ו שלי, ההסתכלות שלי היתה שטחית מאד - לחפש נקודה טובה? קלי קלות! וי! למה רק אחת? למה נקודה קטנה? הרי בי יש המון. גדולות ומרשימות ומוצלחות. בצלופנים וסרט מתנות. מתוך הקליפה של הגאווה, לא זכיתי לקיים את העצה באמת ובתמימות. אוי, חלום מסכן חלמתי. חלום מבוהל ולא מעז להתעורר...

שברים, צלופנים וקליפות

רבי נתן מספר על אחד מבני הנעורים, שהעולם החזיק אותו למתמיד גדול. "אבל אני", אומר התלמיד הנצחי, "השגחתי בו וראיתי שאינו לומד כלל". רבי נתן דיבר עימו רבות וב"ה שבריו הדיבורים, זכה אותו אחד להיכנס בהתמדת הלימוד באמת. גם עליי השגיח הרועה הנאמן. רצה לתת לי חיים גדולים באמת. חיים שיש בהם - עבודת השם אמיתית, מוצלחות אמיתית, לא רק צלופנים, סרטים ודמיונות. הולך הנשים. מבקש לדעת את שלום אסתר. מחפש את הנשמה האבודה, השבויה בין קליפות ודמיונות. ויום אחד - הגיעה העת. "אפשר!" עברה הרינה בשמי שמיים, "אפשר להעיר אותה! אפשר!". מסביב למיטת חוליי עומדים מלאכים טובים, מורידים חומרי הרדמה, מנמיכים מיון של כימיקלים מטשטשים... אחחח. כואב לי!!!! אני בוכה. הצילו. ניסיונות עוברים מעליי. שוברים לי ת'דמית הקליפתית המוצלחת. חולשה פיזית, נפשית ונשמית גדולה מרגישה אצלי בבית. אני לא מכירה את עצמי. לא מצליחה לסמן אפילו



שמחה והתחזקות

// גב' ס. בנין

להפוך יגון ואנחה לשמחה

היצר הרע מנסה להעסיק ולערבב אותנו ביגון ואנחה מכל מיני הרפתקאות שעוברות עלינו. אבל אנחנו נהיה חכמות. ונראה איך אנחנו יכולות להפוך את החול הזה לזהב. את היגון והאנחה שעוברת עליי- לששון ולשמחה. כי כל העבודה שלנו בעולם הזה- זה להפוך יגון ואנחה לשמחה!

הכול טוב!

לא משנה באיזה תחום עובר עלייך- הכלים שרבי נחמן מלמד אותנו מועילים לכל המצבים. כשהיצר הרע לוקח את המציאות שלך ומתחיל לדכא אותך, להריץ במוחך מחשבות של איך היה, מה היה, מי עשה, למה עשה וכו', את צריכה לבוא ולהגיד לו: "לאן אתה לוקח אותי במהלך הזה? לעצבות? אתה תראה שאני אהפוך הכול לששון ושמחה", ואז לבוא לבורא עולם ולומר לו: "תודה לך השם, שכך וכך! איזה נס שככה זה קרה, איזה מזל!" אם היינו יודעות מהו הטוב האמתי שמסתתר בכל קושי שאנחנו עוברות- היינו רוקדות משמחה! השם עושה רק טוב!

ואם לא הצלחתי?

אבל איך זוכים להמשיך קדימה כשהאמונה נעלמת לי והניסיון רק מתגבר? איך אצליח לדלג מעל המכשולים ולזכות בגדול? רבנו נחמן מספר לנו על איש עני שמצא אבן טובה ורצה למכור אותה אך זו נעלמה. צללה במצולות ים ואבדה לעולמים. במקום להיכנס לצער ועוגמת נפש, להתבלבל ולהיבהל ממצבו העגום, החליט העני לעשות עצמו שמח. להתנהג כאילו האבן עדיין מצויה אצלו והכול בסדר. ומספר רבנו נחמן שבזכות זה שהחזיק מעמד בשמחה ולא נפל לעצבות, קיבל העני כפל כפליים, הרבה יותר מאשר אם היה מוכר את האבן הטובה.

רבי נחמן הכניס בנו כזאת אמונה שהעולם הזה לא יוכל להטעות אותנו. הוא החדיר בנו כאלו דיבורי אמונה שיכולים לחזק את נפשותינו. אך זאת צריך לדעת: כשמגיע ניסיון הכול מתפוגג ונעלם.

מה אני עושה עכשיו? נראה לי שלא שומעים אותי מהשמיים. הדעת נעלמת לי. האמונה הבהירה מטשטשת. פתאום מתגברות בתוכי מידות שאינן טובות. ואין לי מושג איך אני עוברת את הניסיון הזה... רבנו נחמן מלמד אותנו: כשמגיע ניסיון, דעי לך שאת צריכה לעשות עצמך כאילו את בשמחה. תמשיכי כרגיל, כאילו הכול בסדר, כאילו את חזקה באמונה גם עכשיו. תגידי לעצמך דיבורים פשוטים שיחזקו אותך: הכול בהשגחה, הכול טוב, הכול נפלא! ממה שעובר עליי יצא רק טוב. אמתין בסבלנות והשם יעזור! ואומר רבנו נחמן: אם תמשיכי להיות בשמחה למרות הכול, תסיחי דעתך מהניסיון ותתחזקי בחשיבה טובה על הנהגת השם הנפלאה עלייך - את תנצחי אותו! עם 'הכאילו' הזה את תהרגי את היצר הרע.

כי היצר הרע מנסה למצוא אותך ריקה מכול וכול. הוא מחכה למצוא אותך מבולבלת ודואגת וכך להפיל אותך. אך כשאת מתפקדת כרגיל, מחייכת כאילו כלום לא קרה, ממשיכה לצעוד על הגשר הצר בביטחון גמור בהשם - אין לו מה לעשות איתך. הוא פשוט עוזב אותך ומסתלק! וכמו העני בסיפור, את תזכי בכפל כפליים! גם תעברי את הניסיון בקלות ולא תתגלגלי מכל המדרגות כמו שהוא תכנן לעשות לך, וגם תעלי מדרגה. כי כשאת מחזיקה מעמד בשמחה בתוקף הניסיון זה החותמת על האמונה שלך!

יהי רצון שנזכה להחזיק מעמד בתוקף הניסיונות, ולזכות לחותמת הקדושה על האמונה שלנו. אכ"ר.



הליכות ביתה // ע. סמולר

פנים יפות

חשבתן על כך שהשם יתברך ברא אותנו באופן כזה שהפנים שלנו חשופות לעולם כרשות הרבים? אמרו חכמינו: "הווי מקבל את כל האדם בסבר פנים יפות", ההשפעה שיש לנו בכך שאנו מראות פנים יפות עמוקה ומחייבת, שהרי מבואר בדברי רבינו שאפשר ממש להחיות יהודי אחר בכך שנראה לו פנים יפות ושמחות. הדבר יכול ממש להוציאו מאפלה לאורה.

כשאנו משתדלות להיות תמיד בסבר פנים יפות הרי אנו מקיימות מצווה "קדושים תהיו". שבכל הפעולות שהאדם עושה תהיה תועלת לזולת. (הגאון הגר"ש שקופ)

גם בשעה שהאדם נותן דעתו על דברים שראוי להצטער עליהם יש להשגיח שצערנו לא יהיה ניכר על פניו. כמו שכתב חובת הלבבות "צהלתו על פניו ואבלו בליבו", שכן יש השפעה לרעה לאדם שרואה זולתו בפנים נפולות והתבטאו גדולי ישראל על אדם המהלך בפנים נפולות שזהו כבור ברשות הרבים. (הרב הוטנר בשם הרב סלנט)

כשאנו משתדלות במסירות נפש להראות פנים שמחות לבעל ולילדים על אף הקשיים והמניעות הרבות זה ממש קידוש השם, כך מעבירים מסר עמוק יותר מכל מילה- עבודת השם זה שמח ונפלא.

קומי אורי
כי כא אורי

קומויץ נשים
סוחר ומרגש
ניגונים, סיפורי נשמה
ושירה מהלב
שיחברו אותך
לאהבה ולעוצמה
האלוקית שבתוכך.

להזמנות יעל: 054.849.2887



מה, גם אתם ברסלבע'רס?

לפנימא אַנשיך מפתיעים.
 לו המסקנה שלי אחרי השיחה עם מיר.
 לשבוע הזא בלעז"ה איך נוסעת לאומן עם יוסי שלי. בן הוא עוד מעט בן 7. ואפילו שאני עדיין לא מרגישה כזו
 ברסלביט אשיתית אבל בהכחה של צדיק איך לא מלכצת ואם הוא אמר שמי שיזאז אליו לפני גיל 7 ואמר
 תיקון הכללי יגיע נקי לחופה, אמתו נשתפר בכל הקשור אלינו כדי לקיים דברו.
 גם חתי בת החצי שנה תגיע איתנו, וזוהי ישאר בבית עם שאר הילדים.
 קצת חששתי לאם לבד עם ילד ותנועת, ונסיון לחשוב מי יכול להצדד אלי לעזור לי.
 כמאן שסביבת המשפחות של שתינו לא שייך בכלל להעלות כזו הצעה, ולכן חיפשנו מחוץ לקופסא.
 כך קרה שבשבת ליד מיר ספסל בלינה ומחשבות נמנעות בנסיעה המתקרבת סיפרתי לה על הניסיה למרות
 שהנשא קצת צעון בינו.
 שכנה נוספת שישבה בספסל ליד שעה את שיתנו. "מהו אתם ברסלביץ?"
 לרע התלכלכתי מה לענות רגע, מה אני באמת חושבת שהשונה אמתו ברסלביץ? אני בקושי מכירה ברסלביץ!
 איך אני אדע אם אני כזו? לבלי אין שטריימל בר"ה האחרון הוא לא היה באומן אבל רב הרסלביץ גם לא
 הצליחו להגיע. שנה שעברה הוא בן היה. יצא לי לומר כמה פעמים את התיוון הכללי. אין לי בן נחמן. אין לי בת
 אולף. יש לי בת פייעי אבל זה לא שם סתם רבה שלי. זה נקרא שאמתו ברסלביץ?
 את כל זה חשבת לעצמי ולשכנה כבר מיר עומת: "מה לא ידעת?"
 חזרתי להרהור. משהוא לא מסתבר לי עם עצמי. ככה מגדירים ברסלביץ? לפי קושי או שמת
 לא ייתכן! הרי אמתו מאמינים בך נחמן שהיה צדיק יסוד עולם. אמתו לומדים את התורות שלו ומשתלבים לקיים
 את מצוותיו. עצת ההתנבחות שלו, עליה אמר שא"א להיות יהודי כבר בלי כבר לעדיה, היא נכר לעיניו וקוש
 הצלתו. גם את הוקטה לא מזינה איך אפשר לשרוד אפילו יום שלי התנבחות גם את הציוניו על ר"ה אמתו
 מנסים לקיים. אז כנראה שאמתו בן ברסלביץ! אמתו תלמידים או חסידים של ר' נחמן מברסלב? גם אם אין לנו
 סממנים חיצוניים. וזהאט לא זה מה שמשנה.
 "רגע, אז עם מי את נוסעת?" שאלת אותי מיר שסיימה לעדכן את השכנה והיא בדעותיה לזכרו
 "עם יוסי ועם חתי" - "ואי! איך תסתדרי?" - "האמת שאני חזרה למצאז איזו חזרה שתצדד
 אלינו אבל אין לי רעיון" אני משתפת את מיר, לא יודעת למה.
 "מה עם ריקי שלי? עברה עליה תקופה די קשה לאחרונה. אני מאז חזרה שתצא ומשתחרר."
 "את רצונית?" - "למה לא? היא תעזור לך מאד! הרי הילדים מכירים אותה!"
 "מיר, אמתו נוסעים לאומן. את יודעת...". הנהרתי מראשו! שלא תגיע שהיא לא הזינה...
 מיר צחקה. "מה איכפת לי לאיפה? אני לא מפתחת שהיא תעזור אחרת חיוך קודם בבית היא לא
 תהיה ברסלביט מנסיעה אחת!"
 מפתיעים לפעמים אנשים. חשבת לעצמי. אבל ככל שאופן אני לא הולכת להנחית למיר שום דבר. לא שהיא לא
 תעזור אחרת לא שהיא לא תהיה ברסלביט. לא שהחיוך האז ישאר עליה. הרי גם אני קיבלתי חיוך אז בבית
 והנה, איפה אני היום... אני באמת לא יודעת מה אומן יכול לעשות לאנשים אפילו בלי שהם מתכוונים. אבל זה
 נשען לי יותר משמעותי ורצוני ממה שמיר חושבת
 "גשילי זה יהיה מצוין. הכי טוב שיכול להיות" ענית לבסוף
 "אדבר עם בלתי הערב ועדכן אותך. נראה לי שזה רעיון טוב."
 לערב דפקה אצלי בלתי ריקי בעצמה. עינינו נוצצות בהתרגשות
 "ההורים שלי מרשים לי לנסוע איתך!"
 "אין כ"כ שמחה! אבל תידי, אבא שלך לא מפחד מקשר לברסלב?"
 "האמת שהוא הנהיר אותי שאני לא אחשוב שכדי למצאז קרבת ה' צריך לנסוע עם אומן. יש לנו גם את בית-
 הכנסת ועם את הכותל!"
 "גם אמתו לא חושבים שהי נמצא רק באומן. ועם לא רק בבית הכנסת וכותל. הוא נמצא הרבה יותר קרוב.
 הכי קרוב שיכול להיות ממש בתוכנו. וכל רגע ורגע.
 אבל תידי את האמת, למה מעינין אותך לבוא למקום שלא קשור אליך? זה לא איזו אצטרקציות אמתו נוסעים
 ששילי להתפלל!"
 "תקשיבי" הנוכח ריקי את קולה עם כבי לחישה "יש לי חברה ברסלביט היא מדברת איתי על זה. היא גם היתה
 באומן. היא מביאה לי שיעורים לשמור, עלונים לקרוא. אני אודת את זה. אני ממש חזרה להגיע לאומן! אבל
 שאמא שלי לא תפגע... חבל לצער אותה."
 אז כבר אמתו שהיא קיבלה חיוך טוב. היא לא תצטרך את אמא.
 היית כ"כ בלה. איך ה' מנהיג אותנו בהשלחה פראית כזו. ואיך רבנו נכנס ללבבות של עוד עוד אנשים ונשים.
 וזה לא משנה איך הם יקראו לעצמם. ואיך הם יקראו לו. העיקר שאמתו מקשרים את עצמנו אליו. ונהגים אליו
 לו עוד צבת בפני עצמה.
 פתאום מילאה את לבי הרגשה אחת בלבד: "אשרינו שבנינו!"

לגלות את הלב



כל אחד עם עצמו
 בודד ונכלם
 לא חולק את אשר
 בלבו נעלם
 כל אחד מחשב
 מטכס לו עצה
 ונדמה רק עליו
 עוברת בצד
 הצדיק כבר ראה
 מקומות נפתלים
 וצנה לא להיות
 בכאב אבנדים
 גלו לבכם חברים!
 הנשמות הן קרובות
 תחת פסא אחד נחצבו
 ולשם הן קשורות
 ספרו את הסוד
 שהעולם מעלים
 צעקו את ההוד
 שנחבא בקפלים
 דברו גאלה
 פרטית וכללית
 צעקו למשיח
 שיבוא ויביט
 פי כשאתם יחד
 מחזיקים באהבה
 והלב הוא גלוי
 וכלו להבה
 רבנו שמח
 ויכול פאן לשרות
 אנשים כשרים
 כך אפשר להיות



אחת מול כולם

זה קורה לה הרבה לאחרונה. רצונות עיקשים שכבר כמעט נחנה נקשים על לנדה. נקיפות קלושות שכבר שכחה מקומן מפעמות בהן חלוש: "איך רוצה? לעשות? שנינו? לאוהב?" סימני השאלה מרצדים אחרי כל מילה בחלקו של המשפט זכרונות מלעז יאלני. יאלני גדול ומשתק. איוון אחרי קלני שמעורר כל רצון אוב: "הלא אני רק יחיד בעלמא ויש כנצי בני המדינה שהם רבים".

בעל התפילה מלנה כאלנו מהי המניעה הראשונה שמפריעה לנו לשמוע לדבריו - תחושת הזדירות, אני אהיה אחת מאל כאלק? מפחיד. להיות שונה, אחרת, מירא ומחליש. לפעמים אלו קולות אמתיים מהחברה שמחליים עליי אימה. אבל גם בתוכי יש בני מדינה רבים מחלישים, מקניטים, המפריעים לי לשמוע את בעל התפילה. ושוב אני מוצאת את עצמי עושה כמו כאלק. נכנעת באין אונים לתכתיבים חברתיים שאני לא באמת רוצה בהם. מיישמת תורות לא לי של מדינת מאון חסרת חמלה ורחמים. ויותר מכאלק מרגישה זדורה.

הפעם בחרנו לשאול את החברות: **איפה הרגשת את היכר מול כולם? הנה?**

כל אחת שיתפה ברצונות אובים או בתחושת הזדירות צורבת, ולכאן נחמה אחת הלוא היא נחמתן של בעל התפילה:

**וְזאת הַתְּשׁוּבָה הַיְתֵה קֶצֶת נַחְמָה לְהַבְעֵל תְּפִילָה
פִּי הַבֵּין, שֶׁהַתְּחִילוֹ דְּבָרָיו קֶצֶת לְכַנֵּס בְּאֲזְנֵי הַשׁוֹמֵר.**

שמיעה בליבא תליא - השמיעה תלויה בלב, דיבוריו של בעל התפילה נכנסים באוזנינו, הלב שלנו פתוח לשמוע. למרות הכול אנחנו נמשך לשמוע לקולו המדקדק, ניתן לדברים שיכנסו לליבנו ומשך ברצונות אובים. בסופו של דבר בעל התפילה יכבש את העולם כולו, ובעיקר את הלב שלנו. אמין!

"יש בי מחשבה שתמיד מנקרת בי כמו יתוש טורדני" מגלה איילה. "לכולם מצליח חוץ ממך" היא חושפת. "בחיצוני לא רואים כלום. משפחה מצוינת, ילדים מוצלחים, הכול מתקתק. אבל זה תמיד נמצא שם הזמזום הזה. במקומות הדקים הפנימיים, איפה שמתפשל לי. ואז לא די שאני מתמודדת עם הקושי עצמו - אתגר עם הבעל, קושי של הילדים, קושי שלי עם עצמי - מגיע הטורדן הסדרתי ומכה: "לכווולם מצליח, חוץ ממך". הוא גם מצרף דוגמאות. מכיר אותי הכי טוב בנקודות החולשה ודורך לי עליהם. אני תמיד יודעת שהוא שקרן, אבל תמיד מאמינה לו" משתפת איילה, ואי אפשר שלא להתמוסס מול האמת החיננית שלה. "אחד הדברים שעוזרים לי, היא גם מספקת פתרון, "זה ללכת לשיעור השבועי (של אביגיל מייזליק שלוחה 5.1 קו ההתחזקות החדש 0733454447). שם בשיעור אני מגלה שאני לא לבד. אין שם שיתופים אישיים חושפניים, ממש לא, אבל כשאנחנו קוראות מה אומר רבי נתן ושומעות איך זה מתיישב בחיים שלנו (ותודה לאביגיל!), החומה הזו פשוט נעלמת. פתאום רואים שעל כולם עובר, ומי שחושבת שלא פשוט לא קלטה את זה עד עכשיו. עובר עלינו כי אנחנו בעבודה ובתיקון".

פערי חושפת מסע פנימי של יחידה מול רבים. 'המסע לא תם' זו כותרת מדויקת קצת יותר...

"כשאני קוראת את המילים: "יחיד כנגד בני המדינה", עולה מולי בבת אחת הנערה שהייתי" משתפת פערי. "בגיל 16, 17, תלמידת תיכון, תוהה, תועה, מחפשת, מבקשת, שום דבר לא היה מובן מאליו. חיפשתי קשר, שייכות, אהבה.... כולם סביבי מיהרו, רצו, פעלו, אני חיפשתי שקט, מקום של מנוחה לנפשי הסוערת... לא הבנתי למה זה קורה דווקא לי, מה חסר לי? מה הבעיה? למה אני לא יכולה להיות כמו כל החברות סביבי - יושבות, לומדות,

יעלה חולמת שנים ללכת בחצאית ארוכה ורחבה. אבל מה יגידו החברות? המורות של הבנות בבית הספר? איך ידברו מאחורי גבה? היא מרגישה יחידה לחלוטין. כן, יש עוד כמה צדקניות שהולכות ארוך אבל הן במיעוט. זה לא נחשב. הרוב המוחץ לא הולך כך.

תהילה, מרגישה את הבדידות בתוכה ממש, והיא משתפת אותנו בתיאור נוגע ללב על מה שמתחולל בתוכה: "חד משמעית, כותבת תהילה, "מרגישה לבד מול הכול, מרגישה ששפת הנשמה שלי לא נשמעת אפילו לאוזניי, חשה כי מרוב שאכלתי מהתבואה המשוגעת וגמעתי מהמים המלוחים שהעולם מציע, רחקתי כל כך מרצונותיי הטובים. אני סוכנת כפולה של עצמי. ואין תחושה קשה מזו שחלק של עצמי בוגד בשליחותה של הנשמה, וזו אני כביכול. זה כ"כ מתעתע. מייאש עד אימה. מי יציל אותי מעצמי?"

עדינה, מזדהה, נאבקת ומסתכלת על הטוב הקיים:

"כשמדברים איתי על יחיד מול רבים, מסבירה עדינה, "אני מיד שומעת את כל הרבים שרבים בתוכי (בבית רפוייה). אם ניקח לדוגמה דיבור של בעל התפילה, שכבר שנים מדבר באוזניי, מסביר לי כמה אני רוצה לשנות את השפה הרגשית בתוכי, בבית, בחברה, להיות יותר רכה, משתפת ומאפשרת. אני ממש מרגישה איך בעל התפילה יושב לי על מפתח הלב ומשכנע אותי כל פעם מחדש לנסות, להאמין שזה אפשרי. ואז מגיעים בני המדינה הרבים. הם בתוכי. זיכרונות הילדות, ההרגלים, הכבוד העלוב שמפחד להיפגע, הסגירות הרגשית. יש שם המון. ואני רק אחת. זה מיד סוגר אותי. מה שמנחם אותי זו הידיעה כי אני באמת בטיפול, בתהליך, אני מסכימה להתבונן במקומות הסגורים הללו. אבל בד בבד רואה את אלו שכן נפתחים לאיטם, בקצב שרק הוא יתברך מחליט עבורי".

איילה מרגישה יחידה - נכשלת, מול רבים - מצליחים:

מצחקקות, הכול מושלם, לפי התקנון שהן חתמו עליו בלי לעפעף בתחילת השנה".

"אצלי, שום דבר לא היה 'לפי התקנון' מתארת פערי, "קמתי בבוקר עם תחושת חסר חלולה ושום שיעור, הרצאה או שיחה לא מילאו את החלל הפעור. הגעתי מדי בוקר לסמינר, חתמתי נוכחות, ואז - חמקתי בשקט מהקומה התחתונה של הסמינר, דרך דלת צדדית שהובילה לחניה האחורית, משם, בצעדים קלילים ומשוחררים ירדתי ישירות ליער, חורש ירוק ורענן שהשתרע למרגלות הסמינר. הייתה לי שם פינה קבועה, עץ חרוב עתיק וגדול שהסכים להקשיב בדממה לכל הדרמות שהתחוללו בתוכי. באיזשהו שלב לקראת סוף היום, הייתי חוזרת לסמינר, מהורהרת ומאווררת, חותמת שוב נוכחות... המסקנה הסופית של הצוות היתה: "היא לא שייכת לכאן!", ואני לא הבנתי לאן אני כן שייכת. אולי לעץ החרוב? ליער? למרחבים האין סופיים שאהבתי לשבת מולם ולהמציא לי שירים?..."

יום אחד הציץ עליי בעל הבירה. אני זוכרת את הרגע הזה שבו פתאום חויתי את חווית ההוויה האלוקית, את חווית התכלית, הרגשתי את ה' כל כך זמין וקרוב, אוהב ומחבק... והרגשתי שהוא גם רוצה ממני משהו... רוצה אותי, יהודיה אמיתית מחוברת.

זאת הייתה תקופה מדהימה, התחלתי להתפלל, לבכות, להיפרד משירים וספרים לא טובים שדרכם חיפשתי אהבה...

ועדיין - הרגשתי זרה בסביבתי, מוזרה ושונה. הרגשתי שאף אחד לא מבין מה עובר עליי באמת... רק רוצים שאהיה "כמו כולם".

ניסיתי בכוח "ליישר קו", להסתיר את החיפוש והכמיהה הפנימיים שהלכו איתי לכל מקום, לשדר "עסקים כרגיל" גם כשבפנים אני כמעט מתפוצצת... זה לא היה פשוט (ועדיין לא פשוט). ואז הגיע ה"בעל התפילה" למפגש "פנים אל פנים" ועטף אותי באהבה גדולה כל כך. השליח שלו - בעלי, גילה את נקודת החיפוש הפנימית שניסיתי כל כך להסתיר (כן, גם ממנו וגם מעצמי).

פתאום הרגשתי אהובה ככה. חיה, נושמת, מאמינה בהמשך. כשהגעתי לאומן, פגשתי בעוצמה את חווית השייכות, הקשר והחיות. נכנסתי לתוך השק של רבינו והתמסרתי לטיפולו. אני עדיין במשפחה ובחברה בבחינת "יחיד כנגד בני המדינה", אבל מרגישה שבעצם אני לא באמת נגדם אלא כנגד הקליפות של בני המדינה... משהו מעין זה...".

אחרי שיחת החברות המיוחדת הזו, לא נותר לנו אלא להבין ולראות שנשק ה"לבד" הוא רק עוד בועה דמיונית של היצר, שרוצה להחליש והתירוץ המוכר שכל אחת אומרת בליבה הוא עצמו סימן ונחמה: את בדרך, יקרה ואהובה, דיבורי בעל התפילה מתחילים להיכנס באוזנייך, רק תמשיכי להקשיב לו, לתת לו את הלב וללכת אחריו!

רננה אחת מול כולם

"אני מרגישה את המבטים" אומרת רננה, "את המבטים הדוקרים" היא מדייקת. רננה בעלת תשובה מזה קרוב לחמש עשרה שנה ועדיין מושכת מבטים בשכונה החרדית שבה היא מתגוררת. היא טמפרמנטית עם עוצמות רוחניות גבוהות. "שכינתא בגלותא" עבורה אינו מושג ערטיילאי מופשט, היא חשה אותו בכל מהותה, יש בתוכה צעקה פנימית שמסתננת מדי פעם החוצה בקול רעש גדול.

א ב א!! מ ש י ח!!

"כל אדם צריך לצעוק" היא אומרת, "להשם, כמובן". כשרננה מספרת על המבטים הדוקרים אני זעה בחוסר נוחות. אם יש משהו שעלינו לדייק כחברה הוא היכולת לשמור על חומות הגנה חזקות ויעילות ויחד עם זאת לא לשכוח את האהבה, אהבה שבכוחה לכסות על "פשעים" של מטפחת מהונדסת בגאומטריה אחרת וילדים מדוגמים בדוגמא שונה. נסעתי עם רננה לצדיק מעג'ור - חלקה מופלאה של קודש, לצדו של לול תרנגולות וחצר מטופחת. תחת עץ חרוב עתיק, שוכן הצדיק ר' יצחק גברא. עשרות עשרות נהרו לשם בערב ר"ח. כשראיתי אותה בפעולה שם אצל הצדיק הבנתי עד כמה גדול הוא הכוח שנותן בעל התפילה לאנשיו.

"ברוכות הבאות" קידמה רננה בחיוך את כל הבאות. "יש היום כנס זעקה בכותל, יהיו שם משפחות החטופים תהיה צעקה גדולה. תבואו!" הזמינה את כולם. היא מחבקת את כל המוכרות וגם שאינן. "הנה הצדיקה הזאת!" מצביעה לעברה של אישה שאמרה תהילים בעמידה, "ספרים שלמים היא אומרת כאן". הצדיקה חיכה והמשיכה למלמל.

"איפה השירותים כאן?" כך, צעירה מטופחת מוקפדת בכיסוי ראש חינני. "ישר ושמאלה" הדרכתי אותה. "נקי שם פיקס, אל תדאגי" חישבתי לשמח אותה כל הדרך אל התא, שלא תדמיין זוועות אקולוגיות. הצעירה זרזה צעדים ולפתע מעדה ארצה על הדשא. רננה חשה לתמוך בה להקימה. "תביאי חיבוק" חיבקה אותה, "את יודעת מה זה ליפול אצל הצדיק? זהו, נושעת!" אחרי התלחשות קלה בין השתיים שמעתי אותה מברכת אותה בעוז בזיווג הגון משורש נשמתה.

אישה בלבוש מקומם במיוחד נכנסה לשטח. היא תופפה על פלטפורמות ענק שומרת על שיווי משקל באורח מעורר התפעלות. "אני אוהבת את האישה הזאת, יש לה אהבת ישראל אמיתית", שמעתי אותה ממלמלת תוך שהיא ניגשת לרננה ומחבקת אותה גם היא. "שורי שלי מאורסת" בישרה לה בחיוך עוד מכרה.

כך לאורך כל הביקור אצל הצדיק הייתה רננה בעבודה. תפילות, ברכות חיבוקים. הסתכלתי מהצד. גם אלו שהיו מסויגות אל מול האורות הגבוהים נפרדו ממנה בחיוך. המוקפדות המכובדת נמוגה לרגע והיה אפשר לראות עד כמה כולם צמאים לאהבה.

רננה אהובה ויש לה המון חברות, אבל היא עדיין מרגישה בדידות. יש עוד רבים בודדים כאלו, שכל בדידותם נובעת מעצם היותם מאנשי בעל התפילה - יחיד בעלמא ויש כנגדי בני המדינה, שהם רבים.



נקודת הצדיק שבי

מלכי יקרה,

אשרייך על הכנות.

כואב בלי שכל ובלי הסברים.

ופה רבינו מגלה לנו סוד.

אני בטוחה שכל אחת שקוראת מזדהה עם מה שאת כותבת, גם אם הסיפור שונה לגמרי. גם בחורה צעירה יכולה להזדהות עם ההרגשה שכל כך רצייתי וכל כך התפללתי על משהו מסוים וזה לא קרה. זה בעצם הבסיס של כל כאב - הפער הבלתי נתפס בין הרצוי למצוי, בין מה שאני משתוקקת אליו למציאות בפועל. אין אדם שלא חווה את הפער הזה, לכן ודאי שהשאלה שלך רלוונטית לכולן ותודה לך על כך...

ברוך השם שנתן לנו את הצדיק המומחה בכל מה שקשור לעבודה עם כאב. הוא מכיר טוב טוב מה זה כאב והוא מלמד אותנו איך עובדים איתו נכון. איך הופכים את כאב הבלתי נסבל הזה למקור אדיר של התקרבות ולא עושים את אחת משתי הטעויות המרות שהעולם מלמד אותנו לעשות - להדחיק/להכחיש את הכאב דרך מאלחשים למיניהם = התמכרויות גופניות ונפשיות, או לכעוס ולהאשים את כל העולם, שזה, בעצם, גם סוג של אלחוש הכאב.

כל כך רצייתי וזה לא קרה. התחננתי, התעקשתי, קיוויתי, חלמתי, ציפיתי, וזה לא קרה!!! ומה עולה עכשיו? כאב. יחד עם הכאב עולה תחושה איומה של חוסר שליטה. ואז באוטומט מתחילות שאלות: למה זה קרה? מה עשיתי לא נכון? אולי אם רק הייתי אומרת / עושה / לובשת / לוחצת / מרפה... או מחשבות של "הסברים" למה בעצם זה כן טוב או לא כל כך נורא "שאלו יהיו הצרות שלנו" ו"בעצם בכלל לא רצייתי את השידוך הזה, כבר הרגשתי מההתחלה שזה לא זה..." (האמנם?) המערכת מנסה לעשות כל מה שביכולתה כדי להחזיר שליטה, כי היא בלתי נסבלת התחושה הזו של כאב בלי שליטה. בלי מסקנות. בלי אשמים...

איבדנו את היכולת להיות ילד שכשכואב לו הוא פשוט

הכאב הוא אנרגיה אדירה של רצון. את יכולה לאלחש אותו - זה מותר על פי ההלכה ולפעמים גם חובה, בפרט אם אין לך התבודדות קבועה עם גבולות ברורים של שעה ביום לב נשבר וכל היום בשמחה. אבל יש אפשרות אחרת - אפשרות להיות "כחיות הנוהמות ביער לילות שלמים", אפשרות להיות אדם בוער מרצון ותקווה. בשביל זה צריך להסכים להרגיש את הכאב. את הריחוק, את הפער.

שעה ביום לב נשבר, וכל שאר היום בשמחה. זה המינון המדויק. ובשיטת הריפוי של רבינו חיים להקפיד על המינון כדי לזכות לריפוי. זה דק מאוד: קל מאוד ליפול ללב נשבר כל היום שיהפוך ודאי לעצבות גדולה, או להבדיל ליפול לשמחה "מנותקת".

בשביל לזכות לכך, צריך להפסיק להאשים ולכעוס. ואז ישטוף אותך הכאב בטהרתו. אז תיקחי את כל האנרגיה הזאת ותזעקי להשם את הרצונות האדירים שלך. אל תתפתי (וזה מאוד מפתה) להשתלט על הכאב הבלתי נסבל הזה בשאלות והאשמות או במטשטשים אחרים. תני לו לשטוף אותך, לנקות אותך, תהפכי אותו לרצון אדיר, לתקווה, לאמונה. ואז צריך לשים לזה גבול ובשאר היום לשמוח ולא לחשוב על זה, רק להודות ולרקוד ולמצוא נקודות טובות בעצמך ובמצב.

זוכרת את המשנה למלך בחיפושיו אחר בת המלך? שנה שלמה הוא רק כסף והשתוקק והתגעגע להוציא אותה וברגע האחרון הוא "פספס". הוא היה יכול להאשים את עצמו ואת כל העולם ולגמור את חייו בכעס במוסד סגור. אבל לא. הוא בחר להתחיל מחדש. ברור שבשנה השנייה שהקדיש לגעגועים הרצון שלו התחזק, ושוב הוא פספס. מה קורה אתך??? עכשיו לך תחפש אותה באיזה מקום שלא קיים... תחשבי איזה כאב היה לו כשהוא קרא מה שכתבה לו בפתק "כל קבלתה וצעקתה כנ"ל..." והיתה צועקת שיש רחמנות עליו ועליה", איזה כאב... ואחר כך כששלושה אנשים גדולים מאוד אומרים לו שמה שהוא מחפש זה שטות ולא קיים ושיחזור כבר ויטיאש... את יכולה לדמיין איזה כאב יש לאדם שמקדיש את כל חייו לדבר מסוים ואומרים לו שהוא לא קיים וכל זה בגלל שטות אחת קטנה שטעה?? אני רק מדמיינת את עוצמת הרצון האדירה שהייתה לו בכל פעם שהתחזק מליפול לייאוש וזעק "אני יודע שישנו בוודאי". והנה, אחרי מסע ארוך של כאב ואלפי הזדמנויות להפסיק את הכאב ואלפי פעמים שהוא בחר להסכים לכאוב ולהתחזק בכיסופים, הגיעה הישועה. סיפור טרי מבחורה יקרה: היא רצתה כל כך להתחתן והצעת שידוך שהיא רצתה מאוד ירדה מהפרק ולא היה שום דבר אחר באופק. היא סיפרה שכאב לה כל כך שהיא הרגישה שעוד מעט היא משתגענת, שכואב לה בעצמות, והייתה לה התבודדות של זעקות ותחינות להשם יתברך. היא לא האשימה אף אחד (והיה את מי) וגם לא הלכה לאכול או לקרוא משהו. היא פשוט באה להשם עם כל הכאב הזה בתפילה ובבקשה. ולמחרת בבוקר התקשרה השדכנית להציע את אותו שידוך שרצתה וירד. ברוך השם היום סגרו וורט.

ולא תמיד זה נגמר ככה. לפעמים הרחמנות של אבא זה לומר לא. או עוד לא. או לא ככה. העיקר - לא לוותר על הרצון ולא להתייאש, לא להתרחק מאבא.

מלכי יקרה, שנזכה כולנו להסכים קצת (פעם ביום) לכאוב בלי לאלחש. בלי להשתלט. בלי לנסות מהר לסדר את הלב. בלי לכעוס. להיות קצת ילדה. עם אבא גדול וחזק.

והוא מושיע!

ושאר היום להיות בשמחה ובתודה. כן, בתודה!!!

שאלה:

שלום!!!

משתפת ממקום של כאב גדול. אחרי הלידים שלי, זה שהתפללתי אליו הכי הרבה, עכשיו הכאב והתמתן עם מישהי לא לחוץ בכלל... כמה תפילות כמה התגוררתי, כמה תיקונים הכלליים, כמה תפילות, וקשה לי להתגורר עכשיו כי אני חאה שכל מה ששאלה בי זה כעס גדול, אליו, אל בלתי, אל עכשיו כאובן, אל עכשיו, אל השם יתברך. אז הפסקתי להתגורר. ואני באמת לא יודעת מה לעשות כי חזר לי שדוקא עכשיו אני צריכה להתגורר אבל בפועל אני עוסקת של "חזש" עם כל האלף...

מלכי

ה. ברודי, מנחה סדנאות התבודדות ומלווה תהליכים פנימיים, משיבה:



הממתיקים הקטנים

מלחמה, אזעקות, טבח, זוועות, חטופים, שבויים... כל אלה הילכו עלי אימים בעת שפסעתי באיטיות כושלת לכיוון הבית, לא מוצאת מקום לנפשי הפצועה, מרגישה רחוקה, נזופה ומכווצת.

כבר מרחוק שמעתי את ההמולה עולה מכיוון הבניין, לא העליתי על דעתי שצילי המוזיקה הקופצנית והנמרצת בשילוב קולות תיפוף קצובים, עולים מתוך הבית שלי...

הבל של חום רווי בהתרגשות ושמחה קידם את פני השולחן מוסט הצידה, האורגנית מפיקה צלילים במקצב סוער ב'פול ווליום', והילדים - פשוט רוקדים תוך כדי מחיאות כף קצובות!... משהו מוזר וקצת מסתורי עמד באוויר, הם היו מרוכזים במשהו, זה לא סתם ריקודים, קורה כאן משהו... ואז אני שמה לב שתוך כדי מחיאות הכף הם סופרים בקול: "מאה עשרים ושתיים, מאה עשרים ושלוש... מאה שלושים..."

"אמא" מתנשף בן האחד עשרה, סוף סוף מישהו מבחין בי, ומוכן לספק הסבר... "זה לחטופים... אנחנו ממתיקים עליהם את הדין במחיות כף, כמו שרבינו אומר: "ע"י ניגונים ומחיות כף, מתמתקים הדינים..."

"אנחנו כבר בחטוף המאה שלושים", מתנשפת גם בת התשע, "אמא, בואי, תצטרפי אלינו גם!"

בבת אחת התמלאתי באהבה ענקית לילדים המתוקים שלי, לעם ישראל שעובר מה שעובר באמונה ובאחדות מרגשת, לה' הטוב שעוטף אותנו בכל כך הרבה אהבה ורחמים ולצדיק שנותן לנו כאלה עצות מתוקות שמבריחות החוצה כל כעס ועצבות... אשרינו!

הדג המיוחד

הפעם, לכבוד חודש אדר שמזלו דגים, אספר לכן סיפור. סיפור חשוב, ותיק ועתיק. סיפרתי אותו רבות לילדיי, היום אני זוכה לספר אותו לנכדיי, והלוואי שאזכה לספר אותו גם לנינים ולבני נינים.

ילדיי, כמו עוד ילדים רבים, לא אהבו לאכול דגים כלל וכלל בשולחן השבת, לכן חיברתי עבורם את הסיפור הזה. הרעיון שלו פנימי ואמיתי והלוואי ויעיל גם לכן. הילדים שלי ידעו את הסיפור הזה בעל פה, ובסוף התרצו והתחילו לאכול דגים בשבת.

(וכך הוא הסיפור: (וכל אמא תרחיב ותוסיף כמיטב כשרונה הטוב)

פעם אחת, לפני לא הרבה מדי שנים, באוקיינוס הרחוק, הייתה להקה נפלאה של דגים. אלפי דגים שטו להם יחד במים התכולים, עולים ויורדים, פותחים את הפה למעלה לאוויר. בתוך הלהקה הענקית היה דג מיוחד מאוד, נקרא לו: "הדג המיוחד". כל הדגים פותחים וסוגרים את הפה, אבל הדג הזה המיוחד, לא סתם סגר ופתח את פיו - הדג הזה היה מתפלל. ומה היה מתפלל? "ריבונו של עולם, אני הדג המיוחד, מבקש ממך בקשה אחת. אנא, עשה שיאכלו אותי יהודים כשרים בארץ ישראל ובשולחן שבת!" הרבה פעמים הוא היה מתפלל. כלפי חוץ היה נראה כמו כל הדגים. אבל באמת הוא היה מיוחד.

יום אחד ראה שמגיעה אוניה גדולה, ועל האוניה אנשים צהובים שצועקים צ'ינג צ'ינג צ'ונג. האנשים הצהובים השליכו רשתות למים והתחילו לתפוס את הדגים. הדג המיוחד פחד מאוד. 'רק שלא יזרקו עליי רשת!' ברח רחוק-רחוק מהרשת. ושוב הוא התפלל את התפילה שלו: "ריבונו של עולם, אני הדג המיוחד, מבקש ממך בקשה אחת. אנא, עשה שיאכלו אותי יהודים כשרים בארץ ישראל ובשולחן שבת!"

יום אחר הגיעה שוב אוניה עם כל מיני כוכבים על הדגל, ודייגים שמדברים באמריקאית. הדג המיוחד לא רצה שיתפסו אותו האמריקאים, אז הוא שוב פתח את פיו בתפילה וכך אמר: "ריבונו של עולם, אני הדג המיוחד, מבקש ממך בקשה אחת. אנא, עשה שיאכלו אותי יהודים כשרים בארץ ישראל ובשולחן שבת!" וברח רחוק-רחוק מהרשת.

עוד אוניות הגיעו לאוקיינוס ללכוד את הדגים לרשתות. אוניות של כושים ותורכים, פרסים ומצריים, ועוד ועוד אוניות. אך הדג המיוחד התפלל כל הזמן והצליח להינצל מהרשתות שלהם.

עברו ימים רבים. יום אחד הגיעה אוניה מיוחדת לאוקיינוס הרחוק, אוניה ועליה דגל שעליו כתוב: "לכבוד שבת קודש". דייגים צדיקים עמדו עליה ולהם כיפות, ציציות ופאות מתגלגלות. מבקשים הם הדייגים להביא דגים לארץ ישראל לכבוד שבת קודש. הדג המיוחד כל כך שמח! סוף סוף חלומו עומד להתגשם. בקפיצה אדירה הוא זינק לתוך הרשת של הדייגים הצדיקים. כל הדגים על הסיפון קופצים. אבל הדג המיוחד לא סתם קפץ. הוא עשה ריקוד! "אני הדג המיוחד נוסע לארץ ישראל!"

גם בארץ ישראל עברו על הדג המיוחד הרפתקאות. בארץ ישראל עדיין לא כולם שומרים שבת, וישנם גם גויים. הדג המיוחד התפלל שיקנו אותו רק שומרי שבת, ויאכלו אותו לכבוד שבת!

עתה הדג המיוחד כבר מוצב במקפיא של הסופר. יום אחד ראה ילדה צדיקה אומרת לחברה שלה: "באתי לקנות דג לכבוד שבת!", הוא הזיז את כל השקיות של כל הדגים, נעמד ראשון ואמר: "השם השם שתיקח אותי!", ותפילתו נענתה. "לכבוד שבת קודש", קראה הילדה, לקחה את הדג המיוחד והניחה בעגלת הקניות.

אמא של הילדה הצדיקה שמחה בדג והתחילה להכין אותו לכבוד שבת. כששכב הדג המיוחד ברוטב המבעבע בסיר, הוא פשוט רקד משמחה. אווהוהו! אני הדג המיוחד לכבוד שבת.

ראיתם ילדים? ראיתם מה עבר הדג המיוחד עד שהגיע אלינו לשולחן השבת? כמה הוא התפלל? הניצוצות הקדושים שיש בדג שמחים עכשיו. וכשאתם אוכלים אותו - הוא הולך לשחות בנהרות של גן עדן. ואתם יודעים ילדים? כשהמלאכים רוצים לעבור ממקום למקום בגן עדן, איך הם עוברים? הם שרים! אז בואו ונשיר גם אנחנו שיר לכבוד שבת קודש! ולדג שלנו יהיה מקום נפלא בגן עדן. אשרינו, ואשרינו!



נשבעתי ואקיימה

יום שישי קדחתי במיוחד. גשם מטפטף בחוץ ומצנזר כל אופציה לדילול תושבים מהבית.

החלונות מכוסים אדים חמים, וריח תבשילי השבת נישא בחלל. היא מיישרת גו דואב, מנערת רגל אחר רגל להזרים את הדם (הורידים אוי הורידים...). המחוגים מתקתקים בקצב. פתאום קורה משהו, בחרי את האופציה הנכונה/הוסיפי דוגמא משלך: את מגלה ששוב הו א לא לקח את הכלים הנכספים לטבילה. ובכלל איפה הו א? (יום שישי הוא יום הבעלים האבודים העולמי. סגולה נפלאה לשלום בית. שכחת!?)

הילדים שפכו בקול רעש גדול את הקורנפלקס, עשו נטילת רצפה במקום נטילת ידיים, או סתם כך הספה בסלון מלאה בנופשים שהקדימו לקבל את השבת עוד טרם הגיעה, מתעלמים כמו תמיד מהתפקידים הקבועים, בתקווה שאולי הפעם הם יבוצעו מעצמם. מפלס העצבים עולה במהירות. הברומטר משתולל. סכנה מתח גבוה!! היא שוכחת איך סופרים עד שלוש. דעתה בכלל נעלמה ממנה. היא ממש זורקת את השכל...

הצהרת העצבנות התורנית מעל כיכר הנואמים שבמטבח העמוס יוצאת בקול רעש גדול:

"איין סלטים יותר!!!" הטונים גבוהים במיוחד. "איין!!!" שנים עשר סלטים מביטים בדממה מתוך קופסאות מלבניות. היא מתעלמת מקיומם. "אוף, כמה אפשר לעבוד ולהשקיע בסולו? הא?" הכלים מפונים מהשיש בקול קרקוש עז. נרחצים בנחרצות לגורלם בכיור. "שימורים אתם תאכלו אצלי. שימורים!" היא בוחשת בזעם במטבחה אדומת הפנים שבסיר. דלתות הארונות נטרקות בעוז באקורד סיום צורם להצהרה. הכעס מזרים בזרועותיה אנרגיות זריזות במיוחד. היא מסיימת לתקתק את המטבח ומפנה את הזירה.

אתא לילה. מלאכי השרת ומשרתי עליון באים אל הבית. השולחן ערוך למגוון סלטי (ברגע האחרון היא לא התאפקה והכינה עוד שניים). "אמא איפה השימורים?" מצייצת בתום בת החמש. "רצייתי תירס..."

בשבוע הבא מאום לא השתנה. שוב היא מוצאת את עצמה במטבח, הטייס האוטומטי קוצץ, מערבב, טוחן, מאדה. הקופסאות נערמות במקרה. האם זו התחלה חדשה? האם זו כפייתיות סמויה? או מסורת עתיקה האומרת כי בלי ח"י סלטים אין חיים?

שושנה משפשפת בעוז את רצפת החדר, אותו הבטיחה לא לראות אפילו. בכל פעם שהיא אומרת לעצמה אני לא מסתכלת על החדר שלהם היא מגניבה מבט מתוסכל אומרת לעצמה, זה שלהם! זה לא ענייני. אני מתנתקת, היא מסבירה לפעילות העצבניות שם בפנים. אני לא דורכת שם יותר בבלגן. היא נכנסת רק לרגע, עד שהם לא יסגרו את מוזיאון הגרביים המשומשים הלאומי אני אפילו לא אדבר איתם על... חדווה ושולה דיירות החדר הלז עברו שם בפרוודור, השגחה פרטית ממש, "אולי תסדרו כאן קצת" היא משדלת. זה לא נקרא להתערב, זו רק הצעה. "אמא זה מסודר" הן עונות פה אחד. לטובת הקוראות נדלג על רעידת האדמה שהתחוללה, ועל אופציות המגורים הזמינות ששושנה מנפיקה לבנות. העיקר היא עמדה בהחלטתה. לא מתערבת לא רואה ובטח לא כועסת.

דוגמאות חביבות אלו הן בחירה מדגמית מתוך מגוון עצום. הכלל הוא שנשים רבות נודרות נדרים שבלי נדר לא תקיימנה לעולם. וכבר ירדה התורה לסוף דעתו של אדם, וביותר לסוף דעתה הקלה של אישה, שתוך כדי שהיא נודרת ומבטיחה מכל הלב כבר אז היא עוברת על אותו חרם ושמתא עליו הצהירה בשעת משבר.

ומה יותר משבר מאלו היושבות על המשבר, מבטיחות לעצמן שזו הפעם האחרונה. וכבר במחלקה, כשחבילה היקרה מונחת עטופה בחיקן, בלון הליום מפזר נגוהות למראשותיהן, או סתם ככה עבר להם - זהו, האושר ההודיה והשמחה מרפאים את הכול. כך אנו מוצאים את סימה מנענעת באוטומט עריסה שקופה ריקה. בידיה היא אווזת את התינוקת היפה בתבל, ומשמיעה לגיסתה את לקחי הפעם הזאת. "בפעם הבאה, אני אומרת לך, רק את יערה," היא מאלפת אותה בינה, "היא תומכת מושלמת."

ולא היו כל אלו השבועות והנדרים אלא רק כדי להזכירנו את אותה שבועה שנשבעה כל אחת טרם באה לזה העולם "תהי צדיק ואל תהי רשע"...

שנזכה!



הצחוק במעגל השנה

הגיע אדר ואתו סוגרת שנה אתכן, חברות מקשיבות. סוף שנה זו הזדמנות נפלאה להיזכר איך כל עניין השמחה התחיל אצלי. המטרה, שגם את תחפשי לאחור ותמצאי רגעים מכווננים או תחנות שלימדו אותך איך להתקרב לשמחה ולבחור בה.

כילדה, כששמעתי שאני שרה לעצמי בספונטניות, ידעתי שאני בשמחה. השירה הפכה אחרי שנים לכלי נפלא לשינוי מצב הרוח. לימים, באבל על אבא שלי, ללא יכולת לשמוע מוזיקה, נתליתי בשירה כעוגן שפיות אופטימי. בוחרת בשירה כדי לרומם אותי. לניגון בפה, יש כוח עצום לשנות מצב-רוח. כשאת מרגישה שממש לא מתחשק לך לשיר, דווקא השירה תגן בך ותוציא אותך מהכבדות.

יחד עם השירה, היה גם הריקוד, המון ריקוד בסגנונות שונים. רבינו מבטיח ש: 'על ידי תנועות הגוף בא התלהבות הלב'. ובאמת, זכורים לי ריקודי חתונה עם תחושות התעלות. קיבלתי כוחות עצומים להרים רגליים עוד ועוד ולקפץ שעות, הרבה אחרי שהכושר שלי כבר נגמר. זוכרת אותי רוקדת בבית ומרגישה טוב יותר.

הריקוד המוקדם שזכור לי היה עם הרבה חוש הומור עצמי. גם תנועות מצחיקות וקופצניות, שלא השאירו אותי אדישה. הריקוד הוא כלי עוקף חשיבה, ורוב מצבי הרוח הם תוצאה של חשיבה מפילה. תנועה יכולה לשלוף אותך מתוכן אל מחשבות משוחררות ומשמחות.

המילה "ריקוד" מעבירה נשים רבות מיד לשדה השגי ודורשת ביצוע מושלם. אז כאן נעשה 'הפוך על הפוך', כשתסכימי לנוע חצי דקה בצורה מגוחכת, עם תנועות ידיים מצחיקות ופרצופים תיאטרליים, תרגישי שמחה ילדית. ככל שאת פחות מנסה להיראות טוב, מסודר ומושלם, הכיף נכנס לתמונה. התנועות הללו יגררו צחוק ספונטני שיעזרו לך לצאת לשמחה.

צחוק, אחרי שעות של דיבורים עם חברות או בלמידה בלתי נגמרת למבחנים, היה תמיד משחרר, מחזיר תשומת לב וכוחות. כשגיליתי את הצחוק ככלי יזום הייתי כבר אימא, מתנסה בחיי בגילוי החדש. הצחוק מרכז אתגרים בין אישיים, וממתיק את אלו הפנימיים, רגשיים. מסייע להכיר גם צדדים פחות מוארים באישיות ולכן תורם לביטחון ואמונה עצמיים. תרגמתי את כל אלו לתרפיה אישית בצחוק במפגשים אישיים והתוצאות הפתיעו גם אותי: פרידה מחרדת טיסה, הקלה בגמגום ועוד... ואני? זכיתי למנות רבות של צחוק מטהר ומנקה ישירות מבורא עולם, כדי להעביר אותו הלאה. משם הדרך לתשובה, לתורה ולמצוות הייתה קצרה. 'שמחה היא עולם החירות'. ככל שהפכתי יותר בעלת בחירה - רצתי יותר אל השם. ואז גיליתי את ההתבודדות. קשר יומי עם מי שברא אותי הוא זה שנותן שמחה עמוקה ומתמשכת. זו השמחה שחיפשתי כל חיי.

גם פה ביחד ננצח:

שילוב של מרוממי השמחה: שירה, ריקוד וצחוק עם דיבור עם השם. לתאר לו מה מרגישה, לבקש שמחה וקלילות ואז להפעיל השתדלות. ככה, כל כלי שתפעילי, יזכה לרוח גבית ממנו. והוא, סיכמנו כבר, הכי רוצה שתהיי בשמחה.

בהצלחה



נצת יקרות הפעם הזאת כפי סיפור אישי של בחורה שהרזישה
זרדה, וכמעט נפלה למרה שחורה. הסוף של הסיפור, הוא זרדה
נקודת ההתחלה, כי זרדה שאינה מתחילת "לזרוק" את העצמות של
הצדיק, ואפילו רק קצת, כבר איננה נחשבת להיות אחת לזמרי
ומקבלת משך רוח של תקווה והתחדשות.

מאחורי כן להתחיל מהיום ממש להתקרב לעצמות של רבי נחמן. זכרתי את ההתבוננות, לזכר עם השם על כל מה שאיננו זכרות ומרזישות. והיכן נמצאת העצמות
של הצדיק? בספריו! מאזמנות להתחיל לפתוח ספרים ולספר לנו איך היה. בינתיים - "לחלוק" את מרשיו"י. יש לכן דיוור מדהים ומחזק לעבודת השם מהספר "ליקוטי
עצמות". זה צלחתי!

מרחוק א. שר

הספגטי בסיר לא עשה לי חשק. הלבנים במקרר ממש לא ריגשו.
מצאתי ביסלי יבש בארון וכרסמתי אותו, עושה לעצמי רעש באוזניים.
ולא רציתי כלום.

ישבתי על הספה בסלון, היה חם ודביק, רוח מהבילה
נשבה מהחלון. השלט של המזגן היה מונח במרחק
הושטת יד ממני, אבל גם זה היה לי רחוק. 'אולי
יש לי דיכאון אמיתי' המהם בי אותו קול מנומנם
חסר חיות, 'אסתר היא כבר לא כתובת לומר לה
מה אני מרגישה. אני לבד, אף אחד לא מסתכל עליי, מ
צריך אותי בכלל'.

מדף ספרי הקודש עמד מולי. האותיות המוזהבות מעל הכריכות קראו
אליי. ליקוטי הלכות, ליקוטי תפילות, משיבת נפש. הכול היה שם,
אבל רחוק, כבד. חושך בלב, אין לי כוח בנפש. אני זקנה בת שבע
עשרה, לא זזה. יושבת באותה תנוחה. אולי אני באמת בדיכאון?
"מצווה גדולה להיות בשמחה תמיד" אמר בי משהו עייף. תמיד? ואם
זה לא קורה? ואם אין לי כוח?

'להסתכל על הספרים מרחוק את יכולה?' שאל הקול. "רק להסתכל,
לא לפתוח" עניתי לו. זו לא הייתי אני. משהו בפנים שאל אותי.
הבטתי בספרים מרחוק, כמו טובע שרואה את החוף. אפילו לא הנעתי
את הראש, רק הפניתי מבט. ליקוטי הלכות, ליקוטי תפילות, המשכתי
רק להביט מנסה להתחבר. משהו נשב אליי משם, מעיר אותי לאט,
מזיז אותי מהמקום, מניע אותי קדימה. נותן לי כוח
לקום, לקחת ספר, אפילו לא לפתוח. רק להחזיק,
לאחוז, לתפוס בכל הכוח את הקודש הזה, לחוש
איך הוא נותן בי חיים.

"מה איתך?" אריאלה עפעפה אליי במבט תכול, נעמדת על מקומה
בעצלתיים כשהמורה על הסף, "תכתבי לי" הורתה. כל השיעור זרמו
הפתקים ממני אליה וחזור. היא כתבה לי סיפור ואני המשכתי אותו
מביטה בקורת רוח בגבה המרטט מצחוק בכל פעם שקראה את הגיגי
ההזויים. "את סופרת סתם מהודרת" כתבה לי אריאלה, ואני רווייתי
נחת. בסוף השיעור שוב חזר הדיכאון לרבוץ בליבי כמו ענן שחור.
לכאורה לא היתה לי סיבה. לא עניין אותי באמת למה אני מרגישה כך,
רק חשתי את הענן השחור הזה בתוכי. מנמיך, מתיש, הופך הכול ללא
מעניין, לא שווה. גם הצחוקים עם אריאלה היו במקום לבכות. לבכות
את הייאוש, את החידלון, את אסתר שככה עזבה
אותי והשאירה אותי ריקה מהכול.

האוטובוס זרה עשן בפניי. הוא התנדף
בגלים שטוחים ונמוכים, בדיוק כמו
מצב הרוח שלי. הבטתי בזנבו המתרחק
בשוויון נפש. ברור שהאוטובוס יברח לי,

זה בדיוק משלים את היום המלהיב. ישבתי על גדר אבן נמוכה, עמוד
התחנה הזדקר מולי מחייך אליי חיוך חלוד. קארה מוכר התנפנף
אליי מרחוק, תחתיו חייך אליי חיוכה המוכר של רותי וולפסון. אוי
לא! רק לא לפגוש עכשיו חברות. "מה קרה שאת עוד כאן?" שאלה
אותי בחיוך. "האוטובוס שלי עבר, יש לי עוד שעה לחכות" דיווחתי
לה. "וואו, מסכנה" השתתפה איתי. "כל הכבוד לך שאת ככה רגועה"
פרגנה לי. בלעתי את המחמאה שלא הגיעה לי. רותי פרחת לבייתה
ואני נותרתי לעמוד שם, בוהה. הסמינר החדש דווקא האיר לי פנים
בתחילה. אסתר ואני הגענו מהיישוב לבדנו, בטוחות שהחברות בינינו
תמשיך ללבלב עוד ימים רבים. מה שלא לקחתי בחשבון

שכיתה חדשה פירושה הזדמנויות חדשות. הזדמנויות
שהם לא רק עבורי אלא גם עבור אסתר. עדיין היינו
חברות. ישבנו ביחד. אבל כשהבחנתי במבטים שהיא
שולחת לעברה של אלישבע ידעתי ששום דבר כבר לא
יימשך כפי שהיה. "אלישבע סיפרה לי" התחיל לכבב
בשיחות שלנו בכמות מעל המותר. העיניים הנוצצות
של אסתר כשציטטה מפניניה של אלישבע יקרתה גרמו לי
לחוש כמו דודה מבוגרת שנשארים לדבר איתה למען הנימוס, אבל
מנענעים בעצבנות רגל וירטואלית: "מתי כבר נלך הביתה, מתי?"

בבית חיכו לי הקטנים בפרצופים מרוחים קטשופ, "אמא חוזרת היום
מאוחר" בישרו. "הלכנו אליה למשרד" הוסיפו שורת מחץ, "אבא עצר
אותנו בדרך ואמר לנו לחזור". השניים הלכו ברחוב כשסינירי
האוכל המהוהים לצווארם
נחמד. בעיקרון, בושות.
לי הקול האדיש שם
בפנים.



לחטוף טוב מרבינו

כָּל הָעוֹלָם שְׁלוֹ

כְּשֵׁי לְהֵאָדָם לֵב, אֵין שׁוּם מְקוֹם שֶׁיִּמְנְעֵהוּ מֵעֲבוֹדָתוֹ תְּבַרַךְ,
וְאֵין לוֹ שׁוּם הַתְּנַצְלוֹת לומר שֶׁבְּמְקוֹם פְּלוֹנִי אֵי אֶפְשָׁר לוֹ לַעֲסֵק
בְּעֲבוֹדַת ה',

כִּי כְּשֵׁי לוֹ לֵב - כָּל הַמְּקוֹמוֹת שֶׁל כָּל הָעוֹלָם הֵם שְׁלוֹ.

(ליקוטי עצות, מניעות, י')





גם את יכולה
 להפיץ את האור של רבי נחמן
 ולהיות שליחה נאמנה!

בשביל
 לחזק ולרומם
 עוד ועוד נשמות

בשביל
 להגיע לעוד
 חברות מקשיבות

בשביל לקיים את צוואת
 מורינו רבי נתן שאמר:

**"תהיו חזקים בממון,
 ברצון
 ובטרחא"**

אל איך אני מצטרפת?
 בעלות של 130 ש"ח לחודש בלבד
 תקבלי חבילת הפצה של 50 עלונים ישירות עד הבית!
התקשרי עכשיו לקו התרומות החדש
של "חברות מקשיבות"
079-607-6720

תודה למצטרפות החדשות למעגל
 התרומות והמפיצות של העלון:

- נ. ד. - צפת
- ל. ל. - צפת
- א. - ירושלים
- כ. מ. - בית שמש
- א. ה. ע. - כרמיאל
- א. א. - מהדרום



**עלון שבט הגיע לציון
 הקדוש! אשרינו!**
 יישר כוח למפיצה
 המסורה מבית
 שמש על התמונות
 המשמחות.

